



# Маргарита Землянская 9 друзей женщины

*Текст предоставлен агентством «Научная книга»  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=182011](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=182011)  
Землянская М. 9 друзей женщины: Рипол Классик; Москва; 2002  
ISBN 5-7905-1337-9*

## **Аннотация**

Разумеется, количество друзей у каждой женщины вовсе не ограничивается количеством, вынесенным в заглавие книги. Да вовсе и не о количестве друзей пойдет здесь речь, а том, какую пользу можно извлечь для себя из дружеского общения как со сверстниками, так и с людьми, принадлежащими другим возрастным группам. Ну и кроме того, мы затронем такую животрепещущую тему, как общение с близкими родственниками, которые, как оказывается, тоже могут стать замечательными друзьями.

## Содержание

Вступление	4
Глава I. СТАРШАЯ ПОДРУГА	5
Глава II. «ПЛЕМЯ МЛАДОЕ»	17
Конец ознакомительного фрагмента.	28

# Маргарита Землянская

## 9 ДРУЗЕЙ ЖЕНЩИНЫ

### Вступление

Перед вами книга «9 друзей женщины». В ней вы прочитаете вещи, которые всегда знали, но не формулировали для себя, те, о которых вы только догадывались, и может быть, даже найдете то, о чем вы никогда не подозревали. Все эти размышления проиллюстрированы примерами из жизни.

Любую женщину окружает огромное количество людей. Это и ее близкие, друзья, коллеги, просто приятели и едва знакомые приятели приятелей. Со всеми нужно общаться по-разному, у всех можно чему-то поучиться, что-то взять и с успехом использовать.

Книга составлена очень удобно: каждая глава посвящена отдельной теме, так что вы можете прочитать всю книгу целиком, а потом обращаться к ней, если возникнут какие-то проблемы или понадобится совет. Конечно, в ней нет готовых рецептов, как поступить в той или иной ситуации, так же как нет одинаковых людей. Все конкретные поступки вам нужно обдумать самой, опираясь на личностные особенности человека, с которым вы общаетесь.

Много внимания в этой книге уделено отношениям с подругой. Чему можно у нее научиться, насколько можно доверять подруге, как сильно ее влияние на вас, а может, это вы чересчур сильно на нее влияете? Все эти вопросы наверняка волновали вас и ранее, теперь же вы сможете узнать, что думают по этому поводу другие люди.

А если лучшая подруга – ваша мама или бабушка? Что-то вы приобретаете от такой дружбы, а что-то и теряете. Отношения с отцом очень сильно меняются с возрастом, но при этом вполне можно остаться хорошими друзьями. Иногда очень сложно общаться с коллегами по работе. Стоит ли завязывать дружеские отношения, или лучше быть просто приятелями? Вам интересно общаться с людьми младшего возраста? А ведь многому можно научиться и у них. А как общаться с другом детства, который знает о тебе все? Всем этим темам уделяется много внимания.

Отношения с мужчинами всегда складываются непросто. Вы хотите знать, как вы выглядите в их глазах? Мы можем вам в этом помочь. А что делать, если дружеские отношения переросли в любовные? Как вести себя в такой ситуации? Ответы на эти, и еще многие другие вопросы вы найдете в этой книге. Мы очень надеемся, что она понравится вам и, может быть, станет вашей настольной книгой.

## Глава I. СТАРШАЯ ПОДРУГА

Женщина в жизни без многого может обойтись, но только не без любимого и не без настоящей подруги.

Кем для нее является подруга? Товарищем? Да, если подразумевается наличие совместной деятельности и общих интересов.

Зеркалом? Разумеется, если помогает познать себя, ведь в этом случае определенные черты характера, чувства и мечты, как в зеркале, отражаются в подруге, и женщина видит себя как бы со стороны.

Собеседником? Ну а как же иначе, с кем еще можно поделиться самым сокровенным, как не с подругой.

Alter ego? Да, в том случае, если женщина считает свою подругу образцом для подражания и растворяется в ней.

Дружба – понятие многогранное. Но все же главным в дружбе является психологический аспект. Личность формируется и осознает себя только во взаимодействии с другими людьми, и роль дружбы в этом процессе неопределима. Две женщины не просто обмениваются информацией, а усваивают точки зрения и жизненные перспективы друг друга, расширяя тем самым границы собственных Я.

Несомненно, дружба во многом зависит от непосредственного круга общения женщин, системы социальных связей, обусловленных территориальной близостью, социальной принадлежностью и совместной деятельностью, но на первый план всегда выходят индивидуальный выбор и личная симпатия. Например, две женщины могут быть членами одного коллектива, учебного или трудового. Первоначально их сплачивает общая заинтересованность в результатах трудовой деятельности, чувство групповой солидарности. Но постепенно тесная кооперация и взаимопомощь могут перерасти во взаимную симпатию, а потом и в дружбу. И здесь уже главными станут не групповые интересы, а личные.

Кстати, большую часть своих друзей люди приобретают именно в процессе совместной деятельности, поскольку «чувство локтя» – весьма благоприятная среда для возникновения дружбы. Да и подругу легче выбрать среди тех, с кем женщина чаще всего общается и кого успела более или менее хорошо узнать. Для поддержания дружеских отношений необходимо выполнение некоторых правил. Следует отметить, что правила женской дружбы придают большее значение самораскрытию и эмоциональной поддержке, чем аналогичные правила у мужчин. Есть и своеобразный возрастной ценз: в дружбе девушек и молодых женщин помощь и совместное времяпрепровождение имеют большее значение, чем в дружбе женщин старшего возраста.

Итак, основные правила дружбы:

1. Уверенность в подруге и доверие к ней.
2. Возможность делиться новостями о своих успехах.
3. Добровольная помощь в случае нужды.
4. Оказание эмоциональной поддержки.
5. Не критиковать подругу в присутствии других.
6. Сохранять доверенные тайны.
7. Уважать внутренний мир и автономию подруги.

Неуважение и недоверие могут резко ухудшить отношения, а предательство или вторжение во внутренний мир подруги – привести к разрыву. Хотя самые близкие подруги могут и поступаться некоторыми правилами, например они запросто извиняют нетерпимость к общим знакомым, некоторую назойливость, не считают одолжениями. Подругам вообще позволено многое такое, что неминуемо испортило бы отношения с менее близкими людьми

– товарищами по работе, соседями, знакомыми. Но зато за счет ослабления требований к внешним нормам поведения резко повышается уровень нравственно-психологических требований.

Подлинная, зрелая дружба подразумевает высоконравственные, альтруистические отношения: добровольную помощь в случае нужды, защиту подруги, моральную поддержку даже тогда, когда другие люди отвернутся, обмен переживаниями, доверие и уверенность в подруге. К сожалению, юные девушки, считающие себя близкими подругами, не достигли еще той духовной высоты и житейской мудрости, которые помогли бы поддерживать дружеские отношения на столь возвышенном уровне. Поэтому отношения подобного рода складываются чаще у женщин более зрелых. К тому же богатый жизненный опыт старшей подруги очень часто помогает младшей найти правильный выход из сложных и запутанных ситуаций. А младшая подруга, в свою очередь, привносит в общение новые идеи, задор молодости и жизнерадостность.

Играет свою роль и социальное положение, профессия, образование, жизненные приоритеты, хобби, характеры и темпераменты подруг. Например, более образованная подруга может непроизвольно сдерживать выплеск жаргонных и нецензурных выражений в речи менее образованной подруги, подруга, любящая книги и театр, хотя бы косвенно, пересказами сюжетов, приобщит другую к искусству, более сдержанная по характеру подруга будет гасить эмоциональные взрывы более темпераментной подруги, подруга, хорошо разбирающаяся в моде и этикете, может помочь другой выработать эстетический вкус.

Конечно, случается и так, что подруги перенимают друг у друга не самые лучшие привычки и черты характера. Но именно наличие в дружеской паре более старшей по возрасту женщины, как правило, и предотвращает подобные случаи, являясь своеобразным сдерживающим фактором.

В старшей подруге могут привлекать социальные характеристики (например, подруга занимает важный пост или является известным человеком), ценностные ориентации, личностные черты. Нередко эти черты привлекают не по отдельности, а все вместе. Если богатая, известная женщина – еще и яркая личность, то с ней дружить весьма приятно и интересно.

В большинстве случаев женщины дружат с представительницами своего «круга» – социального, возрастного, культурного, и даже в противном случае подруги, как правило, придерживаются более или менее общих взглядов по наиболее важным для них вопросам. Вопреки сложившемуся мнению иногда лучшей подругой для молодой женщины может стать ее свекровь. Если любовь матери к своему сыну не слепая, не эгоистическая, то она примет невестку без всяких условий, просто потому, что ее любит ее сын и он сделал свой выбор, который надо уважать. В этом случае свекровь постарается стать для невестки не соперницей в борьбе за любовь сына, а другом, ведь у женщин одна цель – сделать счастливым любимого ими обоими человека. Отсюда и будет проистекать общность их интересов: готовить его любимые блюда, поддерживать в доме порядок, не осложнять ему жизнь скандалами, воспитывать детей.

Оказывая предпочтение другому лицу, выбирая собеседника, партнера для путешествия, похода и т. п., мы невольно ожидаем, что и он в свою очередь выберет нас. Но такая взаимность встречается гораздо реже, чем мы предполагаем. Подруги нередко приписывают друг другу свои собственные качества, преувеличивают степень взаимного самораскрытия. Первоначальный познавательный интерес или эмоциональное влечение может стимулировать поверхностный контакт, по сути оставляя двух людей чужими друг для друга. И только в очень редких случаях два Я сливаются в неделимое Мы.

Дело в том, что на разных стадиях знакомства женщины располагают неодинаковым объемом информации друг о друге. И разница эта не столько количественная, сколько каче-

ственная. На ранней стадии дружеских отношений женщина озабочена больше тем, как она выглядит в сравнении с другой, и только потом – глубиной личностных качеств. При более длительном знакомстве происходит либо взаимопознание и увеличение интимности (психологической глубины), перерастающие в дружбу, либо бурный разрыв, а может и снизиться уровень интимности при сохранении внешней формы и частоты встреч.

На развитие или прекращение дружбы влияют многие факторы: психологическая несовместимость женщин, которая может проявиться не сразу, допущенные ошибки (например, вторжение в личную жизнь), появление новых, более сильных привязанностей, смена места жительства или работы, случайная ссора.

Дружба – психологически чрезвычайно тонкое, сложное, текучее отношение, которое не укладывается в какие-то определенные рамки и не подчиняется жестким правилам. О сохранении дружбы надо постоянно заботиться обоим подругам. Необходимо обращать внимание на колебания чувств и настроений не только подруги, но и на свои. Человек склонен обвинять в охлаждении отношений прежде всего другого, но только не себя, а поскольку второй тоже так думает, то нередко возникает взаимное недопонимание, ведущее порой даже к разрыву отношений. К примеру, если подруга односложно отвечает на вопросы, хмурится, пытается уйти, то это не обязательно должно означать, что она сердится – может быть, она просто устала.

С дружбой, как с процессом, тесно связаны такие явления, как понимание другого и самораскрытие. Самораскрытие – это добровольное и сознательное открытие другому человеку собственного Я, своих чувств, намерений и тайн, одна из главных психологических потребностей личности. Удовлетворение этой потребности издавна ассоциировалось с дружбой.

Особенно важно самораскрытие для женской дружбы, часто имеющее яркую эмоциональную окраску (хвастовство, смущение, возмущение). Женщины, в отличие от мужчин, способны более тонко регулировать свою откровенность в зависимости от реакции собеседника и ситуации общения. Степень, темы и сюжеты самораскрытия в общении с посторонним человеком, родителями, мужчинами, старшей подругой всегда будут разными.

Бывает так, что подруге легче излить душу, чем матери. Там, где мать будет корить или причитать, подруга может дать дельный совет или конкретно помочь. Недаром в определениях дружбы постоянно подчеркивается момент доверия: подруга – человек, которому можно сказать все. Когда сердце сжимается от горя, когда мучит тоска, когда душа поет от радости, когда нужно принять самое важное решение и посоветоваться, как поступить, настоящая подруга всегда рядом. А только для разделения успехов и совместного времяпрепровождения вполне хватает и приятельниц.

Молодые женщины охотнее и легче исповедуются старшим, дружественное внимание которых представляется лестным, а признание собственной слабости перед старшим меньше бьет по самолюбию, чем в общении с равными по возрасту или по рангу. К тому же дружба старших женщин не столь эгоцентрична, как у большинства девушек или молодых женщин. В большинстве случаев откровенность и доверие вызывают ответный отклик, укрепляя тем самым дружбу. Но нельзя использовать самораскрытие для того, чтобы вызвать жалость или получить информацию о личной жизни из ответной исповеди ради получения каких-то выгод. Рано или поздно старшая подруга поймет это, поскольку имеет больше опыта и знаний, а, как известно, любая фальшь и ложь убивают дружбу.

В дружеских отношениях необходимы деликатность и тактичность. Даже откровенность, если она слишком полная или чересчур поспешная, не учитывающая состояния подруги или не соответствующая стадии развития дружбы, может восприниматься как бесстыдство или попытка вторжения во внутренний мир. Человек, навязывающий другому непрошеную интимность, может натолкнуться на отпор.

Наличие старшей подруги – большой подарок судьбы. Во-первых, у нее более адекватное восприятие и оценка других людей. К тому же жизненный опыт позволяет ей понять душевное состояние младшей подруги, обратное же практически невозможно. Более развитый интеллект и интуиция, знание самой себя (в отличие от незрелой юности) делают старшую подругу идеальным советником, предохраняют от стереотипных суждений и поступков. Социальная приспособленность и эмоциональная устойчивость позволяют старшей подруге быть независимой и логичной в суждениях, видеть жизнь во всем многоцветии. Разумеется, бывают случаи, когда старшая подруга ни по образу мышления, ни по образу жизни ничем не отличается от младшей, а кое в чем и уступает ей, но это, скорее, исключение из общего правила. От старшей подруги ждут сочувствующего понимания, готовности принять младшую подругу целиком, вместе с ее недостатками.

Получается некий «двойной стандарт», когда поведение чужих, посторонних людей объясняется объективно – социальными факторами, логикой внешних обстоятельств, законами психологии, характером, а поведение подруги – субъективно, то есть внутренними состояниями и мотивами. Это взгляд как бы «изнутри», постановка себя на место подруги. Это и есть понимание – основа дружбы. У него много оттенков и нюансов: сочувствие, сопереживание, сострадание, душевная близость. Одна подруга не просто «расшифровывает» эмоциональное состояние другой, но как бы сама настраивается на ее волну, растворяется в ней и воспроизводит переживания подруги в себе. Возникает диалог, не только внешний, но и внутренний, единственный и неповторимый, как и участвующие в нем подруги.

Самый «пик дружбы» приходится на отрочество и юность: бурный рост самостоятельности и самосознания, отдаление от родителей, переориентация на сверстников обуславливают потребность в интимности. Все чувства и отношения отличаются очень яркой эмоциональной окрашенностью. Если раньше главным авторитетом, источником информации и эмоциональной поддержки, как правило, были родители и другие взрослые, то теперь девушка-подросток претендует на самостоятельную и центральную роль и... ориентируется на взрослые нормы и критерии.

С одной стороны, она всячески подчеркивает свою принадлежность другому, не взрослому миру (вызывающе разговаривает, одевается и ведет себя так, как принято в молодежной среде, чтобы иметь там определенный статус, крайне необходимый в этом возрасте), с другой стороны, вместе с осознанием своей уникальности и непохожести на других приходит чувство одиночества, ощущение внутренней пустоты, которую необходимо чем-то заполнить. Хочется с кем-то поделиться своими переживаниями, открытием окружающего мира, первой любовью. Подруги-ровесницы для этого не подходят, их самих захлестывают те же чувства, к тому же они не умеют хранить тайну и верность, эгоистичны в дружбе – больше берут, чем дают, насмешничают, убивая тем самым любую откровенность. И девушка-подросток опять начинает тянуться к взрослым, только делает это теперь избирательно.

Иногда в старшей подруге она видит живое воплощение своего идеала, и тогда только одна мысль – быть рядом с ней, постоянно общаться – делает ее счастливой. Для нее девушка готова сделать все, не рассуждая о последствиях. А бывает, что выбор старшей подруги выражает потребность девушки в опеке и руководстве, так как ей крайне необходимо, чтобы с ней поделились опытом, рассказали то, чего она еще не знает, да и вообще, чтобы было на кого положиться.

Нередко девушка-подросток, проводя все свободное время в компании сверстников, в сложной жизненной ситуации идет за советом к матери, которая постепенно превращается из матери в старшую подругу. На данном этапе подругой может стать также тетя или старшая сестра. Подобная дружба, зародившись в ранней юности, в большинстве случаев сохраняется на всю жизнь. Родственницы-подруги помогают устранять трудности в установлении контактов с людьми, негибкость и тревожность в общении. Насколько трудно быть откоро-

венной с человеком со стороны, попросить у него совета или помощи, настолько легче это сделать при наличии подруги-родственницы.

Родители всегда мечтают, чтобы их дочери были друзьями. К сожалению, гораздо чаще между сестрами идет скрытая или явная война. Младшая сестра обычно обижается, что старшей покупают красивые платья, а она вынуждена донашивать за ней немодные обноски, старшая обижается за то, что родители больше внимания уделяют младшей сестре, а не ей. Нередко и сами родители подливают масла в огонь, когда ставят одну сестру в пример другой («Смотри, какая Света аккуратная, а у тебя вечно все разбросано!», «Надя так хорошо учится, а у тебя одни тройки») или когда одна из дочерей ходит в любимицах. Порой соперничество, переходящее иногда в «военные действия», продолжается всю жизнь – кто удачней вышел замуж, кто нарожал больше детей, кто устроился на более удачную работу, кто живет богаче...

Но бывает и так, что старшая сестра (с разницей в возрасте в 5–20 лет) становится для младшей самой близкой подругой. Родители целыми днями на работе, и все время с младшей сестрой рядом находится старшая. Она играет с ней, гуляет, водит в садик, заплетает косички, проверяет домашние задания, организует для нее праздники, учит, как правильно одеваться, строить свои взаимоотношения с мальчиками, выслушивает ее исповеди, а когда младшая сестра повзрослеет, то, в свою очередь, нянчится с племянниками, поддерживает их морально и материально. Родственные и дружеские отношения сплелись в единое целое. О такой подруге можно только мечтать.

Прекрасно, когда старшей подругой становится родная тетя. Порой задерганной на работе и дома матери некогда выслушать дочь, а для вступающей в жизнь девушки это крайне важно. Тетя же не уклоняется от разговоров, не ругает, не одергивает, не отталкивает племянницу, а спокойно ее выслушивает, обсуждает вместе с ней ее маленькие радости и неприятности, отвечает на бесконечные и немислимые «почему», дает ненавязчивые советы по поводу учебы, одежды, взаимоотношений со сверстниками, рассказывает о мире взрослых и т. д. и т. п. Племянница, таким образом, учится выражать свои чувства, общаться, начинает понимать, что не все люди думают одинаково, как ее мама и папа. При обоюдном желании дружба между тетей и племянницей может длиться долгие годы, становясь только крепче и многограннее.

Разница в возрасте между подругами даже на пять лет в ранней юности кажется просто огромной. С годами, с накоплением жизненного опыта она постепенно стирается и становится практически незаметной.

Юность – сплошной порыв, стремление, натиск, а зрелость – спокойствие, уверенность в себе и некоторое эмоциональное оскудение. Взрослая дружба не такая исключительная, интенсивная и эмоционально значимая, как в юности. Это связано с изменением соотношения разума и чувств. Естественно, чувства у взрослого человека не исчезли, просто они стали тоньше, сложнее, дифференцированнее, более подконтрольными разуму. Было бы смешно ожидать от взрослого, чтобы он на все реагировал с непосредственностью ребенка. Благодаря жизненному опыту вырабатываются стандартные эмоциональные реакции на типичные ситуации.

К тому же у взрослого человека образ собственного Я уже сложился, функция самопознания, столь важная в девичьей дружбе, отошла на задний план, и потребность в психологическом «зеркале»-подруге снизилась. Проблемы стали значительно сложнее, и простым разговором их уже не разрешить, общение становится более предметным.

Раньше устремленные в будущее девушки делились прежде всего своими мечтами и планами на будущее, они были неопределенными, и поэтому легко было найти подругу, полностью их разделявшую. Теперь, поскольку деятельность, круг общения, сфера интересов специализируются, очень трудно становится найти подругу, созвучную во всех отношениях.

Старые подруги могут стать неинтересными, или может произойти дифференциация дружеских отношений, когда с одной подругой связывают эстетические переживания, с другой – воспоминания молодости, с третьей – общие интеллектуальные или бытовые интересы.

Кстати, от этого дружба не перестает быть искренней и устойчивой. Вообще, следует отметить, что дружба зрелых людей гораздо терпимее и крепче, она редко распадается из-за пустяка, как в юности, женщины мирятся с частными недостатками своих подруг. Если раньше, как правило, на компромиссы шла старшая подруга, то теперь обе стараются сглаживать острые углы. Появление своей семьи и детей тоже заставляет младшую подругу на многие вещи смотреть по-иному. Подруги все чаще встречаются не в общественных местах, а дома, главными темами разговоров становятся семейные дела. Подруга перестает быть двойником и наконец-то становится собеседником.

С возрастом новые дружбы завязываются труднее, а потому понятие «лучшая подруга» все теснее сливается с понятием «старая подруга». Иногда из-за длительной близости у подруг притупляется интерес друг к другу: кажется, все мысли высказаны, а появляющееся что-то новое может быть истолковано неправильно, ведь старая подруга не может сразу отбросить биографию подруги и свои собственные взаимоотношения с ней. В этом смысле даже с посторонним человеком или случайным попутчиком поговорить легче, чем с близкими вам людьми: он вас не знает и принимает вас так, как вам этого хочется. Женщины ценят в дружбе прежде всего доверие и потенциальную возможность обсуждать свои личные проблемы, а не взаимопомощь и совместное времяпрепровождение.

Прекращение или разрыв дружеских отношений со старой подругой обычно не приводит к полному одиночеству, но любой жизненный кризис в этом случае переживается гораздо болезненнее и дольше. Ведь кризис в каких-либо отношениях, например любовных или профессиональных, побуждает женщину обратиться прежде всего за помощью к самой близкой подруге, которая всегда окажет поддержку, хотя бы эмоциональную. А старшая подруга – это как раз тот человек, к которому можно прийти, не надевая никакую маску, не отрекаясь ни от чего, что внутренне дорого, не оправдываясь ни за какие поступки, не каюсь и не доказывая ничего.

Старшая подруга принимает младшую со всем, что в ней есть. Она терпима, не считается с характером оказываемых услуг, не требует регулярных встреч и жизненного отчета. Поэтому потеря такой подруги – это все равно, что потеря части самой себя, части собственной жизни, соучастником и свидетелем которой, часто единственным, она была. Это придает мыслям о дружбе ностальгический оттенок. И он тем сильнее, чем старше становится женщина: семейные и трудовые отношения перестают заслонять дружеские, и дружба, как в юности, опять обретает свою исключительность и психологическое значение. Особенно это важно для старшей подруги, если она старше младшей на 10–20–30 лет. Наличие близкой подруги для нее такое же необходимое условие счастливой старости, как здоровье и материальное благополучие.

Иногда страх потерять подругу заставляет пожилую женщину избегать смены места жительства, работы и круга общения. Она может не жаловаться на одиночество, поскольку, в отличие от юности, научилась смирению и приспособила свои притязания к уровню реальных возможностей, но потребность ее в дружеском тепле и общении очень велика. К тому же, прожив долгую жизнь, она, естественно, жаждет поделиться опытом и в лице младшей подруги находит не только «психотерапевта», но и заинтересованного слушателя, в отличие от членов своей семьи, которые много раз слышали ее истории, и от молодых, которым эти истории зачастую просто неинтересны.

Необходимо также сказать о специфике женской дружбы. Традиционно почему-то считается, что дружба – преимущественно мужская добродетель. Исходят из того, что мальчики с самого раннего возраста гораздо активнее девочек вступают в контакты с другими детьми

во время прогулок, игр, учебы, походов и т. п. Чувство принадлежности к группе сверстников для мужчин всех возрастов значительно важнее, чем для женщин. Для мужчин важно содержание совместной деятельности и собственный успех в ней, а не наличие индивидуальной симпатии к партнерам.

Общение же девочек, а потом и женщин более пассивное, но зато более избирательное и дружественное. Если мужчины сначала вступают в контакты и только потом, в ходе взаимодействия, у них может появиться духовная тяга друг к другу, то женщины, в основном, вступают в контакт с теми, кто им нравится, содержание же совместной деятельности второстепенно. К тому же еще с детства мужчины тяготеют к широкому кругу общения, а женщины – к более узкому. Дружеские пары женщин закрыты для посторонних, в отличие от мужских.

Но самое главное отличие мужской и женской дружбы состоит в разной эмоциональной чувствительности и восприимчивости. В потребности и способности к самораскрытию, передаче другим более интимной и личностно-значимой информации о себе и своем внутреннем мире женщины превосходят мужчин. При оценке человеческих качеств для женщин наиболее значимы те, что связаны с отношениями к другим людям, а для мужчин – деловые качества, связанные с работой. Поэтому мужские рассуждения в большей мере безличные и жесткие, чем женские.

Вероятно, это связано с воспитанием. Девочек прежде всего приучают заботиться о других, в частности о младших детях. Поэтому в отношении старшей подруги к младшей нередко проглядывает материнский инстинкт. Старшая подруга реагирует на неприятности и несчастья младшей так же остро, как она реагировала бы на неприятности и несчастья своих самых близких людей – родителей, детей, супруга. И молодая женщина инстинктивно ищет эмоциональной поддержки не у мужа или отца, а у старшей подруги или матери.

Женский стиль общения традиционно нацелен на установление психологической близости и самораскрытие, мужчины же всегда заботятся о «сохранении лица», скрывая свои слабости, проблемы и подчеркивая достижения и притязания, им гораздо тяжелее проявить сочувствие и сопереживание.

На первый взгляд может показаться, что повышенная эмоциональность женской дружбы делает ее неустойчивой. Во взаимоотношениях людей неизбежны расхождения и недопонимания, а если их помножить на высокую эмоциональность, то... разрыв? Нет, поскольку женщины очень устойчивы в выборе друзей. А если к тому же в дружеской паре одна женщина старше другой, то у старшей подруги более стабильная психика, чем у молодой, и это является стабилизирующим фактором.

Благодаря большей нежности и интимности, нежели у мужчин, психологическая близость у женщин с возрастом только увеличивается. Кстати, это является одной из причин женского долголетия. Если у человека в детстве была эмоциональная близость с матерью, то в дальнейшем такому человеку значительно легче устанавливать хорошие отношения с другими людьми.

Терпимость, доброта, ласка, редкие наказания, поощрение дочери свободно обсуждать свои проблемы – вот те черты, которые могут превратить мать в старшую подругу для дочери, подругу на всю жизнь. Чтобы ни случилось потом в жизни взрослой дочери, она никогда не будет чувствовать себя одинокой, потому что будет знать, что есть на земле человек, который всегда ее ждет, который всегда поймет и поможет, – это ее мать. Если мать не сумеет или не захочет стать старшей подругой для дочери, создав в семье атмосферу духовной изоляции, непонятности, дефицита общения и человеческого тепла, то дочь будет искать старшую подругу в лице посторонней женщины.

Особенно необходима старшая подруга женщине, которая, оставшись даже ненадолго одна, не знает, чем себя занять, испытывает мучительную скуку и пустоту. Более мудрая

старшая подруга поможет ей заполнить пустоту приобщением к искусству, вовлечением в интересные интеллектуальные компании, просто человеческим общением, а при личном кризисе (например, потеря любимого, увольнение с работы, смерть близкого или родного человека) может даже предотвратить суицид. Даже люди, в высшей степени интересные и значительные, периодически испытывают хроническую печаль, ощущение безнадежности, тревожности и замыкаются в себе, если рядом не оказывается близкого друга или подруги.

Очень тяжело застенчивым и неуверенным в себе девушкам и женщинам. Постоянное ожидание насмешек или осуждения со стороны окружающих вынуждает их уходить в себя, почти полностью лишая себя личной жизни. Старшая подруга для них может стать спасательным кругом. Она научит необходимым навыкам общения в стандартных ситуациях.

Не надо бояться, что старшая подруга будет все время поучать и вмешиваться в личную жизнь. Если это так, то перед вами не подруга, а всего лишь приятельница, ведь основанием для истинной дружбы служат деликатность и внутренняя свобода. Приятельницы приходят и уходят, а настоящая дружба может длиться долгие годы, иногда и всю жизнь.

Очень тяжело, когда подруга уезжает далеко. Но независимо от расстояния можно сохранить с ней связь, посылая письма, открытки, звоня по телефону, приезжая к ней во время отпуска. Иногда в суете повседневной жизни бывает трудно помнить о подруге, которой нет рядом, но это не означает, что она не нужна или совсем позабыта. Приходит беда, или просто взгрустнулось, и вот уже образ подруги встает перед мысленным взором, вы вспоминаете все ее советы, рассказы, вы беседуете с ней – дружба продолжается.

\* \* \*

Люба уже который день мучилась вопросом: делать аборт или нет? Один ребенок уже был – шестилетний Ванечка. Перспективу иметь второго ребенка они с мужем даже в шутку никогда не обсуждали. Почему? Ну, во-первых, и с одним ребенком проблем хватает. Во-вторых, Алеша мечтал о сыне, и она родила ему сына. В-третьих, Алеша считал, что ребенок не должен ни в чем нуждаться, и Люба была с этим согласна.

Жили они в большой трехкомнатной квартире, муж прилично зарабатывал (через три месяца светила полугодовая командировка в Германию), Ванечка ходил в престижный и дорогой детский сад. Люба не работала, но недавно друзья детства пригласили ее работать в свою фирму, и она приняла предложение, тем более что на днях мама выходит на пенсию и обещает помочь в воспитании внука. Беременность же нарушала все планы.

Люба решила посоветоваться с Алешей. Муж внимательно выслушал ее и после недолгой паузы предложил позвонить старшей Любиной подруге Светлане, врачу-гинекологу, чтобы решить эту «проблему». Люба молча кивнула, но почувствовала обиду: не посочувствовал, даже ни на минуту не заколебался, как будто речь шла о чем-то совершенно незначительном.

Всю ночь Люба промучилась в раздумьях, а утром (было воскресенье) пришла домой к подруге. Светлана, выслушав Любу, возмутилась: «Да о чем тут думать – рожать надо! Ты молодая – всего 28 лет, у тебя прекрасное здоровье, достаток в семье, любящий муж. Кому же и рожать второго ребенка, как не тебе». Люба возразила: «Света, дети должны быть в радость, сама знаешь, а Алексей не хочет этого ребенка». Света удивилась: «Не хочет? А ты вспомни свою первую беременность, он ведь тоже сначала сомневался, а потом каким внимательным и заботливым стал. Сейчас в Ваньке души не чает. Рожай – он и второго полюбит!» Люба замылась: «Может в этот раз не надо, потом когда-нибудь, а сейчас не ко времени...» Светлана аж вскочила: «Никогда это время не наступит! Сотни моих пациенток тоже так рассуждали – сначала закончу институт, потом сделаю карьеру, получу квартиру, попутешествую по миру, а уж потом и ребенка можно заводить. А он не заводится почему-

то. Годами ходят лечатся, согласны на любые операции, но не могут забеременеть и все тут. И деньги есть, и любящий муж есть, а детей нет и никогда не будет. И жизнь становится не в радость. А тебе сам Бог посылает ребенка, а ты еще сомневаешься. Рожай, и поверь мне, все будет хорошо...»

В назначенный день Люба молча собрала в сумку нужные вещи, муж тоже молча оделся, вывел из гаража машину, в дороге попытался отвлечь Любу посторонними разговором, но... осекся. Люба уже подошла к дверям приемного отделения и вдруг молнией в мозгу сверкнули последние слова Светланы: «Рожай, и верь мне, все будет хорошо!» Люба развернулась и со странной улыбкой на лице прошла мимо недоумевающего мужа...

Прошло пять лет. В голове звенит от радостного визга Танюшки, которая играет с Ваней в догонялки. Алексей сначала ворчал, когда дети пару раз наткнулись на письменный стол, а потом рассмеялся, схватил детей в охапку и поволок их на улицу продолжать игру.

\* \* \*

Подружились Рита и Люда, когда поступали заочно в институт. Рите было тридцать пять лет – совсем не студенческий возраст, но так уж в жизни сложилось. Молодежи на заочном отделении было маловато, женщин тоже – институт специфический. Когда Рита подошла к коменданту оформлять документы, вдруг открылась дверь и вошла девушка с двумя огромными сумками. Красоты девушка была необычайной, а лицо печальное. Девушка присела на диванчик и стала разглядывать себя в маленькое зеркальце. Риту это разозлило: «Ненавижу таких красавиц – в голове и в сумках одни наряды. Ну зачем ей учиться? Поселят с ней в одну комнату, женщин-то больше нет, вот намучусь – танцы, пьянки, устроит из общежития публичный дом». Люда, так звали девушку, тоже искоса поглядывала на мрачную физиономию Риты: «Вот поселят с этой надутой теткой – воспитывать начнет».

Их действительно поселили вместе. Поднимаясь по лестнице, Рита, как человек воспитанный, помогла Люде дотащить тяжеленные сумки, в которых оказались... книги. Люду любезность Риты потрясла до глубины души – оказывается, за всю ее двадцатипятилетнюю жизнь никто ей не помог, хотя она помогала многим. И Люду прорвало. За двадцать минут Рита знала о ней уже практически все.

Люда приехала из небольшого провинциального города. У нее две маленькие дочки и муж-инвалид. Работает Люда в библиотеке и получает настолько мало, что порой приходится выбирать: купить батон или ехать на работу на автобусе, потому что на то и на другое денег уже не хватит. Муж у Люды жутко ревнивый, даже если кто на нее просто посмотрит, устраивает ей скандал. По состоянию здоровья (почки больные) ему нельзя носить тяжелое, и поэтому Люда это делает сама. Однажды после полочки шли всей семьей с базара, она с сумками, по бокам девчонки висят, рядом муж, и вдруг между ними какой-то парень прошел, так он такой скандал Люде закатил, а потом и вовсе ударил.

Рита очень удивилась, почему Люда рассказывает такое незнакомому человеку, почему сразу предлагает дружбу, почему, наконец, такая красавица и умница позволяет так обходиться с собой своему мужу. Но оказалось, что в своем городке Люде поговорить практически не с кем, да и стыдно о таком знакомым рассказывать.

Несмотря на огромный конкурс, Рита и Люда поступили в институт и перед установочной сессией целый месяц гуляли по Ленинграду, ходили в театры, знакомились с интересными людьми. После занятий каждый вечер в их общежитской комнате собиралась замечательная компания: хохотали, пели песни под гитару, читали стихи, делали студенческий ужин. Рита позабыла о своих заботах (неодобрение начальством ее желания учиться, проблемы с неугомонным сыном-подростком, бытовые сложности), а Люда – о своем домашнем кошмаре.

Каждый вечер перед сном подруги подолгу разговаривали. Сначала обсуждали бытовые проблемы, потом философствовали и даже фантазировали. Пыталась Рита поговорить и о семейной жизни Люды – ей было просто невыносимо осознавать, что ее подруга поставила на своей жизни крест, и все из-за какого-то неуравновешенного типа. Да и Люда за это время сильно изменилась, превратившись из затюканной провинциалки в спокойную и уверенную в себе красавицу. Рита поняла – надо что-то делать. Раз Люда ничего сама не хочет менять, необходимо помочь ей.

И тогда у Риты созрел план.

На курсе у них учился один мужчина – Антон, которого женщины обожали за силу и красоту, а мужчины уважали за ум и справедливость. Был у Антона только один недостаток (но, согласитесь, достаточно существенный) – он волочил за каждой юбкой, одерживал победу и сразу находил новый объект. Самое удивительное, что женщины на него не обижались и мирились с его легкомыслием.

Рита активно взялась за устройство личного счастья своей более молодой подруги, решив, что Антон – подходящая кандидатура для Люды. На какие только ухищрения ни шла заботливая подруга. и через некоторое время невинные вечерние посиделки всей компанией превратились в любовные свидания Антона и Люды. В аэропорт Люду провожали уже двое: Рита и Антон.

Следующие полгода до сессии между подругами шла активная переписка, частенько и перезванивались. Рита была в курсе всех дел Люды. Когда Люда приехала в свой город, то прямо с порога спокойно объявила мужу о своей измене, о том, что больше не намерена с ним жить, что через полчаса сюда придет ее новый муж (это, конечно, был блеф). Удивительно, но муж, который обычно без всякого повода устраивал сцены, стойко перенес новость, немного помялся, собрал чемодан и ушел к своей матери. Наконец-то женщина смогла спокойно вздохнуть – кончилась домашняя тирания.

К сожалению, с Антоном Люде пришлось расстаться, но кто знает, если бы не этот роман, может быть, бедная женщина так и продолжала бы жить с постылым супругом? Впоследствии Людмила познакомилась с достойным человеком и вскоре вышла за него замуж. Сейчас ее сыну, Васеньке, уже семь лет. Ну а Рита искренне радуется счастью подруги.

\* \* \*

Катерине последнее время все чаще в транспорте стали уступать место, продавщицы говорили «женщина», а не «девушка», мужчины на улице перестали обращать на нее внимание. «Старею», – грустно подумала Катерина, потом, передохнув, подняла тяжелую сумку и поднялась на восьмой этаж (лифт, как обычно, не работал) к своей подруге, Елене Николаевне, психотерапевту. Хотя Елена Николаевна была старше Катерины на пятнадцать лет, ей никто бы не дал больше сорока, так хорошо она выглядела: стройная, подтянутая, всегда улыбающаяся, со здоровым румянцем на щеках и озорным блеском в глазах.

Ставя на кухне чайник, Елена Николаевна внимательно рассматривала ссутулившуюся подругу, вяло водившую пальцем по скатерти. «Так что же случилось?» – неожиданно спросила она. Катерина вздрогнула, посмотрела на подругу и... вылила на нее все свои накопившиеся жалобы на жизнь: с мужем они уже два года никуда не выходили вместе, у сына Кольки переходный возраст – грубит, не слушается, на работе не складываются отношения с новым начальством, стала пошаливать печень, времени ни на что не хватает, настроение постоянно мрачное, неинтересно стало жить.

Елена Николаевна несколько месяцев не видела Катерину и была до глубины души потрясена происшедшими с той переменами. Подруга – красивая, цветущая, тридцатидвухлетняя женщина – как будто постарела лет на десять, глаза потухли, спина согнулась, цвет

лица стал землистым, губы подрагивают, как у обиженного ребенка. «Надо спасти Катерину», – подумала Елена Николаевна.

Напоив подругу чаем, она заставила ее хорошенько выспаться – благо были выходные, а муж и сын Катерины уехали в деревню погостить. Усадив перед собой отдохнувшую и посвежевшую Катерину, Елена Николаевна на правах старшей подруги и опытного психотерапевта изложила ей десять правил, по которым отныне та должна строить свою жизнь.

**ПРАВИЛО N 1.** Проснувшись утром, не хмурьтесь, вспомнив о куче предстоящих дел, а улыбнитесь и скажите миру: «Здравствуй!» Здоровайтесь со всеми первой и обязательно пожелайте своим близким доброго утра – пусть им сопутствует удача на протяжении всего дня.

**ПРАВИЛО N 2.** Распланируйте свой день. Разложите сегодняшние проблемы по полочкам: с кем необходимо встретиться, какая помощь нужна вам, какой помощи ждут от вас, и не забывайте о своих обещаниях. Попробуйте каждый день перебарывать себя в чем-нибудь, неважно, в большом или малом.

**ПРАВИЛО N 3.** Не мучьте себя переживаниями о прошедшем и тревогами о будущем – живите днем сегодняшним. Вчера уже прошло, былого не исправить. Завтра еще не наступило, и у вас нет никаких причин беспокоиться о нем заранее. Есть вы, родные и близкие вам люди, ваш дом, наконец. Берегите все это от зла, холодного равнодушия и суеты. Сделайте свой дом светлым и уютным для всех, кого ты любите. Напишите большими буквами на листке слово «СЕГОДНЯ» и прикрепите его на видном месте.

**ПРАВИЛО N 4.** Устройте себе маленький праздник, ну например, сходите в кино, побалуйте себя чем-нибудь вкусненьким, навестите тех, с кем давно хотели повидаться, да все времени не хватало, перечтите любимую книгу вместо очередной стирки. В крайнем случае купите себе что-нибудь: губную помаду, мороженое, платье, неважно что, лишь бы это вам нравилось. Можете устроить праздник не только для себя, но и для своих близких. Спешите творить радость – и вы почувствуете себя по-настоящему счастливой.

**ПРАВИЛО N 5.** Не скупитесь на похвалу. В любом человеке можно найти что-то хорошее – вот на этом и сконцентрируйте внимание, а негативных поступков старайтесь просто не замечать.

**ПРАВИЛО N 6.** Старайтесь в течение дня совершать только хорошие поступки. Не давайте отчаянию, гневу и другим негативным эмоциям овладеть собой. В мире и так хватает тоски, печали, злобы, ненависти, зависти – не становитесь дополнительным источником этих зол. Почаще улыбайтесь, будьте любезны и доброжелательны и постарайтесь избегать общения с нудными и злыми людьми. Излучайте спокойствие и оптимизм даже в самых тупиковых ситуациях.

**ПРАВИЛО N 7.** Вас не любят? А может быть, вам это только кажется, и на самом деле все не так уж плохо? Но даже если ваши подозрения обоснованы, то не впадайте в отчаяние – любите сами. Будьте терпимее, научитесь прощать, понимать, поддерживать того, кого любите. Не накапливайте раздражение, будьте легкой, свободной и жизнерадостной, а уж устоять перед такой женщиной ни один мужчина не в состоянии.

**ПРАВИЛО N 8.** Проблемы с детьми? Что ж, и они разрешимы. Любите своих чад, какими бы они ни были: пусть они не всегда оправдывают наших надежд, но ведь от этого они не перестают быть для нас детьми. Старайтесь стать для своих детей настоящим другом, интересным собеседником, мудрым советчиком. Никогда не унижайте их, напоминая о своих «благодетях» – дети нам ничего не должны. При возникновении недоразумений или конфликтов не обвиняйте во всем молодежь, ведь вы тоже можете ошибаться. И если уж в чем-то вы действительно были не правы, то не грех признать свою ошибку, а может быть и извиниться за допущенную несправедливость. Поверьте, это только возвысит вас в глазах детей и создаст более доверительную атмосферу.

**ПРАВИЛО N 9.** Никогда никому и ни при каких обстоятельствах не желайте зла. Простите обидчика и поищите истоки неудачи в себе. Не уподобляйтесь обидчику, что бы ни случилось, не отдавайте свое сердце злу. Ну, а прежде всего полюбите себя. Перестаньте заниматься самокопанием и критиковать свои поступки, ведь можно заикнуться на этом, и тогда для других мыслей просто места не останется.

**ПРАВИЛО N 10.** Радуйтесь жизни! Но делайте это искренне. Ну разве не замечательна наша планета? А какое чудо, что вы есть на этой земле и можете радоваться и светящему солнышку, и пьянящему аромату цветущего луга, и улыбке незнакомого человека. Да разве мало в жизни прекрасных вещей, радоваться которым можно постоянно!

Умом Катерина понимала, что Елена Николаевна права, но душевная леность нашептывала: «Нереально применить эти правила в повседневной жизни, нечего и мучиться». Елена Николаевна будто прочитала ее мысли: «А ты попробуй! Не все сразу, а по одному, хотя бы даже частично. Главное, начать. Очень пожелай этого и поверь в себя!»...

Прошло полгода. Однажды у парка Елена Николаевна заметила, как молодой мужчина пытается познакомиться с женщиной. Женщина явно не хотела знакомиться – что-то ответила ему и попыталась уйти. Когда женщина повернулась лицом, Елена Николаевна ахнула: «Катерина!». Катерина буквально преобразилась – каждая частичка ее излучала красоту, здоровье и радость. «Елена Николаевна, – закричала Катерина, увидев ее, – сегодня хороший новый фильм будут показывать в кинотеатре „Радуга“. Может быть, сходим вместе?». Елена Николаевна кивнула головой, улыбнулась и подумала: «Жизнь продолжается!».

## Глава II. «ПЛЕМЯ МЛАДОЕ»

Наташе было уже 29 лет, когда она познакомилась с Катериной, молоденькой девушкой 19 лет. Никто и подумать не мог, что буквально через пару месяцев девушки станут лучшими подругами. Наташа четвертый год работала на предприятии, где и познакомилась с Катей, которую направили сюда на стажировку, после окончания колледжа.

Знакомство завязалось совершенно случайно. Катя поинтересовалась, где столовая, и Наташа решила проводить ее. Так и началась их дружба. Все обеденное время уходило у них на разговоры. Каждая делилась историями из своей жизни. Поначалу первенство держалось за Наташей, она рассказывала ей про своих детей (кстати, их у нее было двое, и старшая дочь уже закончила первый класс), мужа, семейный быт, но после она стала больше прислушиваться к историям Катерины.

Как раз в это время у Наташи были проблемы с супругом. Казалось, еще немного – и их счастье разобьется о семейный быт. Она понимала, что из их отношений ушла романтика, влюбленность, все поглотила каждодневная рутина: работа – дом, дом – работа. Она делилась проблемами со своими подругами-ровесницами, но они никак не могли дать ей дельного совета. Наталья находилась на грани отчаяния, но ей на помощь пришла Катя.

В это время у нее развивался роман с молодым человеком, и Катя обо всем рассказывала своей старшей подруге. Она делилась с ней своими планами, как привлечь внимание этого молодого человека, как его удержать и заинтересовать. Поначалу Наташа скептически относилась к этим затеям подруги, считая все ее планы бредовыми, простой детской шалостью. Но видя, что подруга не обращает на ее высказывания внимания, и к тому же достаточно удачно воплощает свои планы в действие, которые приносили положительный результат, Наталья задумалась.

Молодая женщина и сама не заметила, как в ней проснулись первые чувства, которые она некогда испытывала к своему мужу, постепенно она поддалась романтическому настроению и решила испытать на себе один из приемов, про который так воодушевленно рассказывала ее подруга. Первая попытка провалилась с треском, но она не отчаивалась и с новыми силами взялась за восстановление прежних отношений с мужем. Через месяц она заметила, что муж перестал быть равнодушным и с каждым днем в нем все больше просыпалась юношеская страсть, ну совсем как в первые дни их супружества. Он стал дарить ей цветы, чего раньше никогда не делал, с работы возвращался раньше, чем прежде.

Отношения в семье окончательно восстановились. Наталья была счастлива, что семья сохранилась, за это она была благодарна своей младшей подруге, за ее советы. Теперь Наталья стала более внимательно прислушиваться к рассказам Катерины, надеясь, что сможет узнать еще много нового и полезного для себя. Она полностью изменила свое мнение о том, что от молодых знакомых можно ждать только неприятностей, польза от общения с ними была – и достаточно ощутимая. Разумеется, у молодых нет еще того богатого жизненного опыта, но нет и тех предрассудков, которые успели накопить люди более старшего возраста. Возможно, они несколько идеализируют окружающую действительность, зато смотрят в будущее с оптимизмом. А согласитесь, именно этого не хватает замученным бытом женщинам.

\* \* \*

Елена заключила неравный брак, выйдя замуж достаточно молодой. Она только поступила на первый курс, когда познакомилась с Олегом, ему было 38 лет, он был разведен и имел

двух детей. Олег был весьма образованным мужчиной, внимательным и довольно крепко стоял на ногах, имел свой бизнес. Как только Лена закончила второй курс, они поженились, Олег не видел нужды в том, чтобы его жена продолжала обучение, и поэтому ее образование на этом и закончилось.

Она полностью посвятила себя мужу, домашнему быту. Все ее подруги остались за студенческой скамьей – и круг ее общения ограничивался лишь супругом и родителями. Поначалу дети Олега жили с его бывшей женой, и Лена занималась исключительно собой и домом. Возможно, так бы и продолжалось до самой старости, в семье сохранялся бы мир и покой, но спустя семь лет удачного брака бывшая жена Олега уехала в другой город, а детей отправила к отцу.

Отношения у Лены с детьми мужа сразу не заладились. Старшему сыну было уже 19 лет, а дочери 14. Они не воспринимали Лену ни как новую жену своего отца, ни как свою мачеху – они попросту ее игнорировали. Однажды Елена стала свидетельницей довольно неприятной сцены: Олег пытался убедить детей, что Лена хороший человек, в ответ он услышал, что она разбила их счастливую семью, увела отца из семьи, поломала судьбу их матери. Что сама Лена ничего не стоящий человек, который просто удачно устроился и живет с их отцом только из-за денег.

Лена совершенно растерялась, она не знала, как вести себя дальше, за все это время она ни разу не слышала упрека от Олега в том, что она живет с ним из-за содержания, но после этого разговора с детьми он стал ей намекать, что было бы неплохо, если бы она устроилась на работу, причем брать ее в свой бизнес он не хотел. Лена была в тупике, единственный выход, который она видела в данный момент, – это возобновить учебу в институте.

Муж этого не одобрял, но в последнее время у него было слишком много дел, на жену он практически не обращал внимания – и она после того, как восстановилась в институте, стала все свое время посвящать учебе, там ее окружали молодые люди и девушки, с ними у нее завязались хорошие отношения, и однажды Лена поведала о своей истории. Конечно, конкретного совета, как именно ей следует себя вести в сложившейся ситуации, она не услышала, зато ее все больше стали привлекать увлечения современной молодежи. Она впитывала в себя всю информацию, и через несколько месяцев в разговоре с сыном своего мужа она смогла его заинтересовать, блеснув своими познаниями в области новых компьютерных технологий и последних музыкальных новинок, после этого он стал относиться к ней по-другому.

Оказалось, что и найти подход к дочери своего мужа было так же просто. Подруга Лены по институту посоветовала ей подарить той пару наборов косметики. Дочь Олега клюнула на этот прием – и отношения постепенно стали налаживаться.

Теперь Лена, оказываясь в трудной ситуации всегда, стремится обратиться за советом к своим молодым подругам – и их советы практически всегда оказываются дельными.

\* \* \*

Александра 12 лет проработала на предприятии, куда она устроилась сразу же после окончания института. Она начинала работу рядовым сотрудником отдела кадров, но это ее совершенно не смущало, ведь она считала, что это только первая ступень в ее карьере, и долго она на ней не задержится. К тому же, чтобы стать стоящим руководителем, необходимо досконально знать все этапы работы, так что навыки, полученные ею на этом месте, весьма пригодятся ей в будущем. Первый год она работала с завидным энтузиазмом, но через несколько лет стала охладевать к работе и уже перестала думать о повышении, считая, что это нереально. Александра и сама не заметила, как улетучился весь ее энтузиазм. Она стала злой и раздражительной.

Она не торопилась обзавестись семьей, так как главной ее целью была карьера, а в этом случае семья оказалась бы непосильным бременем. Теперь, спустя столько лет, сама мысль о том, что можно завести семью, казалась ей бредовой. Подруги предлагали ей сменить работу, устроиться в новую фирму, завести друзей и отвлечься от грустных мыслей, может быть тогда ее шансы получить более высокую должность и увеличились бы. Но она наотрез отказывалась от увольнения, приводя разные доводы в пользу настоящей работы, хотя ни один из них не был достаточно веским основанием для такого решения.

Положение усугубило то, что в отдел кадров приняли молодую сотрудницу, Свету, которая заочно училась в институте, ей сразу пообещали продвижение, как только она закончит институт. Александра не находила себе места, она не знала, как бороться с такой несправедливостью. Жизненной энергии и активности у Светланы было хоть отбавляй: она быстро справлялась с заданиями любой сложности и еще успевала посещать какие-то курсы.

После того как Света проработала несколько месяцев на предприятии, Александра несколько изменила свое отношение к девушке, она стала интересоваться, на какие курсы та ходит, и вскоре сама записалась на курсы повышения квалификации. Александра словно сбросила пелену с глаз, стала такой же энергичной, как Света, в ней снова проснулся энтузиазм.

Вскоре Александру повысили в должности, но она уже не хотела останавливаться на этом: видя, как Света «порхает» по отделам, Александра словно заразилась ее энергией. Они стали практически подругами с молодой сотрудницей, у них появились общие интересы – и Саша словно помолодела. В скором времени она услышала, что одна очень перспективная фирма набирает сотрудников, Александра подходила по всем параметрам и сделала свой первый серьезный шаг: она уволилась с работы и устроилась на новую фирму. Теперь Александра руководит целым филиалом и очень гордится своими успехами, хотя в глубине души знает, что многим обязана своей молодой сотруднице Свете.

\* \* \*

Марина всегда хорошо ладила со своим сыном, в их семье всегда царила гармония. Но только ему исполнилось 16 лет, как вся идиллия рухнула. Антон, сын Марины, стал подолгу задерживаться после школы, порой приходил уже за полночь, его оценки резко снизились, а поведение стало просто невыносимым. Антон практически перестал разговаривать с матерью, порой он ее просто игнорировал. Марина совершенно выбилась из сил, она ходила в школу, пыталась узнать, что могло произойти с ее сыном, но педагоги ничем не могли помочь ей и сами терялись в догадках, списывая трудности на подростковый возраст.

Отец также пытался наладить контакт с сыном, но Антон даже слушать его не желал. Все разговоры неизбежно заканчивались скандалами. Однажды Марина заметила, что у Антона под кроватью стоит чемодан. Она решилась открыть его – и увидела, что там лежат вещи ее сына. Она не могла поверить в то, что ее благополучный до настоящего времени сын решил уйти из дома. Она не знала, что делать, боялась заговорить о своих подозрениях с сыном и тем более говорить что-то отцу, так как последний был очень суров.

Марина бросилась к своей подруге, надеясь, что та сможет ей чем-то помочь. Но подруги не было дома, она застала только ее двадцатилетнюю дочь. Марина была в таком состоянии, что ей необходимо было поделиться своими горестями хоть с кем-нибудь, поэтому она все выложила девушке. Та на удивление спокойно восприняла новость, что поначалу сильно удивило Марину, она надеялась найти хоть какое-то утешение. Но все оказалось несколько иначе.

Ольга, дочь Мариной подруги, рассказала о том, что в школе, где учится Антон, негласно проповедуется Х-религия, и Антон, по всей видимости, стал ее приверженцем.

Марина не хотела в это верить, во-первых, потому, что сама ничего об этом не слышала, а во-вторых, она просто не могла поверить, что ее сын изменился до неузнаваемости под чужим влиянием. Но Ольга привела столько доводов в подтверждение своих слов, что дальше было по крайней мере неразумно упорствовать и продолжать искать иные объяснения.

Но на этом проблема не была исчерпана, самое главное оставалось впереди: как удержать сына дома и разуверить его во внезапно выбранной религии. Здесь Ольга решила прийти на помощь, она сказала, что достаточно хорошо знает и тех людей, которые занимаются подобной агитацией, и саму программу агитации. Она решила убедить Антона, что она также одна из них и каким-то образом отлучить его от новых убеждений.

План был продуман достаточно быстро, в тот же вечер Ольга встретила с Антоном – и он поверил ей, что она одна из «них». Как раз в это время Ольга уезжала в командировку и у нее была возможность забрать Антона с собой, они с Мариной пришли к выводу, что его нужно как можно дальше увезти от этих мест. Ольга в тот же вечер предложила Антону уехать с ней – конечно, умалчивая об истинных целях.

В следующее утро поезд привез молодого бунтовщика в маленький городок, где Ольге предстояло провести не меньше года. В первые месяцы с Антоном были большие проблемы, он все время требовал возвращения, но Ольга отговаривалась тем, что все идет по плану, со временем Антон поступил в новую школу, у него появились новые интересы – и он забыл о своем недавнем фанатичном увлечении.

Через некоторое время Антон вернулся домой, а Марина до сих пор благодарна Ольге за то, что та вернула ей сына и спасла его от бегства.

\* \* \*

Валентина была преподавательницей в ВУЗе. Ее старшему сыну уже исполнилось 23 года, он получил диплом – и мать старательно подыскивала ему приличную работу по своим знакомым. Валентина видела в своем сыне будущего бизнесмена, прочила ему счастливую жизнь. Она возлагала на него большие надежды.

Работу ему она нашла достаточно быстро, но сын не проявлял особого рвения, скорее даже относился к работе несколько халатно. Мать поначалу на все закрывала глаза, думая, что сын еще просто не успел адаптироваться, не перестроился с вольготной студенческой жизни на новый лад. Так продолжалось около полугода, мать уже начинала беспокоиться, что все ее надежды рухнут, но в один из дней Валерий заявил матери, что собирается жениться.

Валентина была в шоке, она никак не рассчитывала, что сын так скоро решится обременить себя брачными узами. Она надеялась, что сможет переубедить его, и ей это практически удалось, но не до конца. Валерий стал часто приводить свою девушку домой, иногда она даже оставалась у него жить на несколько дней. Валентина кусала локти, не зная, как разрушить этот союз. Наконец она пришла к определенному решению.

Валентина купила сыну дорогую машину, но при этом она поставила условие, что Валерий больше не будет встречаться со своей девушкой. Вид новой машины буквально опьянил ее сына – и он согласился на компромисс. Валентина была очень счастлива. Сын стал лучше работать, его даже успели повысить в должности. Бывшая девушка Валерия однажды пыталась поговорить с его матерью, но та на корню пресекла эти поползновения. Она считала, что Валерий действительно порвал с ней отношения и теперь занят только своей работой и машиной, но она ошибалась.

После удачно заключенного на своей работе контракта, Валерий отправился на пикник со своими друзьями, но вернуться домой ему было не суждено. Валерий был слишком доволен своей машиной, начал демонстрировать друзьям свое мастерство и на одном из поворо-

тов на них наскочил КАМАЗ. Валерий погиб сразу же, остальные друзья были доставлены в больницу с разными травмами.

Известие свалило мать на несколько дней. Похоронами занимался отец и родственники. Безутешная женщина смогла приехать только на кладбище, там она заметила бывшую девушку Валеры. Она тихо стояла в стороне, не решаясь подойти. Мать сама подошла к девушке. Оказалось, что она ждет ребенка, все это время они продолжали встречаться с ее сыном и собирались пожениться.

Поначалу Валентина ничего и слышать не хотела о внуке, но потом поняла, что сына вернуть невозможно и нужно радоваться тому, что у него остался наследник. Валентине пришлось провести не один день вместе с девушкой ее погибшего сына, пока они не наладили контакт. Спустя несколько месяцев они стали подругами, Валентина считала девушку своей невесткой, несмотря на то, что сына уже не было в живых. Мать поняла свою ошибку, она так держалась за своего сына, что никого не желала видеть с ним рядом.

Родившегося мальчика назвали Валерой, в честь отца. Валентина усвоила для себя урок, который оказался, правда, очень суровым – с тех пор она больше внимания уделяет молодым людям, прислушивается к их мнению и считается с их желаниями.

\* \* \*

Ирина долгое время преподавала в школе иностранные языки, но со временем она решила, что эта работа слишком утомительна для нее. Она решила заняться репетиторством. Клиентов было достаточно, так что она смогла повысить свой заработок, не слишком переутруждаясь. Преподавала она достаточно хорошо и со временем перешла на новый уровень – она готовила абитуриентов для поступления в ВУЗы.

По стечению обстоятельств, одна из клиенток предложила ей проводить занятия у нее на дому, причем времени на подготовку оставалось не так много, поэтому занятия продолжались по 6–8 часов в день. Настя, абитуриентка, была достаточно способной ученицей, они быстро нашли общий язык и, когда их занятия уже подходили к концу, им не хотелось расставаться.

На последнем уроке Настя сделала Ирине неожиданное предложение – она решила познакомить ее со своим отцом; оказалось, что мать давно не живет с ними, а отец полностью посвятил себя работе, совершенно забыв о себе. Ирина согласилась на это только потому, что ей нравилась сама Настя, нравилось с ней общаться – и она надеялась, что станет другом семьи. Но когда они в первый раз встретились с отцом Насти, то Ирина поняла, что просто друзьями они быть не смогут. Через несколько месяцев Ирина приняла официальный статус мачехи Насти и до сих пор не знает, кого же благодарить за внезапное счастье: стечение обстоятельств или Настю.

\* \* \*

Как правило, у женщины всегда много друзей, если, конечно, она является человеком в достаточной степени коммуникабельным.

В детстве она стремится находиться в кругу более старших: матери, старшей сестры. По мере взросления она выбирает себе в подруг ровесниц. Становясь более взрослой, столь жесткого критерия уже не существует, в окружении женщины появляются и молоденькие девушки, и женщины старшего возраста.

Как относиться к разновозрастным подругам? Есть ли смысл пренебрегать советами одной и слепо следовать указаниям другой? Определенно никто не сможет дать ответ на

этот вопрос, но, тем не менее, стоит попробовать разобраться. Ведь неспроста же женщина окружает себя столь разнокалиберной публикой.

В этой главе мы хотим поговорить о «младших» подругах и знакомых женщины. Есть ли какой-то толк от этих отношений? Стоит ли заводить какие-то отношения с женщинами младшего возраста? Придавать ли значение их советам? Уделять ли им вообще внимание?

Интересно то, что более зрелые представительницы прекрасного пола не хотят общаться с младшими по возрасту, относятся к ним предвзято, а молодые, наоборот, хотят завести знакомство с более старшими женщинами. Скорее всего именно поэтому и возникают компании, где сочетаются все возрасты. Хотя это может происходить и от того, что достаточно трудно создать окружение, в котором будут люди исключительно вашего возраста.

Итак, полезно ли знакомство с молодыми особами и, тем более, дружба с ними? Несомненно, что толк от таких связей есть, но вот какой?

Прежде всего, молодая подруга в любом случае олицетворяет собой соперницу. Женщина, у которой есть молодая подруга, начинает сравнивать ее с собой. Не всегда, правда, это сравнение оказывается в пользу более зрелой подруги. И вот тогда-то она решает больше внимания уделять своей внешности, что, разумеется, идет ей на пользу.

В ней начинают просыпаться сопернические чувства, она начинает ставить перед собой какие-то цели, которые, возможно до этого не имели для нее никакого значения, она начинает даже мыслить иначе.

Несомненно одно: польза от молодых знакомых есть, и немалая. Когда знакомство длится больше месяца и отношения становятся достаточно теплыми, то именно в этот период женщине и стоит повнимательнее приглядеться к своей молодой подруге. Ведь не только она может чему-то научить, но и взять что-то на заметку сама.

Какой бы современной и продвинутой ни была женщина, о самых последних новинках она может узнать только от этой подруги. Притом не только узнать, но и ознакомиться с результатами. Ведь молодые очень любят экспериментировать, а значит, как только они услышат о каком-то новом веянии, тут же стараются применить его на себе.

У молодой подруги вы можете спросить обо всех новых тенденциях в косметике, макияже, одежде. Но это все, разумеется, мелочи, потому что молодые особы обладают, хоть сами и не подозревают об этом, непринужденностью и непосредственностью, уже не детской, а именно той, которая помогает им завести знакомства и запросто общаться.

Вероятнее всего, женщина, у которой есть молодая подруга, не станет признаваться ей, что в чем-то хочет походить на нее, например: в манере одеваться, краситься и, конечно, общаться, она просто «мотает все на ус». Молодые подруги хороши тем, что у них не нужно выпрашивать совета, просить подсказать вам, как поступить в той или иной ситуации. Стоит вам лишь рассказать о своей проблеме, как подружка сразу же выдаст пару-тройку советов, а также решений вашей проблемы. Но вы не должны подавать вид, что пользуетесь ее рекомендациями и даже прислушиваетесь к ним. Лучше просто проигнорировать данный совет. Ведь молодая подруга, скорее всего, и сама не подозревает о том, что именно такой совет вам был необходим.

Если молодая подруга романтична, то это чувство непременно передастся и ее более старшей подруге. Не важно, состоит ли подруга в браке или все еще ищет своего спутника – новые веяния обязательно ей помогут. Молодая подруга поможет вам – и если у вас нет большой компании или вы вообще довольно одинокая особа, она обязательно создаст вокруг вас ауру доброты и веселья, и к вам потянутся люди, жаждущие общения с вами.

Вашей подругой может стать и младшая сестра вашего мужа (золовка). В этом случае вы приобретете не только подругу, но и соратницу. От нее вы узнаете много секретов о своем супруге, при этом вам совершенно не обязательно что-то разведывать, вся информа-

ция практически сама польется вам в руки. Вы можете узнать много нюансов из жизни своего мужа. К тому же золовка вполне может стать хорошей поддержкой в сложной ситуации, когда атмосфера будет накалена до предела: именно она сможет разрядить ее.

Не стоит забывать о том, что несмотря на то, что сестра и брат (ваш муж) разного пола, росли они в одной атмосфере, воспитывались на одних принципах, а значит, глядя на его сестру, на ее поведение, узнавая ее взгляды, вы можете избежать многих ошибок. Ну например, ваш муж многое прощает вам – или скрывает обиду и разочарование в глубине души, боясь ранить ваши чувства. А его сестра может, сама того не подозревая, выдать вам состояние вашего супруга в той или иной ситуации. Подружитесь с юной золовкой – вы не пожалеете. Кстати говоря, ее дружба может оказаться полезной для вас не только в отношениях с мужем.

Самое главное в этой ситуации – поддержание хороших отношений с сестрой вашего мужа; если вы настроите ее против себя, то приобретете в ее лице очень опасного противника, поэтому гораздо разумнее не доводить ситуацию до этого. Для вас младшая сестра мужа – большая удача, ведь если вы будете с ней в хороших отношениях, то она поможет наладить вам контакт и со свекровью.

Вашей подругой может стать и невестка, если вы уже являетесь матерью и ваш сын женился. Отношения в семье всегда очень непростые и поэтому их следует налаживать с самого начала, не стоит ждать, когда все выйдет из-под контроля. Вы старше, а следовательно, умнее и опытнее, поэтому всю инициативу должны взять в свои руки. Вам сразу стоит найти подход к невестке, тогда вы можете добиться не только мира в доме, но и обрести подругу. Ведь если вы будете ладить с невесткой, то и с сыном у вас станут более теплые отношения. А для любой матери это очень важно.

Конечно, невестка – это случай, когда подруга навязывается вам извне, вопреки вашим желаниям, вас просто ставят перед фактом. Но и в данной ситуации у вас есть выбор: вы можете либо контактировать с ней ровно настолько, насколько этого требуют приличия, либо стать настоящими подругами. И даже если у вашей невестки не слишком покладистый характер, то вы все равно сможете найти общий язык и прийти к взаимопониманию. Ведь любящая женщина способна на многое. Ум, обаяние, тактичность – все это может стать вашим хорошим помощником в некоторых случаях, конечно, придется прибегнуть и к хитрости, проявить хладнокровие и здравый смысл.

Главное в этом случае – не навязывать снохе свои взгляды и убеждения. Вы не должны думать, а тем более демонстрировать, что вы намного умнее, опытнее и, вообще, во всем лучше ее. Такое жизненное кредо не пойдет вам на пользу. Так что постарайтесь взглянуть на избранницу сына, как на равную, и тогда у вас появится новая подруга и соратница.

Если же говорить о младших подругах вообще, то они очень могут помочь вам стать более коммуникабельной. Молодая подруга может быть сварливой по жизни, скучной и даже занудливой, но рядом со взрослой женщиной она кардинально меняется. Если у вас с кем-то разладились отношения, то лучший способ наладить их – это «подослать» свою юную подругу: она сумеет примирить враждующие стороны.

Но, рассуждая о молодых подругах, не лишним будет отметить, что все-таки не стоит слишком близко впускать ее в ваши семейные отношения. Конечно, это не значит, что вы должны прятать ее от мужа или своего спутника, но и сближать их также не стоит. То же самое можно сказать и о вашей компании, молодая подруга должна быть, по мере возможности, отстранена от вашего окружения. Не стоит воспринимать все слишком серьезно, это просто небольшое предупреждение.

Среди вашего окружения могут быть молодые девушки, которые не обязательно являются близкими подругами, ну например, коллеги по работе, сокурсницы или дети ваших более старших подруг. Все они рано или поздно пригодятся вам, вернее, их совет или реко-

мендация. Поддерживая хорошие отношения с детьми ваших подруг, вы приобретаете в их лице бесценных советников. Общение с ними поможет вам найти общий язык и с собственными детьми.

Не обязательно ждать, когда в семье вашей подруги произойдет ситуация, аналогичная вашей, просто станьте хорошей знакомой ее дочери или сына, которые обязательно будут рассказывать вам о своих чувствах и ощущениях, об отношениях с собственными родителями. На основании этого вы можете изменить свои отношения со своим ребенком, построить их так, чтобы избежать столкновений.

Общение с более молодыми людьми поможет вам взглянуть на обыденность под новым углом зрения, но некоторые представители молодого поколения могут вызывать у вас раздражение. Если вам неприятно, как молодая девушка, ваша знакомая, ведет себя, то лучше вообще отказаться от общения с ней. Если она окружена мужским вниманием, а вы, наоборот, чувствуете его недостаток, то постарайтесь либо не обращать на это внимание, либо приглядитесь к этой особе, как ей удастся создать вокруг себя такую атмосферу, что люди к ней тянутся.

Молодые подруги дают вам вторую молодость, вместе с ними вы можете заново пережить свои молодые годы. Если разница в возрасте не слишком значительная, то ваша компания будет очень хорошей и прочной, вы будете дополнять друг друга.

Если ваша молодая подруга – коллега по работе, то она станет вашим стимулом к лучшей деятельности; конечно, не слишком хорошо использовать других людей, но иногда этого просто не избежать. Вы будете стремиться превзойти молодую коллегу и, возможно, ваши усердие, энергичность, компетентность будут оценены по достоинству руководством. Однако старайтесь делать это аккуратно, чтобы не нанести психологическую травму молодой девушке, поднимаясь по социальной лестнице за ее счет. Ведь и с другими тоже нужно считаться.

В этой главе стоит оговорить и ту ситуацию, когда женщина находится в депрессии или близка к подобному состоянию. Именно в этой ситуации ей требуется молодая подруга. Она поможет если не выйти из депрессии, то хотя бы попытается помочь справиться с теми или иными проблемами. Стоит только правильно выбрать подругу для этого: в данном случае наилучшим образом вам может помочь либо такая же натура, либо полная вам противоположность, заражающая вас своей энергией, оптимизмом. Она научит вас снова радоваться жизни, замечать те мелочи, на которые вы прежде закрывали глаза или вообще отказывались их видеть.

Есть и другой способ. Если ваша молодая подруга находится в подобном вам состоянии, то вы можете вынести из этого урок, выяснив, что именно послужило причиной этого состояния. Вы наверняка сочтете ее проблемы надуманными и со временем также отнесетесь и к себе, поняв наконец, что безвыходных ситуаций не бывает.

Разумеется, в числе друзей женщины более молодого возраста могут быть не только представительницы прекрасного пола. Молодой друг станет для нее хорошим стимулом, только несколько в ином плане. Он даст понять женщине, что с возрастом она не становится хуже, а наоборот. Ее внутренний потенциал раскрывается, женщина становится интересной, яркой личностью, ведь ее жизненный опыт делает ее интересным собеседником, советником и даже соратником. И об этом не стоит забывать. Рядом с молодым человеком женщина расцветает, чувствуя, что она нравится, привлекает внимание, может заинтересовать человека, она старается поддержать это мнение; и даже если до этого она была несколько скучноватой в общении, то после такого знакомства она в корне меняет свои манеры и привычки.

Молодая подруга – хорошая помощница для деловой женщины. На старых подруг, у них, как правило, не хватает времени, а если молоденькая девушка будет всегда под боком,

то дела наверняка пойдут в гору. Она может многому научить эмансипированную женщину: как подобрать сотрудников, как наладить дела в бизнесе.

Дело в том, что женщины, вышедшие из юношеского возраста, каждую проблему воспринимают как катастрофу. Юности же свойственна некоторая легкомысленность и беспечность, что, однако, не мешает принятию серьезных решений, но при этом и не дает возможности развиться паническим настроениям. В итоге проблема решается гораздо меньшими усилиями, а очередная неприятность не воспринимается как крушение надежд всей жизни.

Не обязательно заводить очень тесное знакомство с молодой особой, достаточно просто поддерживать с ней хорошие отношения. Естественно, мы не предлагаем вам ограничиваться лишь общением с представительницами нового поколения, но, согласитесь, подружиться с ровесницами: как бы интересно нам с ними ни было, зачастую они обременяют своими проблемами, которых, кстати сказать, и у нас хватает. Порой просто надоедает слушать их στεдания по поводу несложившейся семейной жизни, материальных проблем и т. д. и т. п.

В этом случае на выручку вам и придет молодая подруга. Конечно, и у нее есть свои проблемы, но, во-первых, она не считает их такими уж сложными и верит, что в скором времени они обязательно разрешатся. Во-вторых, нужно же и вам когда-нибудь позволить себе отдохнуть от дел, а это вам лучше всего сделать именно в компании молодых, не обремененных еще семейными заботами девушек. Ну и в-третьих, ваши рассказы о собственных переживаниях молодая подруга будет воспринимать с большей заинтересованностью, ведь в ее жизни еще ничего подобного не происходило. А такое живое участие со стороны собеседника не может не импонировать.

Есть и еще одно преимущество такой дружбы. Если вам захочется рассказать о своей проблеме, но она настолько запутанная, да к тому же вы понимаете, что были в чем-то сами неправы, но хочется получить дельный совет, да такой, чтобы плюс ко всему еще и подбодрил вас, то лучше всего обратиться за помощью к подруге. От нее вы легко можете скрыть те неприятные моменты, которые были в вашей ситуации и где вы были неправы, и при этом рассчитывать, что вам дадут толковый совет и к тому же подбодрят. Ведь молодая девушка, в отличие от зрелых подруг, не заметит подвоха, не сможет догадаться, что вы что-то от нее скрываете. Она обязательно примет все на веру, в то время как подруга-ровесница рано или поздно выудила бы из вас все подробности произошедшего. Даже если совет молодой особы окажется не слишком-то пригодным, то вы все равно получите эмоциональную поддержку, а это, согласитесь, не так мало.

Но иногда нелишне и погрузиться в мир проблем вашей подруги. Это будет для вас, с одной стороны, хорошей психологической разгрузкой, поскольку для вас ее проблемы будут совсем мелочными и их разрешение не составит для вас особого труда. Вы только посмеетесь в глубине души над тем, что так долго занимает все мысли вашей подруги, и возможно на их фоне и ваши проблемы станут гораздо более разрешимыми, нежели прежде. А с другой стороны, вы сделаете большое одолжение вашей молодой подруге, благодарность которой не заставит себя ждать. И будьте уверены, подруга ответит вам тройным вниманием именно тогда, когда вам это будет так необходимо.

Вашими советчиками и помощниками могут стать не только лично ваши подруги, но и знакомые ваших близких. Практически все молодые люди считают авторитетным мнение более взрослого советчика, поэтому, если у вас на горизонте появляются подходящие объекты, то вы можете проверить, есть ли у вас педагогические способности. Опыт общения с молодыми людьми в любом случае окажется для вас полезным. Даже если вы не намного старше своей знакомой, то все равно стоит испробовать разные методы влияния на молодую девушку – подобная практика вам обязательно пригодится.

Общаясь с молодой подругой, вы можете изменить свою жизнь. На прогулке на вас обязательно обратят внимание, хотя бы потому, что вы будете достаточно неординарной пароч-

кой. Молодая подруга хороша и тем, что будет как бы дополнять вас. Ведь вы уже наверняка утратили романтику, непосредственность, вами в большей степени руководит разум, нежели чувства, а ведь иногда так полезно совершить какое-нибудь безумство, почувствовать себя свободной ото всех ограничений (в разумных, естественно, пределах).

Несомненно и то, что молодая подруга привнесет в вашу размеренную жизнь некую беспорядочность, выбьет вас на некоторое время из колеи, но вам это пойдет только на пользу. Рядом с молодой подругой вы снова почувствуете себя молоденькой девушкой, готовой на любые авантюры.

Особенно необходимо общение с юными особами тем женщинам, которые полностью посвятили себя карьере. Если вы уже несколько лет работаете и за это время у вас ни разу не было полноценного отпуска, то вам просто необходима психологическая разгрузка. Молодая подруга окажется в этом случае неоценимой помощницей. Она сможет отвлечь вас от деловых проблем, ведь в ее юном мире происходит столько интересного. Она обязательно развлечет вас своими рассказами, а возможно даже и вовлечет в некоторые приключения.

Но, говоря о юных созданиях как о возможных подругах и советчицах, следует все же оговориться, что порой такие знакомые могут оказаться серьезными соперницами, которых вы сами приведете в свой дом. Конечно, это случается не так часто, но, тем не менее, не стоит об этом забывать. Если ваша подруга начинает слишком часто приходить к вам в гости и уж тем более в то время, когда вас нет дома, то лучше постараться прекратить с ней отношения, тем более, если вы не уверены в ней на сто процентов. Подруга может оказаться разлучницей, но подобной неприятности вполне можно избежать, ведь, как правило, у молодых девушек нет дефицита во внимании со стороны представителей мужского пола, а значит она навряд ли испытывает к вашему мужу или другу настоящие, искренние чувства. Вы же, в свою очередь, должны стараться пресекать чувство соперничества у своей молодой подруги, тогда не стоит опасаться подобных последствий.

Не забывайте, что, как правило, настоящими и достаточно серьезными соперницами являются именно ваши подруги-ровесницы – либо те, у которых не сложилась личная жизнь, либо подруги, в течение долгого времени находящиеся в тесном контакте с вашей семьей. Ведь чаще всего свои семейные проблемы вы обсуждаете с ровесницами, считая, что молодая подруга еще не обладает достаточной мудростью и жизненным опытом, чтобы помочь вам в разрешении той или иной проблемы.

Вы рассказываете своей подруге-ровеснице о недостатках своего супруга, о семейных или служебных конфликтах. Первое время подруга только слушает вас, дает вам советы, поддерживает вас, но если так продолжается несколько лет, то подруга может быть даже подозрительно начинать считать вас неумехой и рано или поздно занимает ваше место, при этом вы сами ей помогаете сделать это. Ведь вы делитесь с ней самым сокровенным, и у нее может проснуться простое чувство азарта – а вдруг у нее получится исправить или вовсе не допускать ваших ошибок и сделать вашего мужа по-настоящему счастливым. Может случиться и такое, что ваша подруга-ровесница просто-напросто станет давать вам советы, которые вместо того, чтобы улучшить ваше положение, еще больше его усугубят.

В итоге разрушаются семьи и утрачивается дружба. Поэтому задумайтесь, прежде чем в следующий раз станете посвящать свою подругу во внутрисемейные отношения, не стоит ли отдать предпочтение молодой подруге, которая постарается помочь вам вместо того, чтобы строить козни.

Отдавая предпочтение той или иной подруге, помните и о том, что даже если ваша подруга станет посягать на вашего супруга, то к молодой подруге он вряд ли станет относиться серьезно. Разумеется, он может увлечься, но не более, в то время, как к вашей подруге-ровеснице у него может возникнуть вполне определенный интерес, который со временем перерастет в нечто большее и изменить ситуацию вы уже будете не в состоянии. Поэтому,

если вы не хотите потерять своего супруга, постарайтесь не сближать его ни с той, ни с другой подругой. Но все же берегите его от зрелой подружки – от нее он вряд ли вернется.

Конечно, не стоит ждать от своей молодой подружки, что она станет давать вам советы, которые спасут вас в данной ситуации, или что она сможет продумать какое-то ваше действие, от которого зависит ваша судьба, не стоит возлагать на нее слишком много «обязанностей», которые мы приписываем своим обычным подругам. Не стоит и слишком увлекаться общением с молодой подругой, полностью переходить в ее компанию, между вами все равно должна сохраняться какая-то дистанция, тем более, если разница в возрасте значительная.

Как известно, все познается в сравнении. А значит и то, насколько нужна вам молодая подружка, вы узнаете, только если пообщаетесь и с такими советчицами, как бабушка, мать, ровесницы. Несомненно и то, что бабушка сможет дать вам уйму советов, поделится своим громадным жизненным опытом, поддержит вас, даст нужные указания. Молодая подружка, естественно, не сравнится с ней, но и у нее есть свои плюсы, которых не имеет старшее поколение.

Такой подругой вполне может стать и ваша родная сестра. Пусть даже отношения между вами не заладились с самого раннего детства – в этом нет ничего исключительного и непоправимого. В конце концов, вы уже выросли и можете отбросить старые сче­ты, став настоящими подругами. Тем более, что и вы, и ваша сестра только выиграете от таких отношений.

Возможно, сначала вам покажется, что от этой дружбы в первую очередь выиграет ваша младшая сестра. Да и как иначе! Ведь это она набирается у вас опыта, учится, как вести себя в обществе, как заводить знакомства, но в свое время и она сможет дать вам несколько практических советов, и кто как не она поможет вам в трудной ситуации. Пожалуй, со временем сестра может стать вам самым близким человеком, на которого вы сможете положиться целиком и полностью. Рано или поздно вы все равно отдадите предпочтение своей младшей сестре. Ведь она лучше всех посвящена в ваши проблемы и трудности.

Преимущество вашей младшей сестры как подружки еще и в том, что с ней вы можете свободно общаться, спрашивать у нее советы, находясь в полной уверенности, что она даст вам дельный совет и войдет в ваше положение лучше всех остальных.

К тому же ваша младшая сестра является отличным посредником между вами и вашей матерью, это будет тем более кстати, если у вас не совсем гладкие отношения с родительницей. Младшая сестра может быстро уладить ваши конфликты и примирить вас.

Случается порой, что абсолютно не с кем поделиться своими проблемами и чувствами. И когда нам становится совсем плохо, мы прибегаем к листу бумаги и ручке – пишем о своих неурядицах в дневник, иногда это входит в привычку и заменяет необходимость общения с друзьями. К тому же дневник абсолютно надежен, ведь он не выдаст ваши тайны и никогда не станет источником сплетен.

С одной стороны, это хорошо, когда о ваших проблемах кроме вас никто ничего не знает, но с другой стороны, если вы не имеете полноценного общения, то это может сказаться на вашем психическом состоянии. Порой такое «замыкание» в себе происходит из-за предательства, когда вы доверили кому-то свою тайну, а она стала всеобщим достоянием. Но в любом случае этот этап вашей жизни нужно пережить. Доверять свои проблемы дневнику можно, но это не заменит живого общения, без которого так трудно порой разобраться в возникшей ситуации.

Если вас действительно кто-то подвел, предал, то нужно переждать какое-то время, но потом снова возвращаться к людям и заново учиться доверять им. И для начала вам будет хорошим помощником молодая знакомая, которая еще не сталкивалась с подобными вещами или, по крайней мере, ее проблема не имела таких губительных последствий. Она поможет вам обрести веру в людей, к тому же она вряд ли сама окажется способной на предательство.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.