МАРИЯ КАНУННИКОВА

МАТЬ ПОДРОСТКА ПОВТОРЯЕТ ВСЁ ТРИ РАЗА



Мария Канунникова

Мать подростка повторяет всё три раза

Серия «Записки хитрой мамы»

https://litres.ru/72228382
SelfPub; 2026

Аннотация

Книга для мам подростков, которые хотят выдохнуть, посмеяться и понять, что они не одни такие.

Мы, мамы подростков, по интонации произнесённого «Маааам» знаем, сколько денег попросит чадо. Но когда оказывается, что твоя дочь понимает мир лучше, чем ты, начинается настоящая жиза.

Эта книга для тех мам, кому хочется собраться в тайном дворе за кружкой кофе с коньяком, чтобы обсудить весь этот кринж.

Мы же понимаем, что идеальных мам не существует? Если вы такая, то не открывайте книгу. Потому что здесь будет честно, без прикрас, местами наивно и уж точно не идеально.

Книга входит в авторскую серию «Записки хитрой мамы». Это честные, ироничные, поддерживающие книги для мам без идеальности и нравоучений

Содержание

От автора	4
Введение	5
Глава 1. Розовое платье в утиль	11
Глава 2. Девочка – подросток: ху из ху?	15
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Мария Канунникова
Мать подростка повторяет всё три раза

От автора

Самым большим препятствием в написании этой книги про отношения с подростком стали отношения с подростком.

Спасибо старшей дочери Соне за то, что держит меня в тонусе, не давая скучать. Она каждый день напоминает мне, что в теме воспитания детей делать выводы всегда рано. Всё, что я только что написала – всего лишь глава книги. Завтра будут новые закидоны, новые словечки и новые интересные задачи, которые мне предстоит решать и возможно описывать в новых книгах.

Спасибо младшей дочке Миле за то, что она искренне интересуется, «не залетел ли у меня пост» и продаются ли книги.

Я обещала детям, что не буду выкладывать их в соцсети без разрешения. Но про книги-то не было речи.

Введение

Говорят, что мать подростка повторяет просьбу три раза спокойным голосом не для того, чтобы её услышали, а для подготовки голосовых связок к нагрузке.

Эта книга о том, как я буквально в один день стала мамой подростка, а не белой и пушистой девочки. И о том, как я училась находить с ней общий язык.

Здесь не будет инструкции по применению с поучительными советами: «Делай так – и будет успех» . Я не знаю, как правильно и как надо. Наверняка это знают психологи и педагоги, а я обычная мама. Я поделюсь тем, как это вышло у меня.

Я покажу и ошибки, и маленькие победы.

Но не для того, чтобы подавать кому-то пример, как надо и как не надо. Сказать начистоту?

Моё самое большое убеждение состоит в том, что никто не знает, как надо и как правильно, даже самые умные гуру и эксперты. Все мы предполагаем, пробуем, ошибаемся, делаем выводы и снова пробуем. Это называется «жить жизнь» . По-моему, в этом и есть вся прелесть.

Эта книга – мои заметки от лица мамы девочек. Старшая Соня (ей 12) – уже подросток. Младшая Мила – ещё нет, но все замашки имеются.

Моя книга – для мам девочек любого возраста, потому

что приколы подросткового периода вам либо уже знакомы, либо будут когда-либо.

Возможно, что описанные мной загоны будут непонятны мамам мальчиков – подростков. Хотя к этим женщинам скорее у меня есть вопросики, а не у них ко мне. Сколько помню себя на детских площадках, всегда думала, какие успокоительные принимают мамы мальчиков? Ну, серьёзно? Пока твоя дочка в розовой шубке качает куклу, мама мальчика уже вылавливает его из грязной лужи, по которой он лупит палкой. Возможно, что мамы мальчиков просто заранее готовы к подростковому возрасту и меньше чему-то удивляются?

Я не обещаю, что книга поможет решить какие-то проблемы. В конце концов, я всего лишь делюсь опытом, а не провожу консультацию. Но кое-что я всё же пообещаю.

Мне кажется, что эта книга:

– расслабит и сбавит напряжение в теме отношений с подростком,

– покажет, что офигеваете не только вы,

– даст ощущение «Фух, отпустило»,

– снимет тяжесть серьёзности и гиперответственности,

– улучшит настроение.

Если книга ничего этого не сделает, то остаётся лишь один вариант: старые добрые посиделки во дворе с другими мамами подростков под кофе с коньяком или без. Как в анекдоте:

– Вам кофе с коньяком?

– Без.

– Без коньяка?

– Без кофе.

Обязательно напишите в отзывах к книге координаты вашего двора, я буду, как штык :)) Если мы с вами совсем не знакомы, то заглядывайте ко мне в друзья в ВК. Там я пописываю не отягощённые смыслом заметки вредной скорпионши.

Сразу оговорюсь, что я не пропагандирую алкоголь и использую его в шутках этой книги как некое узнаваемое клише. Понятно, что мама подростка может не запивать стресс, а заедать его, например, конфетами или тортами. Образ мамы, желающей накатить три капли вина после разговора с дочерью-подростком – это художественная картинка, в которой многие легко узнают маму в стрессе. Я отнюдь не призываю идеализировать такой образ. Но и отрицать, что этот образ узнаваем и знаком, наверное, тоже глупо.

Все подруги, у кого дети старше моих, уже несколько лет твердили мне:

– Маша, с ними по-другому никак. Или винишко, или валерьянка вёдрами!

Став мамой подростка, я вспомнила заветы подруг и поняла одну вещь. Поводов психануть из-за подростка с каждым днём всё больше. Поэтому рассчитывать на винишко всё опаснее. И вот, что я сделала.

Возможно, психологи скажут, что так делать неправильно,

но сначала я определилась с тем, **чего я не хочу получать в отношениях с дочерью – подростком:**

– Я не хочу заедать или запивать своё настроение в те дни, когда общение не складывается. Да, я могу съесть вкусную булку или выпить холодный брют, но не потому что «меня довели» , расстроили, не поняли. Я хочу разрешать себе такие слабости, но не быть их заложницей.

– Я не хочу общаться с подростком, как враги или чужие люди, кивающие головой, но не слушающие друг друга и смотрящие каждый в свой телефон.

– Я не хочу жить с тревожным ощущением, что нельзя ничего планировать, потому что никогда не знаешь, с каким настроением твой подросток будет через пять минут.

Итак, чего я не хотела в отношениях с дочерью-подростком, вроде понятно. После этого я перешла к следующему шагу: попыталась сформулировать, а **чего же я хочу в этих отношениях:**

– Я хочу быть услышанной. Нет, я не питаю иллюзий, что каждая моя фраза будет вдохновлять Соню на действия. Мне лишь хочется, когда я что-то говорю, чтобы меня слушали, а не закатывали глаза, пропуская слова мимо ушей.

– Я хочу видеть хотя бы щепотку благодарности от подростка в те моменты, когда его радуешь. Возможно, проще завести померанского шпица, чтобы он заглядывал в глаза с обожанием и вертелся на цыпочках. Но согласитесь, когда ты ведёшь подростка в кафе или магазин, то довольно странно

видеть на выходе всё то же недовольное лицо?

– Я хочу получать помощь по дому. Со стиркой носков и трусов вроде разобрались, но срач в комнате по-прежнему волнует только меня, и уборка нужна только мне.

И самое главное. Мне хочется рассчитывать на то, что мой подросток сфоткает меня, когда я об этом прошу.

Ладно, шучу.

Нам ведь, мамам, не так уж много и надо. Мы хотим, чтобы дети были живые, здоровые и борзые, с кем угодно, только не с нами.

Чтобы они соблюдали элементарную гигиену и не пахли, как раздевалка физкультуры.

Чтобы слушали нас хотя бы в пол уха.

Чтобы не сидели в телефоне, пока глаза не вылезут из орбит.

Чтобы раздёргивали шторы и не закрывались на замок сразу же, как перешагнули порог.

Чтобы проветривали комнату и разгребали горы хлама.

Чтобы они не уносили в свою берлогу все 153 кружки, которые были когда-то в доме.

Чтобы они поменьше матерились, пока мы не слышим. Мы, мамы подростков, не дуры и прекрасно знаем, что они матерятся между собой.

Чтобы пореже покупали чипсы и сладкую газировку. И чтобы не прятали под кровать упаковки от всей этой дряни.

Чтобы не начинали любую фразу со слов «За что мне

это» .

Чтобы их заводские настройки сменились с недовольства, спора и отрицания.

Чтобы после того, как им купили в кафе всё, что было выбрано, у них не было выражения лица, словно они съели кусок г**на, а был хотя бы намёк на счастливую улыбку.

Чтобы они одевались красиво, а не как наряжают пугало в огороде.

Чтобы они читали книги, а не только чаты.

Разве мы о многом просим? :)

Вы тоже подумали, что маме с такими заморочками будет сложно сберечь свою кукуху? Вот и я так подумала. И решила подойти к вопросу не через серьёзность, а через любопытство.

Для сохранения своей психики я сказала себе, что попробую считать подростковый возраст не кризисом и временем «на ножах» , а интересным периодом. Здесь просто другие правили игры. И я пойму их. Обязательно! Хотя бы попытаюсь.

Именно об этом книга. О том, как я, мама Маша, пробую найти общий язык с дочерью – подростком. О том, как я делаю ошибки и наоборот какие-то открытия. О том, как я стремлюсь жить дружно и общаться уважительно. О том, как я ценю радость материнства и не желаю снижать эту ценность. И о том, как иногда мне кажется, что подросток только и делает, что деградирует, а моя кукуха едет.

Глава 1. Розовое платье в утиль

Я ехала в поезде. В какой-то момент интернет сказал всем «До свидания» . Я так хорошо устроилась на своей полке, что совсем не хотела лезть в сумку убрать телефон. Поэтому я открыла в нём самые первые фотографии. На них дочки в возрасте 3 и 6 лет.

Промелькнула мысль, что с помощью фотографий я попала в другую реальность, которая не имеет ничего общего с тем, что сейчас.

На тех фотографиях два маленьких человечка в розовых платьицах с пузиками, бантиками, бусиками и открытыми улыбками, выражающими полное согласие с тем, что говорит мама.

Сейчас же, шесть лет спустя, передо мной две дерзкие девицы. Они терпеть не могут розовые платья. Соня (ей сейчас 12) в любой ситуации предпочитает чёрную толстовку оверсайз без капюшона и чёрные джинсы с необработанными краями. Никаких бусиков, заколочек и сумочек с бантиками. Только хардкор. Только монохром в одежде, лаконичная сумка – шоппер и ухмылка, полная пренебрежения и скучающей незаинтересованности во всём.

Миле 9, она ещё не подросток. Я называю её полуподростком. Она копирует поведение старшей сестры и выдаёт с каждым днём всё больше замашек, характерных для пере-

ходного возраста. Для неё розовый цвет пока допустим, но только в блокнотах и канцелярии.

Для меня как мамы самое обидное – это платьица. Точнее, что им больше не радуются так же, как радовались шесть лет назад, когда я приходила с пакетами из магазина. В те времена я выбирала одежду для детей сама, воодушевлённо перебирая на плечиках вещи в розовых и леопардовых тонах. Я приносила их домой и видела радостные улыбки. Дети были довольны нарядами, я была довольна тем, что они довольны, все счастливы.

И вдруг в какой-то момент я услышала от Сони:

– Мам, я терпеть не могу розовый! И ненавижу платья!

У меня был шок. Обида. Отрицание. Непонимание. Сначала я подумала, что это единичный протест. Но нет. Соня наотрез отказывалась надевать то, что мне казалось красивым.

Момент, когда я поняла, что в моих услугах домашнего стилиста больше не нуждаются, был на самом деле довольно болезненным. Мне было обидно не из-за того, что Соня собиралась одеваться, как чучело, в моём представлении. Нет. На самом деле мне было обидно, что во мне больше не нуждаются так, как нуждались когда-то.

Я разочарованно думала, что больше не нужно ничего подбирать по цвету и фасону, потому что повзрослевшие дети сами всё подберут без меня.

В моей помощи больше не нуждались – вот в чём была

моя боль.

Я чувствовала себя ненужным сотрудником, которому намекают на увольнение.

Умные психологи обычно говорят, что невозможно исправить ситуацию, пока ты не признаешь сам факт её существования. Поэтому я решила не задерживаться в стадии отрицания и честно сказала себе: «Да, мне обидно от ощущения ненужности, но мы что-нибудь придумаем» .

Кто эти «мы», затрудняюсь ответить. Может быть, я и какая-то высшая сила. А может быть, я и моя придурь. Собственно говоря, какая разница? Важно другое.

Как только я призналась себе, что меня волнует проблема, я тут же поняла и внутренне согласилась с тем, что мой вкус – это мой вкус, а вкус Сони – это её вкус. И они не обязаны пересекаться.

С тех пор я стала покупать розовые и леопардовые вещи для себя, а от детей отстала.

В конце концов, во мне тоже живёт внутренняя маленькая девочка, которая любит всё красивое. Вот я и решила баловать её обновками. Дочки не нуждаются в том, чтобы их наряжали? Отлично. Зато я сама нуждаюсь в порции розового и леопарда.

Вот так я решила баловать себя. Покупать обновки не «сначала детям, потом себе» . А просто себе. Без стыда, без чувства вины, без сравнения себя с некой идеальной матерью.

Если вы увидите на улице женщину в леопардовой юбке и розовой рубашке, которая пытается догнать двух девиц в укороченных кофтах с рукавами, где есть отверстие для большого пальца, то, скорее всего, это я. И знаете, что? Я всем этим довольна.

Вот таким нехитрым образом вопрос решился сам собой. Правильно говорят: «Не можешь изменить ситуацию – измени отношение к ней» . Мне кажется, в моём случае самым главным было честно признать свою обиду и ощущение ненужности. И уже после этого получилось легко и без усилий изменить отношение к ситуации.

Глава 2. Девочка – подросток: ху из ху?

Она выходит из комнаты сразу с недовольным выражением. Кажется, что мем «рука – лицо» рисовали с неё.

Обязательное закатывание глаз с еле уловимым фырканьем. В её шумном выдохе чувствуется пренебрежение ко всему тому, что я ещё не сказала, а только собираюсь сказать.

В комнате наглухо задёрнутые шторы и полное отсутствие свежего воздуха. А ещё тут лютый срач с килограммом фантиков за кроватью и целой башней из немытых и засохших кружек.

Но эти залежи не мешают девочке – подростку делать часовой макияж. Поэтому нет ничего удивительного, что пустые места на столе занимает косметика.

Кружка от вчерашнего чая. Ватные диски, не только чистые. Кружка от позавчерашнего чая. Хайлайтер. Кружка от прошлогоднего кофе. Румяна и кисточка.

Естественно, не может быть и речи о том, чтобы мне взять что-то с её стола и выкинуть. Там всё нужное – это раз. И два – это её «Мам, ты слышала про личные границы?»

Если вам кажется, что между этих строк закрадывается мысль «А не добавить ли в кофе чего покрепче», то вам не кажется.

Вероятно, что девочка – подросток стесняется начинающей проклёвываться груди. Поэтому она всегда надевает топик даже под футболку, а его отсутствие утром среди вещей на полном серьёзе может стать причиной не идти в школу.

Попытки отправить девочку – подростка в душ обычно воспринимаются в штыки. Таких попыток может предприниматься несколько.

Попытка №1:

– Ты не хочешь сходить в душ?

– Нет, не хочу.

Попытка №2:

– По-моему, тебе пора в душ.

– Ты серьёзно?

Попытка №3:

– Ты понимаешь, что запах пота без душа не убрать?

Закатывание глаз. Хлопанье дверью. Поход в душ.

Мы, мамы подростков, повторяем всё три раза даже во сне.

Кстати про хлопанье дверью. Как я теперь понимаю, это довольно распространённая реакция девочки – подростка на любые замечания. Хлопанье дверью чередуется с закатыванием глаз или дополняет его.

Моя девочка – подросток коллекционирует карточки с какими-то корейскими рисунками. Вместе со своей ЛП (лучшей подругой) девочка – подросток фанатеет от корейских кафе, бабл-ти и странных блогеров.

Мать девочки – подростка периодически ловит себя на желании прикрыть к чёртовой матери все киоски бабл-ти и корейские кафе. По мнению мамы подростка, стакан чая с шариками из херни (зачеркнуто) из крахмала не должен стоить, как пять килограммов апельсин.

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.