

АСА ҚҰПИЯ:
**ҚЫЗДАРҒА
ЖІГІТТЕР**
жайлы

ЛИЗА РАЙС
ШОНТИ ФЕЛЬДАН



АСА КҰПИЯ:
**ҚЫЗДАРҒА
ЖІГІТТЕР**
жайлы

Лиза **Райс**
Шонти **Фельдан**



ЖІГІТТЕР НЕ ТУРАЛЫ ОЙЛАЙДЫ?

Сіз араласып жүрген бозбалалардың не ойлайтыны туралы білесіз бе? Шынында олар нені түйсініп, нені сезінеді? Мынадай жағдай басыңнан өткен болар: дос жігітің әңгіменің ортасында аузыңды жабуыңды өтініп, еш нәрсе түсіндірместен кетіп қалған кезі болды ма?

Сол жұмбақ жандардың қалай жаратылғанын түсінер болсаң, не өзгерер еді?

Осы кітапты не себепті оқып отырғаныңа қарамастан — әншейін ермек үшін бе, білуге құмартушылықтан ба, болмаса жігіттерді түсінбей көңілің қалғандықтан ба — бәрібір, біз сенің бозбалалардың жан дүниесі туралы жаңа білім алатынына сенімдіміз. Осы білім бүкіл өміріңе — жоғары сыныптарда да, университетте де және оқу бітіріп кеткеннен кейін де игі ықпал ететін болады деп үміттенеміз.

АЛТЫ АҚИҚАТ

Төмендегі сызбада кітабымызға арқау болатын алты ақиқат берілген. Осы ғажайып алты ақиқаттың арқасында біз бозбалалар жайлы үстірт білімімізді тереңдетіп, олардың жүрек түкпіріне үңілетін боламыз.

Біздің үстірт біліміміз	Іс жүзінде бұл нені білдіреді
1. Бозбалалар өздерін сыйлауды қажет етеді.	Бозбалалар өздерін сыйлауға лайықсызбын деуден гөрі, сүйікті емеспін деп сезінуді артық көреді.
2. Бозбалалар өздеріне сенімді емес.	Жігіттер өздеріне нық сенімді көрінгендерімен, шындығында өз күштеріне жиі күмән келтіреді. Бозбалалар өздерін «өшкерелеп қояды» деп қорқып, өздерін жеңімпаз сезінуге көмектесетін қыздарға жақын жүреді.
3. Жігіттерді ештеңемен еліктіре алмайсың, олар дәрекі әрі көп сөйлейді.	Жігіттерді ештеңемен еліктіре алмайтын сияқты болып көрінгенімен, шын мәнінде олардың жүректері нәзік әрі күйреуік, оны өздері бар күштерімен қорғауға тырысады. Әйткенмен, олар қыздың өзіне іліпатпен қарайтынына көздері жетсе сауыттарын шешеді.
4. Бозбалалар көзбен сүйеді.	Өте тәрбиелі, әдепті деген бозбала да басқа қыздарға қарап, олардың денелері жайлы қиялдайды. Бұл күрестен шығудың жолы қыздың киген киіміне байланысты.

5.Бозбалалар тәннің қалауымен күреседі.	Бозбалалар тәннің қалауымен үздіксіз күреседі, осы күрес олардың сезімдік ахуалдарына үлкен ықпал етеді. Бозбалаға екеуіңді де қорғай алуы үшін, сенің көмегің керек.
6.Бозбалалар сұлу қыздарға ғана ғашық болады.	Бозбалаларды жаны да, тәні де сұлу қыздар ынтықтырады. Бірақ жігіттер тәндік ынтығуға қарсы тұра алмайды.

Бұл мәліметтерді қайдан алдық?

Қысқаша жауап: Бозбалалардың өздерінен.

Барынша толық жауабы мынадай: 2004 жылы Шонти «Аса құпия: әйелдерге ер адамдар туралы» деген кітап жазды. Бұл шағын кітапшада «нәзік жандардың» мінез-құлықтарына тән, әдетте әйелдер түсіне бермейтін, кейбір ерекшеліктері қарастырылған. Таралымы көп кітабында, Шонти өзінің таңғаларлық ашылымдарын айта жүріп, бүкіл елді аралады.

Халық, Шонтидан кітапты сол тақырыпта, бірақ жасөспірімдерге арнап жазуын сұрайды. Оқырмандар «Бозбалалар жайлы бойжеткендер нені білуі керек?» деген сұраққа жауап алғылары келді.

Бұл кітапқа сұраныстың бары айдан-анық деп ойлаймыз. Бозбалалардың ой-сезімдерінің

бұрын беймәлім әлеміне қандай бойжеткен үңілісі келмес еді?

*Біз бұл мәліметтерді кімнен алдық?
Бозбалалардың өздерінен.*

Сонымен дерек жинай бастағанда мынаны анықтадық: ашық та адал түрде өз мұқтаж-дықтары мен қорқыныштары жайлы айтуға жігіттердің көндіру оңай емес екен. Ақыр соңында бұл мәселенің де шешімін таптық: мектепті бітіргелі жатқан немесе колледждің 1-курсында оқып жүрген бозбалалармен топтық сұхбат жүргізе бастадық. Біз оларды құпиялылықпен толық қамтамасыз еттік (фокус-топ* әдісін қолдандық). Сондай-ақ біз сауда орындарында, кофеханаларда және көшелерде тоқтатып, көп бозбалалармен сөйлестік. Жас жігіттерге олардың аттарын жария етпеуге уәде еткенде, олардың көпшілігі ағынан жарылып, әйтеуір, біреуге жан дүниенің есігін ашу қорқынышын жеңе алды. Осылайша біз бірнеше ғажайып ашылымдар жасадық.

* Фокус-топ немесе топтық сұхбат — әлеуметтік-психологиялық зерттеулердің бір әдісі, маманның жетекшілігімен топтық сұхбат жүргізуді меңзейді. Қойылған мәселеге деген қатынасты, белгілі бір әрекеттегі мүддені анықтау мақсатымен қатысушылардың назары зерттелетін мәселеге (тақырыпқа) аударылады

Зерттеулер жөніндегі есеп

Біз бозбалалардан жай әңгімелесіп алған мәліметтерге сенуге болатынын, не болмайтынын анықтау үшін бірнеше маман жалдадық. Мамандар бізге еліміздің әр түрлі аймағынан 15 пен 20 жас аралығындағы төрт жүзден астам жігітке сауалнама дайындап, оған жауап алуға көмектесті. Біз олардың шынайы жағдайда нақты бір нәрселерге деген көзқарастарын түсінгіміз келді*.

Біздің кітабымыз жас жігіттердің арасында жүргізілген осы сауалнама барысында әрі көптеген топтық сұхбаттарды қорытындылағаннан кейінгі ғажайып ашылымдарға арналды. Кітап көлемінің шағындығына орай, біз бозбалаларға қатысты сырдың бәрін жайып салмай, тек бойжеткендерге қате түсінік қалыптастыратын нәрселерге зер салдық. Өзімізге ашылған нәрселерді талдай отырып, сызбасымен сендер жоғарыда таныс болған алты ақиқатты бөліп алдық. Барлығы статистикалық мәліметтермен расталды.

* Сауалнамаға 15 пен 20 жас аралығындағы 404 бозбала қатысты. Кітап бойжеткендермен қарым-қатынасқа арналғандықтан сауалнама тек АҚШ-та ғана тұратын және гетеросексуал бозбалалар арасында ғана өткізілді. Туындыгердің ескертпесі.

Кейбір нәрселер біз сияқты сендерді де қатты қайран қалдырар деп ойлаймыз.

Екі қоянға бір оқ

Мұнда біз бірнеше рет «Аса құпия: әйелдерге ер адамдар туралы» кітабын баса айтамыз, және біз мұнда осы кітаптың жазылуы үшін арнайы өткізілген сауалнаманың кейбір нәтижелерін келтірдік. Соның ізін ала одан да көп ер адамдармен көптеген топтық сұхбаттар жүргізілді. Осы ақпараттарды (толықтай емес, әрине) біз мұнда да қолдандық, себебі ол бізге кейде бозбалалардың бірнеше жылдан кейін қандай болатынын түсінуге көмектеседі. Осылайша сен бір кітапты оқып-ақ, екі кітапты меңгересің. Екі қоянды бір оқпен атасың десе де болады.

|| *Бозбалаларға есімдерін жарияламауға
уәде беріп, бірнеше ғажайып
ашылымдар жасадық.*

Бозбалалардың өздері айтты

Бозбалалар жайлы ақпараттарды олардың өздерінен алудың басты және аса маңызды артықшылығы — естігеніміздің барлығы шындық

екеніне күмән тумайтынында. Біз осы кітаптың арқасында жігіттер жайлы ойдан шығарылған әңгімелерден бас тартып, олар жайлы шындықты өздерінен білгендеріңді қалаймыз. Ал шындықты білген соң, айналаңдағы бозбалалармен қарым-қатынасында өзінді қалай ұстау керегін білетін боласың. Бұл саған таныстарыңмен, жігітіңмен және аға-інілеріңмен қарым-қатынас жасауыңа септігін тигізетін болады.

Бозбалалардың ішкі жан дүниесі бойынша сенің жолбасшың

Сонымен, «біз» дегеніміз кімдер? Дұрысында бұл кітапты екі адам жазды. Біріншісі — Шонти, ол «Аса құпия: әйелдерге ер адамдар жайлы» кітабын жазған болатын. Сол кітапты жазу үшін ол аса қажырлы еңбек етті, көп зерттеулер жүргізіп, ер адамдардың ішкі әлемі жайлы баға жетпес құнды ақпараттар жинады. Гарвардта алған оның ғылыми дәрежесімен Уолл-стритте талдаушы болып істеген кезінде алған жұмыс тәжірибесі осы екі кітапты дайындау кезінде маңызды рөл атқарды.

Екінші туындыгер — Лиза, сценарийші, жазушы және бірнеше журнал мен кітаптың туын-

дыгері. Оның жазушылық қабілетімен қатар, жасөспірім қыздарды тәрбиелеудегі тәжірибесі де өте мол. Жазушының Сара мен Ханна есімді қыздары көп көмектесті. Олардың көмектері сол — қолжазбаның бірінші нұсқасының «мүлде жарамсыз» жерлерін оқығанда, көздері шарасынан шығып, сол тұсын сызып тастауға кеңес берді.

Біз осы кітаптың арқасында жігіттер туралы өзің ойдан шығарған қиялдан бас тартып, шындықты білгеніңді қалаймыз.

Біз кеңесші де, психолог та емеспіз, сондықтан біз таныс мамандардың, жастар жетекшілерінің, бағушылардың, жасөспірімдермен жұмыс істеп жүрген, оларды түсінетін басқа да адамдардың тәжірибесіне сүйендік.

КІТАПТЫ ОҚЫР АЛДЫНДАҒЫ МАҢЫЗДЫ ЕСКЕРТУЛЕР:

Кітаптың беттерін ашып, бозбалалардың ішкі жан дүниесіне үңілерден бұрын, бірнеше маңызды ескертулер жасағымыз келеді:

1. Біріншіден, бұқаралық ақпарат құралдарында жігіттерді келемеждеп, таптаурынды көбейту қалыптасқан. Біз өзімізге жан дүниелерінің есігін ашқан бозбалаларға үлкен сыйластықпен қараймыз және сендер солай етесіңдер деп үміттенеміз.
2. Екіншіден, бұл кітапта әйел мен еркек арасындағы айырмашылықтың талдамасы жоқ. Біз бозбалалардың саған қалай қарай алатыны немесе қарауына болатыны туралы айтпаймыз. Мұнда сөз болатын тақырыптардың көбі бойжеткендерге арналған, кітаптың тақырыптық өзегі — бозбалалардың ішкі жан дүниесі. Ескертетін жәйт: кітап көлемі шағын болғандықтан, біз назарымызды бойжеткендердің жігіттерге деген қарым-қатынасына (керісінше емес) аудардық.
3. Үшіншіден, естеріңде болсын, мұнда айтылған нәрселер қатып қалған ереже емес. Біз «жігіттердің көбі солай немесе былай ойлайды» деген кезімізде, көпшілігі туралы (барлығы туралы емес) айтып тұрмыз. Осы кітаптың көлемі аса шектеулі болғандықтан, сендер www.foryoungwomenonly.com сайтына кіріп, басқа да материалдармен танысып, са-

уалнаманың барлық мәліметтерін оқып, форумның қандай да бір тақырыбын талдауға қатыса аласыңдар.

4. Төртіншіден, біз бозбалалардың әдетте нені сезінетіндері туралы айтпақпыз, олардың мінез-құлықтарына дұрыс немесе бұрыс деп баға бермейміз. Сендер бозбалалардың мінезін тіпті қолдамасандар да, олардың ой-сезімдерін пайымдай алуға үйренсеңдер дейміз.
5. Ескерткіміз келетіні, кейбір ашылымдар сенің жаныңа батуы мүмкін екендігі. Шынын айтқанда, біз әлдебір нәрселер туралы тіс жарғымыз келмеген еді. Дегенмен, бозбалалардың бізбен өздеріне таныс бойжеткендерге тікелей айта алмайтын ой-сезімдерімен бөліскендерін түсіндік. Сондықтан осы ақпаратты саған сеніп тапсыруды ұйғардық. Егер бір нәрселерді білген соң жабырқайтын болсаң, онда іштен тынып қалма. Мінажат еткен кезінде, Құдайға өзінді мазасыздандырған нәрселер жайлы айт, әрі сол жөнінде өзін сенім артатын адаммен сөйлес.
6. Және ең соңғысы: ашылымдарды талдау барысында зерттеулердің нәтижелерін мәсіхшілік көзқарас тұрғысынан бағалайтын бо-

ламыз. Бұл әсіресе өздерін сенбеушілерміз деген бозбалалардың жауаптары, Мәсіхті Құтқарушым деп мойындайтын бозбалалардың жауаптарынан мүлдем алшақ болған жағдайларға қатысты болады. Біздің сауалнамаларымызға еліміздің барлық аймақтарынан діни нанымдарына қарамастан әр түрлі жігіттер қатысты. Бұл ақпарат тіпті сендер мен біздің өмірге және дінге деген көзқарасымыздың әр түрлі екеніне қарамастан, сендерге пайдалы болады деп ойлаймыз. Кейбір нәрселерге мәсіхшілердің көзқарасы тұрғысынан қарау қол жеткізген білімімізді өмірде қалай қолдану керектігін талдаған кезде тәжірибелік үлкен мәні болады деп есептейміз.

Біз бозбалалардың әдетте нені сезінетіні туралы айтпақпыз, біз олардың мінез-құлықтарына дұрыс немесе бұрыс деп баға бермейміз.

Бозбалалардың ішкі жан дүниелерінің құпияларын аша отырып, біз сендердің бұған жай бір еліктірер жаңа ақпарат ретінде қарамай, оқыған нәрселерден сабақ алатындарыңа және қарама-қарсы жыныстың өкілімен қарым-қатына-

старыңды жаңаша құратын боласыңдар деп үміттенеміз. Сен тек қана өз таңдаулыңның ең жақсы құрбысы (немесе қалыңдығы... Ал бұл дегенің жарқын болашақ емес пе?) болып қана қоймай, жақсы әдеттерге де ие бола аласың. Тұрмысқа шығып жаман әдеттерден арылғаннан гөрі, қазір, жасөспірім кезінде, жақсы әдеттерді меңгеру әлдеқайда жеңіл болмақ.

МАХАББАТ ЖЕТКІЛІКСІЗ

*Махаббаттан гөрі сыйластық
маңызды дегің келе ме?*

*Жігіттер өздерін сыйласуға
лайықсызбын деуден гөрі, сүйікті
емеспін деп сезінуді дұрыс санайды.*

Осы кітаптың жартысы жазылып біткен кезде, Шонти менен (Лизаның) балаларына қарай тұруымды сұрады, оның балаларына «Супер-отбасы» мультфильмі қатты ұнайды екен. Мультфильмдегі басты кейіпкер «Синдром» — жаман әрі жауыз болып өседі, өйткені оған балалық шағында өзі аңсаған *сыйластықпен* ешкім қарамаған еді. Ол бар өмірін кек алуға арнайды, себебі кішкене кезінде өзін керексіз сезінетін.

Осы мультфильмді балалармен бірге көргеннен кейін, футболға бардым. Ол штаттың кол-

леджаралық чемпионатының жартылай финалы болатын. Бар дауыспен айқайлап, жаны сүйген жанкүйерлердің арасынан бір жігітке көзім түсті, оның футболкасында мынандай жазулар бар еді: «...бірнешеуге сүйікті, ...көпшілікке жек көрінішті, ...барлығының сыйлайтыны. ...Бруквудтық мустангтар».

Тағы да сол сөздер... сыйластық. Мына жанкүйер үшін махаббат аса маңызды емес болатын, ол тіпті өзін жек көрушілікке де қарсылық етпейтіні анық. Бірақ, ол өзін сыйлауды аңсап тұр ғой! Ендеше, жігіттер үшін үлкен мәнге ие болған сыйластық жайлы біз не білеміз?

Мына жанкүйер үшін махаббат аса маңызды емес болатын, ол тіпті, өзін жек көрушілікке де қарсылық етпейтіні айқын. Бірақ, ол өзін сыйлауды аңсап тұр ғой!

Мынаны білу маңызды: жас жігіттердің өмірінде спорт пен киноға қоса, сыйластық та аса маңызды рөл атқара ма? Әрине, иә! Бұл айғақ сендерге қазір бойжеткен ретінде де, кейін әйел болғанда да толғануларыңа мол азық береді.

СЫЙЛАСТЫҚ ПА, ӘЛДЕ МАХАББАТ ПА?

Колледжді бітіргеннен кейін, мен (Шонти) жалғыздікті бозбалалар мен бойжеткендерге арналған психологиялық тренингте қызықты бір көріністі бақыладым. Бірінші сабақта-ақ жүргізуші, бозбалаларды бөлменің бір жағына, бойжеткендерді екінші жағына отырғызды. «Қазір сендерге бір сұрақ қоямын: екі жамандықтың неғұрлым жеңілірек бірін тандап алыңдар, — деді жүргізуші. — Сендер қайсысын таңдар едіңдер: өзінді бұл әлемде жалғыз әрі сүйікті емес деп сезінуді ме, әлде басқа адамдардың өзінді менсінбеуі мен олардың тарапынан болатын сыйламаушылықты ма?»

Сол кезде көңіліме мына ойдың жылт ете қалғаны есімде: «Не қылған таңдау? Кім өзін сүйікті емес сезінгісі келер еді?»

Осыдан соң жүргізуші жігіттер отырған жаққа бұрылып, былай деді:

— Сонымен, жігіттер, сендердің қайсыларың өздерінді жалғыз әрі сүйікті емес болуды артық көрер едіңдер?

Жауап ретінде, көтерілген қолдардан көз сүрінді, ал қыздар отырған бөліктен таңданған дауыстар толқындап өте шықты.

Жүргізуші жас жігіттердің қайсысы өзін сыйламаушылықты таңдап алуға дайын екенін сұрағанда, бойжеткендер тек бірнеше жас жігіттің ғана қол көтергендеріне таңырқай қарады.

|| *Сонымен, жігіттер үшін үлкен маңызы бар сыйластық туралы біз не білеміз?*

Содан соң таңдану кезегі бозбалаларға келді, өйткені бойжеткендер сыйластықтан гөрі махаббатты артық санаған еді.

БҰЛ НЕНІ БІЛДІРЕДІ?

Бұл бойжеткендер үшін қаншалықты таңданарлық болып естілсе де, бозбалалар махаббаттан гөрі сыйластық пен қолдауды — әсіресе олардың өмірінен орын алған бойжеткен тарапынан — өте қажет етеді. Сауалнама үш жігіттің екеуі өздерін лайық емес, жолы болмаған жан сезінгеннен гөрі, махаббаттың жоқтығын артық санайтынын көрсетті. Зер салатын нәрсе — бұл сыйластықтың мәні бозбалалар өмірінде олар есейген сайын өсіп отыратыны.

Сауалнаманың нәтижесіне қарайық.

Екі теріс жауаптың қайсысын сен басымырақ көрер едің: бұл дүниеде өзіңді жалғызілікті әрі сүйікті емес сезіну ме, әлде ешкім сыйламайтын жолы болмағыш сезінуді ме? Осы екеуінің бірін таңдауға тура келген жағдайда, қайсысын таңдап алар едің? Сен өзіңді ... деп сезінуді дұрысырақ санар ма едің?



Сыйластықты сезінуге деген мұқтаждық бозбалалардың есеюіне қарай өседі. «Аса құпия: әйелдерге ерлер жайлы» кітабында нәтижесі келтірілген сауалнамаға қатысқан ердің жасына келген азаматтардың 74%-ы махаббаттан гөрі сыйластыққа басымдылық берген еді. 20-ға дейінгі бозбалалардың сыйластық пен махаббат арасында жасаған таңдауларына қарашы.

- «Мен өзімді сыйластыққа лайықсыз сезінгеннен гөрі, жалғызілікті, махаббаттан айырылып қалуды артық санаймын. *Мені сыйламайтын біреумен бірге тұруға келісуден гөрі, жалғыз қалғаным артық*».

- 25-ке дейінгі бозбалалардың көбі махаббат пен сыйластықты таңдауды ұсынғанда, сыйластықты таңдап алады. Өйткені сыйластық олардың өмірлерінің әр саласында өздерін маңызды сезінуге көмектеседі, ал махаббат болса... Олардың өмірлері әлі алда ғой, өздеріне махаббат сыйлайтын сүйіктілерін табуға болады.

*«Мен өзімді сыйластыққа лайықсыз
сезінгеннен гөрі, жалғызділікті әрі
махаббаттан айрылуды артық
санаймын».*

Бойжеткендер, керісінше, сыйластықтан гөрі махаббатты маңызды санайды және олардың көп әрекеттерінің негізінде осы нәрсе жатады. Сондықтан бойжеткендерде сыйластық емес, махаббатты көрсете білу жақсы жетілген. Көз алдыңа елестетші — сен өзіңнің жігітіңе оны қалай сүйетінінді көрсеткің келеді, ал оның әрекеті сені дағдартып, көңіліңді жабырқатып тастайды. Мұндай жағдай болды ма? Бәлкім, өзің байқамай жігітіңе оны сыйламайтындығыңды сездірген шығарсың?! (Бұл — жігіттің бірден өзін сүйікті емес сезінгенін білдіреді). Егер сен өз жігітіңе оны сүйетінінді білдіргің келсе, ең алдымен оны

сыйлайтынына, сол сыйластықты жігітіңнің білетініне көз жеткізіп ал.

ОЛ САҒАН ҚАРАП ТҰР

Біздің топтық сұхбаттарымызда жас жігіттер уақыттарының басым бөлігін бойжеткендердің ықыласы мен сыйластығына қол жеткізу үшін жұмсайтындарын әлденеше рет естідік. Бозбала үшін оның айналасындағы адамдар оған айнаның рөлін атқарады — бұл әсіресе оның құрбысы, саған қатысты. Ол сенен өзін сыйлы, күшті, сенім артуға болатын адам деп сездіруге мүмкіндік беретін бір нәрсені көруге үміттенеді.

Сұхбаттардың бірінде біз балалардан былай деп сұрадық: Қыздарға әсер ету үшін уақыттарыңның қанша пайызын бөлесіңдер?» Сәл өтпей-ақ бір жігіт: «Шамамен 100%», — деп жауап берді. Басқа бір жас жігіт мынаны мойындады: әр түрлі істермен айналыса жүріп — киім таңдаудан бастап, машина сатып алғанға немесе жұмысқа орналасқанға дейін — ол өз әрекетіне құрбысының қалай қарайтынын елестетуге тырысады. Құрбысы оның таңдауын қолдай ма? Осы таңдау үшін оны сыйлай ма, әлде керісінше жолы болмағыш дей ме?

Бұл жас жігіт айтып жатқанда басқа балалар келісетіндерін білдіріп, бастарын изеп отырды. Маған (Лизаға) өз таңданысымды көрсетпеу өте қиынға соқты. Егер сен де мен сияқты ойласаң, онда, мынаны түсінбеуің мүмкін: ол жас жігітке өз құрбысының өзіне сыйластықпен қарайтынын көру қаншалықты маңызды болса, өзіне сенім артпайтынын сезіну де соншалық ауыр екені. Егер, жас жігіт бойжеткен өзін сыйламайтынын білсе, шығар «есікті» іздей бастайды. Бір студент бізге былай деген еді:

Егер қандай да бір бойжеткен жігітке сыйластықпен қараса, бұл оны мына ойға жетелейді: «Мен өз құрбым санағаннан әлдеқайда жақсымын. Менің құрбым маған сенбейтін сияқты». Егер таныс бойжеткен сені сыйлап, ал кездесіп жүрген құрбың сыйламайтын болса, бұл дабыл қағар белгі.

Егер бозбалалар сыйластыққа шынымен де зәру болса, онда олардың өздерін сыйластықпен сенім артуға лайық сезіндіруге көмектесетін бойжеткендерге не себепті жүгіретіндері және өздерін сыйламайтын бойжеткендерден неге қашқақтайтындары айқын.

Сыйламаушылық барометрі

Бір мәселе бар. Біздің топтық сұхбатымызға қатысқан бозбалалар бойжеткендердің өздерін сыйламайтын кездері болатынына шынымен-ақ сенді. Бірақ тіпті отбасылық тәжірибесі бар күйеуі бар әйелдердің өздері — жасөспірім қыздарды айтпаған күннің өзінде — өз мінез-құлықтарымен немесе сөздерімен өмірлеріндегі ең басты азаматтарын сыйламайтындарын паш ететіндерін жиі түсінбейді!

Шын мәнінде көбіміз өз жігітімізді сыйлаймыз, бірақ біздің сөздеріміз бен істеріміз керісінше нәрсеге қуәлік ететінін ұқпаймыз. Соған қарамастан, зерттеулердің нәтижесі бойынша біз өз азаматтарымыздың әлсіз жерлерінен сенімді түрде ұрғылаймыз. Мысалы, әңгіме үстінде сенің жігітің күтпеген жерден саған наразы болып немесе өкпелеп қалған кезінде, сенің не істеріңді білмей қалған кезің болды ма?

Бозбалалардың көбіне өз сезімдерін сөзбен жеткізу қиын, сондықтан олар неге жабырқағандарын немесе өкпелегендерін түсіндірмейді. Бір жақсысы, бізде сенімді барометр бар, ол біздің сыйластығымыз таусылып, шектен шығып кеткен жерді көрсетеді. Ол *ашу-ыза*.

Сөзімді жалғастырмас бұрын бір сұрақ қоюға рұқсат ет: өміріндегі басты орындағы ер адаммен ренішті жағдайларда көз жасыңды төгуге тура келетін кездер бар ма? Сендердің көбің бас изейтін шығарсыңдар. Ал мынадай сұраққа не дейсің: осыған ұқсас жағдайда сенің жігітіңнің ашу тізгінін қоя беруіне негізі бар ма? Біздің көпшілігімізге бұл сұраққа жауап беру қиын, өйткені біз ер адамдарға ашу көрсетуге жол берілмейді деп санаймыз.

|| *Егер жас жігіт өзін сыйламайтынын
сезсе, шығар «есікті» іздей
бастайды.*

Соған қарамастан, «Махаббат пен сыйластық» миссиясының негізін қалаушы доктор Эмерсон Эггерхис мүлдем басқа пікірде: «Ұрыс-керіс кезінде әйелдің реакциясы — көз жасы — ол өзін сүймейді деп санайды, ал ашулану — өзіне деген сыйластықтың жоқтығына деген ер адамның кәдімгі реакциясы».

Жігіттердің көбі ұрыстың ең қызу шағында былай деп айғайлап жібермесі анық: «Сен мені сыйламайсың!» Бірақ егер сенің сөзің не ісің

оның шамына тисе және оның ашуының себебін түсіне алмай тұрсаң, онда сенің тарапыңнан өзіне деген сыйластықтың жоқтығы, оның өзін төмен сезініп, жүрегін ауыртып тұрғанын білгенің жөн.

Сауалнаманың мәліметтері бойынша қарама-қарсы жыныс өкілдерімен байыпты қарым-қатынаста тұрған жас жігіттердің үштен екі бөлігі шиеленіс кезінде өздеріне сыйластықтың жоқтығын нақты сезінгендерін айтады. Біз, қыздар, мұндай сәттерде: «Ол мені сүймейді», — деп жазғыра бастаймыз.

Құрбыммен ұрыс-керіс кезінде мен мынаны сезінемін...



Е с к е р т у: Бұл жерде құрбылары бар бозбалалар жайлы сөз болып отыр. Алайда жалғыздікті жас жігіттер арасында сауалнама жүргізгенде де біздің анықтағанымыз, «ол мені сыйламайды» деген жауапты таңдағандар – 57%.

«Аса құпия: әйелдерге ерлер жайлы» кітабында сауалнаманың мәліметтері бойынша өздеріне деген сыйластықтың жоқтығын сезінгендерін мойындаған ерлердің пайыз саны одан да жоғары — 81%.

Егер ол ашуланған болса, онда сенің тарапыңнан сыйластықтың жоқтығы оның жанына батқаны.

Шартсыз сыйластық

Бәлкім, сен жігіт еңбек сіңіргенше оған сыйластық көрсете алмаймын және сыйлауға тиісті емеспін деп есептейтін боларсың. Мұның еш сөкеттігі жоқ. Әйткенмен, мынаны ойла: қандай да бір бозбаламен байыпты қарым-қатынаста болсаң, сен оның өзіңе деген махаббатына еңбек сіңірмеген кездерінде де сені сүйгенін қалайтының анық. Дәл солай жас жігіттер де осыны қалайды. Тек сөз сыйластық жайлы болып жатыр. Жігіттер болашақта да қателік жіберетіндеріне есеп бере алады, сондай шақта қыздың өзінен күткенін берген-бермегеніне қарамастан, өзін сыйлап тұратын қызды табуды армандайды.

«Біздің мәдениетіміз махаббат идеясымен науқастанып жүр, — дейді доктор Эггерихс. — Тура, Биттлздың: «Саған бар керегі— махаббат» деген әніндегі сияқты. Осылайша махаббат бізді шарт қоймауға, ал сыйластыққа еңбек сіңіру керек дегенді ойлауға үйретіп шығарды. Алайда ерлер осы шартсыз сыйластыққа мұқтаж, өйткені олар істеген әрекеттеріне, қандай қылықтар жасағанына қарамастан, өздерін осы қалыпта сыйлағанын қажет етеді».

*«Ерлер ешбір шартсыз сыйлауға
мұқтаж, себебі олар өздерінің
істеген әрекеттеріне қатыссыз, сол
қалыптарында сыйлағанды қалайды».*

Егер сен қазір жасөспірім кезінде жас жігіттермен қарым-қатынасында оларға деген сыйластығыңды көрсетуді үйренсең, онда осы әдеттер тұрмысқа шыққаныңда да керек болады. Неке жайлы Киелі Кітаптағы ең белгілі үзінділердің бірінде — Ефестіктерге арналған хаттың 5-ші тарауында — әйелі күйеуін сүюі, ал күйеуі әйелін сыйлау туралы айтылмайды (мұның себебі, бәлкім, біз өзіміз алғымыз келген нәрсе-ні беруге бейімдігімізден болар), Киелі Кітап-

тық мәтін — күйеулерді өз әйелдерін сүйуге, ал әйелдерді өз күйеулерін сыйлауға қайта-қайта шақырады.

Болашақ жайлы ойлармен

Тұрмыс құру, әлбетте, айттырылған қалыңдық болу емес. Сондай-ақ, бозбала мен бойжеткеннің арасындағы жай достық қарым-қатынас пен сезімдік қарым-қатынастың арасында да айырма бар. Біз Ефестіктерге арналған хаттың 5-ші тарауындағы мәнмәтін бойынша (онда қыз бен жігіттің кездесулері емес, неке туралы айтылады) ерлерге сөзсіз сыйластық көрсетуге үйрену туралы айтып жатырмыз.

|| *Сонымен, жігіттер үшін біздің
сыйластығымыз маңызды екенін білген
соң, енді не істеуіміз керек?*

Ер мен әйелдің жақындасу деңгейіне қарай Киелі Кітаптық осы ақиқаттың мәнісі олардың өмірлерінде өзгереді. Біз, мысалы, жігіттің мінез-құлқындағы сені сақтандыратын нәрселерге назар аудармай, өзің сенім артпайтын біреумен кездесіп, соған сені «сыйластық көрсетуге»

шақырып тұрған жоқпыз. Біз осы кітапты оқи отырып, «Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабын оқыған көптеген үлкен әйелдер сияқты сенің де рухани өсуіңе орасан мүмкіндігің бар екенін айтқымыз келеді. Әрі ерлерді сыйлап олардың қамын жеуді үйренуіңе сенеміз.

СЫЙЛАСТЫҚТАН ЖІГІТТЕР НЕНІ ТҮСІНЕДІ?

«Сүюге асық» фильміндегі жауапкершіліксіз, қызба әрі ойсыз-күйсіз Лэндон Картердің (Шейн Уэст) өмірі оны мектептегі спектакльге қатысуына және оның қауым жетекшісінің байсалды, консерватор қызы Джемиден (Мэнди Мур) көмек сұрауға мәжбүр еткен жағдайдан кейін өзгереді. Лэндонның барлық таныс қыздарынан мүлде басқа Джемидің өмірінде небір оқиғалардың болып өткеніне қарамастан, ол Лэндонның өзіне қарауы керек екеніне көзін жеткізеді. Джемидің қолдауы мен жігерлендіруі Лэндонды «өз қабынан» шығуға мәжбүрлейді. Фильмнің басында Лэндон естиярлық танытпаған әрі қымбатқа түскен бір қылық істейді, бірақ Джемидің бір ғана көзқарасы оны ұялтып, өзгеріске құлшынуға жеткілікті болды. Оқиғаның соңында Лэндон

өз бас пайдасын ойламай бір іс тындырады да, Джемиге көзін тастағанда, оның өзі үшін мақтанатынын түсінеді. Джемидің көмегімен Картер өзінің жетіспеушіліктерін меңгере алатынына және өзі алдын ала белгіленгеніндей азамат бола алатынына сенеді.

Сен бойжеткендердің қандай *билігі* бар екенін әрі олардың бозбалалардың өміріне қалай зор әсер ете алатынын түйсінген шығарсың деп үміттенемін. Біз жігіттің өзіне деген сенімділігін не күйретуіміз мүмкін, немесе, оны нығайтамыз. Тәңір бізге осындай қабілетті сыйға тартты. Егер біз осы дарынды даналықпен қолданғымыз келсе (жеке басымыздың мүддесі үшін емес), онда қалай әрекет етуге тиіспіз?

«Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабында келтірілген сауалнаманың нәтижелерін зерттей отырып, біз ерлер үшін оларға әйелдерінің өздеріне деген сыйластығын, соның ішінде ерлердің пікіріне құлақ асып, қабілеттеріне сенетіндерін көрсетуі қаншалықты маңызды екеніне қайран қалдық. Бойжеткен мен бозбалалардың арақатынасында аса маңызды үш сала бар, әрі олардың бәрі қарым-қатынасқа байланысты. Кей кезде барлық мәселе біздің *нені* айтпайтынымызда.

1. Біз басқалардың көзінше нені айтамыз?

Құрбыларыңның көзінше өзіңнің жігітіңді қағытып көрген кезің болды ма? Немесе басқа біреулердің алдында әзілдеп сынадың ба? Бұл нәрселер, ол үшін азап екені санаңа кіріп шықпады ма? Бір жасөспірім былай деді:

Бойжеткендер бізді ыңғайсыз жағдайға оңай қалдыра алатындарын түсінбейді. Ал егер сен абдырап қалсаң, мүлде ештеңе айтқың келмейді. Шынын айтқанда, мен қатты ашуланамын, тек мұны көрсетпеймін. Бірақ оңаша қалғанда, өз қызымнан былай деп сұраймын: «Сен неге солай істедің? Мұндай қалжыңға басқа уақыт таппадың ба?» Бәрінен жаманы оның мені құрбыларының көзінше қағытқаны, өйткені олар кейінірек мен туралы талқылайтын болады. Бұл өте қорқынышты. Мені тіпті, білмейтін қыздар да менің қызымның пікірімен келісетін шығар деген ойлардан арыла алмаймын.

Ең қорқыныштысы — зілсіз қалжың емес. Біздің қоғамымызда ерлерді ел алдында сыйламау індетке айналып бара жатыр. Бұны фильмдерде, телехикаяларда ерлерді сомдағандарынан, ток-шоуларда олардың бейнелерін көрсеткен-

дерінен аңғаруға болады. Жігіттердің көбі бізге өз құрбыларының көпшілік алдында олардың пікірлеріне немесе қабілеттеріне күмән келтірген кездері жандарына қатты бататынын айтты.

Бір жас жігіт былай деді: «Дүниеде ер азаматтың «мен» деген өзімшілдігінен нәзік нәрсе жоқ. Әдетте әйелдер ерлер жайлы: «Ол кеудесін тым көтеріп кетті, оны сабасына түсіру керек» деп ойлайды. Бірақ олай етуге болмайды: ер адамның «мені» шынында дүниедегі ең нәзік нәрсе».

Жиырма жастағы жалғызілікті жас жігіттің бізге айтқаны:

Егер сені жігіт мысқылдаса, не істеу керек екенін жақсы білесің. Бейнелеп айтқанда, ондайда шегінер жерің бар. Сен өзіңе былай деп айта аласың: «Мен одан ақылдырақпын, мен одан артық бола аламын, тіпті менің машинам оныкінен жақсы...». Ал егер сені бойжеткен мысқылдаса, сен шынымен-ақ абыржисың. Бұл қызға қарағанда қай жерің артық екенін ойласаң да, тыныштала алмайсың, сондықтан сені елдің алдында қыз күлкі қылса, өзінді жер болғандай сезінесің. Сенің ызаланып, айналадағыларға ашуынды төгуден басқа еш амалың қалмайды. Бірақ қыздың жанында өзінді құбыжық етіп көрсеткің келмейді. Мұның орнына іштей ашуланасың.

Қыздардың ойынша, мәселенің барлығы жігіттердің өркөкіректіктерінде, бірақ бұл олай емес. Сөз бұл жерде олардың тәкаппарлығы жөнінде емес, олардың ер адам деп аталуға лайықсыз сезінулері жөнінде. Тәкаппарлық пен өзінің лайықтылығын сезіну — екеуі мүлде басқа нәрселер.

*Тәкаппарлық пен өзінің
лайықтылығын сезіну — бұл екеуі
мүлде басқа нәрселер.*

2. Біз қалай сөйлейміз?

Жігіттер кейбір нәрселерге белгілі бір әрекетпен жауап қайтарады. Біз топтық сұхбаттарымызға қатысқан бозбалалардың көбі мөлшермен келесі нәрселерді айтты: «Қызым өзімді сыйламай сөйлескен кезде, мен былай деп ойлаймын: «маған мұны естудің қандай ауыр тиетінін, ол неге ұқпайды екен?» Біз өзіміз әңгімелескен бозбалаларды олардың құрбылары мұны жігіттерін кемсіткілері келгендіктен емес, білмегендіктен солай істейтіндеріне бірнеше рет көздерін жеткіздік.

Сонымен, жігіттердің еститіні не нәрсе?

Біздің сөзімізден сыйламаушылықты естіген кезде

Университет бітіріп, жұмыс істей бастаған бір жас жігіт бізге автосервисте әйелдерге деген қарым-қатынастың қалай өзгеретінін айтып берді, бұл әйелдердің өздерін қалай ұстайтындарына, өз өтініштері мен ұсыныстарын қалай білдіретіндеріне байланысты.

Егер сіз ерлер әлеміне түсіп, өз өтінішіңіздің орындалғанын, яғни жөнделгенін, басып шығарылғанын немесе қаланғанын қаласаңыз, сіздің ерлерге сыпайы болып, сыйластық көрсетуіңіз қажет, сонда сіз үшін барлық есіктер ашылады. Егер әйел механикке: «Менің бірнеше сұрақтарым бар, бірақ сіздің пікіріңізге сенім артамын. Сіз ең жақсы механиксіз, сондықтан машинамды жөндеуді сізге қалдырамын» дейтін болса, оның алданып қалу мүмкіндігі нөлге тең. Ал егер әйел шеберханаға ханымның бейнесінде кіріп, бет-әлпетінде жұмысшылар мен олардың біліктіліктеріне деген сенбестік жазылып тұрса, әрі сансыз талаптар қояр болса, барлық қызмет түрлері қымбаттап, жұмыс та баяу жүретін болады.

Жоғарыда келтірілген мысалда «ханым» біздің пікірімізше өзін сенімді ұстағысы және өз қа-

лауын орындатқысы келеді, алайда дәл осыған байланысты оған деген көзқарас онша емес. Ер адамдардың қызметін қажет ете тұра, «ханым» ең дұрысы ер адамдардың қабілеттеріне арта-тын сенімін әдейілеп көрсету жақсы болатынын ұмытып кетті. Ер адамдар «ханымның» мінез-құлқын өздерін сыйламаушылық деп бағалайды, әрине, оның машинасын «көңіл көтеріп жүріп» жөндейтіндері күмәнсыз.

***Біздің сөзімізден шарасыздықты
сезінген кезде***

Көптеген бозбалалар бойжеткендердің тіпті қа-рапайым ескертпелері мен сұрақтарынан қандай да бір көлеңке түс көреді.

Бір жоғары сыныптың оқушысы өзімен бірге мектептің әлдебір жобасына қатысқан сынып-тас қызының: «Сен көрсетілімді дайындауға әлі кіріскен жоқсың ба?» деген сұрағына (тіпті қыздың даусында айыптайтын үннің болмаға-нына қарамастан) қатты ашуланып қалғанын айтты. Бозбала бізге былай деді: «Ақыр соңын-да мен бәрін істеп қоюға уәде бердім. Жобаны тапсыруға уақыт жеткілікті болатын, бірақ ме-нің көзіме қыз маған сенім артпайтын сияқты

көрінді. Мені нақұрыс санаудың, осылай күмәндана сөйлеп, шарасызданғанын әдейілеп көрсетудің қажеті жоқ».

Бірақ тыңдашы, ол қыздың бар айтқаны мынау ғой: «Сен көрсетілімді дайындауға әлі кіріскен жоқсың ба?» Қызды күмәнданды немесе көңілі қалды деп есептеуге бола ма? Меніңше, жоқ, ал бозбала оның сұрағынан нақты күмәнмен шарасыздықты естіді. Қайталаймын, мәселе қыздың не айтқанында емес — жігіт өздерінің біріккен жобаларының дайындығын бойжеткеннің қадағалауынан мәселе көріп тұрған жоқ — барлық мәселе қыздың өз ойын қандай сөздермен жеткізгендігінде.

Бір жігіттің бізге түсіндіргені:

Сіз мынаны түсінуіңіз керек: әрбір жігітте жас қызды қиындықтан құтқару тілегі тумысынан бар, бізге өзімізді пайдалану ұнамайды, әйтсе де ерлердің көбі әйелдерге қалай да көмектесуге тырысады. Біз сіздерге қатты боран соғып тұрғанда да, жаңа үйге көшуіңізге көмектесеміз; ауаның ылғалдылығы 95%-дық жағдайда да, біз сіздің жиһаздарыңызды көтереміз — тек бізден сыпайылықпен өтініңізші. Кез келген әйел 12-ден 99-ға дейінгі ер адамнан, егер өзі сыпайылық көрсетсе, көмек сұрай алады, ерлер оған жоқ деп айта

алмайды. Ал егер әйел өзін дөрекі ұстап, сыйлаушылық танытса, біздің оған көмек көрсеткіміз келмейді.

Міне осылай! Осы пікірмен бозбалалардың бәрі бірауыздан келісті. Олар бойжеткен сыпайы әрі ибалы әрекет етуімен, тіпті ерлердің қателігін дұрыс көрсетіп немесе шынымен-ақ нақты істеуге болатын нәрсе ұсынған жағдайда көп нәрсеге қол жеткізе алатынын айтты. Мысалы, жоғарыда айтылған жоғары сыныптағы бойжеткен өз сұрағын: «презентацияға дайындық қалай жүріп жатыр?» — деп жеткізер болса, ол серіктесіне және оның өз жұмысының бөлігін орындайтынына сенімді екенін көрсетер еді, бозбалаға дәл сол сәтте жұмыстың қай кезеңде екенін айтуға мүмкіндік берер еді.

3. Олардың пікірлерін сыйлау

Бозбалалар өздері араласатын бойжеткендердің — әсіресе, өз таңдаулыларының — бозбалалардың пікірлері мен шешімдерін сыйлауларына аса мұқтаж. Жігіттер өз құрбыларының ақымақ немесе түк білмейтін болып көрінгендерін қаламайды, бірақ олар бойжеткендердің

жігіттердің біліміне күмәнмен қарап, олардың шешімдеріне үнемі наразылық танытпауларын қалайды. Саған осы нәрсеге қатысты бірнеше бозбаланың түсіндірмелерімен танысуды ұсынамыз:

- Мен бір бойжеткенмен кездесіп жүрдім, ол үнемі наразы болып, діңкемді құртып жіберетін: «Сен ешқашан соны істеген жоқсың». «Сен мені ешқайда шақырмайсың». «Сен неге мына ескі «Хонданы» сатып алдың?» Ол менің ақша жағынан қиналып жүретінімді түсінбеді. Ол мені сынап-мінеген кезде немесе осындай сұрақтар қойған кезде, өзімді тұтас-тай жолы болмағыш деп сезінетінмін. Жігіт үшін мұндай сынды сезіну өте ауыр.
- Кейде мен қыздың менен неге солай істегенімді сұрауына қарсы емеспін. Дәл осы сәтте менің айналысып жүрген ісімді білуге мүдделі бола отырып, ол менің бәрін де дұрыс істейтініме көзін жеткізе алады және бұл оның маған деген сенімін нығайтады. Бірақ ол келесі жолы күдік келтірсе, ал мен еш нәрсенің өзгермегенін түсінсем, онда онымен әңгімеге уақыт бөлуді қажетсіз деп ұйғарамын».

Кейбір жігіттер бізге олардың пікірлеріне өздері араласатындардың барлығы-дерлік (мұның ішінде өздері сыйластық пен сенім артуды көбірек күтетін қыздарды есептемегенде) құлақ асатындарын мойындады. Басқалары өздеріне өз құрбыларына қарағанда, жолдастары мен әріптестері көбірек сенім артатындарын айтты. Одан да бетері бозбалалар өздерінің құрбылары оларға билік жүргізуге талпынатындарын сезінеді, ал мұны тіпті олардың ата-аналары мен бастықтары істемеген еді.

Біздер, әйелдер, басқаша ойлайтындықтан, біз мән бермейтін нәрсенің не себепті ер адамдар үшін үлкен мәні барын түсіне алмаймыз. Сенің жігітің былай деп толғануы мүмкін: «Егер қызым маған мұндай кішкентай нәрседе сенім артпаса, онда ешбір маңызды істе ол сенім арта алмайды. Сірә, ол маған мүлде сенім артпайтын шығар?!».

ЕНДІ НЕ ІСТЕУІМІЗ КЕРЕК?

Бойжеткендер, сендердің қолдарыңда үлкен билік бар, соған байланысты сендерге үлкен жауапкершілік жүктеледі. Сендер бозбалаларға өз күштеріне сенімділігін сіңіре де, күйрете де аласыңдар, бұл тіпті оның өмірінің сендердің

қарым-қатынастарыңа еш қатысы жоқ саласын да қамтиды. Айналасындағы адамдардың сыйластығы бозбалалардың өмірінің барлық салаларына ықпал ететін фактор болып табылады. Өзіне қанағаттану сезімі әлеммен қарым-қатынас құрудағы болашақ табыстың кепіліне айналады. Нақты осыған бола бозбалалар өздерін шынымен сыйлайтын және өздерін мақтан ететін бойжеткендерге ғашық болады. Жігіттерге (олардың өз сөздерімен айтқанда) бәрінен артық ұнайтыны да дәл осындай бойжеткендер.

Біз жігіттің өзіне деген сенімділігін үзе де аламыз немесе керісінше, оны нығайта да аламыз. Тәңір бізге осындай қабілет сыйлаған.

Сонымен, енді не істейміз? Бір бозбала былай деген еді: «Адамнан әрқашан жақсылық ізде, сонда оған сыйластық көрсету саған оңайырақ болады». Бұл жерде күрделі ештеңе жоқ сияқты — өзің үшін таныс бозбалаға сыйластық көрсет, ал сыйламаушылық танытпа.

Біз бозбалаларға олармен қалай мақтанатынымызды, оған деген біздің сеніміміздің қандай үлкен екенін сөзімізбен де, ісімізбен де жария ете

аламыз. Егер бізге «мен сені сүйемін» деген сөзді есту ұнайтын болса, онда бозбалалардың жүрегі «мен өзіңмен мақтанамын» немесе «мен саған сенемін» деген қарапайым сөздерден жібіп кетеді. Біз қандай да бір бозбаланың алдында кінәлі екенімізді түсінген кезде, өз кінәмызды мойындап, одан кешірім сұрағанымыз жөн. Жігіттер былай деп айтуға кеңес береді: «Осылай істегенім үшін кешірші — бұл сені сыйламаушылық болды. Мен саған сенім артуға болатынын білемін».

|| *Адамнан әрқашан жақсылық ізде, сонда оған сыйластық көрсету саған оңайырақ болады.*

Уақыт өте бұл маңызды бола түседі...

Жас оқырман қыздар, бозбалалар үшін сыйластық махаббаттан да маңызды екенін алдағы уақыттарда есте ұстайсындар деп сенеміз. Бұдан да маңыздысы, есте сақтаңдар — олар кейін әйелі болатын құрбыларының өздеріне сыйластықпен қарағандарын қалайды.

«Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабын жазу үшін жүргізілген сауалнамаға қатысқан бір ер адам былай деген еді:

Мынадай мақалды білесіз бе: «Ерді ер ететін де, жер ететін де — әйел». Бұл шындық. Егер әйелі күйеуін қолдап, оған сенер болса, ері бүкіл әлемді, ең аз дегенде бұл әлемдегі өз орнын басып ала алады. Ол барлық жерде: түзде де, үйде де табысты болады. Және керісінше: әйелінің сыйластығы мен қолдауынан айрылған ерлердің үйдегі немесе түздегі жақсылыққа бірен-сараны ғана қол жеткізе алады.

ҰЗАҚТЫҒЫ ӨМІР БОЙҒЫ СПЕКТАКЛЬ

*Өзіне сенімді Такаппар мырза шын
мәнінде өзіне сенімді емес?*

*Жігіттер өзіне сенімді сияқты
көрінгенімен, шын мәнінде олар өз
күштеріне күмәнданады. Олар өздерін
«әшкерелейді» деп қорқады, сондықтан
олар өздерін жеңімпаз сезінуге
көмектесетін бойжеткендерге жақын
жүреді.*

Сендер ағылшын актері Патрик Стюарт қатысқан фильмдерді көрдіңдер ме? Оның сомдаған бейнелері нағыз ер азаматтың бейнесі. Мен (Шонти), шынымды айтсам, оның кейіпкерлерінің бірі «Жұлдызды жол: келер ұрпақ» сериалындағы капитан Жан-Люк Пикарға ғашық болдым. Сериялардың бірінде капитан мен оның құрбысы доктор Беверли Крашер бейтаныс ғала-

маттарға тап болады, мұнда олардың әр басқан қадамдары қауіп-қатерге толы еді. Олар қиын жағдайға ұшырайды да, нәтижесінде өзге ғаламшарлықтардың араласуымен, өз қалауларынан тыс, бір-бірінің ойларын ести бастайды.

Құтылар жол іздеп, капитан көкжиекке көз жібереді де, бағытты таңдап, өзіне тән сенімділікпен бұйрық береді: «Мұнда!» Бірақ есте сақтаңдар: доктор оның ойын естіп тұр ғой — сөйтіп капитанды әшкерелейді. Крашер оған таңырқай қарап: «Бірақ қай тұсқа қарай жүру кергін сен нақты білмейсің ғой, тек білетін сыңай танытып тұрсың. Сен сенімді емессің, сонда да жүрмексің бе? — Сосын одан бетер таңырқап: Сен әрқашан солай істейсің бе?» — дейді.

Жан-Люк Пикар докторға көз тастап, былай жауап береді: «Капитанға кейде өзіне сенімді болып көріну қажет».

СЫРТҚЫ СЕНІМДІЛІКТІҢ АСТЫНДА НЕ ЖАСЫРЫНЫП ЖАТЫР?

Беверли Крашер көбіміз аңғара бермейтін нәрсенің бетін ашты: бозбалалардың көпшілігі жүрек түкпірінде өздеріне деген сенімсіздікті сезінеді. Тіпті өзіне нық сенімді көрінетін жігіт те өзінің

шын мәнінде кім екені, әйтпесе өзін кім деп санап жүргені қашан ашылып қалатын сәтті күтіп жүреді. Ол өзін суайт деп есептейді.

«Мені әшкерелейді!»

Осыған байланысты он тоғыз жасар бір бозбала былай деді: «Кейде жігіттер дұрыс істеп жатырмыз деген үмітпен өздеріне сенімді болып көріруге тырысады. Біз болжамдар жасаймыз, сосын не істеу керегін білетін түр көрсетеміз, сөйтіп кейінірек бәрін реттеп аламыз деп үміттенеміз».

|| *Бозбалалардың көпшілігі жүрек
түкпірлерінде өздеріне деген
сенімсіздікті сезінеді.*

Бұндай қорқынышты жастыққа және тәжірибесіздікке тән деп есептемендер. Біз дәл осы нәрселерді «Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабын жазу үшін өткізілген сауалнамаға қатысқан жасы үлкен ер адамдардан да естідік. Тіпті ер адамдар өздеріне сенімсіздік танытқан істі тамаша атқарып шықса да, ол айналасындағыларды алдап жүрмін, өзін әшкерелеп қояды деп есептейді де, соған бола қатты сескенеді.

Сенің мектепте, спортта немесе жұмыста қаншалықты табысты екеніңе қатыссыз, төменде келтірілген пікірлердің қайсысы өмірдің осы салаларында сені дәл сипаттайды?



Байқасаң, жастары неғұрлым ұлғайған сайын бозбалалар өз күштеріне сенімсіздіктерін ашық мойындайды және айналасындағылардың көз алдында білікті шебер болып көрінгілері келетіндерін де жасырмайды. Бәлкім, бұл жастың ұлғайғанымен қойылатын өлшемнің де өсуімен немесе жасөспірімдерге өздеріне қатысты күмәнды мойындау қиындығымен түсіндіруге болар.

Бір студенттің айтқаны:

Жасөспірімдердің өзіндік пікірлері ерекше. 17 мен 21 жас арасында тым болмағанда кейбіреуіміз

кез келген істе табысты боламыз деп есептедік. Бірақ әлем танып біле жүріп, өз қабілетімізді және өзімізді тұлға ретінде шынайы бағаладық, алайда сенімділігіміз азая бастады.

Бозбалаға өзіне сенімсіздікті сезіну деген нені білдіреді?

Сырттай сабырлы, жинақы, өздеріне сенімді бозбалалардың санасында мынадай үш түрлі ой жүйткіп жүретін сияқты:

- «Мені үнемі бағалайды және үкімдейді».
- «Мен мұны қалай істеу керегін мүлде түсінбеймін».
- «Бірақ мен мұны істегім келеді!»

«Мені бәрі ылғи бағалайды және үкімдейді»

Бозбалалардың көпшілігі өздерін ұдайы бағалайды және үкімдейді. Жігіттердің бірі былай деді: «Біз үнемі өзіміздің айналамыздағылар біз жайлы не ойлайды деп мазасызданып жүреміз».

Жуырда ғана колледж бітірген бір жас жігіттің бізге айтқанын тыңдап көрші:

Менің үлкен адам болып, өз ісімді ашқаныма қарамастан, қауымда өзімді әлі кішкентай бала сезінемін. Барлығының есінде менің көп мақтанатыным мен сотқарлығым сақталған. Кей кезде осы адамдар менің жұмысыма бас сұғады, олардың айтқандарына қарасам, олар мені әлі күнге дейін бала санайтын сияқты болып көрінеді. Олар маған қалжыңдайды, ал мен дәл өз кеңсемде басқа адамдардың сыйластығына ие болуға тырысудамын ғой, сол кезде мен өз-өзіме былай деймін: *«Жарайды, қазір соның уақыты емес. Барыңдар, қайдағы-жайдағыны айтуды доғарыңдар».*

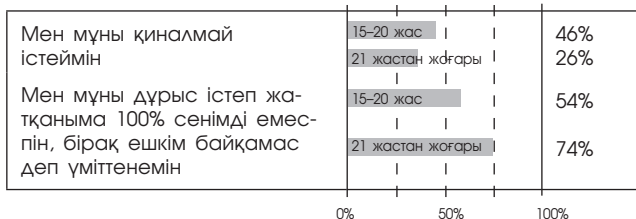
Ерлердің бізден жасыратын әлсіз тұстарын былай түсіндіруге болады: олар айналасындағы адамдарға қалай әсер ете алатындықтарын ойлайды, кейде олар не істеу керегін білмей, «әшке-ре болудан» бір-ақ қадам жерде тұрғандарына мазасызданады.

|| *«Біз жайлы айналамыздағы адамдар не ойлайды деп, үнемі мазасызданып жүреміз».*

Жоғары сыныптың бір оқушысы былай деді: «Не істеу керектігін өзіміздің де білмейтінімізді ешкім де сезбейді. Біз сабырлы әрі сенімді

болып көрінеміз, ал шын мәнінде бағыттан айрылып қалғандай және сол өтірігіміз ашылып қалатындай абыржып жүреміз». Біздің сауалнамamızдың нәтижелері көрсеткендей, бозбалалар есейіп, неғұрлым қиын жағдайға ұшырай жүріп, тәжірибе жинақтаған сайын, олардың өздеріне деген сенімсіздіктері күшейе түседі.

Соңғы бірнеше жылда өзің ұшыраған қиын жағдайды есіңе түсірші. Жаңа, өзіңе бейтаныс кедергілерге тап болғанда сен нені сезіндің? Төменде келтірілген пікірлердің қайсысы сенің ахуалыңды неғұрлым дәл сипаттайды? (Тағы да баса айтамыз: сөз сенің қалай әрекет еткенің жөнінде емес, не сезінгенің жөнінде болып отыр).



«Мұны қалай істеу керекін мүлде білмеймін»

Әрине, өздерін қадағалап отыратынын білетін көптеген жігіттер, шын мәнінде өз әрекеттерінің

дұрыстығына сенімді емес. Колледждің бір түлегі бізге мынадай әңгіме айтып берді:

Өткен жылы жазда досым үйленді. Мен оның тойын бейнекамераға түсірдім. Шындығында, мұны қалай істеу керектігін мүлде білмейтінмін. Мен жаңа, бейтаныс нәрсеге жекпе-жек шыққанды жақсы көремін. Бірақ той біткенше өзіме былай деп қайталаумен болдым: *«Сен өзіңді бұл істің маманы сияқты ұста. Сен өзіңді бұл істің маманы...»*. Ал шынында, мен бейнекамераға түсіруді сол жерде үйреніп жүрдім.

Басқа бір бозбаланың бізге айтқаны: «Мынадай кездер болады: мен өзіммен әңгімелесушіге жауап ретінде күлімсіреп, басымды изеп отырамын. Ал өзім ішімнен былай деп ойлаймын: «Мұны қалай істеу керектігі менің миыма кіріп те шықпайды. Бірақ мұны менің істей алмайтынымды біреу-міреу түсініп болғанша, үйреніп үлгерермін».

«Бірақ мен мұны істегім келеді»

Жоғарыда жолдасының үйлену тойын камераға қалай түсіргені туралы айтқан бозбаланың әңгімесі, бізге бейнелеп айтқанда мынаны көруге

мүмкіндік береді: ол жас жігіттердің өзіне сенімсіздігінің келесі бетін көруге мүмкіндік береді — жекпе-жектегі аңсау, тәуекел ету, жаңа, өзіне бейтаныс нәрсемен айналысу тілегі. Өзіне сенімсіздік пен тәуекелдік тілегі — өзара сиыспайтын нәрселер сияқты көрінеді, сөйтсе де, қалыптағы «ер адамдық жинақтың» алынбас бөлігі болып табылады. Ер адамдар Эвересті бағындырғысы келеді, бірақ олар бұл тәуекелге бел байлауға тура келетінін және сол үшін олар кішірейетін сәттерді де бастан кешулері мүмкін екенін біледі.

БОЗБАЛАНЫҢ ӨЗІНЕ КҮМӘНДАНЫП ТҰРҒАНЫН ҚАЛАЙ АНЫҚТАУҒА БОЛАДЫ?

Айналадағылардан өзіне сенімсіздігін жасырып тұрған бозбаланың саған өзінің уайымдары туралы айта коюы екіталай! Онда оның өзіне сенімсіздігін біз қалай біле аламыз?

Бозбалалар бізге жігіттің сенімсіздігін үш нәрсе білдіріп қоятыны жайлы ақпарат берді: батырсыну, айналасындағыларды күлдіруге ұмтылу және мардымсу.

Батырсыну

Батырсыну — ел алдындағы батырлық, батылдық, орынсыз мақтаншақтық.

Түсіндірме сөздік

Көптеген бозбалалар өздеріне әрқашан сенімді екендерін мақтанып айтады. Бұл олардың өздеріне сенімділікті шын мәнінде сезінбей тұрғанының нақты белгісі болып табылады. Төменде келтірілген ілікпе сөзге қара:

№ 1 Жігіт: Мен әрқашан өзіме сенімдімін, әрқашан...

№ 2 Жігіт: Досым, бұл олай емес. Шыныңды айтшы. Гольфті қалай ойнайсың?

№ 1 Жігіт (орнынан тұрып, № 2 жігітке қарай жүреді): Жап аузыңды!

Әйткенмен, басқа топтан осы сұраққа шын жауап берген екінші курс студенті табылды: «Біз әрқашан не істеу керектігін, тіпті солай емес кездерде де, нақты білетін болып көрінуге тырысамыз. *Дәл осыған байланысты жігіттерден олардың өз әрекеттеріне сенімділіктерін сұрағанда қатты ашуланады*».

Ер адамдар Эвересті бағындырғысы келеді, бірақ олар бұл тәуекелге бел байлауға тура келетінін және сол үшін олар кішірейетін сәттерді де бастан кешулері мүмкін екенін біледі.

Мұндағы сайқымазақ кім?

Бозбалалардың көбі біреу-міреу олардың тұғырларына қауіп төндіретін болса, уытты қалжыңдар жаудырып жібереді. Төмендегі мысалдармен таныс болыңдар:

- «Егер менің бір нәрсем кері кете бастаса, мен елді күлдіріп жіберуге тырысамын. Бәрін қалжыңға айналдырамын, сөйтіп бәрі қалпына келеді. Мысалы, сыныптың алдына шыққанда, мен қателесіп кетіп, бәрі маған күлер болса, мен не кемсітуге шыдап тұруым керек немесе көрініс қойып жіберуім керек».
- «Әзіл саған кез келген жағдайдан абыроймен шығып кетуге көмектеседі. Егер қандай да бір пәннен сұраққа жауап бере алмасаң, мұғалімді күлдіріп, тығырықтан шығып кете аласың. Ұстазбен қалжыңдасуға дәті барған сыныптың басты сайқымазағы болып шыға келесің. Ең болмағанда өзгелер көңілденіп қалады».

Ал жігіт, жай ғана мардымсыз

Ал біз бозбалалардың сайқымазақ өнерін меңгеріп қана қоймай, кәсіби актерлердің тәжірибелерін жинақтайтынын анықтадық. Сөз батырсу жайлы болып жатқан жоқ. Бір жігіттің айтуы бойынша, бозбалалар сабырлы, өздеріне сенімді әрі жинақы болып көрінуге тырысқанда, актерлік шеберлікке жүгінеді. Бұл кезде олардың бастарында мынадай ғана ой болады: *«О, Құдайым, олар аңғарып үлгергенше, мен пайымдап үлгеремін деп үміттенемін!»*

Бір студент бізбен өз ойларымен бөлісті:

Спортта әрбір жігіт шамасы келгенше кәсіби маман боп көрініп мардымсыды. Ол былай дейді: «Әлбетте, мен гольф ойнай аламын». Ал алаңға шыққанда, барлығы оның мүлт кетуін күтіп, өзін қадағалап отырғанын айтады. Жігіттердің 95%-ы істей алатын нәрселерін көрсете алмайды, бірақ істей алмайтын нәрселерін ешқашан мойындамайды. Олар мұны жасыруға тырысады.

Басқа жігіттің айтқаны: «Кез келген істе менің таңдауым бар: не бір нәрсе қолымнан келмейтінін, мұны кейін үйренетінімді мойындау немесе шынымен үйреніп алғанға дейін, менде

алғашқы тәжірибелер бар деп мардымсу». Сонымен, енді сендер жігіттің қай кезде мардымсып тұрғанын түсіну өте қиын екенін көрдіңдер, өйткені, егер бозбала өзіне өте сенімді болып көрінсе, бұл шынымен-ақ оның сенімді екенін білдірмейді.

ЕГЕР ӨТІРІК АШЫЛЫП ҚАЛСА ШЕ?

Егер бозбалалар өздеріне сенімсіз екендіктерін жасыра алмаса немесе қателесіп кетіп, қалжыңмен құтыла алмаса, өздерін қалай сезінер еді?

Осыған орай бір жас жігіт былай деді: «Осындай шақтарда сен өзінді ештеңеге қабілетсіз, тұтастай жолы болмағыш деп сезінесің. Мен табысқа жете алмаймын деп шынымен қорқа бастаймын. Сондықтан мен егер қандай да бір тестті тапсыра алмай қалсам, маған немқұрайлылықтың бетпердесін киіп, сезімдерімді жасырудан басқа амал қалмайды. Мен өзімнің немен күресетінімді басқалардың білгенін қаламаймын».

Біз мынаны бозбалалардан әлденеше рет естідік: айналасындағыларға өздерінің ішкі күрестері жайлы айту — олардың пікірінше тығырықтан шығатын жол емес. Он жеті жасар бір бозба-

ланың бізге айтып берген мына оқиғасынан жас-өспірімдерге тәуекел етіп, өздерін төмендететін ыңғайсыз жағдайда қалудың қаншалықты қиын болатынын айқын көруге болады. Бұл тіпті оның осыдан алатын пайдасы кез келген уақытша қолайсыздықтан асып кететінін түсінгеніне қарамайды.

Мен гитарада ойнап, ән айтамын және Синди Лопер мен «Spin Doctors» тобында өнер көрсеткен бір тамаша гитаристен сабақ аламын. Бір күні кешкісін ол өзі сияқты мықты музыканттармен джем ойнады да, маған — көз алдыңызға елестетіңізші — оларға қосылып ойнауды ұсынды. Бірақ, мен сахнаға қуанып шығудың орнына: «Кешіріңіз, бүгін шамам келмейді, саусақтарым қатты ауырып тұр. Мен әбден шаршадым. Бүгін күрделі бақылау жұмысы болды», — дедім де, кетіп қалдым. Өйткені мен дарынсыз болып көрінгім келмеді. Егер қалсам, көп нәрсеге үйренер едім.

Жоғарыда айтылғандардан біздің жасайтын қорытындымыз: *бозбала үшін біреу өзін болбыр деп санайды деген ойдың өзі кемсіту, сондықтан ол бар күшімен бұндай кемсітуге жола бергісі келмейді.*

*Біз мынаны бозбалалардан әлденеше
рет естідік: олардың пікірінше
айналасындағыларға өздерінің ішкі
күрестері жайлы айту —
тығырықтан шығатын жол емес.*

БЕЛГІНІ ІЗДЕГЕНДЕ

Бозбалалар үнемі айналасындағылардан өздеріне күдіктенуге негіз барын куәландыратын белгіні көруге тырысады. Сондықтан бозбаланың өзі жайлы пікірінің қалыптасуы сенің онымен: менсінбейтін, келемеждейтін немесе жігерлендіретін үнмен сөйлейтініне көп байланысты. Бозбалалар мұндай белгіні өз отбасынан, мектептен, жұмыстан және бойжеткенмен, яғни сенімен қарым-қатынасынан іздейді.

Отбасы

Бозбаланың өзі жайлы пікірінің қалыптасуына ата-ананың ықпалын бағаламау мүмкін емесі анық. Бозбалалар бізбен келісті де, біздің сөздерімізге түсінік берді.

- «Ата-ана пікірінің орасан мәні бар. Ұлының өзіне деген сенімін нығайту немесе күйрету әкенің немесе шешенің билігінде».

- «Анам мені бағаламайды, сол бағаламау еңсемді сондай түсіреді... Осы аптада үйге қонақтар келді, олардың көзінше анам менің үйді шаңсорғышпен тазалап шығуымды сұрады, айтқанын екі етпей орындадым, бірақ алғыс естімедім. Анам менің жасаған жақсы істеріме сирек назар аударады... Бұл сондай қиын».

*Бозбалалар үнемі
айналасындағылардан
өздеріне күдіктенуге негіз
барын куәландыратын
белгіні көруге тырысады.*

Мектеп/Жұмыс

Біз бір жоғары сынып оқушысының оқиғасын назарыңа ұсынамыз.

Өткен көктемде барлық пәндерден үлгерімім өте жақсы еді, бірақ кейінірек физикадан төмендей бастадым. Бірде физика сабағында мені тақтаға шығарды, мен жауап бердім, ал жарық жылдамдығын есептей бастағанда қате жіберіп, шатасып кеттім. Осыны мұғалімге айтып едім, ол маған жағдайға байланысты жауап берудің немесе көмектесудің орнына, мені дарынды, бірақ жалқау

деп сөкті. Оның сөзінен кейін аптаның қалған күндері мәнсіз болып қалды. Өз-өзіме: «Мына мұғалім нағыз мыстанның өзі», — деп көңіліме қаяу түсті. Шын мәнінде ол менің білімімді емес, жеке басымды айыптады. Бұл жүрегіме қанжырдай қадалды. Әрине, айналамдағылардың бәрінің қолдауын мен қажет етпеймін, бірақ әлдебіреу мені кемсіткен кезде, бұны көтеру өте қиын».

Әрине, сен мұндай белгілердің жалған екенін бозбаланың түсінуі тиіс, сондықтан оны көңілге алу қажетсіз дейсің. Алайда есінде болсын, бозбалалар жүрек түкпірлерінде бұл шындық болуы мүмкін деп мазасызданады. Музыкалық топта ойнайтын бір жігіт осыған қатысты былай деді: «Егер байқаудан құласам, әділ-қазыларды әділетсіз немесе құлықсыз болды деп ойламаймын. Мен өзімді аспабымда жаман ойнадым деп есептеймін. Егер қандай да бір сынақтан жаман баға алсам, мынадай ой маза бермес еді: *«Бұл мүмкін емес. Мен нағыз жолы болмағышпын»*. Бұл тіпті әдетте емтихандарды «жақсыға» және «үздікке» тапсырып жүргеніме де қарамайды».

Бозбалалар өздері білмейтін жаңа бір істе өздерін сынап көруді ұйғара отырып, кемсіту-

ді бастан өткізуге тәуекел ететіндерін де біледі. Егер оларды шынымен әжуаласа, бұл олардың жандарына қатты батады. Бір жас жігіт бізге мынадай оқиға айтып берді:

Бірде мені жарнамалық роликке түсуге шақырды. Бірақ мен сюжет бойынша қатысушылардың музыкалық автоматтың айналасында 50-ші жылдардың стилінде билеуге тиісті екендерін білмедім. Менің жүйкем жұқарып, бірнеше рет орындауға тырысқанымда, роликтің продюсері менің жанымнан өтіп бара жатып: «Неткен олақ еді!» — деп салды. Болды... жұмыс соңына дейін жолымнан жаңылып қалдым. Сірә, барып тұрған ақымақ болып көрінген шығармын деген ойда қалдым, мұны еске алу маған тіпті қазір де жағымсыз әсер етеді.

Бойжеткендермен қарым-қатынас

Бозбалалар бойжеткендермен қарым-қатынастарынан өздеріне күдіктенуге толық негіз барын куәландыратын белгілер іздей бастаса, олар бойжеткендердің өздеріне айтатындарынан қорқа бастайды, басқаша айтқанда, бозбалалар өздерінің сезімдерін бойжеткендер жаралайды деп қорқады. Бір оқушының бізге айтқаны:

«Мынадай кездер бар: бойжеткендер бізді сыйламай тұрғандарын және өз сөздері бізді жәбірлейтінін түйсініп тұрады, алайда олар мұның бәрі біз үшін түкке тұрғысыз, себебі біздерді күшті деп санайды. Бірақ біз олар ойлағандай күшті емеспіз».

Бозбалалар бойжеткендердің көз алдында қалай көрінетіндерін ойлап үнемі мазасызданады. Олар өте тамаша қызға әсер қалдыру, ұнай білу, күлдіру қабілеттеріне күмән келтіреді. Жігіттердің бірі мынаны айтты: «Өзіме ұнайтын қыздың алдында мен аузымды ашсам болды, артық нәрсені лақ еткіземін. Негізінде сөйлеу мәнерімде мін жоқ екеніне қарамастан, тұтыға бастаймын. Сірә, Коди Бэнкс те өзін мен сияқты сезінген шығар, ол қызбен сөйлескен кезде барлығы кері кететін.

«Агент Коди Бэнкс» фильміндегі Коди (Фрэнки Муниц) өзін Натали Коннорс (Хилари Дафф) жігерлендіргенге дейін өзін бақытсыз сезінетін. Коди Наталидің қолдауын түсінгенге дейін өзін жолы болмағыш санап жүреді. Біздің сауалнамamızға қатысқан көптеген бозбалалар осыған ұқсас нәрселер айтты. Олар өздерінің өмірде қаншалықты жетістікте екендіктерінің куәсы ретін-

дегі белгіні бойжеткендермен қарым-қатынастарынан іздейтіндерін растады.

Бозбалалар бойжеткендердің көз алдында қалай көрінетіндерін ойлап, үнемі мазасызданады.

Ал Құдай ше?

Ал енді үзіліс жасайық. Егер сен қолдау мен жігерлендіруді іздегенде, көзіңді Құдайға салу керек деп есептесең, онда былай деп ұйғаруың мүмкін: «Егер бозбалалар өздеріне күмәнданса, онда олар Тәңірдің қолдауы мен жігеріне мұқтаж!» Әрине, сенікі дұрыс. Адам айналасындағы адамдардың пікіріне тәуелді болмауы керек. Біздің жеке басымыздың құндылығы, ең алдымен біздің көктегі Әкеміздің сүйікті балалары екендігімізбен анықталуы тиіс.

Алайда естерінде ұстандар, жаратылыстың басталуында Тәңір былай деген еді: «Адамның жалғыз болғаны жақсы болмас». Құдай еркектің жанында Өзінің болғанына қарамастан, ер адамның әйелсіз толыққанды болмайтынын түсінді. Әрбір еркектің жүрегіне әйелмен «толығу» деген қалауды Тәңірдің Өзі салған.

**Айналадағы бойжеткендермен қарым-қатынасың
сенің өзінді табысты әрі сыйластыққа лайық сезі-
нуіңе көмектескенін қалайсың ба?**



Жүргізілген зерттеулердің нәтижесінде белгілі болғанындай, төрт жігіттің үшеуі бойжеткендердің қолдауы мен құптауына айрықша мән береді. Осыған қатысты бір бозбала былай деді:

«Жеке өз басым бойжеткеннің мені сыйламай-тынын көтере алмаймын. Егер бойжеткен арқылы айналадағылардың үмітін ақтауға өзінді қабілетті сезінсең, бұл тамаша емес пе?! Бұл өзіңнің бір нәрсеге татитыныңа, көптеген нәрселерге қабілетті екеніңе сенуіңе септігін тигізеді. Сен қыздың өзіңе сенетінін, оған ұнайтыныңды сезесің. Бірде менің

таныс қызым маған былай деді: «Мен сені сыйлаймын және сенің пікіріңді шынымен де жоғары бағалаймын». Осы сөздерден кейін мен өзімді нағыз еркек сезіндім, қолымнан бәрі келетін сияқты көрінді».

Басқа бозбала былай деп қосты: «Басқа ешкім дәл бойжеткендердей саған өз күшіңе деген сенімділікті дарытуға қабілетті емес. Егер қыз сені сыйлап сөйлейтін болса, сен өз пікіріңнің маңызы бар екенін және оны шынымен есепке алатынын сезінесің. Бойжеткеннің өзіңнен кеңес сұрағаны керемет».

Негізінде біз әңгімелескен бозбалалардың әрқайсысы жігіттің емес, бойжеткеннің қолпаштауына ие болу әлдеқайда маңызды екенін айтты.

№ 1 Егер мен шашымды басқаша қидырып, оның маған жарасатынына сенімді болмасам, онда Билден немесе Джоннан «қалай?» деп сұраймын. Егер олар бәрі дұрыс десе, тынышталамын. Ал шаш үлгімді қыз құптаса, онда өзімді одан да сенімдірек сезінген болар едім.

№ 2 Өйткені, досым, оны қыз айтып тұр. Қыздан мұндай сөздерді есту дегенің керемет емес пе?! Ол қыз ғой!

*Біз әңгімелескен бозбалалардың
әрқайсысы өздерінен басқа жігіттерден
гәрі бойжеткендердің құптауына ие
болу маңыздырақ екенін айтты.*

Тағдырына өзің бей-жай қарамайтын бозбаланы қолдамаған жағдайлардың бәрін есіңе түсірші, сен оның өзіне сенімсіз болып тұрғанын білмегендігіңнен ғой? Бұл селк еткізбей ме?

НЕ ІСТЕУІМІЗ КЕРЕК?

Егер бойжеткендер бозбалалардың өздерінен қашқақтамай, қарым-қатынас жасайтынын қалайтын болса, не істеулері керек? Бозбалалар бізге бойжеткендердің қандай сөздері мен әрекеттері өздерін шабыттандыратынын, қайсысы еңселерін түсіретінін айтып берді.

Нені істемеу керек?

- Бәрінен жаманы, құрбымның маған: «Сен неге бүгін мынаны істемедің?» — дейтіні. Ол сонысымен менің жолы болмағыш екенімді тағы да дәлелдейді.
- Кейде құрбым былай мәлімдейді: «Сен мені сүймейсің. Егер мен үшін ананы, мынаны,

сосын тағы бір нәрсе жасайтын болсаң, керемет болар еді». Осы сөздерден кейін мен өзімді барып тұрған ақымақ сезінемін. Құдайым-ай, мен тіпті оны қаншалықты бағалайтынымды да түсіндіре алмаймын. Оған ұнауға тырысудың мәні бар ма? Менің талпыныстарым әрқашан жеткіліксіз.

- Біз ұрсысып қалғаннан кейін құрбыма оған ұнамды бір нәрсе істейін деп тырыссам, ол маған: «Сенің дәл қазір бұны неге істеп жатқаныңды білемін», — дейтіні маған қатты тиеді. Оның құптауына ие болу — мүлде мүмкін емес!
- Жас бойжеткендер жігіттің егер көңіл-күйі жоқ болса, оған ұрсуға болмайтынын түсінбейді.

Басқа адамдардың алдында...

Жігітті қолдаңдар және құптаңдар...

- Егер құрбың сенің немесе өзінің достарының алдында сені мақтаса немесе сенімен мақтанса және бұл туралы біліп қалсаң, бұл сенің өзіңе деген сенімділігіңді одан сайын нығайтады. Сен құрбыңның өзің жайлы ойлайтынын, өзіңе қамқорлық ететінін біліп жүресің.

- Жолдастарымның алдында құрбымның мені айтып, мақтанғаны өзіме қатты ұнайтынын мойындауға тиіспін.
- Сені мақтағанда өзінді керемет сезінесің! Аспанда қалықтап жүргендей боласың.

...жігітпен оңаша қалғанда:

- Егер құрбым біз тіпті ұрсысып қалғаннан кейін де менен бір жақсы нәрсе көруге тырысса, бұл керемет. Бойжеткен ұрыс-керіске себеп болған жағдайларды талдай отырып және «осы жағдайдан біз қалай шыға аламыз?» деген сұрағымен, өзінің жігітіне деген сыйластығын көрсете алады. Құрбымның ақ пейілі мені жақсы жаққа итермелейді. Осы арқылы менде жауапкершілікті өзіме алуға және әрекет етуге деген қалау пайда болады.
- Бірде концерттен кейін (мен онда даңғырада ойнаған едім) мен сахнадан түскен кезімде өзімнің сүйіктімді көрдім. Ол қолымды алып, маған былай деген кезде, менің жүрегім дүрсілдеп кетті: «Жаным, сен бүгін керемет ойнадың. Сен өте талаптысың». Мен бір апта бойы төбем көкке жеткендей боп жүрдім.

- Менің құрбыма келсек, оның маған тек қана ең жақсы нәрсені тілейтінін айта аламын. Ол менің досым және мені қолдайды. Ол менің кемшіліктерімді бетіме айта алады. Мен оған сабырмен қараймын, өйткені құрбымның *үнемі менің мүддем үшін әрекет ететінін білемін*. Одан өзімшілдіктің белгілерін көрген емеспін.

Мақтаншықтық па, әлде қолдау ма?

Тоқтай тұр, мақтаншақтық дегенің жаман қасиет емес пе? Әрине, бозбалалар мақтанудың жақсы емес екенін түсінеді, бұл кішіпейілдіктің аздығын білдіреді ғой. Бірақ та *сен* оның тамаша қасиеттері туралы оның өзіне немесе басқа адамдарға айтатын болсаң, онда бұл бөсу емес, қолпаштау және қолдау. (Елші Пауылдың Філіпіліктерге жазған хатында ұнамды және мақтауға лайық нәрселер туралы толғаныңдар деп айтқаны, осы жөнінде болатын).

Егер бозбала құрбысы өзін ең жақсы деп санайтынына сенімді болмаса, онда ол қолдау мен құптауды басқа жақтан іздейтін болады. Ол жұмыста, спорттық клубтарда немесе компьютердің алдында сағаттап отыратын болады. Бір бозбала бізге былай деді:

Жігіттердің көбі спортқа неге сонша құштар деп ойлайсыздар? Өйткені спорт алаңында олар өздерін ыңғайлы сезінеді, өздерін көрсете алады. Бұл жерде басқа еркектер оған тамсанғандарын жасыра алмай, «Тамаша соққы!» немесе «Керемет лақтырыс!» дейді, болмаса өздері жеңіліп қалуы мүмкін екендігін сезініп, қорғаныста белсендірек ойнай бастайды. Осындай сәттердегі сезімге еш нәрсе тең келмейді.

||| *Тағдырына өзің бей-жай қарамайтын
бозбалаға қалай ықпал етесің?*

ӨЗІНЕ СЕНІМДІЛІК ДАРЫНЫ

«Өрмекші-адам — 2» фильмінен біз Питер Паркер өз өмірін тәртіпке келтіруге талпынғанымен, әбден әуреге түскенін көреміз. Іс жүзінде ол өзін зорығуға жеткізеді, тәулігіне 24 сағат бойы апатқа ұшырағандарды құтқара жүріп, колледжде оқуы, жұмыс істеуі және жеке өмірін реттеуі тиіс. Мұның бәрі мынамен аяқталады: ол өз профессорының, бастығының және жалға берушінің, бәрінен қиыны — өзі құпия ғашық болып жүрген қызының көңілін қалдырады. Айналасындағылар Питерді жалқау деп санайды, себебі оның екінші өмірі барын білмейді. Оның

құпия ғашығы Мэри Джейнді мұның бәрі әбден мезі қылады. Оған Питер өзін елемейтін сияқты көрінеді, сөйтіп ол басқа біреуге тұрмысқа шығуға бел байлайды.

Паркердің өзіне қатысты қауіптері мен болжамдары расқа айнала бастағанын көргенде, оның өзіне деген сенімділігі жоғала бастайды. Ол қатты күйзеліп, айналасындағы адамдардан көңілі қалады. Ең соңында ол осы нәрселердің барлығын көтере алмай, супербатыр рөлінен бас тартуды ұйғарады. Әрине, ол өз шешімін Мэри Джейн қиын жағдайға тап болғанға дейін ұстап тұрады.

Фильмнің соңында Мэри Джейн Питердің құпиясын біліп қояды, бірақ Питердің таңданысына орай, қыз оны таңдайды. Сөйтсе де, Питер өзін қаншалықты бақытты сезінгеніне қарамастан, оған бұрынғыша өзіне деген сенімділік жетіспейді. Сөйтіп ол құрбысын көңіл қалушылықтан әрі қауіптен қорғау үшін кәдімгі адам болып қалуды ұйғарады — бірақ осы шешімді қабылдаған кезде, Питер өзі армандағандай адам болудан қалады.

Фильмнің соңында Питер өзі сүйген қызды құшып тұрғанда, полициялық дабылдың қиқу-

лаған дауыстарын естиді. Бұрын ол мұндай жағдайда бәрін тастап, әлемді құтқаруға ұшатын еді. Бұл жолы ол Мэри Джейнге жымия қарап, «қорықпа, сүйіктім, мен сені таңдаймын» дегендей болады. Бірақ қыз қорқыныштан оның мойнына асыла кетпей, оны сүйіп, терезені нұсқайды да, былай дейді: «Алға, жолбарыс!»

Сөйтіп терезеден жүзі нұрланып, Өрмекші — адам ұшып шығады. Ол махаббатқа әрі өз арманындағыдай супербатыр болуға тағайындалғанына деген сенімділікке толы еді.

Ал сен не істер едің? Өзіңе немқұрайды қармайтын бозбалаға қалай ықпал етесің? Сен оған өзімшілдікпен: «Сен әлі бала сияқтысың» деп мәлімдейсің бе, әлде оны «Алға, жолбарыс!» деп шабыттандырасың ба?

Айналаларында жүрген бозбалалар жүрек түкпірлерінде сендердің өздерінен супербатырды көргендеріңді қалайды. Егер оларды батыр санап, сенім артсаңдар, өздері жайлы құпия күмәндарын жеңе алуға көмектесер едіңдер. Сонда олар өз күштеріне сенімді болып, әлемге ұшып шығар еді.

ДӨРЕКІ МЕ, ӘЛДЕ НӘЗІК ПЕ?

*«Керемет» жігіттің жүрегінде не
жасырынып жатыр?*

*Бір қарағанда жігіттерді ештеңемен
елеңдете алмайтын сияқтысың.
Іс жүзінде олардың жүректері нәзік
әрі жараланғыш, сондықтан олар оны
бар күштерімен қорғағылары келеді.
Дегенмен, олар бойжеткендер өз
жүрегіне ілтипатпен қарайтынына
көздері жеткенде, сауыттарын шешіп
тастайды.*

Өзінді алыста қалған дәуірден келіп тұрмын
деп елестет. Сен ешқашан индуктивті пісіргіш
пешті көрген жоқсың. Алдыңда төрт дөңгелек-
ті, күмістелген үлкен бір нәрсе тұр, бірақ оның
не екенін сен білмейсің. Оның бір дөңгелегі
қап-қара, ал қалған үшеуі қызара жарқырап тұр.

Қолыңды қара дөңгелекке тигізіп көресің — ештеңе болған жоқ. Бірақ қалған үшеуіне қол тигізгенде, күйіп қалып, қолыңды тез тартып аласың.

Енді сен осы дөңгелектердің ауыртып жіберуі мүмкін екенін тез түсінесің. Одан аулағырақ кетесің, не пешке жақынырақ келіп, жанында жатқан тефлон жабынды қолғапты көресің. Кейінірек бұл қолғаптың қолдарыңды ыстықтан қорғайтынын пайымдайсың, сөйтіп, оны тіпті қажетсіз жағдайда да киетін боласың.

Бозбалалар да өздерін осы тефлон жабындары бар қолғап сияқты көреді. Оларды ештеңе жараламайтын сияқты, олар үшін бәрі түкке тұрмайтын сияқты. Ал іс жүзінде бозбалалар әрі сезімтал, әрі жараланғыш, дәл өзіміз сияқты.

**БІЗДІ ЖАРАЛАҒАН КЕЗДЕ...
БІЗ ЖАНЫМЫЗ АУЫРЫП
ТҰРҒАНЫН КӨРСЕТПЕЙМІЗ.**

Бозбалалар сезімдік тұрғыдан мықты сияқты болып көрінеді, ал іс жүзінде олай емес. Олардың жүректері нәзік әрі жараланғыш. Осы тарауда сендер бозбалалардың өздерінен олардың жан

ауруынан қорғануға қалай мұқтаж екенін білетін боласыздар.

Біздің сауалнамамыз бен сұхбаттарымызға қатысқан жас жігіттердің барлығының айтқаны мынау болды: олар дәрекі әрі бет терісі қалың болып көрінуге тырысады, өйткені егер олар қорғаныс сауыттарын кимесе, оларды қатты жарақаттауы мүмкін. Оның үстіне ұлдар қыздарға қарағанда, өз сезімдерін көрсетпеуді дұрыс деп санайды. Бозбалалар өз көңіл-күйлерін жасыруға үйренеді.

Бозбалалар сезімдік тұрғыдан мықты сияқты болып көрінеді, ал іс жүзінде олай емес. Олардың жүректері нәзік әрі жараланғыш.

Жоғары сыныптың бір оқушысының айтқанындай, бозбалалар сезімдерін көрсетпейді, бірақ бұл олар сезімсіз дегенді білдірмейді. Біз ауырсынамыз, бірақ мұны жасырамыз, өйткені жағдайды бақылауда ұстап тұрғымыз келеді.

Жігіттер не себепті өз көңіл-күйлерін жасырады? Біздің анықтағанымыздай бұл үш түрлі себепке байланысты.

«Әйтпесе менің өзіме қиын болады...»

Бозбалалар ештеңеге елеңдемейтін «керемет» жігіттің кейпіне еніп алады да, сезімдерін жасырады. Ал шын мәнінде олардың жүректері нәзік әрі жараланғыш. Бұл өзін-өзі қорғау тәсілі ғана. Жігіттердің көбі ешқашан да іс жүзінде осылай екенін мойындамауы табиғи нәрсе. Егер олар бір сауалнамаға қатысып, ұйымдастырушылар оларға құпиялылықты сақтауға кепілдік бермесе, ағынан жарыла қоймайды.

Бозбалалардың кейбіреулері былай деп өтінді: «Сіздердің кітаптарыңызды оқитын бойжеткендерге айтыңыздаршы, егер олар біздің тиығымызға тиетін болса, ашуға булығамыз. «Бозбалалардың сезімі қорланды» деген сөздер, бұлар... бұлар... *қыздарша* естіледі».

Жарайды, олар ашуға булықты деп санайық. Шын мәнінде олардың біздің алдымызда қалай көрінгілері келгеніне қарамастан, ашулы, әлде жәбірленген, болмаса басқадай бір қалыпта ма, істің мәні өзгермейді — олардың жүректері біз ойлағаннан әлдеқайда нәзігірек.

Бір бозбала айтқандай, «жігіттер үшін «жараланғыш» деген сөз ауыр сөзбен бірдей.

Бозбалалар ең жақын адамдарының немесе өздері ұнататын адамдардың арасында ерекше әлсіз. Оқушылардың бірі былай деді: «Өзің жақсы көретін адамдар сені бәрінен де қатты жаралауы мүмкін. Егер сені өзіңе онша қатысы жоқ адам ренжітсе, бұны соншалықты ауырсынбайсың».

«Барлығы менен осыны ғана... күтеді»

Бозбалалар айналасындағы адамдардан өз сезімдерін әдейі жасырады, себебі жігіттердің пікірінше, барлығы олардан нақты осы нәрсені күтеді.

Мысалы, біз балалардың мынаны мойындағанына куә болдық: «Егер бір күнім ауыр боп өтсе де, бұл жайлы біреудің біліп қалуына жол бере алмаймын. Мен күлімсіреуімді және жақсы болып көрінуімді жалғастыруым керек. Егер жан-дүниенде өзіңді жаман сезінсең де, осы сезімнің бет-жүзіңнен көрінуіне мүмкіндік бермейсің. Мен өз сезімдерімді көрсеткім келмейді, шындығында... басқалардың ол жайында білгенін қаламаймын.

Бозбалалар тіпті өз жолдастарына да сырларын ашып айтуға асыға қоймайды. Кейбіреу-

лері айтады, бірақ төменде келтірілген ескертпелерге қарағанда, бұл өте сирек кездесетін жағдай:

- «Жігіттер арасындағы қарым-қатынас ойынға ұқсайды. Егер жаныңды мазалаған нәрсені жігітке айтар болсаң, ол бәрін түсініп тұрғандай басын изейді. Бірақ, ол бір нәрсені түсінгендіктен бас изеп тұрған жоқ. Жігіттер бір-бірімен ашық сөйлеспейді, өйткені олар шер тарқатқанды ыңғайсыз сезінеді және олар әңгіменің иесін тыңдамайды да».
- «Егер маған жігіт қандай да бір қыздікі сияқты мәселесін айтуға келсе, мен оны тездетіп еркекше құшақтап, арқасынан қағамын да, мәселе сол нәрсеге ғана тіреліп қалған жоқ деймін».
- «Жігіттер жігіттерге жан дүниелерін ашпайды... бұл жазылмаған заң».

Шын мәнінде олардың біздің алдымызда қалай көрінгілері келгеніне қарамастан, ашулы, әлде жәбірленген, болмаса басқадай бір қалыпта ма, істің мәні өзгермейді — олардың жүректері біз ойлағаннан әлдеқайда нәзігірек.

**«Басқаша қалай әрекет етуге болатынын,
мен білмеймін...»**

Бозбалаларға сезімдерін жасыруды бала кездерінен үйрететіндіктен, олардың көбі сезімдерін *қалай* жеткізуге болатынын білмейді, сондықтан олар ләм деп жақ ашпайды. Бір жоғары сынып оқушысы айтқандай, «бойжеткендер қаншалық сезімдерді бастарынан өткізсе, бозбалалар да соншалық сезінеді, тек бозбалалар оларды көрсетуді білмейді».

Бозбалалар осыған бола бойжеткендерде өздері жайлы сезімсіз адамдар деген пікір қалыптасатынын біледі. Көптеген бозбалалар осы таптаурынды бұзғылары келеді. Топтық сұхбаттардың бірінде оған қатысушылардың арасында мынадай әңгіме өрбіді:

№ 1 бозбала: Нағыз еркектердің ешбіреуі бойжеткенді жәбірлегісі келмейді... мұны тек кеңкелестер мен нақұрыстар істейді.

№ 2 бозбала: Ал жігіттер көбінесе дәл сол кеңкелестер мен нақұрыстар болып көрінеді! Сондықтан да осы кітапты жазып жатыр!

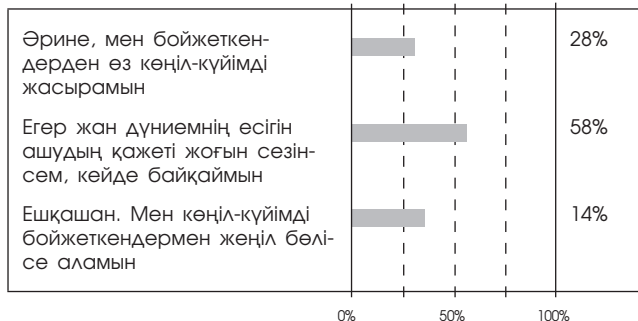
ҚЫЗУЛЫ ПЕШТЕР

Егер оның өмірінде қарып жіберуі мүмкін қызулы пештер болмаса, бозбалалардың қаншалықты жараланғыш екендігінің аса маңызды еместігі көзге көрініп тұр. Мысалы, оның өміріне жәбірлі сөздер мен әрекеттермен баса-көктеп кіруге дайын бойжеткен жоқ.

Біз көптеген бозбалалардың өздеріне таныс бойжеткендерге сенім артпайтынын анықтағанда қайран қалдық. Бұл ең жағымсыз жаңалықтардың бірі болды. Жігіттердің пікірінше, егер бойжеткенге мүмкіндік берсе, ол міндетті түрде жаныңды ауыртады. Әрине, бозбалалардың өздерінің сөздері бойынша, олардың өз құрбыларына деген ықыластары *ыстық*, бірақ міндетті түрде оларға *сенім артуға* тиіспіз деп санамайды.

Содан кейін бозбалалар «жай таныс бойжеткендер» (сауалнамада сөз болған қыздар) мен «құрбылар» (оларға бозбалалар жан дүниелерінің есігін ашады, өйткені бұл қыздар олардың жандарын жараламайтындарын дәлелдегендер) арасында айырмашылық барын түсіндірді.

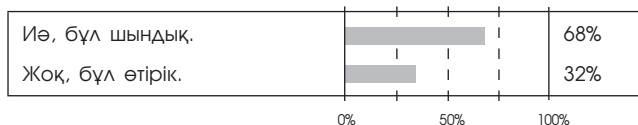
Айтыңдаршы, сендер өз мазасыздықтарың жайлы таныс бойжеткендерге айтпайтындарыңды байқайсыңдар ма? (Бұл жерде сөз сенің ең жақсы құрбың немесе сүйіктің жайлы болып жатқан жоқ)



Есептейік: бозбалалардың 86%-ы әрқашан немесе кейде өз сезімдерін бойжеткендерден жасырып ұстайды.

Неге?

Мынадай сөздер шындық па, әлде өтірік пе, айтшы? «Өз көңіл-күйімді бойжеткендерге айтпайтын басты себебім, жанымды ауыртудан қорғанамын (бұған қоса, мен кейбір бойжеткендерді өздеріне сеніп тапсырылған мәліметтерге ілтипатпен қарайтындарына сенбеймін)».



Бір бозбала бізге былай деді: «Мен өз жан дүниемде болып жатқан нәрселер жайлы тек жолдастарыма ғана айтамын. Бұл жайлы бойжеткендермен бөлісу тәуекелге бел байлауды қажет етеді».

*Біз көптеген бозбалалардың
өздеріне таныс бойжеткендерге
сенім артпайтынын анықтағанда
қайран қалдық. Бұл ең жағымсыз
жаңалықтардың бірі болды.*

Есте ұстаңдар — бозбалалар тіпті ешкім селт еткізе алмайтын, терісі қалың болып көрінсе де, біреу-міреу оның сезімін жаралар болса, жаны ауыратынын *өзі біледі ғой*. Бізді қайран қалдырғаны мынау болды: бозбалалардың аса көпшілігі өздерін қанқұмар акулаларға толы теңізде жүргендей сезінетіндері, ал акулалар — бойжеткендер. Бозбалалардың пікірінше, қыздар жігіттердің әлсіз жерлеріне аяушылықпен қарамайды және олардың әлсіздіктерін пайдаланулары мүмкін. Сондықтан бозбалалар дәрекі, көңілшектік танытуға қабілетсіз болып көрінуге үйренеді.

Сырттай нағыз дәрекі жігіт болып көрінетін бір студент бізге өз оқиғасын айтып берді:

Жоғары сыныпта оқып жүрген кезімде өте ұялшақ едім. Тіпті сыныптастарымның алдында беделді болсам да, шын мәнінде өзіме күмән келтіретінмін. Маған бір қыз қатты ұнайтын, менің онымен кездескім келді. Бірақ оған телефон соғып, кездесуге шақыруға ұялдым. Сөйтіп, оның ыңғайын байқау үшін, өзімнің ең жақын жолдасымнан оған телефон соғуын өтіндім де, әңгімені екінші телефоннан тыңдап отырдым. Жолдасым сол қызбен ананы-мынаны әңгімелеп отырды да, былай деді: «Білесің бе, меніңше саған менің досымның көзі түскен сияқты. Онымен кездескің келмей ме?» Қыз ойланбастан жауап берді: «Жоқ, оның жанында ішің пысады, ол менің талғамымдағы жігіт емес». Сол кезде біреу кеудеме қанжар қадап алғандай болды. Бұл талай жыл бұрын болған еді, бірақ әлі күнге дейін оның сөздері құлағымнан кетер емес. Бұлай дегенім ақымақтық шығар, бірақ сол жағдайдан кейін менің есімді жинауыма көп уақыт керек болды.

Егер сен бозбаланы өзі ұнатқан бойжеткен одан бас тартқандықтан *ғана* көңіл-күйі түсті деп ойласаң, онда тағы да ойлануға кеңес береміз. Есінде ұста: бозбалалар өздеріне өмірдің әр саласында басқалардың өздерінен күтетін нәрселеріне саймыз ба, сай емеспіз бе деген құпия сұрақ қояды — мұнда сөз тек романтикалық қарым-қа-

тынас туралы болып жатқан жоқ. Сондықтан бозбалаларды өкпелету тым оп-оңай. Қауымдағы жастар тобындағы жоғары сыныптың бір оқушысы бізге былай деді: «Бірде біз әдебиеттен тест жаздық, сыныптас қыз сұрақтардың 90%-на, ал мен 70%-на ғана жауап бердім. Ол маған бұрылып қарады да: «Ха-ха, сен мен сияқты ақылды емес екенсің ғой», — деді. Мен оның ерігіп отырып айтқанын білемін... бірақ менің бағаларым онсыз да жақсы емес еді, сондықтан оның сөздері титығыма тиді».

Бір бозбала бізге былай деді: «Мен өз жан дүниемде болып жатқан нәрселер жайлы тек жолдастарыма ғана айтамын. Бұл жайлы бойжеткендермен бөлісу тәуекелге бел байлауды қажет етеді.

«Жігіттің осындай ұсақ-түйекке шынымен-ақ өкпелеп қалуы мүмкін емес, бұл ақымақтық қой» деп ойлап отырған шығарсың.

Міне, барлық істің мәнісі осында.

Бозбалалардың жаратылысы біздікі сияқты емес. Біз ақымақтық деп, мән бермейтін ескертпелер оларға қатты тиюі мүмкін. Осын-

да айтылған оқиғаларды біз ойдан шығарған жоқпыз, оларды бозбалалардың өз аузынан жазып алдық. Біз топтық сұхбаттарда ұлдардан бірінен-бірі асып түсетін оқиғаларды естідік. Бұл олардың ата-аналары, мұғалімдері, жолдас-жораларының ойланбастан айтқан парықсыз сөздері мен істері арқылы жандарына жара салған оқиғалар болатын.

Бірақ ерекше жаралаған — бойжеткендер болды.

БОЙЖЕТКЕНДЕР ШЫНЫМЕН-АҚ «ЖҮГЕНСІЗ ҚЫЗДАР» ФИЛЬМІНДЕ БЕЙНЕЛЕНГЕНДЕЙ МЕ?

Топтық сұхбаттардың бірінде бозбалалар 2004-ші жылғы «Жүгенсіз қыздар» фильмін еске алды. Бұл фильмде, сендердің көпшіліктерің білетін боларсыңдар, зоологтардың ұялшақ қызы Кэйди Хэронның (Линдси Лохан) орта мектепке барып оқуына тура келеді. Ол бұған дейін үйде білім алып отырған еді. Енді отбасы Африкадан Америкаға көшіп келді. Осы жерде бойжеткен мынаны анықтайды: орта мектепте ресми емес орныңды белгілеу джунглидің заңына қарағанда әлдеқайда қаталырақ екен. Кэйди ең бір «беделді

емес» оқушылармен танысып, достаса бастайды, бірақ ол «Плэстикс» тобындағы сұлу да өсекші қыздардың ортасына түскенде, бұлардың қаншалықты зұлым, әрі солар сияқты болып шыға келудің қандай оңай екенін тез түйсінеді. Осы фильмді еске алған бір бозбала былай деді: «Бұл фильм шынайы өмірді көрсетеді. Қыздар үнемі өсек айтады, олар тіпті адамға жала да жабады. Олар үнемі бір мақсатты көздеп жүреді және қалауларына қол жеткізу үшін ештеңеден тайынбайды».

Сенгілерің келе ме, келмей ме, бірақ біз мұндай сөздерді бозбалалардың көпшілігінен естідік. Кей кезде біз олармен келісіп отырдық. Байқауымызша, бозбалалардың көпшілігі бойжеткендерді «көргенсіз қыздардың» қатарына қосуға дайын сияқты. Бірақ жігіттердікі шындық па? Олай болуы мүмкін бе: мысалы, кейбір қыздар «көргенсіз қыздар» болып көрінгенімен, шындығында өздері сондай ма? Егер шынымен олар өздерін солай жеңілтек ұстаса, біз қалай олардың көздерін ашып, өзгерулеріне көмектесе аламыз? Біз тәлімгерлік үлкен тәжірибесі бар бір ерлі-зайыптылардан мәселеге деген өз көзқарастарын сендерге айтып беруін сұраған едік.

**САРАПШЫЛАРДАН СҰРАЙЫҚ:
Клейтон және Шерил Кулл,
ата-аналар, тәлімгерлер
және қол қойылған қызметкерлер**

Біз көптеген бозбалалардың қыздардың тәртібінен қатты сескеніп, таң-тамаша болатындарына таңқалмаймыз. Кейде қыздар құзғын әрі айлакер сияқты әсер қалдырады. Мұндай қыздар бозбалаларды өздерінен кері итереді, бірақ олар осы істерімен бозбалалардың назарын өздеріне аударып, керісінше нәтижеге қол жеткізгілері келеді. Бұл бойжеткендер еліктіреді, өтірікке жүгінеді, айлаға басады, айналасындағыларды ұрсыстырып қояды, жікке бөледі, билік жүргізеді — бір сөзбен айтқанда, қолдарынан келетін нәрсенің бәрін істейді, бұнысымен олар өздерінің жандарына тағы да жара салмайтындарына сенімді болғылары келеді.

Біздің көрқарасымыз бойынша, айла-амал жасаушы қыздарды екі типке бөлуге

болады. Екі тип те өте жараланғыш, әлбетте бұған сену өте қиын. Бірінші типті біз Ахаз патшаның жүгенсіз әйелінің атымен «Езабел» деп атаймыз (қараңыз: 3-ші Патшалықтар 16:31). «Езабел» басып алуға және күйретуге ұмтылады, бұны олар түйсікпен істейді. Бұлай істейтін себептері, бір кезде оларды да қатты жәбірлеген. Ішкі жақтарында олар өздерін тастап кетеді, жалғыз қалдырады деп қорқады. Сондықтан «Езабелдер» әдетте құрбыларға мұқтаж, ол құрбыларды біз «мақтауға шөлдегендер» деп атаймыз. Бұл айлакерліктің екінші түрі. «Мақтауға зәрулердің» де сезімдері жараланған, бірақ олар адуын мінез танытудан гөрі, «Езабел» сияқты құрбыларының құрбандығына айналады. Осы құрбыларын «Езабелдер» қадағалау үшін жігерлендіріп отырады. Өздерінің маңыздылығын сезіну үшін «Езабелдерге» достары өздеріне төменнен жоғарыға тамсана қарап отырғандары керек, ал «мақтауға шөлдегендер» өз пікірлерінше өздерінен «артық» достарды іздейді.

Мінез-құлықтың бірінші үлгісін де, екінші үлгісін де дұрыс деп атауға болмайды, әдетте бұл қыздар айналасындағыларын жүрегін жарақаттайды. Бұл жайлы кейінірек әңгімелейміз.

Бозбалалар қандай қыздарды «көргенсіз» деп санайды?

Біз мынаны ескертеміз: төменде келтірілген бозбалалардың толғаныстарын оқу, бәлкім, сендерге онша ұнай қоймас. Терең тыныс алыңдар да, жігіттердің бойжеткендер жайлы жайсыз пікірлерімен таныс болыңдар. Және мынаны ұмытпаңдар: бұл кітапта біз бозбалалардың *көптеген* ашылымдарының өте шағын бөлігін ғана келтірдік.

- «Бойжеткендер бір-бірі жайлы үнемі ғайбат сөздер айтады. Олар құрбылар болғансиды, бірақ үнемі бір-бірінің сыртынан айтатындары өсек. Жігіттер ешқашан солай істемейді, ол сен жайлы не ойлайтынын бетіңе айтады. Біз бойжеткендердің пасық әрекет ететіндерін білгеннен кейін, олармен *абай* болу керегін түсіндік».

- «Олардың бір-бірімен қалай қарым-қатынас жасағандарын көргенде, бойжеткендермен қарым-қатынас жасаудың қауіпті екенін түсінесің. Жігіттер жеңіске ашық қол жеткізеді, ал бойжеткендер әділ болмайды. Олардың әрекеті дәл... мафия сияқты. «Мен сенің шешенді, итінді, бәрін өлтіремін». Бойжеткендер өсек-аяң таратып, барлық жерде сыбайластар ертіп жүреді. Бұл «Тележүргізуші» және «Нью-Йорктің тонаушылар тобы» деген фильмдердің көріністеріне ұқсайды, онда да дәл осы сияқты, не үшін шайқасып жүргенін ешкім білмейді.
- «Мен мынадай жағдайлардың болғанын білемін: жігітімен қарым-қатынасын үзген бойжеткен осы жайлы құрбысына айтады, сол құрбысы екі-ақ күннен кейін жігітті өз қармағына түсіріп алды. Байқауымша, қыздармен «әділ ойын» ойнауға болмайтын сияқты».

Олардың бір-бірімен қалай қарым-қатынас жасағандарын көргенде, сен бойжеткендермен қарым-қатынас жасаудың қауіпті екенін түсінесің.

- «Бойжеткендер жамандық жасаған әр кезде, бүкіл әйел заты зұлымдықтың бейнесі іспетті әсер қалдырады. Жеке өз басым қалған бүкіл өмірімді бейнеойындарға жұмсаймын деп ұйғардым. Өйткені, қыздың сатқындығынан кейін салың суға кетіп, бар үмітіңнің күлі көкке ұшады екен».
- «Қыздар әлдебіреу жайлы теріс пікір қалыптастырып алуға құмар, сосын сол пікірлері қате болса да, соны ұстанады. Мынау айдан-анық: олар әңгіменің тек үшінші сөзін ғана естиді».

Көптеген бозбалалар бізге қыздардың алдында өздері киіп алатын сауыттарын шешіп тастағылары келетіндерін айтты. Оларға өмірге өздерінікіне қарағанда неғұрлым сезімдерге толы қыздардың ұстанымдары ұнайды. Жігіттер қыздармен достасқысы келеді. Бірақ қыздардың бір нәрсеге көзқарастарын білу үшін, бозбалалар ашылып сөйлеулері керек, ал бұл әлсіздікті білдіреді. Яғни, мұндай қадамға бару үшін күйіп кету мүмкіндігі аса зор.

Студенттердің айтулары бойынша, «өзін-өзі сыйлау әрбір жігіттің өміріндегі аса маңызды

нәрселердің бірі, бізді одан айыру тек қыздарға оп-оңай».

Басқа бір бозбаланың айтқаны: «Егер сені бойжеткен сыйламай тұрса, бұл өте жаман. Жігіттердің сыйламауына назар аудармауға болады, бірақ бойжеткенмен болатын жағдайда, бұл мүмкін емес».

**Бойжеткендер бозбалаларды қай кезде
жарақаттайды? Жігіттер нені арамзалық
деп санайды?**

Сірә, сен бозбалаларға қатты өкпелеп, немесе бұлқан-талқан ашуланып қалған боларсың?! Не болмаса, жігіттердің қыз атаулыны «көргенсіз» деп санайтындарына тек таңғалып қоя салған шығарсың?! Біз сендерге негізгі «белгілер» туралы айту пайдалы болар деп ойладық. Бұл бозбалаларды сақтануға мәжбүр ететін «белгілер», яғни, жігіттердің пікірінше, «көргенсіз қыздардың белгілері» болып табылатын нәрселер. Мүмкін төменде келтірілген ескертулердің кейбіреулері тым дөрекі немесе өзіңе ешқандай қатысы жоқ деп ұйғарарсың?! Иә, бұл шынында да солай болуы мүмкін. Бірақ естерінде ұстаңдар, біз бойжеткендердің сезімдері жайлы ай-

тып жатқан жоқпыз, қыздар жайлы қандай пікірлердің қалыптасатыны жайында айтудамыз. Біз мынаған сенеміз, бойжеткендердің көпшілігі өз мінездеріндегі не нәрселердің бозбалаларды көбірек мазасыздандыратынын білуді артықшылық деп санайтын болады. Егер бойжеткенге шынымен-ақ өзгеру қажет болса, онда осы тағлым оған айрықша пайдалы болады.

*Егер сені бойжеткен сыйламай
тұрса, бұл өте жаман. Жігіттердің
сыйламауына назар аудармауға
болады, бірақ бойжеткенмен болатын
жағдайда, бұл мүмкін емес*

Жігіттер мына нәрселерге төзе алмайды...

Қыздар оларды... айыптағанда. «Әлі күнге дейін менің құрбыммен қарым-қатынасым, мен оған жан дүниемді аша алатындай сенімділікке ие болған жоқ. Мен өзімнің төрт досыма толықтай сенім артамын, өйткені олардың мені айыптамайтындарын әрі маған тәкаппарлана қарамайтындарын білемін. Бірақ бір күні құрбыма барлық нәрсені жасырмай, айта алатыныма үміт артамын. Сөйтіп мен ештеңеден қауіптенбейтін боламын. Алайда қазір бұл олай емес».

Олармен... дауласқанда. «Біз дауласқан кезде мен өз-өзімді ұстай алмай қаламын. Қызым өте жылдам сөйлей бастайды, сол кезде маған біреу мені қақпанға түсіргісі келіп жатқан сияқты болып көрінеді. Мен үнемі былай ойлаймын: «Бұлай істейтіндей мен нені бүлдірдім екен?»»

Оларды... алдағанда. «Қыздар мені көп рет алдады, жанымды жаралады, тіпті оларға сенуді қойдым. Мен мынаған көз жеткіздім, егер қызға бір құпия сырды айтсаң, ол бірден үшінші біреуге белгілі болады. Сондықтан мен өз көңіл-күйімді жария етпеуді артық санаймын».

Қыздар... сыбыс таратқанда. «Қыздар тым сөзшең. Олар дәретханаға бесеу болып барады да, барлығын сөз қылады... мысалы, біз туралы. Жігіттер өз наразылықтарын ең құрығанда ашық айтады. Ал қыздар үнсіз ызаланады да, сыртыңнан сыбырласып, әрекет етеді».

Қыздар оларды... қызғанғанда. «Менің құрбым кей кезде аса секемшіл әрі қызғаншақ болып кетеді. Бірде мен түнге дейін жұмыс істе-

дім, құрбым маған телефон соғып, мені тергей бастады: «Үйге қашан қайтасың?», «Неге осынша ұзақ жұмыс істеп жатырсың?», «Сен неге маған ашуланасың?» Алғашында мен оның дауысын естігенде қатты қуандым, бірақ бірнеше минут өткен соң, мен айқайлап жібердім: «Жақсы, жақсы! Саған кейінірек өзім телефон соғамын!»

Қыздар ашу-ызаларын немесе жәбірлерін... бүгіп қалған кезде. «Бойжеткендер кекшіл, олардың кешіруі өте қиын. Оның үстіне кек қайтарудың жоспарын шыдамдылықпен жасайды. Олар былай деп жоспарлайтын сияқты: «Жарайды, бұл тіпті менің екі ай уақытымды алса да, сәті түскенде кегімді қайтармай қоймаймын».

Және ең соңында...

Бойжеткендер... пасықтыққа барған кезде. Осы тармаққа қатысты бозбалалардың пікірлерінің санын бір ғана тармаққа дейін азайтқымыз келді. Біз бар жүрегімізбен бар-жоғы бір ғана түсіндірме болғанын қалаған едік! (Немесе

тіпті мүлдем болмағанын!) Бірақ қыздардың пасық әрекеттеріне мысалдарымен бозбалалар үйіп-төгіп мысал келтіргенде, бір ғана түсіндірмемен құтылу мүмкін емесін түсіндік.

- «Егер жігіт сені тек жұдырығымен соғып жіберсе, ал бойжеткен жүрегінді жұлып алады».
- «Жігіттер жолдастарын сабасына түсіре алады... бірақ олардың қыздардан айырмасы, оның беделіне нұқсан келтірмейді».
- «Мен өзімді кейбір қыздардың ортасында ыңғайсыз сезіндім. Мен олардың сөздерінің өтірігі мен шындығын айыра алмадым. Шын мәнінде олар қандай болды екен: сүйкімді ме, әлде пасық па? Бойжеткендермен қарым-қатынас жасау — бұл жарылғыш зат жасырын қойылған алқаппен жүргенмен бірдей сияқты».

Өзіңді сын көзбен бағалап көр...

Біреу сені «жүгенсіз қыз» деп санауы мүмкін бе? Біз таныс сарапшыларымыздың талдамаларына ораламыз.

САРАПШЫДАН СҰРАЙЫҚ: (жалғасы)***Бәлкім, сен «Езабел» шығарсын?***

- Сен жәбірлеушіден кек алғың келген кезің болды ма?
- Сенің кез келген ұсынысыңды қуанышпен қабылдайтын құрбыларың бар (Мысалы, олар «сәрсенбі күндері бәрі қызғылт киінеді...» дейтіндермен келіседі)
- Сен ең жақын құрбыңа қатты ашуланып, оны өміріңнен қуып жібергің келе ме, не болмаса оны зұлымдықпен құртып жібергің келген кезің болды ма? Әлде оны өз талаптарыңа сай келмейді деп санаған шығарсың?!

Бәлкім, сен «мақтауға зәру шығарсың»?

- Өз өміріңді онсыз елестете алмайтын құрбың бар ма?
- Сен жиі сыйлықтар алып тұрасың ба? Мүмкін, біреумен телефон арқылы

жақсы әңгімелесетін шығарсың? Әлде сыртыңнан көз салып, үнемі қадағалап жүретін адам бар ма?

- Егер ол сені пайдаланып, дөрекі сөйлесе де, сыйламай тұрса да, сол адамға адал болып қала бересің бе?
- Ол сенімен байланысын үзеді деген қауіппен құрбыңды ашуландырып алудан қорқасың ба?
- Сен мына нәрсеге: Құдайдан басқа әйтеуір біреуден сенде бәрі жақсы екенін ұқтыруын зәрусің бе?

Егер сен өзіңнен «Езабелді» немесе мақтауға зәруді» таныған болсаң, өз жүрегінді зерттеп, өзгертетін уақыт келді. Естерінде болсын, әдетте жәбірленген адам ызақор болады, сондықтан егер сенен біреу теріс айналса немесе жаныңды жараласа, сол адамды кешірі. Кешірім барлығын өзгертіп жіберуге қабілетті. Жағдайда өз мақсатыңа жетуге пайдаланғаның үшін, Құдайдан

кешірім сұра. Тәңірден өзінді рухани сауықтыруын тіле. Жамандықтан қорғауын сұра және өзіңе адал достар мен Құдайдан қорқатын иманды адамдарды жіберуін өтін. Содан соң жүрегіңнің сауыққанына қуан.

БОЗБАЛАЛАР ДОСТАСҚЫСЫ КЕЛЕТІН ҚЫЗҒА ҚАЛАЙ АЙНАЛУҒА БОЛАДЫ?

Сонымен, егер бозбалалар «жүгенсіз қыздарға» сенім артпайтын болса, біздің не істеуіміз керек? Қандай да бір балама бар ма? Жігіттер шынымен-ақ барлық бойжеткендерді құбыжық деп санай ма? Құдайға шүкір, бұл олай емес.

Жақсы жаңалықтар бар. Біздің сауалнамамызға қатысқан барлық бозбалалар өздері сүйсінетін, қарым-қатынаста «қауіпсіз» қыздар жайлы айтты. Бозбалалар мұндай бойжеткендерді бағалайды, өйткені оларды жай ғана жақсы таныстар емес, нағыз *адал* достар деп атауға болады. Бозбалалар өздері сенім артуға болады деп *санайтын* қыздардың алдында сауыттарын шешіп тастайды.

Мұндай қыздар көптеп кездеседі. Бәлкім, сен де солардың қатарынан шығарсың?! Сонда да біздің көпшілігіміз сияқты, саған да әлі көптеген нәрселерді үйренуге тура келеді.

*Бозбалалар мұндай бойжеткендерді
бағалайды, өйткені оларды жай ғана
жақсы таныстар емес, нағыз адал
достар деп атауға болады.*

Сонымен, бозбалалар достасқысы келетін қызға қалай айналуға болады? Жоғарыда біз бозбалаларды бойжеткендердің мінез-құлықтарындағы қандай нәрселер сақтандыратынын айттық. Ал қазір біз олардың сеніміне ие болған қыздардың несімен оларды тамсандыратынын айтамыз.

Тыңдаңдар, түсінуге тырысыңдар және қолдаңдар

Бозбалалар бойжеткендермен қарым-қатынастарынан бәсекелестік емес, түсіністік пен қолдау іздейді.

- «Мен құрбым екеуіміздің бір-бірімізбен шайқасып, оның мені жеңіп шыққанын қаламай-

мын. Мен оның өзіме құлақ салып тыңдағанын, мені және менің қандай сынақтарға ұшырасатынымды түсінуге тырысқанын қалаймын».

- «Егер менің қолымнан бір нәрсе келмесе, құрбым өзінің маған деген сезімінің өзгермегенін, оның көңілін қалдырмағанымды, өзінің маған сенетінін түсінуіме белгі береді».
- «Егер құрбымның көңілі ақ болса, мен одан ештеңені жасырмаймын».

Бозбалаларға өз күштеріне сенуге көмектесіңдер

- «Ол менің әзілдеріме күлген кезде, мен өзімді керемет сезінемін».
- «Одан да жақсысы, сені күлдіре алатын қызбен кездесу. Бұл саған өзінді таудай болып сезінуге көмектеседі. Жеке өз басым, маған өзімді табысты әрі сыйлы деп сезінуіме көмектесетін қызды тапқым келеді».

Басқалардың сезімдеріне мұқият болыңдар

Егер бойжеткен басқаларды *өсектемейтін* болса, бозбалалар бұны байқайды. Өзінің Киелі

кітаптық тамаша уағыздарының бірінде Иса былай деген еді: «Кішіпейілдер бақытты, себебі олар жерді иемденетін болады» (Матай 5:5). *Кішіпейіл болу* дегеніміз «жүректен жұлып алып тастау мүмкіндігіне ие болу, бірақ ұстамды болу». Өзіңмен таныс бозбалалардың сені кішіпейіл деп атағанын қалар ма едің?

- «Мен осы қыздың біреуді жамандағанын ешқашан естіген емеспін».
- «Осы қыз ешкімді елдің алдында тәлкектемейді».

**Өзіңді бос ұста да,
ағыстың бойымен жүз**

Бозбалалар жайдары, әрі қамықпайтын қыздармен достасқылары келеді. Олар өмірге өз ретімен жүруге ерік беретін қыздарды бағалайды.

- «Меніңше, егер бойжеткен өзіне сенімді болып, басқа адамдармен сенің қарым-қатынасыңа бөгет жасамаса және өзін тастап кетер деген қорқынышпен саған жабысып алмаса, бұл өте керемет қой».

- «Маған ұнайтын қыз өмірге өз ретімен жүруге ерік береді. Ол кез келген ұсақ-түйекке бола үрейленбейді».

||| *Бозбалалар өздері сенім артуға болады деп санайтын қыздардың алдында сауыттарын шешіп тастайды.*

Ұлы билік — үлкен жауапкершілік

Біз қайталап айтамыз — сендер бозбалалардың өз күшіне деген сенімділікті сіңіре алуларына айрықша қабілеттісіңдер. Бозбалалар сендерден көмек алғылары да, қолдауға ие болғылары да келеді.

Сендердің айналасыңдағы еркектер күшті, тіпті дөрекі көрінгенімен естеріңде ұстаңдар, олардың әрқайсысының ішінде кішкентай ұл отыр. Сол «ұлды» жарақаттау оп-оңай әрі ол өзімен-өзі болғысы келіп, қауіпсіз орын іздейді.

Сені адал дос деп айтуға бола ма? Егер болмаса, Құдайдан кешірім сұра. Ол сенің жүрегіңнің таза болғанын, айналаға қуаныш пен тыныштық әкелгенінді қалайды. Құдай сенің адамдардың жанын ауыртып, оларды бағытынан тайдырып жібергенінді қаламайды. Барлығы алтын қа-

зыққа келіп тіреледі: «Басқалардың өзіңе не істегенін қаласаң, оларға да соны істе». Досың бар болғанын қалайсың ба? Онда біреудің досы бол. Сен өз сырларыңды сеніп айта алатын адамның болғанын қалайсың ба? Онда басқалардың сырын ашпа. Сен өзіңді біреудің қолдағанын, жігерлендіргенін қалайсың ба? Онда өзің немқұрайды қарамайтын адамдарға деген қарым-қатынасыңда дәл солай істе. Біз саған мынаны уәде етеміз — осылардың барлығы саған еселеп қайтатын болады.

КӨЗБЕН КӨРГЕН БЕЙНЕНІ САҚТАУШЫ

*«Ерлер көзбен сүйеді»
дегенді қалай түсінуге болады
және бұл сен үшін нені
білдіреді?*

*Тіпті өте тәрбиелі, байсалды деген
бозбалалар да, басқа қыздарға
қарап және олардың денелері жайлы
қиялдайды. Бұл күрестен шығу көп
жағдайда бойжеткендердің киген
киімдеріне байланысты.*

Жуықта мен (Лиза) «Сайнфельд» телехикаясын көрдім. Бұл серияда Джерри Нью-Йорктің көпшілік кітапханасынан 1970 жылы алған кітабыңды қайтармағансың, сондықтан көп ақша қарызсың деген хабарлама алады. Джерри бұлқан-талқан болады, өйткені кітапты қайтарғаны анық есінде және оны ұмытпаған себе-

бі мынада: дәл сол уақытта ол кітапханадан бір қызды көрген болатын. Қыздың дене бітімі мен үстіндегі қызғылт сары жейдесі (содан бері арада жиырма бес жыл өтіп кетті) оның назарын өзіне аударған еді. Джерри достарына сол қыздың бейнесі есінде жақсы сақталып қалғанын айтады.

Осы эпизодта сериалдың туындыгерлері аса маңызды бір айғақты келтіреді: ерлер көздерімен сүйеді. Бұл нені білдіреді?

Осы қасиет ерлердің өмірінен қалай көрінетінін қарастырайық.

Бірінші көрініс. Күздің әдеттегі күндерінің бірі. Геометрия сабағы болып жатыр. Джон — оқу үздігі, спортшы және музыкант. Мұғалім артқы партада отырған қызды тақтаға шақырып, есеп шығаруын сұрайды. Қыз орнынан тұрып, тақтаға келе жатыр.

Аманданың денесі өте сымбатты. Ол шалбар мен жейде киіп тұр. Қыздың киімі ашық-шашық денесін көрсетуге арналған киім емес, бұл оның күнделікті киетін киімі. Ол есепті шығара бастады. Сірә, ол өзіне қадалған көздерді байқаған жоқ.

Екінші көрініс. Біз кездейсоқ таңдалып алынған бірнеше жасөспіріммен әңгімелестік. Олар-

дың кейбіреулері қыздармен кездесіп жүр және біз бұларды тәрбиелі әрі өз құрбыларына адал екендерін білеміз. Біз оларға бірінші көріністі айтып бердік те, былай деп сұрадық: «Егер сендер Джонның орнында болсаңдар, Аманда тақтада есеп шығарып тұрған уақытта не туралы ойлар едіңдер?»

|| Біз олардан: «Сендер не туралы ойлар едіңдер?» — деп сұрадық.

Олар төмендегідей жауап берді:

- «Оның дене бітімі «ғажайып».
- «Тақтадағы есептердің барлығын бүгін шығарып бітеді деп үміттенемін».
- «Қызық, оның іш киімі қандай екен?»
- Бұл сөзді естіген басқа бір жігіт былай деп қосты: «Жалпы, ол іш киім кие ме екен?»
- «Мен былай деп ойлаймын... Қызық, ол өзі пәк қыз ба екен?!»
- «Не туралы ойлаймын? Не туралы ойлайтындымды сізге ешқашан айтпаймын. Бір нәрсені айтуға болады, ол менің ойларымның геометрияға мүлде қатысы болмайтыны».

- «Егер мен өзіме ие болмасам, онда бұл қыздың киімсіз қалай көрінетіні туралы қиялға берілуім мүмкін».
- «Назарыңды геометрияға аудар. Сенің мектеп бітіргің келе ме?»
- «Егер өзіме ие болмасам, сол сәтте 13 жасымда маған ағам көрсеткен порнографиялық клиптің көріністерін көз алдыма келтірер едім».

Егер бозбалалармен болған осы сұхбаттарға қатысып, олардың жауаптарын өзің естіген болсаң, нені сезінер едің? Таңданар ма едің? Көңілің қалар ма еді? Әлде таңданысты да, көңіл қалушылықты да бірдей сезінер ме едің? Бозбалалардың мұндай жауаптарымен танысқан бойжеткендердің көпшілігі мен (Шонти) сияқты таңданыс білдіреді. «Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабыма ақпараттар жинап, осы сұрақпен айналысқан кезімде мен таңырқаған едім. Алдымен ойымызға келетіні: «Иә, мына жігіттерде салмақты мәселелер бар!» Бірақ осыған ұқсас ашылымдарды біз өте жақсы бозбалалардан да естідік. Олар Құдайдан қорқатын, тіпті қарым-қатынастарында тым тереңдеп кетпеу үшін, құрбыларын құшаққа алуға да ырық бер-

мейтін бозбалалар. Сондықтан біз шындықтың бетіне тура қарап жігіттер айтқан осы ойлардың *қалыпты жағдай* екеніне сенуіміз керек. *Дұрыс* болуы міндетті емес, бірақ қалыпты жәйт. Мұндай ойлар тіпті сымбатты, тәртіпті, әрі сенім артуға тұратын, өзіңмен бір сыныпта бірге отырған бозбалаларды да баурап алады.

Сендердің көпшіліктерің «ерлер көздерімен сүйеді» деген сөзді естігендеріңе, бірақ мұның шын мәнінде нені білдіретіні жайлы ешқашан терең ойламағандықтарыңа сенімдімін. Бұл таурауда біз осы тақырыпты қарастырамыз және мұның бойжеткен үшін нені білдіретінін анықтаймыз. Біз мынаны ескертеміз: кейбір нәрселер туралы білу сендерге ұнамауы және кейбір сұрақтардың титыққа тиюі де мүмкін. Бірақ сендер ұстамдылық таныта аласыңдар деп үміттенеміз, өйткені ерлердің болмысының осы бір тұстарын түсіну аса маңызды.

Дәл қазір сендерге айтпағымыз мынау: біз қателіктер мен бұрыс шешімдерді ақтамаймыз. Бірақ бәріміз өзімізді еліктіретін нәрселермен күресеміз және қазір ерлер үшін аса күшті арбаушы нәрсе туралы сөз болады. Сәл кейінірек еліктірген нәрселерге жігіттердің берілуге не

берілмеуге ұйғаратын таңдауы жайлы сөз қозғаймыз. Ал қазір мұның қандай еліктірулер екенін анықтап алайық.

«ЕРЛЕР КӨЗБЕН СҮЙЕДІ» ДЕГЕН НЕНІ БІЛДІРЕДІ?

Мынау шындық:

Тіпті бойжеткендермен байыпты қарым-қатынастары бар, адал, тәртіпті бозбалалардың өздері де тартымды әйелдерді көздерімен ішіп-жеп, олардың денелері жайлы қиялға берілуі саналы түрде тартылады. Ол әйелдердің бейнелері бозбалалар үшін өз тартымдылықтарын сақтап тұра береді. Бозбала оларды өңінде көріп тұр ма, болмаса естеріне алды ма, оған еш қатысы жоқ.

«Ерлер көздерімен сүйеді» деген сөздің мағынасын түсінуге тырысқанда, осы сөздің үш түрлі көзқарасын бойжеткендердің көпшілігіне түсіну қиын екенін байқауға болады.

1. Денесін айқындап тұратын киім киген, онсыз да сымбатты қыз бозбалалардың көздерін өзіне магниттей тартады. Бозбалаларға азғырумен күресіп, сол қызға көз қырын салмау аса

қиын. Жігіт тіпті оған қарамауға өзін көндіре алса да, сол қыздың жақын маңда тұрғанын қатты сезініп тұратын болады.

2. Тіпті бозбалалардың көз алдында көрікті қыздар болмаған күннің өзінде, оның жадында орасан көп қыздардың бейнесі сақтаулы. Осы бейнелер бозбалалардың есіне кез келген уақытта түсуі мүмкін немесе олар бұл бейнелерді саналы түрде еске алулары мүмкін.
3. Егер бозбала өз дене сымбатына назар аударту үшін киінген қызды көрсе (немесе есіне алса), онда ол қызды жалаңаш көруге немесе өзін сол қыздың жанынан көруге деген қиялмен күреседі.

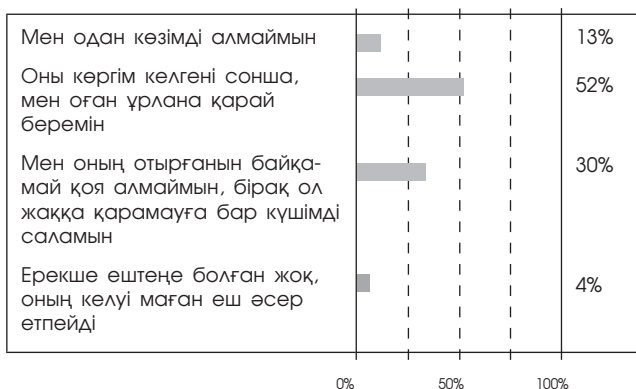
Сондықтан біз шындықтың бетіне тура қарап, жігіттер айтқан осы ойлардың қалыпты жағдай екеніне сенуіміз керек. Дұрыс болуы міндетті емес, бірақ қалыпты жәйт.

Әйелдердің 25%-ның сырт бейнесі ер адамдардың назарын өзіне аудартады. Егер де сен солардың қатарынан болсаң, бұл ашылымдар сені таңғалдыра қоймас. Бірақ бұл басқалар үшін

жұмбақ болып қала береді. Сондықтан не болып жатқанын қарастырайық.

№ 1 АЙҒАҚ. БОЗБАЛАЛАР СҰЛУ ҚЫЗДАРҒА ҚАРАМАЙ ТҰРА АЛМАЙДЫ

Көзіңе елестетші, сен сыныпта отырсың, кенет сыныпқа өте сымбатты «жаңа» қыз кіріп, жақын маңдағы партаға отырды. Сол кездегі сенің әрекетің қандай болар еді?



Іс жүзінде бозбалалардың бәрі тартымды қыздарға қарамай қоя алмайды (бозбалалардың тек 4%-на ғана сымбатты қыз ешқандай әсер қалдырмады). Құрбылары немесе қалыңдықтары бар бозбалалардың арасында жүргізілген

сауалнаманың нәтижелері де жоғарыда келтірілген нәтижелерден айырмашылығы жоқтың қасы. «Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабын жазу үшін өткізілген сауалнама барысында анықталғаны тіпті бақытты отбасын құрып жатқан ерлердің өздері де солай жауап берді.

Көптеген бозбалалар әдемі қыздарға қарау қалауымен күресе алмайтындарын айтты. Бұл олардың мұны істемеуге тырысқандарына да немесе тіпті сөз болып отырған бойжеткен олардың көз алдардында тұрмағанына да қарамайды. Әуелі «Аса құпия: әйелдерге ерлер жайлы» кітабынан бір ер адамның не дегенін оқыңыз:

Егер мен теміржол бекетіне әдемі әйелдің шыққанын көрсем және ол жанымнан өтіп кеткенше көзімді жұмып алсам да немесе бұрылып кетсем де, жарты сағат бойы оны жақын маңайда сияқты сезінемін.

Жасөспірімдер де сол жөнінде айтты. Бұл туралы біз әңгімелескен бозбалалар куәлік етеді:

- «Егер мен сыныпта сүйкімді қыз отырғанын білсем, оның бар екенін ішім сезіп тұрады».

- «Мектепте назарымды сабаққа аударуға тырысамын, бірақ кинода, жағажайда, мен көзімді қыздарға емін-еркін саламын. Егер олардың денелерінің кейбір жерлері тым ашық болса, тіпті көзімді ала алмай қаламын.
- «Мен қыздарға әрқашан қараймын. Өйткені болмысым сондай. Бұл менің құрбыма деген сезіміме ешқандай әсер етпейді».

Егер бойжеткеннің киімі оның дене сымбатын айқындап тұрар болса, мұндай қыз бозбаланың көзін өзіне магниттей тартады.

Егер бойжеткеннің киімі оның дене сымбатын айқындап тұрар болса, мұндай қыз бозбаланың көзін өзіне магниттей тартады. Және, шындықты айтайықшы — бозбала бойжеткеннің түрін есте сақтамайды. Бұдан да бетері бозбаламен әңгімелесіп тұрған сымбатты бойжеткеннің денесі бозбаланы абдырататыны сонша, ол өзіне: «Қыздың бетіне қара, бетіне қара» деп тұрады. Өйткені қыздың тура бет-жүзіне оның көз тоқтатқысы келмейді.

Сонымен, бозбалалар көрші партада отырған сымбатты денелі қызды көрді және мүмкін, оның

денесін мұқият зерттеп те шыққан болар?! Енді ары қарай не болады?

№ 2 АЙҒАҚ. БОЗБАЛА ЖАДЫНДА СЕЗІМДІК БЕЙНЕЛЕР ЖИЫНТЫҒЫН САҚТАЙДЫ

Ер адамдар жыныстық қатынас туралы көп ойлайды деп естідік. Бірақ, тікелей *ойламайтындарына* (оны *жоспарламайтындарына*) күмән келтірген емеспіз. Олар қиялдарында жыныстық көріністер мен сезімдік бейнелерді суреттеп елестетеді. Бозбалалар өздерінің көп қиялдарында өздеріне таныс бойжеткенді, мысалы денесін айқындап тұратын шалбар мен жейде киген сол бір қызды естеріне алады. Бозбалалардың саналарында сондай-ақ заманауи мәдениетпен және БАҚ-тың ықпалымен басқа әйелдердің бейнелері де сақталып қалады. Сосын осы бейнелер кез келген уақытта, мүлде күтпеген жерден еске түседі, бейне бір компьютердің мониторындағы мүлдем қажетсіз қалқып шыққыш суреттер сияқты*.

* Қалқып шыққыш суреттер (pop-ups) — жарнамалық бағдарламамен қамтамасыз етудің бір түрі. Мониторда кенеттен пайда болатын шағын форматты жарнамалық суреттер. Ред.ес.

Сендер бұлардың неғылған бейнелер екенін әрі олардың қайдан алынатынын білуге құмартатын боларсыңдар. Байқауымызша, барлық жерден: бозбаланың өмірінде болуы мүмкін кез келген азғырғыш тәжірибеден немесе көшелердегі дүңгіршектерде самсап тұрған газет- журналдардың мұқабаларындағы суреттерден болар. Бұл көлік тұрағынан 1–2 минуттай бұрын ғана жүріп өткен сымбатты бойжеткен болуы мүмкін. Әйтпесе, бір танысы өткен жылы көрсеткен жыныстық қатынас жайлы бейнефильм болар?! Осы бейнелердің барлығы бозбалалардың есіне күтпеген жерден, оның өз еркінен тыс түседі. Болмаса бозбала оны саналы түрде де есіне алуы мүмкін. Осыған қатысты бірнеше жігіт былай деп еді: «Біздің басымызда шұбырған көп бейнелер сақтаулы».

Том Круз жайлы әңгіме

Сендер бозбалалардың есіне күтпеген жерден сезімдік бейнелер түсетінін естіп, бірақ оның қалай болатынын ұқпаған боларсыңдар. Ал мен (Шонти) мүлдем түсінген жоқпын. Бір күні күйеуіміз екеуіміздің арамызда өте қызықты әңгіме болды. Мен ол кезде «Аса құпия: әйелдерге ерлер жайлы» кітабыма ақпарат жинап жүрген едім.

Біз көлікпен кетіп бара жатып, мен ашқан соңғы «жаңалықтарды» талқылап отырғанбыз. Сөйтіп, менің анықтағаным – Джефф өзі қандай сезімдерді бастан өткізсе, мен де соны сезінеді деп ойлайды екен. Сол кезде ол өзінің нені айтқысы келгенін түсіндіруге тырысты.

Джефф: Бәлкім, біз бір нәрсеге әр түрлі қырынан келіп тұрған шығармыз. Мысалы, өзің үшін ұнататын қандай да бір атақты актерді есіңе түсірші. Ол қатысқан фильмді көргеннен кейін, келесі күндері оның еліктірер бейнесі ойыңнан талай уақытқа дейін кетпейді ғой.

Шонти: Фильм біткеннен кейін ол бейне есіме қайтып оралмайды.

Джефф: Мен дұрыс түсіндірмеген сияқтымын. Айтқым келгені, оның жалаңаш денесі жайлы ой сенің басыңа неше рет келеді?

Шонти: Бір рет те келмейді.

Джефф: Қалай келмейді?

Шонти: Солай, бір рет те келмейді. Мұндай ой менің миыма кірмейді. Бар-жоғы осы ғана.

Джефф (ұзақ үнсіздіктен кейін): Ымм-м...

Минаға... толы алқап

Ерлер сияқты «көзбен сүйуге» қабілетсіз әйелдер үшін мына бір нәрсені — ойда елес боп туын-

дайтын бейнелерді қадағалауға деген ерлердің дәрменсіздігін — түсіну өте қиын. Біз сондай-ақ бояуларды айқындап көрсететін заманауи мәдениеттің біздің ерлеріміз үшін нағыз мина құрылған алқап болып табылатынын нақты түсіне бермеуіміз де мүмкін. Мұндағы мина дегеніміз — еліктіруші, арбаушы бейнелер. Ал бұлар ерлердің түйсігіне орнығып алады да, бірнеше күн немесе жыл өткен соң естеріне түседі.

|| «Біздің басымызда шұбырған көп бейнелер сақтаулы».

Типтік мысалдардың бірін келтірейік: прайм-таймда көрсетілетін жарнамаларда сезімді қытықтайтын бейнелер экрандарда жиі көрсетіледі — айталық, шешініп жатқан әйел жылт етіп көрсетіледі де, тез жоғалып кетеді. Бозбала тіпті көзін тайдырып та үлгермейді. Мұнда жігіт бір нәрсе істеуге дәрменсіз. *Жалт еткен сәт* — сөйтіп бозбаланың сезімдік бейнелер таспасына оның еркінен тыс тағы біреуі қосылады да, жадында сақталып қала береді. Бозбалалардың айтуынша, егер сезімдік бейне оның санасына түскен болса, онда сол бейне олардың қиялдарында

минутына бірнеше рет қалқып шығуы мүмкін. Ал бозбала өзіне өз түсіндірмелері бойынша, егер олар бейнені ойларынан бірден сызып тасамаса, онда кейінірек одан арылу әлдеқайда қиынға түседі. Жоғарыда айтылғандардың бәрі бізді келесі, үшінші, айғаққа әкеп тіреді. Оны білуге дайынсыңдар ма? Ескертіп айтамыз — бұл сендердің шамдарыңа тиюі мүмкін.

**№ 3 АЙҒАҚ. СЫМБАТТЫ
БОЙЖЕТКЕНДЕРДІ КӨРГЕНДЕ,
ОЛ ЖАЙЛЫ АЗҒЫРҒЫШ ҚИЯЛДАРҒА
БЕРІЛУ ҚАЛАУЫ БОЗБАЛАЛАРДА
БІРДЕН ПАЙДА БОЛАДЫ**

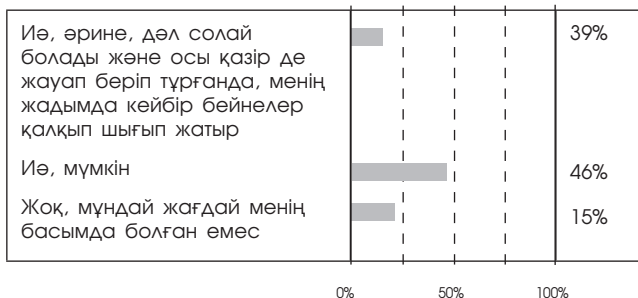
Жоғарыда айтылған нәрселердің бәрінен кейін сендер мынаны пайымдаған боларсыңдар: бозбалалар азғырғыш сымбатты бойжеткенді көрген кезде немесе есіне алған кезде, оның қиялында қыздың шынайы бейнесінің туындауы міндетті емес. Шынымен-ақ егер бозбала өзіне ие болмаса, сол бойжеткенді жалаңаш көру тілегі міндетті түрде пайда болады және көптеген жігіттер сол тілектерін қанағаттандырады. Бұған қоса, бозбала қызды өзінің жанынан жалаңаш көргісі келіп қиялдайды.

Біз бозбалалардың қиялдарындағы бойжеткендердің *нақты не істегендерін* әңгімелеуден тартынамыз. Барлығы жайлы өздеріңнің де пайымдағандарыңа сенімдіміз. Және тараудың қалған бөлігін сабырмен әрі ыждағаттылықпен оқып шығасыңдар деп үміттенеміз.

Сауалнамаға қатысқан бозбалалардың адалдығы

Біздің жалпыұлттық сауалнамамызға қатысқан бозбалаларға сыныпқа кіріп келген сымбатты бойжеткен жайлы тағы бір сұрақ қойған едік.

Ал енді көздеріңе елестетіңдерші, осы қыз сабақ айту үшін тақтаға шықты. Оның кигені іскерлік форма, бірақ киімі оның дене сымбатын айқындап тұр. Егер сен өзіңе ие болмасаң, қазір немесе кейінірек сен оны қиялыңда жалаңаш көру мүмкіндігің бар ма?



Қорытындысында жауап берген бозбалалардың 85%-ы сүйкімді қызды жалаңаш көруді қиялдайтындарын мойындады. Жасына, білім деңгейіне және қандай да бір этникалық топтарға қатыстылығына қарамастан, олардың барлығы бірдей жауап берді. Айырмашылық осы сауалнамалардың нәтижелерін апта сайын сиыну жиналыстарына баратын сенуші бозбалалардың жауаптарының нәтижелерімен салыстырғанда айқындалды. Мәсіхшілер арасындағы сауалнаманың нәтижесінің көрсеткені сымбатты қыздарды жалаңаш көруді қиялдайтын сенуші бозбалалардың санының азырақ екені — 77%, бірақ шын мәнінде бұл да басым көпшілік. Тіпті қауымдағы жастар тобына жетекшілік ететін жасөспірімдердің өздері қиялдарында сымбатты бойжеткендердің жалаңаш қалыпта тұратындарын мойындады. Олардың бірі былай деді: «Сұлу қызды көрген сәттегі алғашқы он шақты секунд ішінде біздің басымызға небір әдепсіз ойлар келеді. Біз бірден міндетті түрде қиял тәртібіне көшеміз. Болып жатқан нәрселерге ие болу үшін, біздің шынында да күш салуымызға тура келеді».

«Сұлу қызды көрген сәттегі алғашқы он шақты секунд ішінде біздің басымызға небір әдепсіз ойлар келеді... Болып жатқан нәрселерді бақылауда ұстау үшін, біздің шынында да күш салуымызға тура келеді».

БҰЛ ҚАЛЫПТЫ МА?

Ал енді сәл аялдап, терең тыныстап алайық. Біздің біреуімізге бұны қабылдау оңай емес, енді біреу ең болмағанда, бұлардың кейбірінен де ерекше ештеңе көрмейді. Егер сен де бозбала сияқты көзбен көріп, есте сақтау қабілеті жақсы дамыған әрі «көзбен сүйетін» 25% қыздардың бірі болсаң, онда сен бозбалалар жүргізетін ішкі күрестің қандай екенін түсінесің. Бірақ қалған барлығына мынаны білу маңызды: олар өздері білетін, сүйетін әрі сенім артатын бозбалаларда бәрі дұрыс. Жасы үлкен ер адамдар мен жасөспірімдер арасында жүргізілген сауалнама нәтижесінің көрсеткені, мұндай еліктірулер іс жүзінде әрбір жас адамның соңынан қалмайды және бозбалалар сол еліктірулермен күрес жүргізе ме, жоқ па, оған еш қатысы жоқ.

Қазір сендер, бәлкім, бойжеткендердің тәндері жайлы бозбалалардың қиялдайтын *азғыруға*

берілетіндерінен мазасыздық немесе өздерінді ыңғайсыз сезінген боларсындар. Сендерге кез келген жағдайда, егер тіпті мұны бозбала іс жүзінде істемейтін болса да, жағымсыз болар еді. Біз болсақ, екі маңызды нәрсені нақтылағымыз келеді. Біріншіден, егер қыз өз дене сымбатының әдемілігін паш етіп тұрмаса, онда азғыру бозбаланы айналып өтеді. Екіншіден, осы мәселеге басқа қырынан, Құдайдың көзқарасы тұрғысынан, қараңдар. Құдай еркектерді жай ғана «көзбен сүйуші» етіп қана емес, ағыл-тегіл тестостеронмен және күшті жыныстық құмартушылықпен жаратты. Естерінде болсын — Тәңір Өзі жаратқандардың жақсы екенін айтты! Әлеуметтанушылардың айтуы бойынша, шынайылықты көзбен қабылдау басымдылығы әрі күшті жыныстық құмартушылық бозбалаға қуат береді және сол бір ерекше, жалғыз, бірегей бойжеткенге қол жеткізуге, оған үйленіп, балалы болуға ынтықтырады. Кейбіреулер егер еркектерде күшті жыныстық құмартушылық болмаса, олар жай жаулап алушылар ғана болар еді дейді. Олар үнемі аңға шығып кетіп немесе біреулермен ұдайы соғысып жүрер еді де, ешқашан сол бір жалғыз бірегей қызбен терең

де байыпты қарым-қатынас жасай алмас еді. Бір бозбала осыған қатысты мынаны айтты: «Қыздардың сымбаттылығы мен ажарлылығы, бізді үлкен бір нәрсеге ұмтылуға ынтықтырады. Біз барлық нәрседе ақылдырақ, шапшаңырақ болып, жақсара түскіміз келеді. Мұнымен біз қызға әсер қалдырып, оның жүрегін жаулап алғымыз келеді. Естерінде болсын — біз істейтін нәрсенің *барлығы* қызды өзімізге қарату үшін істеледі. Бозбалалар осы сияқты қиялдарға берілу тілегі, егер тіпті олардың құрбылары пайда болса да, таңғажайып түрде ғайып болып кетпейтінін баса айтты. Бұл азғыру оларды аңдып жүреді және бұл нәрсе бозбаланың өз сүйіктісіне деген адалдығы мен оған сүйсінуімен еш байланысы жоқ.

|| Бізге мынаны білу маңызды: біз өзіміз білетін, сүйетін әрі сенім артатын бозбалаларда бәрі жақсы.

АЗҒЫРЫЛУ — БҰЛ ӘЛІ КҮНӘ ЕМЕС

Біз жалғастырмас бұрын күнә мен азғырылу арасындағы шекара сызықты анықтап алайық. Естерінде болсын — өмірде біз тосыннан тап бола-

тын азғырулар күнә болып табылмайды (Киелі Кітапта Иса «барлық нәрсемен азғырылғанын», [Евр. 4:15] бірақ бәрібір күнәсыз болып қала бергенін айтады). Азғырылуға жол бермейміз бе — маңызды нәрсе, осы.

Біз бәріміз азғырылуға түсеміз, ал бозбалалар күресуге мәжбүр болатын олардың өміріндегі басты азғырылулар — бұл қыздарға көз салу қалауы. Сонымен, осы азғырулар қалай «әрекет ететінін» және оған қарсы тұру үшін бозбаланың нені істей алатынын, әрі нені істеуге тиіс екенін қарастырамыз.

***1-кезең. Сезімдік ойлар мен бейнелер
бозбалалардың еркінен тыс туындай
береді***

«Фокуста — отбасы» радиохабарына қатысқан сексолог әрі БАҚ-тың аналитигі Дэниел Вайс бізге былай деді: «Бұл ойлар еркектердің бастарына олардың қалауынан тыс келе береді. Мен қыздар мен әйелдер үшін мұны арнайы баса айтқым келеді».

Жоғары сыныптың бір оқушысының бізге айтқаны: «Мен бір көргеннен есте сақтап қаламын. Өзім көрген сымбатты қыздардың барлығы ме-

нің есімде. Және осы бейнелердің бәрі... бәрі анда-санда есіме түсіп тұрады».

Бұған қоса, бұл ойлар еріксіз түсіп қана қоймай, сол сәттің арасында туындайды. Еліктірер нысан — денесін айқындайтын киім киген сынды бойжеткен — қалай пайда болса, дәл сол сәт бозбала да әрекет жасайды. Бір жігіттің айтқаны: «Менің басыма осы ой келгеннен кейін «оны дене бітімі неткен сымбатты» деп ойлағанымды, мен 1–2 секунд өткен соң ғана түйсінемін». Бозбалалардың көпшілігі найзағайша түсетін сезімдік ойлар мен бейнелерден қорғана алмайды.

Бізге сенбейсіңдер ме? Мысал келтіруге мүмкіндік беріңдер.

Мұнда жазылғанды оқымаңдар.

Иә, шынымен де оқымаңдар. Тек әріптерге ғана қарап отырыңдар, бірақ сөзді оқымаңдар.

Бұлай істеу мүмкін емес қой, иә?! Әріптерге қарап, бірақ сөздерді оқымау мүмкін емес.

Бозбаланың миы «қыз-келіншектердің әсем бітімдері» жайлы ақпараттарды оның еркінсіз де «оқи» беретіндіктен, бозбала да дәл осыған ұқсас жағдайды басынан кешеді. Жақсы қыздар мен магниттің арасындағы ұқсастық туралы еш

білместен, топтық сұхбаттарымызға қатысқан бір бозбала былай деді:

Меніңше, бозбала мен сүйкімді бойжеткен өздерін оң және теріс зарядты бөлшектер сияқты ұстайды. Сүйкімді бойжеткен бозбаладан алыста жүрген кезде, ол белгісіз болып қала береді де, бозбаланы өзіне қалай да «тартып ала алмайды». Бірақ бойжеткен жігітке жақын келіп, жігіт оны байқап қалса, қыз дәл бір күшті магнитке айналғандай, жігіттің назарын тұтастай өзіне баурап алады. Бозбала қыздың бар екенін қатты сезінеді және бұл бойжеткен оның көз алдынан ғайып болғанша жалғасады. Қыздың аясын сезіну міндетті түрде одан көз айырмау дегенді білдірмейді, бірақ қыздың жақын жерде екенін байқап жүреміз.

Жоғарыда айтылғандар зұлымдық атаулының бәрі еркектердің «ішіп-жеп қарайтын көзқарасынан» дейтін пікірді жоққа шығарады. Мойындауға тура келеді, жігіттердің көздерін өздеріне әдейілеп тартатын қыздар бар, әрі жігіттер мұндай қыздарға назар аудармай қоя алмайды!

||| *Бұған қоса, бұл ойлар еріксіз түсіп қана қоймай, сәттің арасында туындайды.*

Егер саған сезімдік бейнелер бозбаланың қиялында еріксіз туындайтынына сену қиын болса, онда Киелі Жазбадағы бір кітаптың басты кейіпкерінің — Әйүптің оқиғасын еске ал (Әйүп 1:8). Құдай ол жайлы былай дейді: «Жер бетінде ол сияқты кінәратсыз да әділ, Құдайды терең қастерлейтін, жамандықтан аулақ жүретін ешбір жан жоқ». Ал енді Әйүптің өзі не дейтінін оқып көріңдер: «Қыз-келіншектерге құмарта қарамауға көздеріммен келісім жасастым» (Әйүп 31:1).

Пайғамбар неліктен мұндай қадамға баруға мәжбүр болды екен? Әлбетте, Әйүп сияқты «кінәратсыз да әділ, Құдайды терең қастерлейтін, жамандықтан аулақ жүретін» адам өз-өзімен осындай ішкі күресті *жүргізуге тиіс емес-тұғын*, дұрыс па? Жоқ, дұрыс емес. Әйүп еркек болатын. Ал барлық еркектер бізге ұнаған-ұнамағанына қарамастан, осы азғырылуға ұшырасып отырады.

2-кезең. Әрбір бозбала осы бір ойлар мен бейнелерді сезінуден ләззат алады, бұл оның еркінен тыс тәндік әрекеті

Бозбалаға қыздың дене бітімі туралы қиялмен күресу өте қиын, өйткені бұл нәрселер бозбалада күшті сезімдер туғызады. Жігіт қиялында сезім-

дік бейнелер пайда болғанда (немесе оның көзіне әдемі қыз түскенде), бойына «қан жүгіреді». Ойша азғырылуға жол беріп, жандары рахаттанатындарын мойындайды.

Осыған орай, бір ер адам былай деді: «Еркектердің қиялында сезімдік бейнелер туындағанда немесе ол көрікті әйелге дуаланғандай қарап отырса, ол жүйкесінің қатты қозуын сезінеді. Сөйтіп, қандағы адреналинді сезіну үшін, еркек жадындағы осы бейнелерді қайта-қайта шақыруы мүмкін».

3-кезең. Бірақ әрбір бозбала таңдау жасай алады: осы ойлар мен бейнелерді жадынан қуып жібере алады немесе олармен көңіл көтереді

Нақты осындай таңдау азғырылу мен күнәның арасына жіңішке сызат жүргізеді. Сезімдік бейнелер қиялында туындағанда жігіт оны не ұстап алып, қияларға берілуі де мүмкін немесе одан сол сәтте арылып, Киелі Кітап айтқандай «күллі ақыл-ойын Мәсікке бағындыруы да» мүмкін. Бозбала өзіне қиялдар беретін рахаттан бас тарта алады. Бұл оның Құдайға құрметі, өз құрбысына сыйластық көрсетуі және жан дүниесінің та-

залығын сақтауы болып табылады. Осыдан бас тартқаны үшін, оны болашақта үлкен сый күтіп тұр.

Біз әңгімелескен көптеген бозбалалар — әсіресе, сенуші әрі сиыну жиналыстарына тұрақты түрде қатысып жүргендер, осы таңдауға айрықша байыппен қарады. Олар көз алдындағы (визуальды) азғырылудан аулақ болуға және қиялда еріксіз туындайтын сезімдік бейнелерден арылуға нық шешім қабылдады. Егер осы ойлардан арыла алмаса, онда «назарды басқа жаққа бұрып әкететін тәсілдердің» барлығын қолдану арқылы оларға табанды түрде қарсы тұруға ұйғарды. Ең дұрысы — олардың ойын бейсболға немесе көлікке аудару. Осыған байланысты бір жас жігіт былай деген еді:

Мен қысқа белдемше киген қызды көргенде, оның аяғына... жарайды, шынымды айтайын, оның... бөксесіне, көзімді сүзгім келетін қалау пайда болса, көзімді бұрып әкету үшін күш салуым керек. Маған одан бұрылып кетуге тура келеді, себебі олай етпесем, көзім өз орнына қайтып баруға мәжбүр болады. Содан кейін осы қыз жайлы ой мені түскі тамақтан кейін тосыннан басып алар болса, мен оған: «Доғар! Бұл туралы қазір ойла-

ма!» деймін де, осы бейнені жадымнан өшіріп тастаймын. Мен осы бойжеткеннің дене бітімі жайлы ойдан аулақ алып кететін нәрселердің барлығы жайлы: көлік, математика немесе спорт туралы ойға ауысамын.

Бозбалалар азғырушы қиялдардан бас тартуларымен өздерінің маңындағы қыздарға сыйластық көрсететіндеріне есеп бере алады. Балалардың бірі бізге былай деді: «Таныс қызды жалаңаш күйде көруді қиялдау — бұл оған қатысты әділетсіздікті таныту дегенді білдіреді. Мен ол қыздың қандай екенін білгім келер еді».

Қауымдағы жастар тобының мүшесі, бір жасөспірім былай деді: «Мен күні бойы өзіме қыздардың денелері жайлы ойды бастамау керек екенін үздіксіз еске салуым керек. Егер бастасам, онда тайғанақ жолға шыққаным».

Біздіңше, өзіңмен өзің жүргізетін осындай күрес қатты қалжыратады, солай емес пе? Дегенмен, кейбір бозбалалар сезімдік бейнелердің қиялда тосыннан тап болуына тосқауыл қоя алып, ал басқалары сүйкімді бойжеткеннен көздерін бұрып әкетуге өздерін көндіре алса да, олардың бәрі де өздеріне ие болу үшін ерік-жігерлерін жаттықтырып отырулары керек.

Бозбалаға дұрыс таңдау жасауы үшін қанша ерік-жігер мен табандылық қажет екенін қыздардың түсінуінің өмірлік маңызы бар. Біз заманауи мәдениеттегі «минаға толы» алқапта, біздің бозбалаларымыздың қандай нәрсеге тап болатынын түсініп, әрі олардың жағдайын қиындатпайтынымызға сенімді болуымыз керек. Сондықтан келесі сұраққа көшеміз: «Біз бозбалаға оларды түсінетінімізді білдіру үшін өзімізді қалай ұстауымыз керек?»

*«Мен күні бойы өзіме
қыздардың денелері жайлы
ойды бастамау керек екенін
үздіксіз еске салуым керек».*

ҚЫЗДАР НЕ ІСТЕУЛЕРІ КЕРЕК?

Болып жатқан нәрселердегі өз рөлің жайлы толғанып отырған кезінде, біз сенің үш нәрсе істеуінді сұраймыз: өзіңді бозбаланың орнына қой, өз жүрегіңді тексер және қажет болса өзгер.

Өзіңді бозбаланың орнына қой

Біреу сәт қыз болып ойлауыңды тоқтата тұр да, өзіңді бозбаланың орнына қойып көрші.

— Өмір бойы сені соңыңнан қалмай азғырулардың аңдып жүруі, ал әдепсіз ойлардың тіпті қаламасаң да, кез келген уақытта сені басып алуы не нәрсеге ұқсайды? Сен өз мінез-құлқыңмен таныс қыздарды, одан да жаманы Құдайды қорлайтыныңды ұдайы сезініп жүру, нені білдіреді?

Бір жігіт бізбен әңгімелесіп отырып, бозбалалардың басында болатын нәрселерді қыздардың түсінуіне көмектесетін мына бір тамаша мысалды келтірді:

Қыздар жігіттердің алдында денелерінің бүкіл әсемдігін паш етіп тұрған кезде, не істеп тұрғандары жайлы өздеріне есеп бергендері жөн. Түсініктірек болуы үшін жанасумен салыстырып көрейік: қыз көз алдына елестетсін, бозбала кез келген уақытта оған жақындап келіп, жанаса алады. Сонда бойжеткен өзін қалай сезінген болар еді? Ол сабаққа зейінін сала алар ма еді? Міне, осылай, бойжеткен өз дене бітімін жарқырата түсетін киім кигенде, жігіттер де дәл сондай сезімді бастан кешіреді. Жігіттердің жанасуы оларды қалай қоздырар болса, қыздардың сыртқы келбеті жігіттерді дәл солай қоздырады.

«Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабын оқыған мектептің мұғалімі бізге электрондық

поштамен хат жіберіпті. Ол өз хатында қыздардың денесі жайлы қиял бозбалаларды үздіксіз аңдып жүретінін әрі онымен күресу сонша қиын екенін оқушы қыздарға түсінуге көмектесе алғанын жазыпты.

Кімге: Шонти Фельдан

Кімнен:

Хаттың тақырыбы: *менің өз сыныбымда өткізген тәжірибем*

Бір күні маған менің оқушы қыздарым келді. Олар оқу формасының енгізілгеніне наразылық білдіріп, маған былай деді: «Сіз өте жақсы мұғалімсіз, бірақ оқу формасын киюді енгізгеніңізге наразымыз». Мен олардың мектепке киіп келетін киімдері бозбалаларға қалай әсер ететінін түсіндірмекке талпынып көрдім. Бірақ қыздар бірден шабуылға шықты, олар бозбалаларды бұзықтар деді және олар қыздарға көздерін сүзбеулері керек деп мәлімдеді. Сол түні Құдай маған не істеу керек екенін айтты.

Ертеңіне мен сыныпты екіге бөлдім де, ұлдарды бөлек сыныпқа алып кеттім. Сосын шоколадтың үлкен қорабын алып келдім де, қыздардың барлығы көре алатындай етіп сөреге қойдым. Қыздар шоколад алу мүмкіндігі барына риза болып отырды. Мен бойжеткендерге шоколадтың қорабына қарауға тиіс емес екендерін айттым, өйтпеген жағдайда есеп шығаруға тура келетін болды. Мен оларға: «Кәмпит тұрған жаққа тіпті қарамаңдар, ол туралы айтпаңдар және ойламаңдар», — дедім де, ұлдармен жұмыс істеуге шығып кеттім, ал менің байғұс ассистентім қыздарға қарап қала берді.

Мен қайтып келген кезде барлық қыз дәптерлеріне үңіле қарап отырды, ал олардың көбі бірнеше есептен шығарып қойған еді. Мен білгім келіп, мынаны сұрадым: «Кәмпит жаққа көз салмау қайсыларыңа қиын болды? Бұл шоколадты кімнің жегісі келді?» Қыздардың барлығы қолдарын көтерді. Сол кезде мен осының қарсаңында болған әңгімені естеріне түсірдім. Бұл әсер

етті. Мен қыздар кеуделері мен бөкселерін көрсете жүріп, «Келіп, кәмпиттің дәмін көрсеңші» дегендей болатындарын айттым. Міне, өздерінің әсемдіктерін паш ете жүріп, олар ұлдарды күн сайын нендей нәрселерді сезінуге мәжбүрлейді?! Сондай-ақ мен оларға ашық-шашық киінген қыздарға қарамау үшін тіпті өте тәрбиелі бозбала да өзімен күресетінімді айттым.

Тіпті қауымда да...

Қауымдағы бозбалаларды әдепсіз ойлар қауыламауы керек сияқты болып көрінеді. Бірақ бұл олай емес. Біздің топтық сұхбатымызға қатысқан бірнеше бозбала қауымдағы хорда ән айтатындар болатын. Олардың бізге мектепте қыздар арқылы өздерін аңдитын азғырылуларға қауымда да тап болатындарын айтты. Жас жігіттердің осыған қатысты айтқандары мынау:

- «Үшінші қатардағы қысқа белдемше киген бойжеткенді көргенде, қызметке көңіл қою аса қиын. Мен көзімді жұмып алуға мәжбүр

боламын, өйткені қолайсызданғанымды білдіргім келмейді. Адамдар мені сиынып тұр деп ойлайды, ал шын мәнінде мен іштей күресіп тұрамын».

- Қыздар қызметтен қатты алаңдатады. Мен білетін қорғаныстың жалғыз құралы — бұл көзді жұмып алу. Бірде тіпті бағушы киген киіміне бола, бойжеткенді орнын ауыстыруына мәжбүр етті. Ол былай деді: «Біреу келіп мына қызды алдыңғы жақтан алып кетсінші».

|| «Ашық-шашық киінген қыздарға қарамау үшін тіпті өте тәрбиелі бозбала да өзімен күрес жүргізеді».

«Керемет» меніңше, лайық сөз емес

Қыздардың аса үлкен мәселелерінің бірі қандай киім ұлдардың ойын теріс бағытқа бұрып қоя беретінін жиі түсіне бермейтіндері. Қыздар «керемет» киініп тұрмыз деп ойлай алады, ал жігіттер болса, олардың сыртқы бейнелеріне қатысты басқа пікірде.

Біздің топтық сұхбаттарымызға қатысқан кейбір ұлдар мектеп өмірінен мынадай мысалдар келтірді. Үзіліс кезінде мектептің ұзын дәлізіне

шыққан уақыттарында олар өте сымбатты бір сұлуды көріп қалады, ал ол үстіне жабыстырып киім киіп алған екен. Осындай шақта олардың ойлары өздері қаламаса да, басқа арнаға бұрылып кетеді. Ал сәлден соң-ақ жаңағы бойжеткенге құрбысы жақындап келді де: «Неткен керемет киім!» деді. Мұны көріп қайран қалған бір бозбала бізге: «Мұндай киім кигенді қалай «керемет» деп атайды», — деді.

Басқа бір бозбала онымен келісіп, былай деп қосты: «Меніңше бұл жағдайда «керемет киім» деп айту орынсыз».

Қыздар «керемет» киініп тұрмыз деп ойлайды, ал жігіттер болса, олардың сыртқы бейнелеріне қатысты басқа пікірде.

Ұлдардың пікірінше қыздар не істеп тұрғандарын жақсы біледі

Бозбалаларға қалай ықпал ететіндерін қыздар түсінбейтін кездер болады, бірақ ұлдар бұлай болуы мүмкін емес деп есептейді. Біз әңгімелескен жалғызсілікті жігіттердің әрқайсысы былай десті: «Қыздар не істеп жатқандарын өте жақсы

біледі». Басқа сөзбен айтқанда, егер сен дененді айқындайтын немесе жартылай жалаңаш киім кисең, онда ұлдарда сен өзінді олардың көзге жалаңаш елестеткендерін қалайсың деген ой туындайды.

Егер сен жасөспірімдік кезеңдегі қыздардың көпшілігіне ұқсас болсаң, онда нақтылы бір киімді кигенінде өзінді ұлдардың байқайтынын білетін шығарсың?! Иә, сен олардың назар аударғанына онша мән бермеуің мүмкін, себебі оның басында қандай ойлар туындап жатқанын онша түсіне бермейсің ғой. Тіпті өзіңе назар аударғанына мәз болып жүруің де мүмкін! Алайда бойжеткендер киімдеріне бола бозбалалардың оларды көзге жалаңаш елестетіндерін білгенде қолайсыздық сезінеді. Осыған қатысты Лизаның қызы Сара былай деді:

Бұл туралы менің өзім де білуім керек еді, өйткені жігіттер осы тақырыпқа үнемі қалжыңдайды. Олардан шамамен мынадай сөздерді естіп қалуға болады: «Сәлем, балақай! Мен сені мына киіміңсіз көргім келеді, өйткені бұл менің қиялыма қанат бітіреді». Бірақ ұлдар қыздарға көздерін салып, орынсыз қалжыңдар айтып жатса да, қыздар аса терең ойлана бермейді. Шынын айтқанда, біздің

мектептегі қыздардың 20%-ы ұлдардың өздерін жалаңаш елестететіндерін біледі. Сөйте тұра, осылай киінетіндері бозбалаларды жаман ойлауға мәжбүр ету үшін емес, бірақ өздеріне назар аударғандары қыздарға ұнағандықтан ғой. Иә, олар бұның өздері қол жеткізгісі келген қалауы емесін де түсінеді, яғни дәл қазір барлығының назары өздерінде болғанын қалайды.

*Егер сен денеңді айқындайтын немесе
жартылай жалаңаш тұратын киім
кисең, онда ұлдарда сен өзіңді олардың
көзге жалаңаш елестеткендерін
қалайсың деген ой туындайды.*

Өз жүрегіңді тексер

Ұлдардың орнында болып көргеннен кейін, енді өздеріңе назар аударыңдар. Бұлардың барлығы жайлы сендер не ойлайсыңдар? Сендерге қызық па? Әлде сендер өздеріңді кінәлі сезініп, енді қолдарыңнан келетін нәрселердің бәрін істеуге дайынсыңдар ма? Болмаса, сен мұның барлығына шүбәланып, сенбейтін шығарсың? Әлде ашуланған шығарсың? Сен өзіңе былай дерсің: «Бұл жігіттердің мәселесі... Мен кейбір жігіттер өздеріне ие бола алмайды екен деп, өзгере қалғым келмейді».

Мен (Лиза) мойындауым керек, жасөспірім кезімде әлдебіреу менің киіміме қатысты ескерту жасаса, бұл менің шамыма қатты тиетін. Менің есімде (содан бері көп уақыт өтіпті), бірде қауымда бір бозбала маған жақындап келді де: «Сенің белдемшең тым қысқа екенін және бұл кейбір бозбалаларды елігумен күресуге мәжбүр ететінін есіңе салған адамға, сен не деп жауап берер едің?» — деп сұрады. Ақылы толмаған жасөспірім едім, мен былай дедім: «Менің белдемшем — бұл менің жеке шаруам деп жауап берер едім».

Қазір осы оқиғаны еске алған кезде, «Құдайым, мені кешіре гөрші» деймін. Сол бір байғұс бозбала маңызды нәрсе туралы менімен сөйлесуге батылы жетті. Ал оны тыңдауға немесе өзгеруге талпынуға мен тым жас әрі тәжірибесіз едім. Қыздар, менің ақылсыздығымнан сабақ алыңдаршы! Мен еске алуға ұялатын сол нәрсе біреуге пайдасын тигізсе екен!

Егер сендерге әйтеуір бір кездері мынаған ұқсас ойлар келген болса: *«Менің киімімде ешкімнің шаруасы болмасын!»* немесе *«Бұл жігіттердің мәселесі, сондықтан олар өздеріне ие болсын!»* — онда мынаны түсінуге тырыс, *шын мәнінде бұл біреулердің сезімін жарақаттауы*

мүмкін екеніне қарамастан, сен өз қалауыңды мәпелейтініңді білдіреді.

Қыздардың көпшілігі іс жүзінде өздеріне ұнайтын жігіттердің жандарына жарақат салғылары келмейтінін білеміз. Егер қазір біреулердің жанын жаралағаныңды түсінген болсаң, Құдай алдында тәубе етші. Тәңірден кешірім сұрап, жігіттерге деген сыйластығыңды көрсететіндей өзгерші.

*Сендерге қызық па? Әлде сендер
өздеріңді кінәлы сезініп, енді
қолдарыңнан келетін нәрселердің бәрін
істеуге дайынсыңдар ма?*

Оқу формасына жарылқау ретінде қара

Енді көптеген нәрселерді білгеннен кейін, бәлкім, киімге қатысты бұрын өздеріңді ашуландыратын кейбір шектеулерді бағалайтын боларсыңдар. Мысалы, оқу формасын кию қажеттілігі немесе ата-аналарыңның кейбір киімдерге салған тыйымдары болар. Көптеген бойжеткендер сыпайы киіну — бұл ескірген сән үлгісімен киіну және ескірген ережелерді ұстану деген сөз, әлбетте, олар бізді қорғайды, бірақ көңіл-күйімізді

бұзады деп ойлайды. Ал қазір сендер осы ережелердің ұлдарды қорғау үшін де қажет екенін білесіңдер.

Киімдердің белгілі бір қиялдарды бозбалаларға қаншалықты шапшаң туындататынын білгеннен кейін бойжеткендердің көпшілігі осы мәселеде өздерінің қауіпсіздіктерін қамтамасыз ету үшін, дұрыс ұстаным *ұстанғылары келеді*. Бұл бізді келесі тармақта жетелейді.

Қажетті өзгерістерді енгізіңдер

Келіндер, шындықтың бетіне тура қарайықшы, осы мәселеге қатысты мүлдем надан қыздар ерлердің жағдайларын одан бетер қиындатады. Турасын айтқанда, бозбалалардың жадындағы сезімдік бейнелер *әлдебір жақтан* алынбайды және осы бейнелердің қайнары безендірілген журналдар да емес. Ұлдардың көздерін өздеріне магниттей тартатын әрі олардың назарын өздеріне аударту үшін киінетін бойжеткендер көшеде толып жүр. Бірақ, сендер қазіргі күні әдепті, әрі қазіргі сән үлгісімен соншалықты оңай емесін білесіңдер. Ал өздерің ұнататын дүкендер көбінесе денені айқындап әрі ашып тұратын киімдер, иә болмаса далиған кең шалбар ұсынады.

Көп қыздар бізге өздерінің сыпайы киінгілері келетінін, бірақ оларға бір мезетте әрі сыпайы, әрі сәнге сай киім таңдау қиын екенін айтты. Әйткенмен, кейбір қыздар егер сен тапқыр да ақылды болсаң, әрі сәнді, әрі инабатты киіне алатындарын мойындады. Осыған қатысты бір қыз былай деді: «Біз бұны істеу керек екенін шынымен қаласақ, не істеу керек екенін білеміз, жабысқан кеудешенің сыртынан бір нәрсе кие аламыз немесе осы бір өте келте белдемше кимей қоя аламыз... біз кішкентай өзгерістер енгізе аламыз. Біз бұрынғыша сымбатты болып көрінгіміз келеді, бірақ «сымбатты» деген сөздің «көргенсіз» деген мағынаны білдірмейтініне де өзімізге есеп бере аламыз. Яғни, егер сен жабайы қу мекиен далада, жабайы аңдар арасында өскен болмасаң, мұны түсінуге тиіссің».

Киім таңдаудың маңыздылығы сонша, инабаттылықты көрсету үшін қолдануға болатын бірнеше ақыл-кеңес бергіміз келіп, біз қосымша зерттеу жүргіздік. Біз жазушы әрі *virtuousreality.com* сайты ашушы Вики Кортнимен тілдестік. Оның кітаптары, мақалалары мен сайты кез келген бойжеткен тап болатын негізгі мәселелерге бағытталған. Вики сондай-ақ танымдық кө-

ңіл көтеретін «Yada Yada»* кештерін ұйымдастырады. Сол жерде бір мезетте сәнге сай, стильді әрі қарапайым киімдер жарнамаланады

САРАПШЫДАН СҰРАЙМЫЗ:
Вики Кортни, «TeenVirtue:
A Teen Girl's Survival Guide»
кітабының және virtuousreality.com.
сайтының туындыгері.

Саған бейәдеп емес, бірақ сәнге сай киінуге көмектесетін бірнеше тәжірибелік кеңес береміз

Сенің киімің саған белгілі бір айдар тағады. Ол бұл әлемге сенің ішкі дүниенің қандай екенін жариялайды. Мәселе мынаған келіп тіреледі: кейбір айдарлар сенің қаламаған нәрселерің жайлы хабарлап тұрады, яғни сен жөнінде теріс түсінік қалыптастырады.

* «Yada Yada» кештері демалыс күндері арнайы жасөспірім қыздар мен олардың аналары үшін өткізіледі. Бұл кештерде сиыну жиналыстары, мектептің орта және жоғары сыныптағы оқушы қыздар мен олардың аналары үшін әр түрлі жаттығулар өткізіледі. «Yada Yada» кештерінде «парасаттылық» деген ұғымның барлық қырлары қарастырылады. *Ред. ескертпесі.*

Мысалы, бірнеше бозбаладан сауда орталығында серуендеп жүрген бойжеткендер туралы пікір айтуларын сұрадық. Бір қыз кіндігіне жетпейтін қысқа кеудеше киіп жүрді. Ұлдар былай деді: «Бұл кел де, дәмін көрсеңші» деген шақыруға ұқсайды.

Бойжеткен шынымен-ақ жігіттерді «дәм татуға» шақырып тұрды ма? Әлде ол сол күні сауда орталығында серуендеп жүріп, стильді әрі сәнді болып көрінгісі келді ме? Біз киімдеріміздің ішкі жан дүниеміздің қандай екенін хабар беріп тұратынын, әрдайым естен шығармауымыз керек.

Сендер өздерің жайлы теріс ұғым қалыптастырмай-ақ, стильді әрі сәнді болып көріне аласыңдар!

«Yada Yada» кештерінде біз жасөспірімдер киімдерінің көрмесін жиі жасаймыз. Біз жасөспірімдердің негізгі журналынан жаңа үлгілер жинастырамыз. Сосын манекен қыздар аздаған өзгерістер енгізіп, сол үлгілермен алға шығады. Міне, бірнеше кеңес:

- Қазіргі сән үлгісіндегі жейденің қысқалығы сондай, менің екі килограмдық йоркширлік терьеріме әрең сияды. Егер осындай жейде сенің омырауыңды керіп тұрса, оның ішінен джинсының белін жауып тұратын жеткілікті түрдегі ұзын кеудеше немесе ішкіім киіп, жейдеңді «инабатты» ете аласың.
- Жіңішке баулы кеудешенің сыртынан пиджак немесе «сырмамен» жабылатын капюшонды жейде киюге болады. Төс тартқыштың жіңішке бауларының көрініп тұрғаны ұқыпсыздық әрі бейәдеп болып көрінеді және бұл бозбалаларды алаңдатады.
- Енді екі омыраудың ортасын көрсетіп тұратын, тым ойық жағалы киімдерден сақ болыңдар. Егер сен бозбалаға өзіңнің әсемдігіңді тамашалауға мүмкіндік берер болсаң, сенің көзіңе сыйластықпен қарау жігітке қиын болады.
- Тарлығынан қалтасында жатқан монеталардың шығарылған уақыты көрініп тұратын, денені айқындайтын джинсылардан тартыныңдар.

- Белдерінді жауып тұратын жейде киетін болсаңдар, белі төмен тігілген джинсылар мәселе тудырмайды. Мұндай джинсы мен шалбар кигеннен кейін жейделердің жоғары көтеріліп, іштерің көрініп қалмай ма екен, қолдарыңды көтеріп, тексеруді әдетке айналдырыңдар. Және отырған кезде «бөкселерің жалтырап» тұрған жоқ па, соған көз жеткізіндер.
- Ультрақысқа белдемшелер мен шолақ шалбарлардан аулақ жүр. Мұндай киім киіп жүріп, бір нәрсені құлатып алсаң, сол нәрсең жерде қала берсін, өйткені «шоу» көрсетпей, құлаған затты көтеру мүмкін емес!

Өз гардеробыңа ревизия жүргіз де, өз таңдауларыңды сын көзбен бағала. Өзіңе сұрақ қой: «Мына немесе ана киімді кисем қалай көрінемін: парасатты ма, әлде әдепсіз бе?» Басқа сөзбен айтқанда: «Дүниеге нені айтқым келеді: мен балғын қызбын дегенді ме, әлде еліктіруші қызбын дегенді ме?»

Енді ұлдар өздерінді қалай көретінін және оларда сендер туралы қандай пікір қалыптасатынын білгеннен кейін, әр киімді таңдарда сендерге Киелі Рух көмектесетін болады. Әрине, сендерге киім сатып алу қиынырақ болады. Сәнге сай, бірақ қарапайым заттар таңдау үшін көбірек уақыт бөлу керек. Киімді талғаммен таңдасаңдар, онда өз бағаларыңның көтерілгенін байқайсыңдар және сендерге... «дұрыс» адамдар назар аударатын болады.

Естерінде болсын, әйтеуір бір күні сендер тұрмысқа шығасыңдар, ал бұл мынаны білдіреді: сенің болашақ күйеуің әлдебір қыздардың қол бұлғаған киімдері себеп болып, азғырылумен күресіп отырған шығар. Ал сенің жаныңда отырған ұл да (бәлкім, сенің киіміңе қатысты, оның жүрегінде де сондай мәселелер туындап жатқан болар) бірнеше жылдан кейін үйленеді ғой.

Келіндер, алтын ережені тағы бір рет қайталап алайық: «Басқалар өздеріңе қалай істесін десеңдер, өздерің де оларға солай істеңдер». Сенің болашақ күйеуіңе басқа қыздар қалай қарасын

десең, таныс бозбалаларға сен де солай қара! Біз Тәңірдің бәрін көретінін білеміз және сен қабылдаған әрбір дұрыс шешім игі жеміс әкеледі. Тәңір дұрыс әрекет еткісі келген әркімге әрқашан сыйын береді.

Келесі тарауда біз ерлер «көздерімен сүйеді» дейтін айғақтың мүлдем біз күтпеген салдарын қарастырамыз. Ал қазір біз сендерді бір студенттің сөзі туралы ойлануға шақырамыз: «Күннен қорғайтын крем жағындар» деген кеңестен басқа, мен қыздардың барлығына тағы бір кеңес бергім келеді — өздеріңнің болмыстарыңды түсініңдер. Сендер Құдайдың қымбатты баласысыңдар, сендерді ғажайып болашақ күтуде. Осыны түйсініңдер, сонда сендердің маңызды екендіктеріңді сезінуге көмектесетін ұлдар әрқашан айналасыңда жүретін болады. БАҚТЫҢ қалай киініп, өзіңді қалай ұстау керек дейтін өтірігіне иланбандар және топтан бөлініп, айқындалып тұрудан қорықпаңдар».

ІШКІ ЖӘНЕ СЫРТҚЫ СҰЛУЛЫҚ

*Жігіттер үшін қыздардың
ішкі әлемі сыртқы келбетіне
қарағанда маңыздырақ екеніне
қарамастан, қыздар өздеріне
күтіммен қарай ма, жоқ па, бұл
оларға бәрібір емес. Неге?*

*Ұлдар жандары да, тәндері де әсем
қыздарды ұнатады. Олар Барби
қуыршағымен емес, кәдімгі қыздармен
араласқылары келеді. Бірақ жігіттер
тәндік ынтығуға қарсы тұра алмайды.*

*К*ітапты оқуды жалғастырмас бұрын мінәжат етіңдерші.

«Махаббат зұлым» атты фильмде басты кейіпкер Хэл ойын-сауық кештерін жақсы көреді, әдемі қыздардың соңынан жүгіріп жүреді, бірақ

байыпты қарым-қатынастан қашқақтайды. Бірде ол гипноздың ықпалына түседі, содан бастап ол бойжеткендердің тек ішкі сұлулығын көре бастайды. Енді көңіл көтеруді жақсы көретін азғырғыш сұлулардың көбі, оған жақпай қалады. Оған қайырымды, сүйкімді әрі бас пайдасын ойламайтын қыздар (олар тіпті көріксіз әрі толық қыздар болса да) ұнай бастайды. Фильмнің соңында ол өз болашағын өте толық қызбен байланыстыруды ұйғарады, өйткені Хэл оның ішкі дүниесін ұнатқан еді.

Топтық сұхбаттарымыздың бірінде біз бозбалалардан осы фильмнің «Бастысы — бұл ішкі дүние» дейтін ұраны қаншалықты шындыққа жанасатыны туралы сұрадық.

Біздің естіген жауабымыз — біз шынымен де таңғалдық — бастысы, әрине, ішкі жан дүние екен. Бірақ барлығы мұнымен бітпейтін көрінеді. Жігіттер үшін әп-әдемі, бірақ қарым-қатынаста жағымсыз құрбымен жүруден гөрі, өздерін тұлға ретінде қызықтыратын бойжеткендерді табудың маңызды екені. Айтпақшы, бұл бозбалалар қыздардың ішкі әлеміне назар аударғылары келетіні туралы куәлік етеді, бірақ шынайылықты көзбен қабылдау басымдылығы жігіттерге қыздар

мейірімді де ақылды болғандықтан *ғана* оларға ғашық болу мүмкіндігін бере бермейді. Егер сөз романтикалық қарым-қатынас туралы болса, онда бозбалаларға бойжеткендердің келбеті де міндетті түрде ұнауы керек. Алайда біз алдыңғы тарауда айтқанымыздай, бұл азғыратын киімдер кию қажет дегенді білдірмейді. Бұл бозбалалар сыртқы келбеттеріне байыппен қарайтын қыздарды іздейді дегенді білдіреді.

Бозбалалар қыздардың ішкі әлеміне назар аударғылары келеді, бірақ шынайылықты көзбен қабылдау басымдылығы жігіттерге қыздар мейірімді де ақылды болғандықтан ғана, оларға ғашық болу мүмкіндігін бере бермейді.

Қыздың өз келбетін күтуге тырысуы, негізінен оның *өзіне қалай қарайтынын* көрсетеді және шынайылықта бозбалалардың көретіні де осы. Артық салмақ және денені айқындайтын киім қыздың өзіне сенімді емес екенін бірдей айтады. Сөйтіп жігіт өз таңдауын жасап, бойжеткенді «жай құрбы» қатарына немесе «ұстанымды құрбы» қатарына жазып қояды. Бозбала өз-өзін

сыйламайтын бойжеткенмен өз болашағын қалай байланыстыруға болатынын көзіне елестете алмайды.

Біз бұл сұраққа кейінірек ораламыз, ал қазір біз сенің (бейнелеп айтқанда) көзіңе тура қарап, нені айтпауды ұйғарғанымызды түсінетінің көз жеткізгіміз келеді.

Біз нені айтпайық дедік?

Бұл тарауда салмақ туралы және сырт келбеттің басқа да мәселелері туралы айтатын болғандықтан, осы тарауды жалпы жазу-жазбау туралы ұзақ пікірлестік. Әйелдердің барлығы-дерлік өз дене бітімдеріне разы емес, бұл бізді қатты қапаландыратындықтан, біз отқа май құйғымыз келмейді. БАҚ біздің басымызға ең кем дегенде «Фантастикалық төрттіктегі» денені айқындайтын киім киген Джессика Альбадай болуымыз керегін үздіксіз сіңіре береді. Біз егер Джессика Альба сияқты болмасақ, өзімізге жігіттер қарамай қояды деп қорқамыз (Бұл шындыққа мүлдем жанаспайды, біз оны кейінірек дәлелдейміз).

Бірақ осы тарауда өз денсаулығымызға қалай күтім жасау керек екенін сөз ететіндіктен, сенің бізді дұрыс түсінгеніңе көз жеткізгіміз келеді.

Бұл тарау салмақтың, тәндік дене бітімінің және сыртқы келбеттің *денсаулығымызға зиян келтірмей*, өзіміз шеше алатын *ғана* мәселелеріне арналады.

Тағы бір рет қайталап айтамыз: осы тарауда оқитын нәрселеріңнің барлығы — бозбалалардың түсіндірулерді, біздің барлық кеңестеріміз — сыртқы келбет пен тәндік дене бітіміне, денсаулыққа зиян келтірмей, қыздардың өздері істей алатын мәселелерге қатысты. Егер сен өзіңді ашықтырып, ішті өткізетін дәрі ішуге немесе денсаулыққа зиянды басқа да бір нәрселерді істеуге деген тілек пайда болса, сенің бізді мүлде түсінбегенің. Өзіңе қалай күтім жасау керек екені жөнінде сөйлесу үшін өзің сенім артатын парасатты, үлкен бір адамға жолығуыңа кеңес береміз.

Бұл тарау салмақтың, тәндік дене бітімінің және сыртқы келбеттің денсаулығымызға зиян келтірмей, өзіміз шеше алатын ғана мәселелеріне арналады.

Сәл кейінірек біз сырт келбетке қатысты мәселелердің дұрыс және қате шешімдері жөнін-

де айтатын боламыз. Мен (Лиза) сендерге өз дене бітімім жайлы қалыптасқан қате ұғым мен тамақ ішудегі тәртіптің бұзылғанынан қалай азап шеккенімді айтпақпын. Сондай-ақ сендер осы саладағы сарапшының пікірін де білетін боласындар. Бірақ алдымен ұлдарды тыңдап алайық.

ЖІГІТТЕР ҮШІН НЕ МАҢЫЗДЫ ЖӘНЕ НЕ МАҢЫЗДЫ ЕМЕС?

Ұлдармен сөйлескенде біз олар үшін ненің мәні бар, ал ненің маңызы жоқ екенін анықтадық. Біз бес айғақты көре алдық.

Ең басында айтарымыз, бізді ненің жігерлендіргені және аздап таңқалдырғаны. Көптеген қыздардың бозбалаларға сымбатында міні жоқ, сүйріктей «қуыршақтар» ғана ұнайды деп қалыптасқан пікірді жігіттердің өздері жоққа шығарды.

№ 1 АЙҒАҚ. Жігіттер белгілі бір типтегі қыздарды таңдамайды

Тұлға ретінде жан дүниесі бай, ал сырт келбеті аса келісті емес бойжеткендерге жігіттер ғашық болар ма еді? Әлде жігіттерді журналдардың

жылтыр мұқабаларындағы модельдерге ұқсаған сұлулар ғана қызықтыра ма?

Бұқаралық ақпарат құралдары белгілі бір типтегі қыздарды насихаттайды, объективті тұрғыдан қарағанда олар өте әдемі бойжеткендер. Бірақ БАҚ қолпаштайтын типтен басқа типтегі бойжеткендер бозбалаларға ұнар ма еді?

Мысалы:

- керікті, бірақ сәнқой емес «көршінің қызы»;
- сұлу емес, бірақ тамаша спортшы;
- ешқашан ешкіммен жауласпайтын сүйкімді қыз;
- аласа бойлы өзілкеш қыз.



Он жігіттің тоғызы өздеріне әр түрлі типтегі қыздардың ұнайтынын айтты. Тек қана журналдардағы дене бітімі мінсіз сұлулар қызықтырады деп айтқан жігіттер өте аз. Мұндай жігіттер мәсіхшілер арасында жоқ десе де болады. Сенуші жігіттердің 100%-ы дерлік мынаны растады: олар кәдімгі, шынайы әлемде өмір сүріп жатқан қарапайым қызбен кездескілері келетіндерін айтты.

Көшеде тоқтатып, біз сұрақ қойған жігіттер де дәл осыны айтты.

Біз бозбалалардан киножұлдыздарға еліктейтін қыздарға қызықпайтындарын қайта-қайта естідік. Біздің топтық сұхбаттарға қатысқан жігіттердің көпшілігі, шын мәнінде қыздардың киножұлдыздарға ұқсауды мақсат тұтатындарына қарсы екендерін білдірді. Бозбалалар бойжеткендердің өздеріне қаншалықты қатаң екендіктерін біледі және осы қатаңдықтың ешқандай қажеттігі жоқ екенін растайды.

Бізге бір бозбаланың сөзі ұнады: «Қыздар әйелдер журналдарының барлығын жауып, теледидарды өшіріп тастаулары керек. Оларда көрсетіп, жазатындардың барлығы шындық емес, нағыз жігіттердің қалайтыны мүлде бұлар емес».

Басқа бозбаланың айтқаны: «Жеке өз басыма өте арық қыздар бір түрлі жабырқаушылық әкеледі. Бұл табиғи емес. Сындырып жіберуге болатындай қызбен менің кездескім келмейді».

Осыған қатысты тағы бір бозбаланың айтқаны: «Осы істе қыздардың бізге неге сенбейтін-ін түсінбеймін. Жігіттерге бикинидегі алданыш керек емес. Бізге тұлғалық болмысы бар қыздар ұнайды».

Бозбалалар біз қатты уайымдайтын пішініміздің кемшіліктері мен жетіспейтін жақтарын тіпті байқамайтындарын жалықпай, қайталап айтумен болды. Бұл соншалықты маңызды нәрсе емес. Негізінде жігіттердің басым көпшілігі қайта-қайта мына нәрсені айтты: кәдімгі қарапайым қыздар өздерінің денесі мен сырт келбеттеріне қатысты нәрселердің барлығын сонша қабылдай бермегендері жақсы болар еді!

Жұрт айтып жүргендей, бозбалалар бойжеткендердің сымбатты денелерін ғана емес, басқа да көптеген нәрселерді ұнатады.

***Жан дүниесі бай,
ақылды қыз ұнамды***

Көптеген бозбалалар өздеріне шын мәнінде мағыналы әңгімелерді сөз ете алатын қыздар ұнайтынын мойындады. Және олардың көбі мұндай қыздарды «бастары істемейтін» сұлу қыздардан артық санайтындарын айтты. Осыған орай бір жігіттің айтқанына қараңдар: «Мінсіз сұлу, бірақ барынша ақымақ қыздар бар. Қыз өз келбетіне күтім жасап қана қоймай, ширақ, білімді және өзінің жеке пікірі де болуы керек. Ақылды адаммен әңгімелесу жанды рахатқа бөлейді».

«Көршінің қызы» сүйкімді

Бозбалалар, сондай-ақ, бірнеше рет «көршінің қызы» деп аталатын типке жатқызуға болатын бойжеткендермен кездескілері келетіндерін айтты. Бұл типтегі қыз сүйкімді, мейірімді және жаны да, тәні де бірдей сұлу.

- «Меніңше, қарапайым қыз тартымдырақ. Мұндай қыз шынайы және онымен араласу оңай. Мен мұны түсіндіре алмаймын, бірақ менің ұғымымдағы «көршінің қызы» — бұл қол жетпейтін ханым емес, мен сөйлесе алатын кәдімгі қыз».
- «Сұлуға қарап отырып, мен өзіме ол менімен баскетбол ойнар ма екен деген сұрақты қоймаймын. Ал «көршінің қызымен» бірге уақыт та қызықтырақ өткен болар еді».
- «Сыпайылық әсемдейді. Сыпайы қызда бір жұмбақ болады, ал бұл нәрсе өзіне тартады».
- «Мен сыпайы, мейірімді, балғын қызбен кездескім келеді».
- «Мен қарапайым, әзілді жақсы түсінетін, күліп жүретін және қарым-қатынаста жақсы, кәдімгі қыздарды ұнатамын».

Парасатты, Құдайдан қорқатын қыз ұнамды

Біздің топтық сұхбаттарымыз бен сауалнамаларымызға қатысқан көптеген бозбалалар парасатты, Құдайдан қорқатын қыздармен кездескілері келетіндерін айтты. Олардың айтқандарының бірнешеуін келтірейік:

- «Құдайға тұтастай берілушілік әсер етеді».
- «Мен өзім сияқты рухани жетілген және менің көздеген нәрселерімді бөлісетін қызбен кездесер едім».
- «Кейде мен қызға қарап ойланамын, өзім алда айналысатын бір істерді ол қалай істер еді... мысалы, ол өзін елшілік қызметке арнар ма еді немесе жетімдер үйіне бара ма? Егер мұны көзіме елестете алмасам, онымен кездескім келмей қалар еді».

Киелі Кітап осы бір құбылыстың себебін түсіндіреді — мәселенің барлығы «мейірімді де сабырлы жан дүниенің көркінде» (Петір 1-хаты 3:4 қара). Шын мәнінде бозбалаларды дәл осы рух — өзіне тартады.

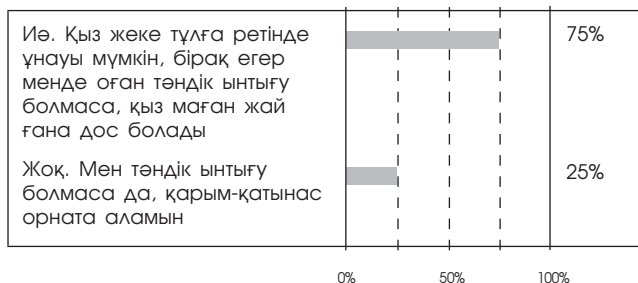
«Сыпайылық әсемдейді. Сыпайы қызда бір жұмбақ болады, ал бұл нәрсе өзіне тартады».

№ 2 АЙҒАҚ. Тәндік ынтығу романтикалық қарым-қатынас орнату үшін қажет

Енді біздің сөзіміз мынау туралы, біз сөйлескен жігіттердің бәрі қызбен танысқаннан кейін оны кездесуге шақыру үшін, бозбала оған деген тәндік ынтығуды сезіну керек екенін баса айтты. Мұның жігіт қызбен үйленгенге дейін қызбен жыныстық қарым-қатынасқа түсе ме, түспей ме, оған еш қатысы жоқ. Бозбаланың айтуынша, тәндік ынтығу ең *басты* мәнге ие *емес*, бірақ бұл жігіт қызды жай жақсы құрбы ретінде ғана емес, өз сүйіктісі ретінде көре алу үшін болуы керек.

Осыған қатысты бір бозбаланың айтқаны: «Біз жүрегін жаулап алуды қалауымыз үшін, бізге қыздың сырт келбеті ұнауы керек. Өзіне күтім жасамайтын қыз, бізге жеке тұлға ретінде ұнаса да, біз оған жақсы дос деп қана қараймыз. Сен егер жігітпен романтикалық қарым-қатынаста болғың келсе, келбетті де болуың керек».

Әрине, қызға сені ынтықтыратын немесе ынтықтырмайтын көптеген себептер бар. Бірақ тәндік ынтығу қызбен байыпты романтикалық қарым-қатынас орнату үшін бірінші орында ма?



Біздің көптеген оқырман қыздарымызды жауап берген бозбалалардың 25%-на романтикалық қарым-қатынас орнатуға тәндік ынтығудың басты рөл ойнамайтыны жігерлендіретін болар. Дегенмен, біз мынадай заңдылықты да байқадық, жігіт жасы ұлғайған сайын, тәндік ынтығудың маңызды екенін мойындайды. Сондықтан бозбалалардың көпшілігінің пікірін және олардың тәндік ынтығуға бірінші орын бергенін дәйекті түрде ескеріңдер.

«Жүрегін жаулап алуды қалауымыз үшін, бізге қыздың сырт келбеті ұнауы керек».

***Бозбалалар қыздардың салмағы
қалыпты мөлшерде болса дейді***

Қыздың сырт келбеті туралы бозбалалармен әңгімелескен кезде, ең көп айтылғаны салмақ туралы болды. Қыздың артық салмағы оның қаншалықты жақсы қыз екеніне қарамастан, жігіттерді өзінен қашырады. Жігіттердің ойынша, бұл қыздың өзі туралы аса жоғары пікірде емесін білдіреді. Бұл жайлы сөзді кейінірек қозғаймыз.

Бір бозбаланың мойындағаны: «Маған толық қызбен кездесу қиын болды. Бұлай деп айту орынсыз екенін білемін, бірақ — бұл шындық». Мұны естіген басқа жігіт былай деп қосты: «Қыздың сырт келбеті сау болуы керек».

Бір жасөспірім өз өмірінен мысал келтірді:

Біздің жастар тобында бір қыз бар. Көрікті деп айтуға болады, бірақ ол толық әрі қазіргі сән үлгісіндегі кеудешелер киеді де, іші ашық жүреді. Ол ішінің қатпарлары көрінбей тұратын ұзынырақ жейделер киіп жүрсе, әлдеқайда жақсырақ көрінер еді. Мен үнемі оның киіміне қараймын және бұл шынымен де сүйкімсіз көрінеді.

Дегенмен, біз осы ережелерде ауытқушылықтар болатынын да ескеруіміз керек. Жоғары

сыныптың бір оқушысы былай деді: «Бір нәрсені мойындауым керек — маған толық қыздар ұнайды. Әрине, шектен шыққан семіздік емес, ал егер олар толық әрі ажарлы болса, онда шақырыңыздар! Сол бір әдемі де толық қыздарға маған телефон соқсын деп айтыңыздар. Менің аты-жөнім — Майкл Кук... менің номерім...

Бозбалаларды қыздың ішкі әлемі ғана тарта алмайды. Неге?

Мына бір нәрсе туралы сөйлесейік. Қыз-келіншектер ерлердің қарым-қатынаста сырт келбетке үлкен орын беретіндерінен жалықты. Қыздар мұның бәрі маңызды емес деп ойлайды. «Аса құпия: әйелдерге ерлер туралы» кітабында әйелдердің сырт келбетіне арналған тарау бар. Осы кітап жарыққа шыққан соң, біз бір әйелден электронды поштамен хат алдық. Ол осы тарауды оқып шыққан соң көңілі қалғанын айтады. Әйел хатында өзінің салмағы мөлшерден әлдеқайда көп екенін және бұл туралы өзінің білетінін жазыпты да, былай деп қосыпты: «Өтінемін, менің сырт келбетіме емес, ішкі әлеміме қызығатын еркекті таба алуым үшін мінәжат етіңіздерші».

Бұл хат та біздің көңілімізді қалдырды, өйткені оны жазып отырған әйел бізді түсінбеген сыңайлы. Ол егер ер адам рухани жетілген болса, ол бес түрлі сезім мүшелеріне назар аудармайды, яғни көріп тұрған нәрселерін көңіліне алмайды деп текке алданып жүр. Біздің зерттеулеріміздің бірі көрсеткендей, бұл оқырманымыз өзін-өзі алдап жүр, шынайы өмірде оның арманы ешқашан да орындалмайды. Шындығына келгенде, Құдай ерлерді бір мезетте әйелдің ішкі де, сыртқы да сұлулығына қарайтын етіп жаратты.

|| *Құдай ерлерді бір мезетте әйелдің
ішкі де, сыртқы да сұлулығына
қарайтын етіп жаратты.*

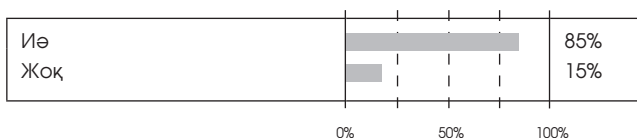
Егер қазіргі мәдениет сырт келбетке тым үлкен мән берер болса, қауым, сірә, қарама-қарсы бағытта тым алыс кетіп қалған сияқты. Мәсіхшілер арасында дене бітімнің келістілігі мен тәндік ынтығудың маңызды екені туралы тақырыпқа жазылмаған тыйым* қойылған. «Құдай бетке емес, жүрекке қарайды», — дейміз біз, ерлер де солай шығар деп үміттенеміз. «Жан-

дүниенің сұлулығы жасырын екенін» білетіндіктен, сырт келбеттің ешқандай маңызы жоқ деген қорытындыға біз оңай келеміз. Алайда сырт келбеттің өте үлкен маңызы бар. Егер біз шындыққа көз жұмып қарар болсақ, бозбала мұны біздің өзімізді бағаламайтынымыздың белгісі деп санайды. Ал бұл оларды бізден қашырады.

№ 3 Айғақ. Сенің талабың бәрін өзгертуге қабілетті

Жігіттерге әр түрлі типтегі қыздар ұнайтынындай, ол көрікті болу үшін күш салуға дайын қызға да ғашық болуы мүмкін. Нақты нені істеп жатқаның маңызды емес, жай ұқыпты киініп шаштарыңды жинап қоясың ба, әлде дұрыс тамақтанып, спортпен шұғылданасың ба, сенің талпынысың өзің жайлы пікірді толығымен өзгертіп жіберуге қабілетті.

Айталық, сен бір бойжеткенмен таныссың, жеке тұлға ретінде оны ұнатасың, бірақ сен оны көрікті деп санамайсың, өйткені қыз аздап толық және ол өз көркіне назар аудармайды. Егер осы қыз арықтау үшін күш салса, яғни, дұрыс тамақтануға және спортпен айналысуға тырысса, сен оны кездесуге шақыруың мүмкін бе?



Осыған қатысты ұлдардың айтқандары:

- «Егер қыз дене бітімін жақсарту үшін спортпен айналысып, неғұрлым келбеттірек бола түсу үшін косметиканы қолдана бастаса, мен оған басқаша қарайтын боламын, бәлкім, жай ғана дос ретінде қарамауым да мүмкін. Мұның нәтижесі болады».
- «Мен бір қызды білемін, егер ол келбетін түзеуге тырысса немесе құрбыларынан көмек сұраса, ол шынында да өте көрікті қызға айналар еді».
- «Мен жүтіруге өзімнің құрбыммен бірге шығамын, әрі мен — оны, ол — мені, ұдайы жігерлендіреміз. Біз екеуміз де бір-біріміз үшін жақсы бола түсуге тырысамыз, мұның үлкен мәні бар».
- «Әдемі болып көріну үшін күш салудың көп мәні бар, бірақ оның да жөнін білу керек. Маған оның екі сағат әдеміленген шашына қарағаннан гөрі, артық уақытымды өзімен өткі-

зу ұнайды. Бірақ мойындау керек, бұны мен үшін істегені маған ұнайды.

Сонымен, көздерімен сүйетін бұл жігіттер біздің өз сырт келбетімізге күш салғанымызды көрді және бағалады.

Бірақ жігіттер де кейбір қыздардың қорытынды шығарғандарын қалайды. Біз бозбалалардан әлденеше рет мынаны естідік: небір тамаша, көңілді, жақсы қыздар бар, бірақ, олардың ешқашан да жігіттері болмауы мүмкін.

|| *Бұл жігіттер біздің өз сырт келбетімізге күш салғанымызды көрді және бағалады.*

Біз осы кітапты оқып отырған қыздардың арасында артық салмақтан қиналып жүргендері бар шығар деп ойлаймыз. Мұндай кезде арықтаудың қандай әдістері мен тәсілдері пайдасынан гөрі зиянын көбірек тигізеді. Маған (Лизаға) дәл қазір өзімнің жеке басымдағы тәжірибемде болған күрес туралы айтатын уақыт келген сияқты, бұл менің өз денем жайлы бұрмаланған ұғымым мен тамақ ішудегі ретсіздікпен болған күрес еді.

Тепе-теңдікті ұстауға тырысу

Жоғары сыныпта оқып жүргенде, көптеген қыздар сияқты маған да өз дене бітімім ұнамайтын. Жоқ, менің денемнің пропорцияларында бәрі дұрыс болатын, бірақ мен барлық дос құрбыларымнан биік әрі ірі едім. Өзімнің кішкентай әрі нәзік құрбыларыма үнемі қызығатынмын.

Жағдайды мына нәрсе де шиеленістірді: менің бірнеше туысым ұдайы диета ұстаса да, артық салмақтан арыла алмай жүретін. Бұл менің үрейімді ұшырды, сондықтан мен осы бір қарғыс атқан «мұраны» қайтсем де жеңемін деп ант еттім. Бақытсыздыққа орай, таңдаған тәсілімнің кесірінен енді өмірімде қара жолаққа айналған кезең пайда болды, мен ұяттың, сыр ашпаудың, шарасыздықтың билігінде қалдым.

Құрбым маған өзінің егер калориялы нәрсе жегісі келсе, соның бір тілігін аузына салып, тез түкіріп тастайтынын айтты. Сөйтіп, «тыйым салынған» жемісті жеп те рахаттанады, денесі де сымбатын жоғалтпайды. Бұл маған тығырықтан шығудың тамаша жолы болып көрінді де, құрбымның ісін қайталай бастадым. Қоқыс ше-

лектен жартылай шайналған тамақтар көрініп жататын, әрине, мен оларды жасыруға тырысатынымын, мүмкіндік болса, дәретханаға түкіретінмін.

Жағдай университетке түскен соң одан бетер күрделіленді, ол жерде «сана, рух және дененің үйлесімділігі» насихатталатын еді. Кезінде тамақ ішудегі реттіліктің қалай тез бұзылатынын, мен түсіне алмадым. Ал университетте өмірдің барлық саласын уысында ұстайтын мәсіхші қыздардың «үлгісі» болуымыз керек екені анық болды. Студент қыздардың көбі қомағайлықтан азап шекті (булимия деп аталатын бұл ауру тамақ ішудегі ретсіздікті: мешкейлікпен тамақ жегеннен кейін асқазанды жасанды түрде, яғни, әдейілеп құсып тастау немесе іш өткізетін дәрі ішіп, тазалап тастауды білдіреді), өкінішке орай, мен де солардың қатарын толықтырдым. Ең қиыны мынау болды, біз өзіміздің қандай болып көрінетінімізге қарамастан, шарасыз болып және бұл туралы айтуға қорықтық.

Мен университетті бітіргеннен кейін ғана салмақ тастау үшін дұрыс пайдасын тигізетін көмек алдым. Мамандардың кеңесіне сүйе-

ніп, осы тақырыптағы кітаптарды оқып, Жаратушының рақымы мен көптеген мінәжаттардан кейін, мен осы булимияның азабы туралы мойындап, оны жеңіп шықтым. Қазір менің салмағым өз мөлшерінде және дұрыс тамақтанып, барлық ережелерді қатаң ұстанамын. Құрамында ақуызы көбірек, ал көміртегі азырақ тамақтардың арқасында қандағы қант деңгейі қалыпты мөлшерде, бұл мені қомағайлыққа ұрындырмайды. Әдетте мен құрамында көміртегі бар тамақтарды (бұлар тәтті тағамдар, десерт) белгілі бір мөлшерде ғана жеймін және бұл маған калорияны бақылап отыру үшін тиімді тәсіл. Сау әдеттерді қалыптастыру үшін маған сондай-ақ еркін таратылатын компьютерлік бағдарламалар да көмектесті. Сен де оны сайттан таба аласың.

*Сонымен арықтаудың қандай
әдіс-тәсілдері дұрыс әрі пайдалы,
ал қайсысы пайдасынан гөрі зиянын
көбірек тигізеді деп есептеледі?*

Дегенмен, естеріңде болсын — біз әр түрліміз. Мысалы, Шонти «The South Beach Diet» кітабын-

дағы кеңестер арқылы өзін арықтауға қол жеткіздім деп есептейді. Шонти өз тағам мөлшеріндегі барлық пайдалы элементтерді тепе-теңдікке келтірген соң, оған «пайдалы» көміртектер мен майларды кіргізіпті. Бастысы — мақсатты ұстану және оған ұдайы денсаулыққа пайдалы жолмен жылжу.

Жеке өз тәжірибемде көз жеткізгенім, мәселені шешудің булимияның кесірінен денсаулыққа зиян келтіріп, небір аурулардың себебі болып қана қоймай, ағзаның ішкі үрдісіне де қатты әсер етеді де, соның салдарынан арықтаудың өзі одан бетер қиындап кетеді.

Егер сен өзінде тамақ ішу тәртібінде бұзылу белгілері пайда болды деп есептесең, онда ұялма, өзінді мөлшердегі салмаққа жетуден *айырма!* Өзің сенім артатын психологпен немесе диетологпен сөйлесіп, оның көмегін ал.

Есінде болсын — Құдай саған көмектеседі. Сені жаратқан Құдай ғой, Ол саған тек жақсы болса екен дейді. Құдай сырт келбетіңе қатысты саған жаман әсер етіп жатқан барлық мазасыздық атаулыдан, сені азат еткісі келеді.

№ 4 АЙҒАҚ. Сенің сырт келбетің өзіңді қалай бағалайтыныңды көрсетеді

Бұрын айтқанымыздай, бозбалалар толық қыздарды көрікті дей қоймайды, өйткені артық салмақ қыздың өзіне дұрыс қарамайтынының белгісі. Бозбалалардың айтуынша, өздерін бағалайтын және сырт келбетіне күтім жасайтын қыздарды ұнатады. Және олардың пікірінше, бұл қыздың өзіне сенімді екенінің айғағы.

Ең алдымен қыздың өзіне деген сенімділігін ұнататынын бозбалалар әлденеше рет қайталады. Оның бет-бейнесі қалай көрінетіні аса маңызды емес. Яғни, оның бейнесі мүмкін киножұлдыздікіндей немесе топ-модельдей болуы, я болмаса бойы аласа, аздаған ебедейсіз болуы мүмкін. Иә, әрине, оның өзіне деген сенімділігі айқын болып тұрса, бозбала шынында да мұндай қызды көрікті деп санайды.

Өзіміз әңгімелескен көптеген жасөспірімдерден біздің тағы да, тағы да естігеніміз — бір ғана дерлік сөз болды: *«Егер қыз өзіне ұнаса, бізге де ұнайды»*.

||| *«Егер қыз өзіне ұнаса,
бізге де ұнайды»*

Осыған қатысты басқа бір бозбаланың не дегенін қараңдар:

- «Қыздың өзіне сенімді тұрғаны, өзінің нақты нені қалайтынын білгені тамаша»
- «Қыздардың көпшілігі өздерін мінсіз болу керек деп есептейді, бірақ бұл өзіне деген сенімсіздікті білдіреді. Жеке өз басым өзіне сенімді қызбен кездескім келеді».

Осы нәрсені тереңдетіп зерттейік те, сарапшының — доктор Линда Минтлдің пікірін тыңдайық. Ол психотерапевт, қыздар мен әйелдерге сырт келбеттеріне қатысты мәселелерді шешуге көмектеседі. Ол қалай арықтауға болатыны жөнінде («Lose It For Life») және өзіңмен қалай татуласу әрі өзіңнің дененді өз қалпында қалай қабылдау керектігі жөнінде көптеген кітаптар жазды. Біз Линдадан сырт келбетті жақсартуға қатысты кеңес пен бозбалалардың қыздардың сырт келбеті жөнінде не ойлайтындары туралы айтып беруін сұраған едік.

САРАПШЫДАН СҰРАЙМЫЗ:
доктор Линда Минтл,
психотерапевт және «Overweight Kids»
кітабының туындыгері

*Сенің салмағың,
сені жеке тұлға ретінде
сипаттамайды*

Салмақ пен сырт келбет шынымен жігіттің саған назар аудару немесе аудармауына себеп болады. Егер бойжеткеннің салмағы мөлшерден артып тұрса, қыз онда бозбаланың өзін ұстаған сыңайын ұғу үшін, өзіне мынадай сұрақ қойғаны жөн: «Егер мен өзімді сыйламайтын болсам, өзіме күтім жасамасам, не себепті әлдебір жігіт мені жақсырақ біле түсуге құмартуы керек?» Біздің сырт келбетіміз біздің жан дүниемізде не болып жатқанынан мәлімет береді. Артық салмақтан азап шеге жүріп, біз айналамыздағыларға былай дегендей боламыз: «Менің өзіме түкіргенім бар». Ал бұл адамдарды бізден қашырады.

Бірақ қызға былай деген ой келмесін: «Жігітке ұнау үшін арықтау керек». Бұл қауіпті жол. Сенің өзің жайлы пікірің та-

ныстарыңның пікіріне тәуелді бола бастайды, ал бұл қате! Сен басқаларға тәуелді болғанды және олардың қолдауын қаламайсың ғой?! Мұның орнына өзіңнің кім екеніңе және Құдайдың өзіңді қандай қалыпта көргісі келетініне зейініңді сал. Сенің денсаулығыңды жақсартуға талпынуың Киелі Рухтың мекеніне күтім жасауың әрі осы талпынысың айналадағыларға, олардың пікіріне еш қатыссыз өзіңді қалай сыйлайтыныңды көрсетуге деген тілекпен ұштасқаны жөн. Сонда сенің өзіңе деген сенімділігің жақсы әсер қалдыратын болады.

Зерттеулердің көрсетуі бойынша, әйелдердің көпшілігі айнаға қарап, тіпті мұны істеу керек емес болса да, арықтау керек деген ойға келеді. Сондықтан, егер сен 1–2 кг салмақтан арылу керек деп есептесең, өзің сенім артатын үлкен бір әйелмен сөйлес. Ол сені бөлек алып шығып, өз пікірін ашық айтатын адам болу керек. Сол себепті, егер сен қандай да бір өзгеріс жасағың келсе, алдымен мұның қажет

екеніне көз жеткізіп ал. Содан соң өзің сенетін адамның көмегіне сүйен, ол сені мақсатқа денсаулығыңа пайдалы тәсілмен қол жеткізуіңе көмектессін. Арықтаудың дұрыс тәсіліне әдетте ауыр тамақтарды жеу, тәттіні тым көп жеу және газ сусындарды көп ішу әдеттерінен арылу жатады. Егер көңіл-күйің нашар болса немесе ішің пысса, тамақ жеме. Күйзелумен күресудің басқа тәсілін ізде. Негізінде жасөспірім қыздар денені жаттықтыруды ұната бермейді, сондықтан үнемі қимыл-қозғалыста бол.

Арықтау — өте қиын мәселе, себебі бір жағынан көптеген қыздар қауіпті диета-лармен әуестенеді де, тамақ ішудегі ретсіздіктен азап шегіп, ауру үдей түссе, екінші жағынан, қазір жасөспірімдердің семіздігі рекордтық дәрежеге жетті. Сондықтан өз салмағыңды дұрыс бағалап, ақылды жоғалтпау өте маңызды. Егер өзің сенетін әйел саған арықтағаның жөн десе, бұған денсаулығыңды жақсарту деген тілек деп қара да, өзіңе күтім жасай баста. Мұны

өзіңе деген сыйластықпен істе. Мынаны түсін — егер өзінді бағалауың өссе, басқалардың көз алдында әлдеқайда көріктірек көрінесің.

Есінде болсын — сенің жеке болмысың сырт келбетіңмен шектелмейді. Өз құндылығың жөніндегі сезімдерің салмағыңа тәуелді болмауы керек! Сенің құның — сенің Құдайдың баласы екендігіңмен анықталады. Ал салмақ бұған ешқандай ықпал ете алмайды.

*Сенің құның — Құдайдың баласы
екендігіңмен анықталады.*

Жігіттер нағыз алтынды тапқысы келеді

Біз әңгімелескен көптеген бозбалалар ешкімге ұқсамайтын адал қызды табуды армандайтын-дарын айтты. Ол қыз қазір сонша әдемі болып көрінбеуі мүмкін, бірақ болашақта оның сұлу қызға айналарына негіз бар. Мынау осыған қатысты бозбалалардың айтқандары:

- Жасөспірім кезеңде көптеген қыздар онша әдемі көрінбейді, өйткені олардың ағзаларында күшті өзгерістер жүріп жатады ғой. Бірақ ақылды ұлдар сол қыздардың қайсысы «нағыз алтын» екенін көрсетіп бере алады, әрі олар сол қыздардың бүтінгі түріне назар аудармайды.
- Бізге «нағыз алтынды» табуға қабілеттіміз дегенді ойлау және сондай болашағы бар қызға ғашық болу ұнайды.

Бәлкім, дәл осы себепті болар, көптеген бозбалалар кейбір қыздардың көлгірліктері зәрелерін ұшыратынын айтты. Жігіттер көлгірсуді ұнатпайды. Олар тіпті тар немесе денені жалаңаштап тұратын киім киген сұлулар да көлгірсіп тұрады деп күдіктенетіндерін айтты. Бозбалаларға нағыз алтынның өзі болмаса да, болып көрінетін қыздар емес, шынайы, нағыз алтынның өзі — «нағыз» қыздар керек. Мынау осыған қатысты кейбір жігіттердің айтқандары:

- Әр нәрседе шек барын білмейтін қыздар маған ұнамайды. Өте көп косметика, жалған тырнақ, жалған кірпік, жалған қас — бұлардың бәрі назарды бұрғыш тәсілдер ғана. Ме-

ніңше, мұндай қыздар өзімшіл, әрі ешқандай икемге көнбейді.

- Егер жігіт өзіңе назар аударуы үшін зымияндыққа барсаң, мынаны біл — жігіт оныға татымайды. Егер сен өзіңнің кім екенінді ұмытып, басқа біреу болып көріңгің келсе, бұл дұрыс жол емес. Кейбір қыздар көрікті болуға тырысып, барлық уақыттарын соған жұмсайды да, жігіттердің жүрегімен ойнайды. Қыздар өз әсемдіктерін жігіттерді өздеріне қарату үшін пайдаланады, содан кейін оларды тастап кетеді.
- Маған беттерінде тонналаған косметикалары жоқ, табиғи өңді қыздар ұнайды.
- Егер тым көп боянсандар, бұл теріс ойлы жігіттерді әуестендіреді. Олар сендерді осы қалыптарыңда сүйетін адамдар емес.

*Бізге «нағыз алтынды» табуға
қабілеттіміз дегенді ойлау және
сондай болашағы бар қызға
ғашық болу ұнайды*

НЕДЕН БАСТАУ КЕРЕК?

Біз сен немкетті қарамайтын бозбаланың өзің үшін, яғни кәдімгі қыз үшін алаңдайтынын және

сенің жеке болмысыңды бағалайтынына көзің жетті деп үміттенеміз. Егер тіпті осы тарау кейбір нәрселерге көзіңді ашып, соны өзгертуді қалайтын болса, біз сені бұл салада аса берік болуға және өте бір нәзік тәсілдерге жүгінуіңе шақырамыз. Өзіңе — Құдай жаратқан өзіңнің ғажайып болмысыңа сыйластықпен қара. Өзіңнің сырт келбетіңді әрлеуге кірісер болсаң, біз саған көмек ретінде бірнеше кеңестер ұсынбақпыз, соларды назарыңда ұста.

Өзің сенетін адамның қолдауына сүйен

Сарапшы доктор Линда Минтлдің кеңесіне құлақ түр және өзің сенетін әйелдің көмегіне сүйен. Ол сенің сырт келбетіңді және дене салмағыңды тұтасымен шынайы бағалайтын адам болуы керек. Мүмкін, сенің өзіңнің ең жақын, адал, сенім артуға болатын құрбыңнан кеңес сұрарсың, бірақ ол құрбың саған шын көңілден жақсылық тілейтін адам болсын. Менің қызым Сара былай дейді: «Сырт келбетің туралы сенің киімің мен белбеуіңнің түсі үйлеспей тұрған кезде өзіңді күлкі қылған қыздардан сұрама, ол саған шын жүректен жақсылық тілейтін адам болу керек».

Біз өз сырт келбетің жөнінде ақыл сұрап әкеңе не өзіңнің дос жігітіңе барма дегенді баса айтамыз. Әкелер өз қыздарына оның сырт келбеті, салмағы жөнінде ештеңе айтпайды. Ал жігіттер егер қыз бұл тақырыпқа сөз қозғайтын болса, онда әңгімені доғарып тастауы мүмкін, өйткені бұл тақырыпты сөз етуге олар өздерін қолайсыз сезінеді. Олардың да өз құрбы қыздарының сезімдерін жарақаттағылары келмес еді. Бір жігіт айтқандай: «мұндай әңгімеден ешқандай жақсылық шықпайды».

Ұзақ уақыт бойы қолдана алатындай дұрыс жоспар жасап ал

Біз (Шонти мен Лиза) айтып өткендей, екеуміз де арықтаудың және салмақты бірқалыпты ұстап тұрудың аса қиын екенін өз тәжірибемізден білеміз. Бірақ сен егер өз денсаулығыңды күтімге алар болсаң, оған мақсатты түрде күш салып, дұрыс тамақтануың және салауатты өмір сүруің керек. Біздің көбімізге ұзақ уақытқа есептеле-
тін жоспар керек және бұл жаңадан келгендерді дайындауға арналған жоспар емес, әсері болу керек. Бір жақсысы, қазіргі күні сендер көмек ала

алатын қайнарлар жеткілікті. Біз олардың кейбіреулерін сайтқа шығардық.

**Өзіңді Құдайдың жақсы көретінін және
Оның саған көмектесетінін сезін!**

Бұл — ақиқат: егер өз денсаулығыңмен және физикалық пішініңмен айналысу қажет болса, Құдай шынымен сенің көздеген мақсатқа жетуіңе көмектесетінін түсінесің.

Құдайға шүкір, Ол бізді Барби қуыршаққа ұқсас етіп жаратқан жоқ, сондықтан өзіміздің жеке тұлғалық болмысымыз бен қайталанбас дене сымбатымызға — мықты аяғымызға, әдемі омырауымызға және басқа да барлық нәрселерімізге қуанайық та, өз артықшылықтарымызды пайдаланайық.

*Сондықтан өзіміздің жеке тұлғалық
болмысымыз бен қайталанбас
дене сымбатымызға қуанайық
та, өз артықшылықтарымызды
пайдаланайық.*

Адамдарға өзіңді сыйлайтыныңды көрсеткің келетін тілегіңді Тәңір жарылқайды. Есінде болсын, Құдай: «...денелерің Киелі Рух мекендейтін

үй...», – деді (Қор. 1-хат 6:17). Сондықтан егер Құдайдан көмек сұрап, жоспарды жүзеге асыруға табанды да ыждаһатты болсақ, біз Құдайдың саған «ғибадатханаңа» әрқашан күтіммен қарауыңа әрқашан шабыт береріне сенімдіміз.

Осы тарауды мінәжатпен оқып, оның мағынасын түсіндің және осы арқылы Құдайдың өзіңе тыныштығын ала алғаныңа сенеміз. Өйткені біздің Құдай — тыныштықтың Құдайы. Ол бізді кемелді емес екенімізге қарамастан шексіз сүйеді.

ДЕНЕНІҢ ТІЛІ

*Бозбалалардың
тәндік ынтығы —
сезімнің салдары*

*Жасөспірімдер тәннің қалауымен
үздіксіз күрес жүргізеді және осы күрес
оның эмоциялық ахуалына үлкен ықпал
етеді. Бозбалаға екеуіңді де қорғай алуы
үшін сенің көмегің керек.*

«*D* жинсы-тұмар» кітабы мен фильмінде өте жақсы төрт жан құрбылар жазғы демалысты бір-бірінен жырақта өткізеді, олар әрқайсысына қатты жарасатын сиқырлы джинсыны кезек киюге келіседі. Қыздар джинсыны жаз бойы бір-біріне поштамен жіберуге, әрі хаттарында бастан кешкен оқиғаларын жазуға келіседі.

Оқиғаның көпшілігі, әлбетте, бозбалалармен байланысты. Бойжеткендердің бірі дұрыс шешімдер жасайды, басқалары, жұмсартып айт-

қанда, онша емес. Бриджет сары шашты, он жеті жасар әдемі қыз, Мехикоға спорт лагерьге барады. Ол өзін қажет етпейтін жұмысбасты әкесінің қасынан аулақ кеткеніне қуанышты. Бриджет жан ауруын басу үшін сұлу тренер жігіттің ықыласы мен махаббатын жаулап алуды ұйғарады. Ол барлық бос уақытын жігітті өзіне қарату үшін жұмсайды.

Жас футбол жаттықтырушысы бір мезетте Бриджеттің өзін қолға түсірмек болған қылығына әрі елігеді, әрі мазасызданады. Ол қыз беруге уәде ететін ләззатты алғысы келеді, бұл оны еліктіреді, қарым-қатынастары тереңдеп кететіні туралы ойлағанда үрейленеді. Жігіт берілген кезде Бриджет қуанудың орнына жабырқауға түседі. Ол құрбыларына онымен төсектес болғаннан кейін өзін бақытсыз сезініп, жан дүниесі құлазып қалғанын жазады. Бриджеттің айтқаны: «Мен өзімнің мәселелерімді жыныстық қатынаспен шеше аламын деп ойлаған едім, бірақ бұл олай болмай шықты. Менің қатты көңілім қалды».

Телекөрермендер өздері пайымдай алса да, жас, әдемі жігітке оған ешқандай міндет артпайтын қысқа уақыттық ләззаттан керемет сезіне-

ді деп санағанымен, бұл іс жүзінде олай емес. Жаттықтырушы жабырқады әрі көңілі қалды, оның енді қателік жіберген тәжірибесі бар. Ол енді сонымен өмір сүретін болады. Оның да сұлу Бриджетпен жақындасуды ұйғарғанда күткені бұл емес еді.

ЖІГІТТІҢ ЭМОЦИОНАЛДЫҚ АХУАЛЫ

Бұл тарауда біз жыныстық қарым-қатынастан кейін бозбаланың жан дүниесінде не болатыны жайлы айтамыз. Бойжеткен әдетте бұл туралы ештеңе білмейді, әйткенмен, бозбаланың сезімдік ахуалы оның мінез-құлқына қатты әсер етеді, иә, соның салдары саған тиеді. Мынау осы тарауда біз айтатын нәрселердің қысқаша шолуы:

- Егер бойжеткен ары қарай жалғастыруға дайын болса, көптеген бозбалалар тоқтауға қабілетсізбіз және міндетті емеспіз деп санайды. Ал өз жауапкершіліктерін сезінетін бозбалалар мұндай шешімді жалғыз қабылдауға тиісті емеспіз дейді.
- Бозбалалардың ұғымындағы жыныстық қатынас қызға деген махаббатқа немесе оған деген ықыласқа тең нәрсе емес.

- Сен бозбаламен жыныстық қарым-қатынасқа түскеннен кейін, ол саған сенуге бола ма, болмай ма деп күдіктене бастайды.
- Бозбалалар шындығында пәк қыздарға үйленгілері келеді.

Енді осы пункттерді рет-ретімен қарастырайық:

№ 1 АЙҒАҚ. Егер бойжеткен ары қарай жалғастыруға дайын болса, көптеген бозбалалар тоқтауға қабілетсізбіз және міндетті емеспіз деп санайды.

Көптеген бозбалалар мойындағандай, жыныстық қарым-қатынасқа барғаннан кейін оны тоқтатуға қабілетті екендіктеріне, біріншіден, күмәнданады, екіншіден, оны істеуге міндеттіміз деп санамайды. Сауалнаманың нәтижелері де осы жағдайды растайды.

Дәл қазір сенің дос қызыңның болған, болмағанына қарамастан, егер мынадай жағдайға түссең, қарым-қатынасты қыз жалғастыруға дайын болса және оны тоқтатуға белгі бермесе, сен өзің тоқтай алар ма едің?



Күш жетпейді...

Сауалнаманың нәтижелері куәлік еткендей, бозбалалардың 82%-ы тоқтаудың қиындығын мойындады. Құшақтасу мен сүйісу қыздардан гөрі бозбалаларға көбірек әсер етіп, оларды жыныстық қатынаспен айналысуға қоздырады да, оны тоқтату жігіттерден үлкен күш салуын талап етеді.

Жоғары сыныптың бір оқушысы былай деді: «беттен сүю мен достық құшақты бейкүнә деп санаймын, бірақ мен қолыма қалай ерік берсем, солай тым тереңдеп кету қаупі туады. Әдетте мен өзімді ұстай аламын, егер қыз мені бұған итермелемесе. Ал егер ол келіссе...»

Басқа бозбаланың айтқаны: «Егер сіз дер кезінде тоқтағыңыз келсе — ең жақсысы, жігітпен бұл ойынды мүлде бастамаңыз».

Өзіне ие болу үшін бозбалаға үлкен күш салу қажет болғандықтан, тіпті ең жақсы жігіттердің өздері тоқтағысы *келмейтін* әр түрлі сылтаулар ойлап табады. Жоғары сыныптың бір оқушысы өз қылығын не деп түсіндіргеніне қараңдар: «Мәселе мынада ғой, егер мен тоқтасам, қыз маған ұнамай қалдым деп ойлайды».

|| *Егер сіз дер кезінде тоқтағыңыз келсе — ең жақсысы, жігітпен бұл ойынды мүлде бастамаңыз.*

Саналылық жетіспейді...

Қызбен кездескенде қарым-қатынастың тереңдеп кету қаупі бар болса, өздерін тоқтату тым қиынға түсетінін бозбалалар мойындап қана қоймай, осы «қауіпті ойынды» тоқтатуға өздерін жауаптымыз деп те санамайды. Көп жігіттер осылай ойлайды.

Сауалнаманың нәтижесі көрсеткендей, іс жүзінде әрбір үшінші жігіттің таңдаған жауабы мынау болды: «Менің неге тоқтағым келуі керек?»

Басқаша айтқанда, бозбалалар былай дейді: «Мен мұны тоқтатуды ойламаймын, мен емес, қыз тоқтауы керек». Біз сұхбат алған көптеген бозбалалар осы сөздерді қайталаумен болды. Егер өздерін қыз тоқтатпаса, олар басталып кеткен «жыныстық ойынды» ары қарай жалғастырмауға еш күмәндары жоғын айтты. Жоғары сыныптың бір оқушысы иығын көтеріп, шімірікпей-ақ былай деп мәлімдеді: «Біздің қашан тоқтайтынмыз тек қызға ғана байланысты». Ал мынау осыған қатысты басқа жігіттердің айтқандары:

- «Шекараны тек қыздар ғана белгілейді. Жігіттер үшін шекара жоқ. Біз тереңдеп кете береміз».
- «Сөз егер тәндік жақындасу туралы болса, бұл мені тоқтатқанша жалғаса береді».
- «Қыз маған тереңдеп кетуіміз мүмкін екенін айтар деп үнемі күтемін. Егер шаруаның бәрі маған тіреліп тұрса, мен жететін жерге дейін барамын».

Неғұрлым дәулетті отбасылардан шыққан бозбалалар мен діни көзқарасым жоқ деген бозбалалар арасында жеке сауалнама жүргіз-

генде, біздің анықтағанымыз мұндай нәрселерге өз жауапкершіліктерін мойындамайтындардың пайыздық көрсеткіші тіпті жоғары — 38%. Аптасына ең кем дегенде бір рет қауымға баратын сенуші бозбалалардың арасындағы сауалнаманың нәтижесі аздап көңіл жұбатарлық — 23%.

Жоғары сыныптың оқушысы былай дейді: «Жігіттерге өздері ұнатқан қыз арқылы өздеріне ие болу оңайырақ, өйткені мұндай жағдайда бұл нәрсе олардың өзара қарым-қатынасына тигізетін әсеріне жігіт өз жауапкершілігін сезінеді. Ал егер сенің басың бос, әрі бірде ана қызбен, бірде мына қызбен кездесіп жүрсең, онда саған бәрібір».

|| «Біздің қашан тоқтайтынымыз
тек қызға ғана байланысты».

***Бозбалалар болып жатқан нәрселерге
деген жауапкершіліктің өздерінің ғана
иықтарына түскенін қаламайды.***

Біз сөйлескен жауапты бозбалалар тоқтату туралы шешімді *жалғыз өздері* қабылдағылары келмейтіндерін айтты. Олар өздеріне бойжеткеннің көмектескенін қалайды және өздерін ғана күшті деп айтпау үшін де қыздардың көмегіне

тіпті *мұқтаж болды*. Құмарлыққа түспей, сергек тұрған кездерінде, бозбалалар бойжеткендерді неғұрлым сақтықта болуға *белсенді түрде шақырумен болды*. Осы пікірді сауалнамаға қатысқан көптеген бозбалалар қоштады.

Біз бозбалалардан мынаны: олар өздері бейжай қарамайтын қыздарға, соның ішінде қарындастарына, қандай ең басты кеңес бергілері келетіндерін жазуларын сұрадық. Берілген кеңестердің көбі қалай болғанда да, жыныстық қатынасқа болуы таңданарлық емес. Таңданарлығы бозбалалардың көпшілігі қыздарға «абай болуға», «сақ болуға», «сақтықта тұруға» кеңес бергендері. Зерттеу барысында жүріп отырған басты тақырыптардың бірі осы болды. Іс жүзінде әрбір бесінші бозбала бойжеткендерге кездесуге сақтықпен келуге кеңес берді.

Сауалнамаға қатысқан бір бозбала жігіттердің қауіпті жағдайда өздеріне ие бола алу қабілеттерін — кездесудегі болатын оқиғаларға деген олардың жауапкершіліктерін былай деп жазыпты:

Жігіттерге бір ғана нәрсе керек. Өз жігітіңнің қандай тип екенін анықтауға тырыс және өте

сақ бол. Жеке өз басым егер оны қаласам тоқтай аламын, бірақ сен өзіңе қамқор екеніңе көз жеткізіп алуға міндеттісің.

Құдайға сенетін жігіттер

Топтық сұхбаттар жүргізе бастаған кезде біз мынаны байқадық, аптасына ең кем дегенде бір рет қауымға баратын, өздерін сенушіміз деп атаған бозбалалар мен сенбеуші бозбалалардың кейбір жауапты сәттерге әр түрлі екендігі. Мәсіхшілер, байқауымызша, жыныстық қарым-қатынас төңірегінде өздерін неғұрлым жауапты екендерін сезінеді, не болмаса осы жыныстық қатынасқа түсудің салдары жөнінде жақсы хабардар болады. Төменде екі түрлі қауымдағы жастар тобынан екі бозбаланың түсіндірмелері берілген.

- «Жеке өз басыма сүйісу де қауіп төндіреді, өйткені мен тым тез аттағым келмейтін сызықты басып кетуге тәуекел етер едім. Бұл тайғақ жол. Егер мен сүйісуді бастасам, ары қарай оңай баруым мүмкін, сосын одан да ары, одан да ары... Сенің өзіңе ие бола алуың алғашқы қадам жасағанға дейін ғана».

- «Сен шекараны дөп белгілеуің керек. Құмарлық оты жанып тұрғанда, саған парасатты ой келмейді. Жеке өз басым қолыма ерік бермейтініме, бұл тақырыпқа қиялдар жасағалы жатпағаным көзімді жеткіземін. Қыз бен жігіт — тыйым салынған сызықтың қай жерден өтетінін білулері керек. Егер мұны алдын ала белгілесендер, сол сызықты кесіп кетпеуге мүмкіндігің көбірек болады, ал мұны істемеген болсаңдар, онда жағдайға деген бақылауды уыстан шығарып қойғансың. Ал оны жоғалту оп-оңай».

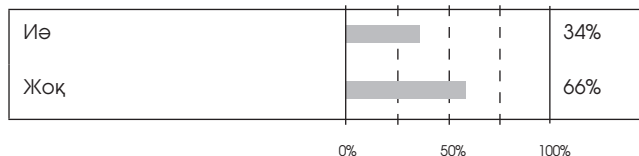
Бастысы — тыйым салынған сызықтың қай жерден өтетінін білулерің керек. Егер мұны алдын ала белгілесендер, сол сызықты кесіп өтпеуге мүмкіндігің көбірек болады.

№ 2 Айғақ. Егер жігіт сені жыныстық қатынасқа икемдеп тұрса, бұл оның сені сүйетінін және саған байланып қалғанын білдірмейді.

Сен бұл сөздерді ата-анаңнан, жастар тобының жетекшілерінен естіген де боларсың, бірақ енді

оны жігіттердің өздерінен есті. Жасөспірімдердің ұғымында жыныстық қатынастың қызға деген күйіп-жанған махаббатпен немесе қызбен байыпты қарым-қатынас жасауға деген тілекпен байланысы аз (болмаса мүлде жоқ).

Егер сен қызбен тәндік жақындыққа барғың келсе, бұл сенің оған үйленуге немесе оның алдында қандай да бір жауапкершілік алуға дайын екеніңді білдіре ме?



Бозбалалардың үштен екісі тәндік жақындықты қызға деген байыпты ықыласқа тең емесін мойындады.

Бұл жігіттерді осы тәсілмен өзіне жақындатып алуды көздейтін қыздарды таңдандыруы әрі сақтандыруы керек. Қыздың ойынша тәндік жақындық — бұл махаббаттың белгісі, ал жігіт бұған басқаша қарайды. Топтық сұхбаттарымыз бен сауалнамаларымызға қатысқан бозбалалардың айтқаны:

- «Егер қыз маған өзінің сүйетінін айтса, жылт етіп мынадай ой келер еді: «Шын ба?! Яғни дәл қазір біз бірге жатамыз ба? Тамаша!»
- «Қыздар жыныстық қатынастың көмегімен жігіттің махаббатын жаулап алуды ойлайды, жігіттер махаббаттың көмегімен жыныстық қатынасқа ие боламыз деп санайды».
- «Егер жігіт сені сүйемін десе, бұл шынымен де солай екен деп ойлаудың қажеті жоқ».

Сауалнамаға қатысқан бір бозбала қыздарды былай деп сақтандырды: «Абай болыңдар! Ғашық болу — бұл қалыпты нәрсе, бірақ бозбалалар әдетте махаббат туралы ойламайды, олардың ниеті мүлде басқа. Біздің әлемде алданып қалу өте оңай. Бүгінде көптеген жігіттермен жыныстық қарым-қатынаста болу мәселе емес, бірақ уақыт жетіп, отбасын құруға дайын екеніңді білгенінде, сен өкінетін боласың.

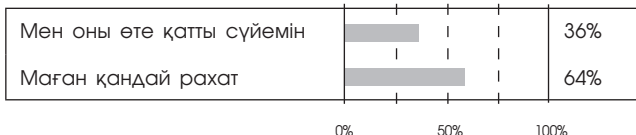
Басқа бір бозбаланың айтқаны: «Мен қарама-қарсы жыныстың өкілі ретінде қыздарға былай деп кеңес берер едім: еш уақытта жігітке сенбеңдер. Бұл қаншалықты жаман естілсе де, жасөспірімдік кезеңдегі ұлдар қыздардың сезімі жайлы бастарын ауырта қоймайды. Әрине, ере-

жеден тысқары нәрселер бар, сондықтан өміріңе кімді кіргізгелі жатқаныңды түсінуге тырыс, сөйтсе де ешқашан да сенің таңдаулың сол ережеден тысқары біреу екен деген ойға берілме». Тағы бір бозбала одан бетер қатты айтты: «Жігіт қызды төсекке тарту үшін небір сөздерді айтады. Сендер «мен сені сүйемін», «сен кереметсің» деген сөздерді естулерің мүмкін. Жігіттер бұл сөздерді оп-оңай айта салады. Бәлкім, олар шынында солай ойлайтын да болар, бірақ бұл өткінші нәрсе. Өйткені жігіттер өз қалауына жетуді ғана ойлайды».

*Жасөспірімдердің ұғымында
жыныстық қатынастың қызға деген
күйіп-жанған махаббатпен немесе
қызбен байыпты қарым-қатынас
жасауға деген тілекпен байланысы
аз (болмаса мүлде жоқ).*

Сауалнаманың нәтижесі көрсеткендей, жігіттердің үштен екісі мынаны мойындады: олар қыздармен шынайы қарым-қатынасқа ғашық болғандықтан емес, өткір тәндік сезімдерге ие болғылары келегендіктен барады.

Дәл қазір сенің құрбыңның бар-жоғына қатыссыз, мына сұраққа жауап берші: қалай ойлайсың, егер сені ұзақ уақыттық қарым-қатынас байланыстырмайтын қыз сенімен жыныстық қарым-қатынасқа түсуге дайын екенін білдірсе, не ойлар едің?



Қауымдағы жастар тобынан бір бозбала былай деді: «Қыздар былай ойлайды: «Ол мені сүйгендіктен аймалады ғой», ал іс жүзінде бұл жігіттің миына да кірген жоқ».

«Қыздар былай ойлайды: «Ол мені сүйгендіктен аймалады ғой», ал іс жүзінде бұл жігіттің миына да кірген жоқ».

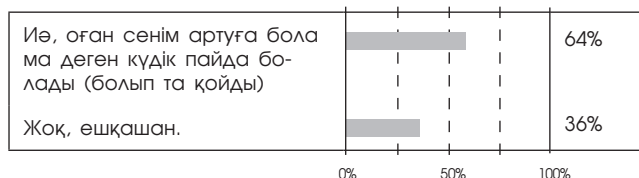
Біз әңгімелескен жігіттердің барлығының дерлік мойындағандары мынау: олар үшін жыныстық қатынастың махаббаттың сыртқы көрінісі болуға еш қатысы жоқ. Көптеген бозбалалар кездейсоқ танысқан кез келген қызбен оңай қылтың-сылтыңға баратындарын мойындады. Бір жігіт былай деді: «Жеке өз басым маған

қымбат қызбен құшақтасуды, сүйісуді жөн көремін. Бірақ қандай да бір кештен кейін бейтаныс қызбен қылтыңдасуға кет ары емеспін».

№ 3 Айғақ. Бозбаламен тәндік қатынасқа түсе салысымен ол саған күмәндана бастайды.

Сонымен, бұл жаңалық көптеген қыздарды таңдандыратын болар, ал бозбала үшін бұл жаңалық емес. Бозбалалардың көбі некеге дейінгі жыныстық қарым-қатынасқа түсуге ұмтылса да, олар қалаған нәрселеріне қол жеткізген сәттен бастап, қызға күмәндана бастайды. Ал мұндай күмәндану өз кезегінде қарым-қатынасты талқандайды.

Егер сен өзіңнің достасқан қызыңмен тәндік қатынасқа түсуге дайын болсаң, саған мынадай ой келу мүмкін бе: сенің осы қызды сүйетініңе қарамастан, оған сенім артуға бола ма?



Осыған қатысты бозбалалардың айтқандары:

- «Егер қыз берілер болса, онда мен оны бұрынғыдай енді сыйлай алмаймын. Маған ол бұрын жігіттермен өзін қалай ұстады екен деген ой келер еді».
- «Мен: қызбен жатып шыққаннан кейін бәрі бітетінін білемін. Менде ол екеуімізден ештеңе шықпайтын сияқты сезім пайда болады».
- «Егер қыз сені тәндік қатынасқа икемдесе, сен оның өміріндегі жалғыз жігіт емес екеніңді түсінесің».
- «Қызбен қатынасында тәндік жақындасу пайда болса, махаббат пен тәндік ынтығудың арасындағы сызық өшіп кетеді. Осы сәттен бастап, сен осы екеуінің қайсысы маңызды екені жөніндегі сұрақтарға тірелесің. Сен өзіңнен былай сұрай бересің: «Мен бұл қызды сүйемін бе? Әлде мен тек ләззат алғым келе ме?» Осы шатасу түбінде қарым-қатынасты бұзып тынады».

Сауалнамаға қатысқан бір сұңғыла бозбала жасөспірім қыздарды былай деп сақтандырды:

«Жігіттерге абай болыңдар! Олардың көбі бір сәттік ләззатты іздеп жүреді. Олардың алдап-арбауларына берілмеңдер. Жігіт сені тұлға ретінде ұната ма, әлде оған сенің тәнің керек пе, соны түсінуге тырысыңдар. Барлық жігіттер өздеріне ұнайтын қызбен некеге тұрғанға дейін оны сыйлағандықтан, онымен жақындасу туралы ойға да алмайтындарын мойындайды».

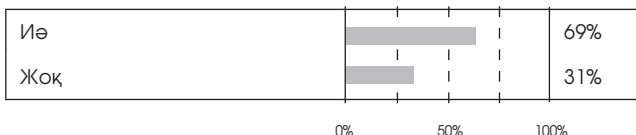
Сендер одан бетер сақтықта бола түсулерің үшін мынаны айтпақпыз: некеге дейінгі жақындасудан соң сыңарлар өздерін айыпты сезінетін болады және осы нәрсе мұндай жұптың болашағына күйе болып жабысады. Бір жас жігіт бізге былай деді:

Егер сен қызбен жыныстық қатынасқа түсуді ұйғарсаң, есіңде болсын, бұл сендердің өзара қарым-қатынастарыңды қиындатып жібереді немесе бұзып тынады. Сөйтіп, сендер бірге боламыз деген бастапқы себеп өзгеріп кетеді. Сені алғашқы кездері қатты толқытқан нәрселер енді жүрегінді селт еткізе алмайды. Сенің иығыңа қыздың басын сүйеп ұйықтап кеткен кезін есіңе алшы. Бұл өте күнәсыз сәт болатын. Барынша жақын тәндік байланыстар сені күнәлі сезіндіріп, алғашқыдағы ниетті сызып тастайды.

№ 4 Айғақ. Бозбалалар пәк қыздарға үйленгілері келеді

Сенсеңдер де, сенбесеңдер де, өте көптеген бозбалалар өз құрбыларын пәктікпен қош айттысуға көндірсе де, олар пәк қызға үйленгілері келеді.

Өзің жайлы мынаны айта аласың ба — егер мүмкін болса, сен пәк қызға үйленгің келер ме еді?



Көріп тұрғанымыздай, бозбалалардың көпшілігі ешкіммен тәндік қатынасқа түспеген қызға үйленгілері келеді. Мынау кейбір жігіттердің айтқаны:

- «Біз қыздың тәжірибесінің болмағанын қалаймыз, өйткені оның жігіттері қаншалықты көп болса, сенің көзіңде шөп салары да соншалықты жоғары».
- «Кез келген жігіт шыншыл болса, пәк қызға үйленгісі келерін растар еді».

Сөйтсе де бозбалалар екіжақтылы қалыпты үлгі барын да мойындайды:

- «Келіңіздер, шындықтың бетіне тура қарайық. Егер өзіміз көптеген қыздармен жыныстық қатынасқа түсіп, парасаттылықтан жұрдай боп жүрген болсақ, қалайша қыздан оның пәк болуын талап ете алар едік».
- «Біз қызды пәктігінен айырамыз да, тастап кетеміз. Ал өзіміз пәк қызға үйленуден үміттіміз».
- «Егер өзің жыныстық қатынастың сарапшысына» айналған болсаң, онда сен тәжірибесіз дос қызыңды сенің ізіңмен жүруге үйретесің. Олай болса, сенің пәк қызың қайда?»

|| «Кез келген жігіт шыншыл болса, пәк қызға үйленгісі келерін растар еді».

Пәк қызға сенуші жігіттер де, сенбеуші жігіттер де үйленгілері келеді

Бізге таңқаларлық болып көрінгені мынау — сенуші бозбалалар да, діни сенімдері жоқ бозбалалар да пәк қызға үйленгілері келетіндерін айтты — мұнда қауымға баратын бозбалалар-

дың саны көбірек болғаны шын. Он мәсіхшінің тоғызы — 89% — пәк қызға үйленгілері келеді. Өздерін агностик, атеист немесе діни сенімдері жоқ деген бозбалалардың да 59%-ы үшін болашақ әйелінің пәк болуы өте маңызды болып шықты. Төменде біздің сұхбаттарымыз бен сауалнамаларымызға қатысқан сенуші бозбалалардың айтқан сөздері келтірілді:

- «Тәндік жақындасуды үйленгенге дейін қоя тұрыңдар. Өмір тым қысқа, оны өкінішпен өткізуге болмайды».
- «Менің қалыңдығым өзін мен үшін сақтағанын сезіну жаныма жағар еді. Бұл дегенің керемет қой!»
- «Пәктікті неке түніне дейін сақтау одан бетер толқытады!»

Енді соңында біздің сауалнамаларымызға қатысқан бір бозбаланың барлық қыздарға айтқан тамаша кеңесін тыңдаңдар:

Ешқашан да құрбыларыңның немесе дос жігіттеріңнің сендерге айтатын сөздерін тыңдамаңдар. Үйленгенге дейін күтіңдер. Өзіңнің жарыңа бал

айында қандай сый тарту ететінің жайлы ойла. Сенің пәктігің — өз күйеуіңе өмірде бір-ақ рет тарту ете алатын сыйың. Оған ақылмен аялап қара және біздің барлығымызды жүгенсіз деп есептесе де, бұл күшті жыныс өкілінің беретін кеңесі.

Жүректің кіршіксіздігі

Көптеген бозбалалар өз қалыңдықтары пәк қыз болғанын қаласа да, олардың кейбіреулері соншалықты қатал болған жоқ.

- «Менің балғын қызға үйленгім келсе де, маған жүректің тазалығы маңыздырақ. Барлық адамдар қателік жібереді...»
- «Мен қыз үшін тіпті ол бір кезде қателік жіберген болса да, батыр болғым келеді. Мен өзімнің болашақ әйеліме дәл осылай қарар едім. Жеке өз басым қыздың кіршіксіз көңілі мен оның адамгершілігін жоғары бағалаймын. Бұл әлдеқайда маңызды. Оның үстіне, бәлкім, тәндік қатынасқа жігіттің қысымымен баруы және болған нәрседі оның кінәсы болмауы да мүмкін. Мен үшін осы сәттен бастап, ол өзінің арын сақтауға ұмтылуы көбірек маңызға ие».

Үйленгенге дейін күтіңдер. Өзіңнің жарыңа бал айында қандай сый тарту ететінің жайлы ойла. Сенің пәктігің — өз күйеуіңе өмірде бір-ақ рет тарту ете алатын сыйың. Оған ақылмен аялап қара.

ОСЫ ТАҚЫРЫП БҮГІНГІ КҮНІ НЕЛІКТЕН СОНШАМА ӨЗЕКТІ?

Біздің сауалнамаларымыз 15–20 жас аралығындағы бозбалалардың жартысының жыныстық қатынастық тәжірибесі болып қойғанын көрсетеді. Көптеген зерттеулер жыныстық қатынасқа түсіп жүрген жасөспірімдер санының азайғанын көрсетеді, бұл әрине, қуантады. Бірақ орташа көрсеткіш бойынша, жасөспірімдердің жартысы жыныстық қатынасқа түсіп үлгіреді. Бұл бәрібір көп. Ал жоғары сыныпта оқитын немесе одан да үлкенірек бойжеткендер мен бозбалалардың арасында ондай тәжірибесі барлардың пайыздық көрсеткіші әлдеқайда көп. Сонымен, бұл көрсеткіш неліктен сонша жоғары, тіпті некеге дейінгі жақындасудың салдарының қандай болатынын жігіттер де, қыздар да біледі ғой?

Бұның себептерінің біреуі айқын — жасөспірімдер нағыз гормональды дауылдарды бастан кешеді де, өте күшті тәндік ынтығумен айрықшаланады. Басқа себептер соншалықты айқын емес. Біз төменде оларды қысқаша талдамақпыз.

Бозбалалар бұл қадамға неге барады?

- **Оның айналасында азғыратын нәрселер тым көп.** Бозбалалардың «көзбен сүйетінін» енді білесіңдер, ал көз арбайтын бейнелер оларды қоздырып әсер етеді. Осыны ескеріңдер. Біздің мәдениетіміздің жағдайында бұл бозбалалар үздіксіз азғырылып отырады. Теледидар көріп отырғанда немесе сауда орталығында, болмаса мектептің ұзын дәлізінде жүрген кезінде, ол жыныстық қиялға берілу тілегіне шақырып тұратын нәрселерді көрумен болады. Егер жыныстық арбаулар бозбалаларды қадам сайын аңдып жүрсе, онда бұл арбаушыларға қарсы тұру аса күрделі екені таңданарлық емес.
- **Бозбалаға құрдастары қысым көрсетеді.** Біз бәріміз бозбалалардың өздері ғана жиналған жерде өздерінің ешқашан болмаған

ерліктерімен бөлісуді қалай жақсы көретінде-рін білеміз. Құрдастары тарапынан болатын мұндай қысым іс жүзінде жасөспірімдердің өз-өзімен күресінің себебіне айналады. Бізге бір бозбала былай деген еді: «Жігіттердің бір-бірін аямайтын кездері бар». Олар саған былай деуі мүмкін: «Немене? Сен әлі онымен жатқан жоқсың ба? Есің дұрыс па?» Сөйтіп сен өзіңді ақымақ сезіне бастайсың» (Осы кітаптың жұмысын аяқтап қалғанда, мынадай оқиға болды: 16 жасар Сараға таныс бір бозбала өзінің 17-ге толғанын, ал бірақ өзінің әлі күнге дейін жыныстық қатынаспен айналыспағанын айтады. Сосын өзі «еркек» болу үшін Сараны таңдап алғанын, оның «бақытты» екенін айтады. Махаббатқа қатысты ешқандай өтірік жоқ... жай... тек құрдас-тарының қысымынан құтылу тілегі ғана бар. Сара, біздің қуанышымызға орай, оған табанын жалтыратуға кеңес береді).

- **Бозбалаға қалай тәндік жақындасу туралы ой келсе (ал ол бұл туралы жиі ойлайды), гормондар сергек ой-санаға үстемдік етуі мүмкін.** Бозбалалар бізге құмарлық оты күшейгенде, өз тілектерінің же-

тегіне еріп кеткілері келетіндерін (тіпті мұны істеуге болмайтынын біле тұра) айтты. Сондықтан қыз оны тоқтатпаса, ол бұл ойынды жалғастыра береді.

Бойжеткен неге бұл қадамға барады?

Қыздарда да тәндік ынтығу бар, бірақ, әрине, жасөспірімдік кезеңдегі бозбаланикі сияқты күшті емес. Қыздар тәндік жақындыққа ләззат үшін ғана емес, бозбалаға жақын бола түсу үшін де жиі барады. Бойжеткендер үшін тәндік емес, сезімдік ләззат алу маңыздырақ. «Джинсы-тұмар» фильміндегі Бриджиттің жаттықтырушыны еліктірген себебі өзінің сүйіспеншілік пен түсінушілікке зәру болғандығынан еді, ал жаттықтырушыға сұлу қыздың өз соңынан жүтіргені, сондықтан оның қалауын беру ұнайды.

Қыздар тәндік жақындыққа ләззат үшін ғана емес, бозбалаға жақын бола түсу үшін жиі барады. Бойжеткендер үшін тәндік емес, сезімдік ләззат алу маңыздырақ.

Қыздар айрықша назар аударуға тиісті тағы да бірнеше сәттер бар. Джули Карберри — жасөс-

пірімдермен жұмыс істейтін психолог, біздің көзімізді мынадай нәрселерге ашты:

Мен мынаны білемін, қыздар өздеріне Құдайдың жазғаны жігіттерді құтқару деп санайды. Мысалы, ізгі ниетті мәсіхші қыз өзін әрқашан жақсы тыңдаушы, әлдебір «сиқырлы таяқша» болуға міндеттіміз деп сезінеді. Ал егер сөз бозбаламен қарым-қатынас туралы болса, қыз өзін оның тәндік «мұқтаждығын» да қанағаттандыруға тиіспін деп ойлауы мүмкін. Қыз эмоционалды шекараны аттаған кезде, негізінде, тәндік қатынастағы тыйым салынған сызықты да аттайды.

Мәселе, әрине, қыздың «тізе бүгуінің» салдары жаман болып бітетініне келіп тіреледі. Бозбала өз құрбысына сенім артуды доғарады және олардың екеуі де сақтағысы келетін тамаша қарым-қатынастары бұзылады.

БОЗБАЛА КЕРІ САЛДАРДАН ҚҰТЫЛУ ҮШІН, СЕНІҢ КӨМЕГІҢЕ МҰҚТАЖ

Біз сөйлескен бозбалалардың ішінде жақсы жігіттер өте көп болды және олар қыздармен қарым-қатынастарын бұзғылары келмейді. Олар некеге дейінгі жақындасудың кері салдарынан

аулақ болғылары келеді. Бірақ олардың өз сөздері бойынша, физиологиялық ерекшеліктерге байланысты, олар бейкүнә аймақтан шығып, сызықты аттап кетпеулері үшін, құрбыларының көмегіне мұқтаж.

Бозбалалар айтқан мына сөздерге назар аударындаршы, бұл некеге дейінгі жақындасудың сезімдік салдары туралы олардың *білетіндеріне* куәлік етеді.

- «Мен қызды еліктіріп тұрып, оның сезімімен ойнайтынымды білемін, бұл... өзімшілдік және бұл әрқашан жаман боп аяқталады».
- «Бозбалалар бойжеткенді мәңгіге құртатындарын біледі».

Сауалнамаға қатысушылардың бірі мынадай кеңес берді:

- «Некеге дейінгі тәндік жақындыққа қатынасқа бармандар. Аялданар да, салдары қалай боларына көз жіберіндер. «Некеге дейінгі жақындық еш жақсылық әкелмейді»

Бұл уақытта бізге көптеген бозбалалар жыныстық «ойынды» тоқтатуға өздері ғана жау-

апты екендеріне сенімділіктерін айтты. Мұндай жауапкершілік кейбіреулердің зәресін ұшырады. Бозбалалар өздеріне рұқсат етілген шекаралық аймақты бекітуге қыздардың көмектескенін қалайды, өйткені бұл екеуінің де шамалары жетпейтінін сезінген тұстарда өздерін қорғай алулары үшін қажет.

Сонымен бозбалаға көмектесу үшін сен не істей аласың? Бұл сұрақтың жауабы ретінде біз бірнеше тармақтарды айқындап қойдық.

Шектеулер қойыңдар

Іс жүзінде қыздармен қарым-қатынастарында «тереңдеп кетпеуге» өз жауапкершіліктерін білетін әрбір жігіт рұқсат етілетін шекаралық аймақты белгілеу қажеттілігін айтты. Олай болса, барлығына қыздар жауапты дейтін пікірдегі жігіттермен шекаралық аймақты белгілеудің қаншалықты маңызды екені туралы айтудың өзі артық. Ал неғұрлым ақылдырақ жігіттердің айтқаны, егер олар қыз қандай қарым-қатынасқа дайын екенін білмесе, онда өздерінің тереңдеп кетпеуге деген сақтық шешімдерінің күші әлсірейтіндігі.

Бір бозбала бізге мынаны айтты: «Егер қызбен алдын ала қаншалықты тереңге баратынымыз жөнінде келісіп алмасақ, мен өзімді әрқашан сенімсіз сезінемін. Әрине, бұл өте нәзік тақырып, бірақ сен жаңа қызбен қарым-қатынас орната бастағанда-ақ, рұқсат етілетін шекаралық аймақты белгілеп алуың керек».

Сауалнамалардың басқа бір қатысушысы қыздарға қарапайым кеңес берді: «Шектеулер қойғаныңа және оларды ұстанатыныңа көз жеткіз. Егер өзің бұған дайын болмасаң, жігітке оқиғаны асықтыруға және шекараны кесіп өтуіне жол берме. Жанға жағымды бір сәттік қылмыңдасуды махаббатқа тең екен деп ойлама. Бүгінде махаббат деген сөзді жиі қолданады. Бір романнан екіншісіне жүгірме. Кей кездері жалғыз болған әлдеқайда жақсы».

Сенуші бозбалалар елігуге берілмейді деп ойлама

Мәсіхші бозбалалар неғұрлым қатаңырақ ережелерді ұстанатынына қарамастан, олардың көбі өздерін бұл дүниедегі барлық жігіттер сияқты емес, әлдеқандай ерекше деп санайтындықтан, күйзеліске түсетіндерін айтты. Сенуші жігіттер

қыздардың барлық жігіттердің *бірдей* жаратылғанын түсінгендерін қалайды. Құдайға берілушілік – басқа барлық жігіттерді аңдитын азғырулар мәсіхшілерді аңдымайды дегенді білдірмейді. Сенуші бозбалалар көптеген мәсіхші қыздарда ізгі ниетті адам туралы қате ұғым қалыптасатынынан жиі беймазалық сезінеді. Яғни, қыздардың ойынша, мұндай адам тәндік қалауды сезінбейді және онда тәртіпсіз ойлар болмайды-мыс.

Сенуші бозбалалар көптеген мәсіхші қыздарда ізгі ниетті адам туралы қате ұғым қалыптасатынынан күмәнданады.

Біздің жақын танысымыз осы бір айғақтың көрнекті бейнесі бола алатын мына бір оқиғаны айтып берді. Оның танысының қызы қысқа шолақ шалбар киіп, спортзалға келеді де, жаттығуға кірісті. Бұл киімімен көрген шешесі оны бөлек алып шығып: «Бұл жаттығуларды жасауға абай бол, өйткені іш киімің көрініп қалуы мүмкін. Бұл жерде баскетболшылар жаттығып жатыр, олар сенен көздерін алар емес», — дейді. Қызы оған: «Анашым, уайымдама. Бұл мәсіх-

шілік мектеп қой, әрі бұл баскетболшылар — мәсіхшілер. Олар мұндай нәрселер туралы ойламайды».

Әйткенмен, мәсіхші бозбалалардың бізге айтқаны: «Ойлағанда қандай!»

Жүсіптен үлгі алыңдар

Бізді көптеген жағдайларда табанды болуға, сенімде нық тұруға шақырады. Бірақ сөз тәндік азғырылу жайлы болғанда, Киелі Кітап бізге: «Қашыңдар!» дейді. Құдай бізге мұндай азғырылумен күресудің қиын екенін біледі. Сондықтан ол тәндік елігудің барлық түрлерінен қашуды бұйырады, ал егер азғырылуға бәрібір тап болсаң, барынша тез, барынша аулақ қашуға бұйырады. Іс жүзінде Киелі Кітапта былай делінген: «Жыныстық азғындықтан қашыңдар...»

Жастармен жұмыс істейтін бір жетекші жыныстық азғындық туралы айтқанда, бозбалалар мен бойжеткендерге былай кеңес береді екен: «Жүсіп сияқты істендер!» Көне Өсиетте Жүсіп есімді әдемі жас жігіт жайлы тамаша әңгіме бар. Жүсіпті қожайынының әйелі еліктіреді. Әйел Жүсіптің соңынан қалмай андиды. Бұдан сендер

Жүсіптің қандай күшті азғырылумен күрескенін ұға аласыңдар! Бірде әйел оның киімінен ұстап та алады, бірақ Жүсіп киімін әйелдің қолына тастап, қаша жөнеледі. Жүсіп неге қашып кетті? Бұл әйел оны өзімен төсектес болуға күштеп әкеле алар ма еді? Жоқ... Жүсіп осы бір аса қауіпті жағдайдан *шұғыл* құтылуға міндетті екенін білетіндіктен қашып кетті!

Біз әңгімелескен көптеген бозбалалар өздеріндегі жағдайдың дәл осы екенін айтты. Олардың тәндік ойындары тереңдеген сайын, одан қашып құтылу да қиындай береді, егер азғырылулардың тұтқынына түскен болсаңдар, біз сендерді Жүсіп сияқты қашып кетуге шақырамыз. Екеуіңді де жан жарасынан қорғап қалуы үшін өзара қарым-қатынастарың мен Құдаймен байланыстарыңды сақтап қалу үшін, жігітіңе көмектес.

|| Сөз тәндік азғырылу жайлы
болғанда, *Киелі Кітап* бізге:
«Қашыңдар!» дейді.

Мұндай кезде толығымен немесе тұтасымен жігітке, ол тіпті соншама ізгі жан болса да, арқа

сүйеме. Естеріңде болсын, ол да азғырылумен күреседі. Оның орнына көмек сұрап, Құдайға бар, Ол саған бұл қауіптен қалай қашып құтылудың жолын көрсетеді. Өйткені Құдай бұған уәде берген еді ғой: «...еліктірілген кездеріңде... құтылып шығудың лайықты жолымен қамтамасыз етеді*» (Қор. 1-хат 10:13).

Мынадай қысқа ғана мінәжат *кез келген* азғырылумен күресте өте әсерлі болатынына көзіміз жетті: «Құдайым, мен _____ азғырылуға (нақты қандай екенін айтыңдар) жиі тап боламын, мен Сенен Өзің уәде еткен құтқарылу жолын көрсетші деп өтінемін. Сен маған көмек беруге уәде еткен едің, маған осы жолды көрсетші! Менің азғырылуға түскім келмейді!» Мұндай мінәжатты айтқанда, сен азғырылудың ауыртпалығын Құдайдың иығына артасың. Білесің бе? Ол сол ауыртпалықты көтеріп алады.

* Қазақша Киелі Кітапта аяттың толық нұсқасы былай: «...еліктірілген кездеріңде, соған шыдауға күш-қуат беріп, құтылып шығудың лайықты жолымен қамтамасыз етеді». — *Ред. ескертпесі.*

БОЗБАЛАЛАР СЕНДЕРДІҢ ЖОЛДАРЫҢДАҒЫ КЕДЕРГІ ЕМЕС, СЕНДЕР ҮШІН БАТЫР БОЛҒЫЛАРЫ КЕЛЕДІ

Біз әңгімелескен бозбалалардың барлығы құмарлықтың кесірінен салауатты ойлау қабілеттерінен айырылып қалмаса, шынымен де батыр болғылары келетіндерін айтты. Иә, бозбалалар қыздар кейін өкінішпен еске алатын оның жолындағы бөгет болғылары келмейді. Олар өздерінің романтик болғылары келетінін, бойжеткендердің өздерін сыйлағанын және олармен өзара шынайы достық қарым-қатынаста болғылары келетіндерін айтты. Көптеген бозбалалар сол бір дара қызды тауып, онымен Құдайға ұнамды қарым-қатынас құрғылары келетін тілектерін жасырмады. Сол күн келіп жеткенше, олардың қарама-қарсы жыныстың өкілдерімен қарым-қатынастары сол күнге деген дайындық екенін жігіттер біледі, сондықтан да олар дұрыс өмір сүргілері келеді.

Бозбалалар айтқан тамаша сөздерді қарашы:

- «Мен өз қызым үшін батыр болғым келеді».
- «Кездесудің нәтижесі ең соңында некелесу болып табылады. Бірақ тіпті жігіт үйленгеннен

кейін де азғырылу оның ізінен аңдып жүреді. Мен көзімді «сол» жаққа бұрмауға үйреткім келеді, өйткені бұл кейін менің сүйіктімнің жанын қатты жарақаттауы мүмкін. Мен қазіргі жас кезімде адалдыққа және сенімді болуға үйренудемін».

- «Менің қызым иығыма басын қойған кезі маған өте қатты ұнайды. Оның шаштары менің мойнымды қытықтағанын сезіну өте керемет. Қазір маған керекті осы ғана және біздің қарым-қатынасымыз осылай бейкүнә болып қала бергенін қалаймын».
- «Маған шектен шықпай, өз көңілімді сыпайылықпен білдіру ұнайды».

Біздің сауалнамамызға қатысқан бозбалалардың бірі қыздардың бәріне мына нәрсені жеткізуімізді өтінді:

Мен мынаны айтқым келеді, жыныстық қатынас барлық жігіттердің ойлайтын нәрсесі емес. Бұл таптаурын. Өте көптеген бозбалалар қыздармен байыпты қарым-қатынаста болуды қалайды, әрі олар осындай қарым-қатынасқа дайын. Сондықтан осылай болуы керек екен деп өздерінді ұсақ-түйекпен әурелемендер. Өздерің

күткен сол бір жалғыз дара жігітті кездестіретін боласындар.

Басқа бір бозбала былай деді: «Қазір не істеп жүргенің туралы ойла... Бұл сенімен мәңгіге қалады».

Біз өзіміз сұхбаттасқан көптеген бозбалалардың романтик, идеалист екендерін және олардың шынымен өз көңілдеріне жақын қыздар үшін мазасызданғандарын білгенде қатты қуандық. Соларға ұқсайтын, өзінді сыйлайтын, үйленуге дейін күтетін жігітті күт.

Ал егер сен қателікті жасап қойған болсаң, Құдайдан түзетуге мүмкіндік беруін сұра.

Егер сен қателікті осы уақытқа дейін жасап қойған болсаң, есінде ұста, Құдай саған бәрін түзетуге мүмкіндік береді. Құдайға өзіңнің өткен өміріңді айтып, барлық күнәдан тазартуын сұра, өйткені бұл сен өз махаббатыңның тарихын қағаздың таза бетінен бастап жаза алуың үшін қажет.

Біз сөйлескен бір бозбала осы жағдайға тап болған бойжеткендерге мына кеңесті берді: «Егер сен өзіңнің пәктігіңмен қоштасқан бол-

саң — есте ұста, сен қателігіңді басқа бозбаламен түзетуге талпына аласың. Сен бәрін жаңадан бастай аласың және екеуің бірге үйлену тойына дейін күте аласыңдар. Бұл осыған татиды!»

Қорытындылай келе...

Біздің барлығымыз тап болатын азғырылуларды жеңуге Құдайдың көмектесе алатынын түсіндіңдер. Өйткені Құдай жыныстық қатынасты жаратқанда тәндік құмарлықты, кінәлі болу, ұят пен сенімсіздікті сезіну үшін емес, дұрыс уақытында некеде болатын, қуаныш тудыратын сый ретінде әкелді. Есінде болсын, Тәңір әрқашан уақытты дәл есептейді, сенің кез келген жүрек қалауыңды орындайтын мезгілді таңдайды.

Егер сенің ата-анаң үйленгеннен кейін ғана тәндік қарым-қатынасқа түскендерін айтқан болса, онда, бәлкім, саған мына тәрізді ойлар келген шығар: *«Бүгінгі күні біздің қандай қысымға ұшырасатынымызды, олар білмейді»*. Несі бар, ата-ана ретінде біздің қыздарымыз білмеуге тиісті нәрселердің ұсақ-түйегіне назар аудармастан, саған айтарымыз мынау, сен қателесіп тұрсың. Біз саған қандай қысым жасалатынын білеміз, өйткені біздің де басымыздан өткен.

Бірақ мынаны түсіну бәрінен де жақсырақ, сендердің қандай уақытта өмір сүріп жатқандарыңды Құдай өте жақсы біледі. Бұл айғақ Оның назарынан сырт қалған жоқ! Ал Құдай кез келген азғырылудан шығаруға уәде етті ғой.

Сендер әрқашан Құдайға сенім арта аласыңдар. Сендер сезінетін қалауларды сендерге Құдай берген, ал оларды орындаудың тәсілінде Құдай әрқашан тауып береді.



СЕНІҢ ЖҮРЕГІҢЕ ЖОЛДАУ

*Бозбалалардың
шын мәнінде сендерге
айтқылары келген
нәрселері*

Біздің саяхатымыз да соңына жақындап келеді. Бірақ бозбалалардың жан дүниесі жайлы соңғы және ең маңызды ақиқатты айтпас бұрын, осы бір жолды өздеріңмен жүріп шыққан кезде, жүрегімізге келген сөздермен бөліскіміз келді.

Сендердің кейбіреулерің осы кітапты оқыған кезде, алған мәліметтерге күдік келтірулерің мүмкін. Бұл ашылымдар сендердің бозбалалар жайлы ойларыңа сай келмейтін де болар, дегенмен, егер бозбалалардың осы бір ауыр жолды таңдағандарын қаласандар, онда біз де өз таңдауымызды жасауымыз керек. Біз өзіміздің не бозбалалардың «қандай болуы керек» дейтін

идеалистік ұғымымызды ұстанатын боламыз, не алға қарай қадам басып, шындықтың бетіне тура қарайтын боламыз, яғни, оқып білетіндеріміздің біз үшін нені білдіретінін түсінетін боламыз.

Біздің шақыруымызға сен үн қатсаң екен дейміз және сен неғұрлым жауапкершілікті, өзіне сенімді, нәзік, ізгі ниетті жас әйелге (ал сені Құдай солай болуға белгіледі ғой) айналады деген үмітпен мінәжат етеміз. Сен қазір жаныңда жүрген бозбала үшін ғана емес, өз болашағың үшін де өзгеруің керек. Егер сен Құдайдың қолындағы икемді құрал болуға келіссең, Ол сені және сенің айналаңдағы адамдармен қарым-қатынасыңды жарылқайды. Ол сені қымбат тұтатындықтан осылай етеді.

Біз өзіміздің не бозбалалардың «қандай болуы керек» дейтін идеалистік ұғымымызды ұстанатын боламыз, не алға қарай қадам басып, шындықтың бетіне тура қарайтын боламыз, яғни оқып білгендеріміз біз үшін нені білдіретінін түсінетін боламыз.

Міне, енді біз саяхатымыздың соңғы нүктесіне келіп те қалдық. Енді біз бозбалалардың жан

дүниесі жайлы ақиқатты... біле аламыз. Сөз сауалнаманың нәтижелері жайлы болмақ, бұл біздің жанымызға жағып, бізді қуантқан нәрсе еді.

ЕҢ МАҢЫЗДЫ АШЫЛЫМ

Өздерің білетіндей, біз бозбалаларға таза қағаздар беріп, олардың соңғы сұраққа жауап берулерін сұраған едік.

Көзіңе былай елестетші, сені жап-жас қыздар (оның ішінде сенің қарындасың да бар) толы бір бөлмеге кіргізіп, оларға бозбалаларды қалай түсінуге болатыны жайлы кеңес беруінді сұрады. Сен шымылдықтың артында тұрсың, жүзің көрінбейді — барлығы да құпия түрде болып жатыр. Шын жүректен қандай кеңес берген болар едің?

Біз жүздеген жауаптар алдық, ал бозбалалардың бойжеткендерге жиі берген кеңестері мынау:

Осы қалпыңда қала бер, сен өзің жайлы өзің ойлағаннан әлдеқайда артықсың.

Біз қатты таңқалдық. Сауалнамаға еліміздің түкпір-түкпірінен әр түрлі бозбалалар қатысқандықтан, шынымызды айтсақ, жеңілтек, ойсыз

немесе парықсыз кеңестер береді-ау деп күттік. Иә, мұндай жауаптарды да алдық! Бірақ бозбалалардың көпшілігі қыздарға сыйластықпен қарап, олардың тамсануға лайық екендіктерін айтты. Жігіттер қыздарды басқа біреу болуға талпынбауға және істегілері келмейтін нәрселерді істеуді тоқтатуға шақырды. Өз сөздерін бозбалалар қорытындылай отырып, «Өздерің болып қала беріңдер» дегенді қайталаумен болды.

Біз бозбалалардан алған жауаптарымызбен бес бетті толтыра алар едік, бірақ біздің кітабымыздың көлемі шектеулі, сондықтан бозбалалардың сендерге берген кеңестерінің шағын бір бөлігін ғана келтіреміз. (Бұл кітапқа енгізілмеген жауаптарды www.foryoungwomenonly.com сайтынан таба аласыңдар.)

- «Өзіңді жоғалтпа және біреудің берген кеңесін емес, өзің дұрыс деп санайтын нәрселерді істе».
- «Өзіңді жоғалтпа».
- «Өздеріңді жоғалтпаңдар және біреуге еліктеуге тиіспін деп ойламаңдар».
- «Осы қалпыңда қала бер! Бізге ұнау үшін көлгірсімеңдер».

- «Өзіңмен өзің бол! Қоғам қалыптастырған «қораптарға» өзінді тықпа. Сен өз арманыңдағы «ханзаданды» кездестіргенде, оның өзінді осы қалпында сүйетінін түсінетін боласың».
- «Өзің боп қала беруден қорықпа. Егер сені осы қалпында ұнатпаса, онда ол сенің назар аударуыңа татымайды. Өз жігітіңмен ойна да күл, бірақ дос-жарандарыңды ұмытпа, өйткені жігіттер келеді де, кетеді, ал достарың сендермен мәңгі қалады».

*Бозбалалар өз сөздерін
қорытындылай отырып, «Өздерің
болып қала беріңдер» дегенді
қайталаумен болды.*

- «Жігіттерге мүмкіндік беріңдерші. Романтикалық қатынаста сендер сияқты біздің де тәжірибеміз жоқ. Және бізге әсер ету үшін ешқандай рөл ойнамаңдар. Егер жыныстық қатынасқа дайын болмасаңдар, бұл туралы бізге айтыңдар. Жігіттердің көбі бұған байыппен қарайды, ал егер олай болмаса, сен өзінді күштеуге ырық бермеуің керек».
- «Өздерінді сыйлаңдар».

- «Егер сендер өздеріңді сыйласаңдар, жігіттердің көпшілігі сендерді сыйлайтын болады».
- «Өздеріңе сенімді әрі табиғи болыңдар, сонда сендер бозбалаларға ұнайтын боласыңдар».
- «Өздеріңді жоғалтпаңдар».
- «Өздерің болып қала беріңдер, сонда бәрі жақсы болады».
- «Өзің бол! Жігіттер үшін өзгеруге міндетті емессің. Ал қыздар үшін жігіттерге өзгеру керек. Қыздар, біз сендердің бар екендеріңе қуанамыз».
- «Өз ар-ұжданыңа ешқашан қарсы келме».
- «Ешқашан берілме! Адамдар сен айналысып жатқан нәрселер ерлердің жұмысы екенін, сен қыз болғандықтан кей нәрселер қолыңнан келмейтінін айтуына жол бермеңдер».
- «Өзіңнің шын мәнінде кім екеніңді ешқашан ұмытпа және армандарың мен мақсаттарыңды тастама».
- «Айналаңда не болып жатқаны маңызды емес, өз қалпыңды жоғалтпа».

Біз сұхбат алған және соңғы сұраққа жауап беруді өтінген бозбалалар «осы қалпыңда қала бер» дегеннен басқа да құнды ақыл-кеңестер берді.

Өзіңнің шын мәнінде кім екеніңді сезін

Біздің топтық сұхбаттарымызға қатысқан көптеген сенуші бозбалалар бойжеткендерді өз қалыптарында қалуға ғана емес, өздерін Құдайдың баласы ретінде де қабылдауға шақырды. Егер бұл саған жаңа нәрсе болса, біз сенің мәсіхші танысыңмен, болмаса таныс жетекшімен барып сөйлесуіңе кеңес береміз. Ол саған Көктегі Әкенің бейнесіне ұқсас жаратылған Құдайдың баласы болу деген сөздің нені білдіретінін түсіндірсін. Осыған орай бір бозбала былай деді:

Өзіңнің шынайы болмысыңды сезін. Сен іс жүзінде өзіңнің кім екеніңді түсінерден бұрын, Мәсіхтің Кім екенін түсінуге тиіссің. Үздік бағалар, абыройлы университет, айналандағы адамдармен қарым-қатынас — егер сенің Құдаймен байланысың болмаса, бұлардың ешбіреуінің маңызы жоқ. Сенің армандарың еш уақытта тұтасымен шындыққа айналмайтын болады.

Басқа бір бозбаланың айтқаны: «Сені өзің ойлағаннан әлдеқайда жоғары бағалайды. Басқа адамдардың сені бағалауы үшін сенің ерекше бір

киім киюіңнің немесе басқа бір бейнеге енуіңнің ешбір қажеті жоқ. Құдай сені сүйіп жаратты, Ол сені ешкіммен айырбастамайды».

Өзіңе сенімді бол

Қыздардың өзіне сенімді болуы және әрқайсысы қайталанбас екендерін түсінгендері қаншалықты маңызды екендігі туралы да көп айтылды. Сауалнамаға қатысқан бір бозбала өзінің мынадай пайымдауларымен бөлісті:

Шынын айтқанда, мен қыздарға неғұрлым сенімдірек бола түсуге кеңес берер едім. Қыздар әлі күнге дейін ұзын бойлы арық керемет-модельдерді бағытқа алады да, егер оларға ұқсамаса, өздерін ұсқынсызбыз деп санайды. Қыз-келіншектер өмірдің барлық саласында өздеріне сенімді болулары керек, сөз олардың сырт келбеттеріне немесе қарама-қарсы жыныстың өкілімен қарым-қатынас жасау қабілеттеріне еш қатыссыз. Өзінің нені қалайтынын білетін бойжеткен қыз басқалардан әлдеқайда көріктірек көрінеді.

||| *«Сені өзің ойлағаннан әлдеқайда жоғары бағалайды. Құдай сені сүйіп жаратты, Ол сені ешкіммен айырбастамайды».*

Болашақ жайлы ойлаңдар

Көптеген бозбалалар бүгін де ізгі ниетті адам боп қалу аса қиын екенін мойындады. Қыздарға деген қысымның және соның ішінде олардың өзара бір біріне жасайтын қысымның қаншалықты жоғары екенін жігіттер білетіндерін айтты! Бірақ, біз айтып өткендей, сауалнама мен сұхбаттар барысында белгілі болғаны, бозбалалар қыздардың бұл қысымға көнбеулерін, қарсы тұруларын талап етті.

Біз бозбалалардан бойжеткендерге өздерінің жақсы достары ретінде кеңес берулерін сұраған кезде, бозбалалардың басым көпшілігі қыздардың қамын ойлайтындары белгілі болды. Және олар қыздардың еш нәрсеге өкінбейтіндеріне көз жеткізуді қалайды. Бір жасөспірім осы кітапты оқитын қыздардың барлығына болашақ туралы ойлауларын сұрады.

Мен өзімнің жетекшім Энди Стэнли берген кеңес туралы ойға жиі берілемін. Ол бізді қаумалап тұратын азғырылуларға қалай қарсы тұру кергін айтқан еді. Тағдырынды белгілейтін шешуші сәтте бұл оқиғаның немен аяқталарын, оның салдары көптеген жылдардан кейін қандай белгі

берерін ойла. Бұл оқиғаны қалай айтып беретінің және сенің осы оқиғада кім болғың келетіні: батыр ма әлде жолы болмағыш біреу болу ма, сол туралы ойлан.

Басқа бозбалалар да осыған ұқсас нәрселер айтты:

- «Өмір сүруден қорықпа. Бір орнында тұра берме, өзің әлі пайдаланбаған мүмкіндіктерге көз жібер. Жүрек қалауыңмен өмір сүр. Не істеуді қалайтыныңды сен білесің... Соны істе».
- «Басқа біреу үшін өз дарыныңды жерге көмбе. Ең алдымен сен өзіңе сенімді болуың керек».
- «Сөз осы шақ туралы болып жатқан жоқ. Мектепте сендер болашақ өмір үшін оқып, білім аласыңдар. Көптеген қыздар өмірлік шешімдерін уақытша... нәрселердің ықпалымен (мысалы, мектеп бітірген соң ешқашан кездеспейтін досы үшін) қабылдайды. Қыздар сүйісуге болмайтын жігіттермен сүйісіп жатады, өйткені, олардың ойынша, бұл – «керемет». Мұндай алысты көре алмайтын зағиптықтан арылыңдар және болашақ жайлы ойланьңдар».

- «Жігіттер келеді де, кетеді. Бүгін бар, ал ертең, бәлкім, естеріңе де алмайтын біреу үшін маңызды нәрселерді құрбан етпеңдер».

БОЛАШАҚ АЛЫС ЕМЕС

Біз бозбалалардың жан дүниесі жайлы жаңа білім алғаннан кейін бұның өзің үшін нені білдіретіні туралы ойланарсың деп үміттенеміз. Кітаптың ең басында біз саған бірнеше қызықты айғақтарды келтіріп қана қойғымыз келмейтінін айтқан едік. Сондай-ақ сені есеюге, өзің қажет деп санайтын өмірдің салаларында өзгеруге көзінді жеткізгіміз келген еді. Болашақта, соның ішінде сен күйеуге шыққан кезде де, саған қарама-қарсы жыныстың өкілдерімен дұрыс қарым-қатынас құру туралы білім өте қажет болады.

Осыны мойындаған сауалнамаға қатысушы бір жігіт қыздарға былай деп кеңес берді:

Жігіттермен адал болыңдар және оларға өз сезімдерің жайлы айтыңдар. Оларға сенімді болыңдар және оларға тұтынушы ретінде қарамаңдар. Оларға мейірімді болыңдар және оларды өздеріңе күдіктенуге мәжбүрлемендер.

Болашақта, соның ішінде сен күйеуге шыққан кезде де, саған қарама-қарсы жыныстың өкілдерімен дұрыс қарым-қатынас құру туралы білім өте қажет болады.

Қорытындылай келе, біз жиырма екі жастағы жігіттен қыздарды жігерлендіруін сұрадық. Жігіт осы жасында колледжді аяқтаған әрі үйленген. Одан өздерінің есеймеген әрі алыстағыны көре алмайтын таныс жігіттерінен көңілдері қалған қыздарды жігерлендіруін сұрадық. Мынау өздеріне сенімді, ізгі ниетті және өз махаббаттарын тапқылары келетін барлық бойжеткендерге осы жігіттің айтқан сөзі:

Мектепте жүргенде жас адамдардың — бозбалалар мен бойжеткендердің көпшілігі сүюдің не нәрсе екендігі туралы білмейді. Сүю дегеніміз — бұл түн ортасында уланып қалған әйеліңмен бірге орныңнан тұру деген сөз. Оның жүрегі айныған кезде жанында шелек ұстап тұруды білдіреді. Мектепте барлығы да эмоцияның, сенің бейресми мәртебеңнің төңірегінде шыр айналады. Сөз тек мынау туралы ғана, яғни, ана сұлу қыз немесе сұлу жігіт маған қарады ғой дегеннің төңірегінде болады. Өрімдей жас күнімізде біз махаббаттың не

екенін түсінуге қабілетсізбіз, ал махаббат... — бұл құрбандық. Шын махаббат, бұл өзіндегі өзімшілдікті көре алуға және одан арылуға жетелейді. Міне, бақыт осы жерден басталады. Және бұған сеніндер, бұл күтуге тұрарлық.

Осы кітапты оқып отырған және өз-өздеріңмен жұмыс істеп жатқан осы уақытта Құдай сендермен бірге жұмыс істеп жатқанын түсініңдер. Ол сендерге ғана емес, сендерге таныс бозбалаларға да көмектеседі. Құдай сол бозбалаларды өз бастарын ғана ойламайтын, құрбандыққа бара алатын, Мәсіхке ұқсас жас азаматтарға, әйтеуір, бір күні тамаша күйеуге айналдыра алады.

Біз сенің осындай бозбалаларды кездестіретінің сенеміз, өйткені бұл шынында да күтуге татиды.

ЕСКЕРТПЕЛЕР

Біз бозбалалардың арасында сауалнама жүргізуге, олармен топтық сұхбаттар, көптеген әңгімелер, сонымен қатар, олардан көшелерде сұхбат алып олар айтқан мағлұматтарды қағазға жазып алуды, ұйымдастыру үшін жылдан астам уақыт жұмсадық. Арт жағымызға қарайлағанда, біз осы кітаптың жарыққа шығуы үшін орасан көп адамның еңбек еткеніне қайран қалдық. Осы кітаптың жазылып бітуіне қатысқан адамдардың барлығына алғыс айтып шығу мүмкін емес.

Осы кітапта біз бірнеше фильмдер мен сериалдардан мысалдар келтірдік (алфавит бойынша):

- «*Агент Коды Бэнкс*», режиссері Харольд Цварт (MGM, 2003). Рөлдерде: Фрэнки Муниц, Хилари Дафф, Энджи Хэрман және Кит Дэвид.
- «*Джинсы-тұмар*», режиссері Кен Квопис (Warner Bros., 2005). Рөлдерде: Амбер Тэмблин, Алексис Бледел, Америка Феррера, Блейк Лайвли, Дженна Бойд.
- «*Жүгенсіз қыздар*», режиссері Марк Уотерс (Paramount, 2004). Рөлдерде: Линдсей Лохан, Рейчел Макадамс, Тина Фей, Тим Медоус.

- «Жұлдызды жол: келер ұрпақ», Джин Роденберри түсірген телесериал (Paramount, 1987–1994), № 260 эпизод, «Attached».
- «Махаббат — зұлым», режиссерлері Бобби Фаррелли және Питер Фаррелли (20th Century Fjx, 2001). Рөлдерде: Гвинет Пэлтроу, Джек Блэк, Джейсон Александр, Джо Витерелли.
- «Сайнфельд», телесериал (Castle Rock Entertainment/NBC, 1990–1998). Рөлдерде: Джерри Сайнфельд, Джулия Луи-Дрейфус, Майкл Ричардс, Джейсон Александр.
- «Сүюге асық», режиссері Адам Шэнкман (Warner Bros., 2002). Рөлдерде: Шейн Уэст және Мэнди Мур.
- «Керемет жанұя», режиссері Брэд Берд (Pixar, 2004)
- «Өрмекші-адам 2», режиссер Сэм Рэйми (Columbia Pictures, 2004). Рөлдерде: Тоби Магуайр және Кирстен Данст.

Кейбір мамандар бізге баға жетпес көмектер берді, солардың арқасында біз өз ашылымдарымызды жасай алдық және осында талқыланған тақырыптарды өрбіте алдық. Олардың пікірлері «Сарапшыдан сұрайық» атты бөлімде және тараулар мәтінінде тікелей келтірілді.

- 2-тарау: доктор Эмерсон Эгтерихс, «Махаббат және сыйластық» атты миссияның негізін құрушы және «Махаббат және сыйластық» атты кітаптың авторы (Integrity, 2004).

- 4-тарау: Клейтон Кулл және Шерил Кулл, ата-аналар, консультанттар, қол қойылған қызметкерлер, Атланта, Джорджия.
- 5-тарау: Вики Кортни, VirtuousReality.com. сайтының негізін құрушы.
- 5-тарау: Дэниел Вайс, БАҚ-тың аналитигі, сексолог, «Фокуста — отбасы» бағдарламасына қатысушы.
- 6-тарау: доктор Линда Минтл, психотерапевт, «Overweight Kids» кітабының авторы, (Integrity, 2005), www.drlindahelps.com.
- 7-тарау: Джулия Карбери, ғылым кандидаты, отбасы, неке балалар дамуы сұрақтары бойынша кеңесші, сондай-ақ университетте штаттан тыс оқытушы.

АЛҒЫС АЙТАМЫЗ

Кітап жазу барысында ұзақ уақыт бойы біздер үшін көптеген адамдар мінәжат етумен болды. Біз осы адамдарға шексіз алғыс айтамыз, солардың ішінде мынадай сиынушы жауынгерлер болған:

Марта және Барри Абрамс, Курт Альме, Дайана Бейкер, Элизабет Байнхокер, Джули Блау, Дейвид және Линда Борис, Майкл және Дион Браун, Энн Брауни, Кэти Кэрнахан, Марк және Криста Кроуфорд, Джерри және Кейси Крит, Линда Крус, Элисон Даррелл, Майк Дигл, Занес Дункан, Бетти Данкум, Кэлвин Эдвардс, Крейг және Линн Элам, Молли-Энни Эллиот, Джули Фидлер, Дерби Фергюсон, Сьюзан Флек, Ларисса Фонтено, Нэнси Френч, Лайза және Рон Фрай, Нэтт және Мередит Гэнт, Кейт Гейтс, Дэн Глэйз, Майкл және Дебра Голдстоун, Дженнифер Грейвс, Лора Гриндли, Дин және Джен Харбри, Джуди Хитсон, Джон және Моника Джойнер, Одри Ламберт, Кристен Ламберт, Мэри Лодермил, Шарль және Эльза Лиденберг, Джен және Джон Маклаури, Карен Макадамс, Джарт Монтавон, Лайза және Джон Нэйгл, Брюс және Сью Остеринк, Дарлен Пеннер, Элизабет Ноллер, Линда және Джек Престон, Дик және Джуди Рейдингер, Мельба Райс, Аннабелла Робертсон, Фил және Сьюзан Роденберг,

Энди және Джинни Сандеки, Роджер Скарлетт, Алберт және Уэнди Шешуа, Джим және Крис Шарп, Дженни Ши, Барри және Джанет Смит, Д. Дж. Снелл, Джоанн Терби, Лон және Кэтрин Уэйтман, және Эд пен Дуэлс Уоррен. Сондай-ақ оқырмандардың мінәжат тобындағы көптеген адал мүшелеріне үлкен алғысымызды айтамыз. Олар да үздіксіз сиынумен болды.

Біз үшінші рет «Analytic Focus» (www.analyticfocus.com) тобындағы Чак Коуэнге ыстық ықыласымызды білдіреміз. Ол бізге сауалнама ұйымдастыруға көмектесті. Кейінірек бұл сауалнама Джорджиа штатындағы Атлантадан, «Marketing Workshop» (www.mwshop.com) компаниясынан Джим Нилемстің командасы кереметтей өткізді. Әлем істің соңына нүкте қоя білетін және әр нәрсені қаз қалпында көрсете алатын Джим Нилемстей адамға мұқтаж.

Біз өзіміз әңгімелескен жігіттердің есімдерін жарияламауға уәде берген едік, бірақ біз Атлантада топтық сұхбаттар ұйымдастырған бірнеше бозбалаға алғыс айтқымыз келеді. Біз олардың тек аттарын ғана атаймыз. Бұл бозбалалар бізді құнды мағлұматтармен жабдықтап қана қоймай, біздің көптеген сұрақтарымызға қайта-қайта жауап берумен болды. Сонымен бұл бозбалалар: Адам, Эндрю, Брайан, Чарли Чип, Крис, Дэн, Дэйвид, Дэвин, Эрик, Фрэнк, Грег, Джеймс, Джеред, Джон, Джонатан, басқа Джонатан, Джозеф, Кент, Кристофер, Ларри, Мэтт, Нэт, Натан, Робби, Росс, Стивен, Йотам және Закарайя. Біз Марша Андерсон-Бомарға ерекше алғысымызды білдіреміз, ол бізге Смарт-стриттегі кеңселерінің бірін бірнеше топтық сұхбаттар өткізуіміз үшін пайдалануға кеңпейілділікпен қолдануға рұқсат етті.

Біз бұл кітапты Шонтидің командасының жеке және кәсіби жәрдемінсіз жаза алмаған болар едік, соның ішінде Ванс Ханифен, Джинни Сандеки, Мэйлин Уилсон және ерекше Шонтидің оң қолы болған — Линда Крус. Әлеуметті жақтастарды іздеуде баға жетпес көмек көрсеткен Занес Дунканға көп рахмет. Сондай-ақ әр жолғыдай, біздің әдеби агентіміз Кэлвин Эдвардсқа, оның қолдауы мен істі терең білетіндігіне біз өз ыстық ілтипатымызды білдіргіміз келеді.

Біз өзіміздің шаршамайтын әрі талантты редакторларымыз Лиза Боуден мен Дэйвид Коппқа алғысымыз шексіз. Олар біздің қолжазбамызбен демалыс күндеріне және ауырғандарына қарамастан, түнгі он бірден кейін де жұмыс істеді. Олардың қолы тигеннен кейін қолжазба ғажайып нәрсеге айналды. Тағы да біз Данайа Йанкоскиге, оның ғажайып редакторлық көрегендігіне ілтипат білдіреміз. Дон Якобсон мен «Multnomah» баспасындағы бүкіл командаға, олардың шеберліктері мен, әсіресе, өздеріне өте көп назар аударуды талап ететін біз сияқты авторлармен жұмыс істеген кездеріндегі ілтипаттары үшін көп рахмет айтамыз.

Біз өз ата-аналарымызға — Ричард пен Джуди Рейдингерге және Глен мен Ли Налтквиске ыстық ықыласымызды білдіреміз. Олар бізге кітабымызда оларға ерекше орын берген аса көп позитивтік құрылымдар жасап берді. Біз сіздердің ықпалдарыңыз бен берген жігерлеріңіз үшін ілтипат білдіреміз. Тағы да Сара мен Ханна Райсқа жеке рахмет айтамыз, олардың бұл кітапқа сіңірген еңбектері, әсіресе біздің шын мәніндегі қалпымыздан... «асып түсуіміз» үшін берген көмектерін ескерсек, ерен болды. Біз,

сондай-ақ, Брэндон Райсқа және Фельданның балаларына алғыс айтамыз, олар осы кітаптың жазылуы үшін өз тілектерін қоя тұрып, біздердің ыңғайымызға икемделді. Өзіміздің күйеулеріміз — Джефф Фельдан мен Эрик Райсқа жүректен шыққан ыстық ықыласымызды қалай жеткізерімізді білмейміз. Осы бір Құдайдан қорқатын екі жас жігіт бізді мектептен тауып, біздің кемшіліктерімізді көре тұра, «нағыз алтындарды» таптық деп есептеді. Ол екеуінің қолдауынсыз, үздіксіз жігерлендіруінсіз, ұдайы дер кезінде айтып отырған дана кеңестерінсіз біз осылардың барлығын істеп шыға алар ма едік, оны көзімізге елестете де алмаймыз.

Қорытындылай келе, біз Құдайды мадақтап және Оған алғыс айтқымыз келеді. Ол бізге осы кітапты жазып шығуға ой берді. Кітап Құдайдың қалағанындай болып шығуы үшін, жасөспірімдерге Оның айтқысы келген сөздерін дұрыс жеткізе алуымыз үшін, Оның Рухы бізді шабыттандырып отырды, өйткені Құдай оларды сүйеді ғой.

Сіздердің бәріңізді Құдай жарылқасын!

Шонти және Лиза

МАЗМҰНЫ

1. Жігіттер не туралы ойлайды?5
2. Махаббат жеткіліксіз..... 17
*Махаббаттан гөрі сыйластық маңызды дегің
келе ме?*
3. Ұзақтығы өмір бойғы спектакль45
*Өзіне сенімді Тәкаппар мырза шын мәнінде өзіне
сенімді емес?*
4. Дөрекі ме, әлде нәзік пе? 74
*«Керемет» жігіттің жүрегінде не жасырынып
жатыр?*
5. Көзбен көрген бейнені сақтаушы 106
*«Ерлер көзбен сүйеді» дегенді қалай түсінуге
болады және бұл сен үшін нені білдіреді?*
6. Ішкі және сыртқы сұлулық 152
*Жігіттер үшін қыздардың ішкі әлемі сыртқы
келбетіне қарағанда маңыздырақ екеніне
қарамастан, қыздар өздеріне күтіммен қарай
ма, жоқ па, бұл оларға бәрібір емес. Неге?*

7. Дененің тілі.....	187
<i>Бозбалалардың тәндік ынтығуы — сезімнің салдары</i>	
8. Сенің жүрегіңе жолдау	226
<i>Бозбалалардың шын мәнінде сендерге айтқылары келген нәрселері</i>	
Ескертпелер.....	239
Алғыс айтамыз	242