

УЛИТКА МОЙ КУМИР



**КОМУ И ЗАЧЕМ МЫ
ПОДРАЖАЕМ?**





Улитка – мой кумир

Кому и зачем мы подражаем

Иллюстрировано
Мубаровой Айнур

Астана
2023

УДК 159.9

ББК 88.1

У 48

*Одобрено Республиканским научно-практическим центром психического здоровья
Министерства здравоохранения Республики Казахстан*

Одобрено Национальной академией образования имени Ы. Алтынсарина

Автор: Айтмухамбетов Е.А.

Улитка – мой кумир. Кому и зачем мы подражаем. – Астана: КФ «Bilim Foundation»,
2023. – 39 с.

ISBN 978-601-7638-36-8

В книге «Улитка – мой кумир. Кому и зачем мы подражаем» описывается процесс подражания и его последствия. В историях подростки делятся личным опытом подражания. В книге имеются рекомендации психолога, которые помогут сделать выбор в пользу позитивной ролевой модели.

Книга предназначена для подростков и их родителей. В качестве дополнительного практического руководства материал может быть использован школьным психологом.

УДК 159.9

ББК 88.1

У 48

ISBN 978-601-7638-36-8

© Корпоративный фонд «Bilim Foundation»

При использовании информации из книги ссылка на книгу обязательна.

Все права на книгу принадлежат авторам, запрещается копирование, распространение или любое иное использование информации и объектов книги без предварительного письменного согласия правообладателя.



Молодежь смотрит на мир глазами своих кумиров.

Вильгельм Швобель



*Мы лепим своих кумиров из снега и плачем,
когда они тают.*

Вальтер Скотт



СОДЕРЖАНИЕ

Дорогой читатель!.....	7
Всё время не тот.....	8
Записи психолога.....	14
Какие они – наши кумиры?	16
Записи психолога.....	24
Сестра	26
Записи психолога.....	32
Это может тебе пригодиться.....	34
На заметку родителям и опекунам	35
Об авторах и иллюстраторе	37

Дорогой читатель!

В твоих руках книга с историями ребят твоего возраста, которые сталкиваются с трудностями, преодолевают их и приобретают новые навыки, знания, умения для саморазвития и личностного роста.

Мир находится в постоянном развитии. Нас окружают люди, которые добиваются успеха, становятся лучше, раскрывают новые возможности для себя и для других. Таким людям хочется подражать, хочется быть похожими на них и достигать таких же успехов в своей жизни. Возможно, ты знаком с такими людьми или знаешь музыкантов, певцов, актеров, деятелей искусства, политиков, на которых ты хочешь быть похожим.

Подростковый возраст – это старт перед большой «гонкой» под названием «Взрослая жизнь», а ты как болид на старте, которому желательно выбрать правильную стратегию в гонке. В этом как раз и могут помочь ценности, которые несут другие, более опытные, успешные личности с большим багажом знаний.

Однако, каждая личность несет в себе как позитивные, так и негативные ориентиры, в каждом есть что-то хорошее и плохое, об этом не стоит забывать, выбирая человека, на которого ты хочешь быть похожим. Но как выбрать правильного человека, как понять, что он именно тот, у кого стоит учиться, как нужно учиться и что развивать в себе, чтобы стать лучше? Вот как раз истории из этой книги и помогут ответить тебе на эти вопросы. Истории раскроют тебе опасности слепого подражания героям игр, книг, музыки, кино и науки. Ты узнаешь о трудностях, переживаниях, которые испытывают главные герои – твои сверстники. Познакомишься со способами преодоления трудностей через их опыт и знания, о которых они расскажут в своих историях, узнаешь о способах ориентации в мире социального и личностного развития.

Эта книга может стать для тебя прекрасным инструментом, той поддержкой, которая способна развеять твои страхи, опасения, негативные чувства, ошибки в саморазвитии, в выборе именно тех качеств, через развитие которых ты можешь достичь больших успехов. Может быть, в этих историях ты узнаешь себя, и поймешь, что ты не одинок в выборе модели своего отношения к миру.

Все время не тот

Осенняя пора. Сегодня первый день школы. Благо я успела посмотреть все музыкальные клипы моей любимой группы перед началом школьных занятий. Недавно я слышала новость, что они приедут в Казахстан дать концерт. Но самое главное, что приедет и солист группы – Джонни Кидс, который является моим любимым певцом на протяжении долгого времени. Одним из особенностей этого исполнителя было то, что он любил котов и выращивал кактусы, помимо своей музыкальной карьеры. Я тоже очень люблю котов, не говоря уже о моей самодельной конструкции маленькой проекции пустыни с разными видами кактусов. И конечно, я постоянно следила за Джонни в социальных сетях.

Накануне их концерта в Алматы я увидела пост в сети, где Джонни написал о том, что школьники должны уделять особое внимание своей учёбе. В этот момент я почувствовала будто бы меня опустошили от каких-либо чувств и мыслей о моём кумире. Как ученица, которая училась ни плохо, ни хорошо, я старалась уделять время многим вещам одновременно. Я была более чем разочарована такими высказываниями человека, на кого я равнялась. Несмотря на то, что мы имели много схожего – любовь к котам, выращивание кактусов ради улучшения окружающей среды и музыки, я не могла понять о чем он написал. Потому что прочитав его пост, мне казалось, что он никогда и не был школьником. У меня возникло внутреннее чувство, что он не понимал меня, одну из самых преданных фанаток его творчества. Уже бывшую фанатку. Прошёл концерт группы Джонни Кидс. Я и не думала ходить на него, после его поста в социальной сети.

Как обычно, на школьных переменах и в свободное время дома, я смотрела видео в интернете часами. Однажды я заметила очень красивую футболку на человеке в видео. На футболке был нарисован логотип моего любимого сериала «Как стать Возняком?». В этот момент я осознала, что теперь у меня есть новый кумир. Творческая деятельность моего новоиспечённого героя, Шигео Карсу, была



потрясающей! За одну ночь я успела просмотреть все видеоклипы и прослушать все его альбомы. Он был очаровательной персоной, несмотря на свой преклонный возраст.

В школе я особо ни с кем не общалась, кроме пары людей, которые считали Шигео настолько удивительным, насколько и я. У нас были интернет-форумы, где мы могли авторизоваться и делиться мнением, в моем случае только восхищением, о музыкантах. Музыка Шигео придавала мне уверенность, во всех моих делах. Его новый альбом стал самым узнаваемым и продаваемым в нашем регионе. Я была счастлива!

Но... В один из дней листая форумы поклонников Шигео, я наткнулась на запись, в которой говорилось, что Шигео когда-то служил в морских войсках. Это было шоковым ударом для меня, потому что я относилась к военным людям очень негативно. Мне всегда казалось, что такие люди развязывали войны и приносили хаос в

этот мир. Я никогда не чувствовала себя такой подавленной, ведь я и представить не могла, что мой кумир станет тем, кого я презираю.

После случая с Джонни и Шигео, я больше не могла быть прежней. Я всегда думала, что все кумиры должны быть теми людьми, которые только вдохновляют тебя на благие дела или разделяют те же мысли, что и ты. Однако в реальности всё по-другому. Все, кто общался со мной – это были мои родители и одноклассники. Последние разговаривали только по вопросам учёбы в школе. В те времена, когда я либо слушала, либо смотрела видео с участием Джонни или Шигео, я не чувствовала себя такой одинокой. Ведь они были теми, кто давал мне поддержку. После их «предательства», я и имени их не могла спокойно произносить. Поэтому стала общаться с людьми ещё реже. Подумав о том, смогу ли я найти еще кого-то, кто мог бы стать моим образом поклонения, я пришла к выводу, что кумиры лишь причиняют боль, они не такие, какими я их представляю. Из-за этого, я стала чаще грубить другим людям и начала вести себя более агрессивно по отношению к окружающим.

Сегодня будет вечеринка в честь окончания первой четверти. Я подумала сходить туда, чтобы немного развеяться от дома и от школы. После того, как я зашла в концертный зал школы, я увидела столько, казалось бы, знакомых, но и в то же время незнакомых мне людей. Прошло только три минуты, а мне уже захотелось уйти домой. Сделав пару шагов к выходу из концертного зала, я услышала звук барабанов, гитары и микрофона. Все эти устройства проверялись, и на сцену вышел длинноватый немного полный подросток.

- Ребята, вы готовы?! Я не слышу вас, вы готовы? Давайте повеселимся перед осенними каникулами и получим заряд до следующей школьной четверти, - весело и громко сказал он.

Я подумала про себя, что этот ведущий один из старшеклассников, которые обычно организывают подобные мероприятия. Через несколько минут, я услышала приятное звучание мелодии и высокий красивый голос парня прозвучал со сцены.

- Да, может быть ты думаешь это так... Но знай, что в мире есть тот, кто тебе поможет..., – пропев, несколько строк песни, он посмо-

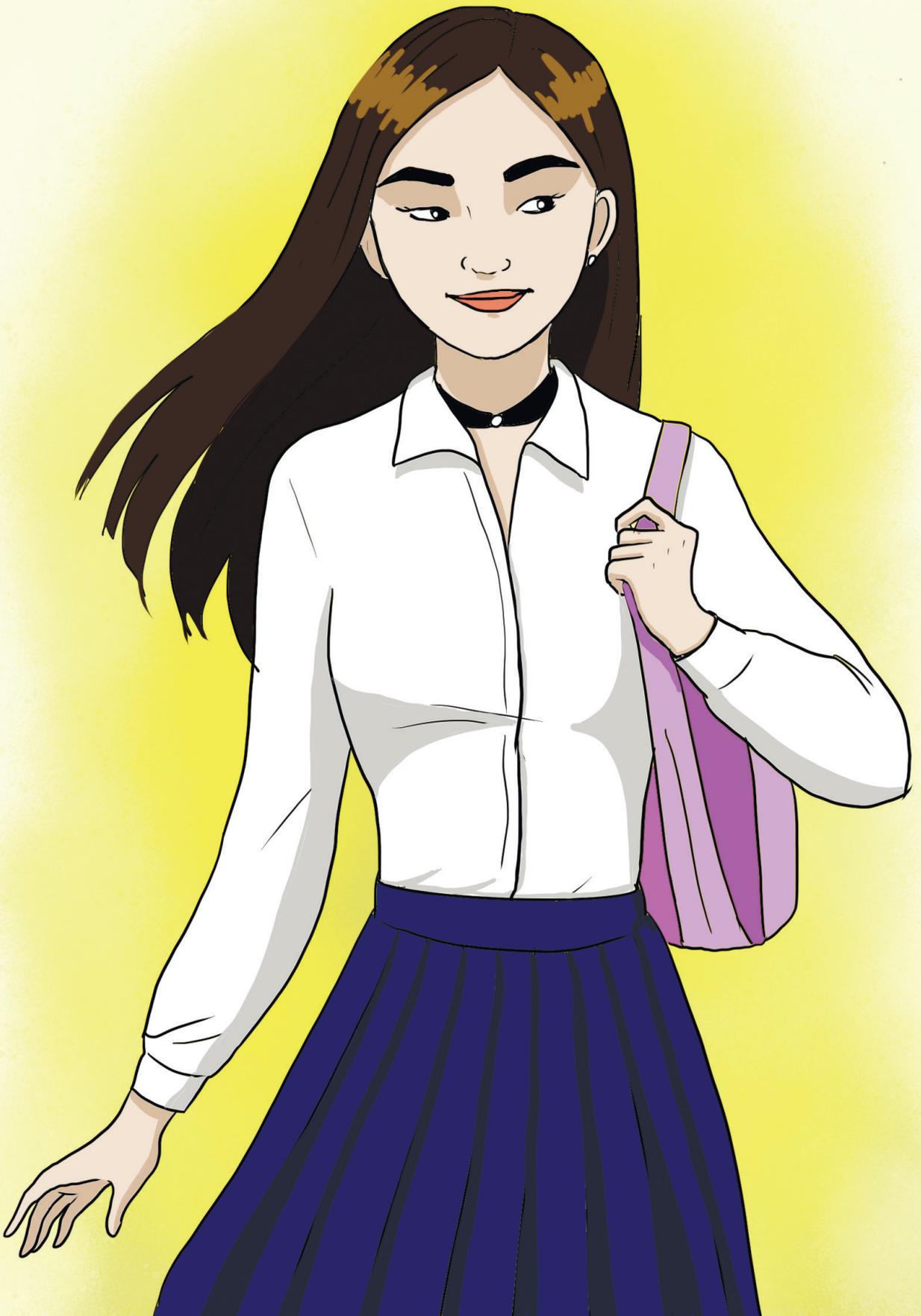


трел на меня, грустную и на вид уставшую младшеклассницу. В тот момент, не задумываясь о происходящем, я начала медленно танцевать под музыку песни, которую он пел. Мне нравился текст и подобранные ноты, все происходило как в прекрасном сне. И вдруг я поняла, что у меня появился новый кумир. Во время перерыва, я подошла к нему и сказала, какой он идеальный артист и человек, которого я когда-либо видела. И как я уже успела потерять своих кумиров, которые сильно меня огорчили.

- Забавная история, - ответил он, улыбнувшись мне.

- Если позволишь, я дам тебе маленький совет: «Будь собой. Кумиры нужны просто для себя в будущем», - дружелюбно проговорил он.

Прошло пару лет с той встречи с парнем в том концертном зале. Я поняла, что иметь кумира – это вовсе не быть им. Я должна приобретать те качества, которые считаю хорошими для себя и реализовывать их. Джонни написал пост, который вызвал у меня негативное отношение, но в то же время, он научил меня многому: я узнала больше о видах кактусов и как за ними ухаживать. Шигео был человеком, которого я может, недолюбливала бы, окажись он не музыкантом, но он так же имел хорошее чувство юмора и мог назвать любой факт из нашего общего с ним любимого сериала. Все эти люди научили меня чему-то в определённый момент жизни, в котором мне это было необходимо. А я, в свою очередь, смогла получить полезные знания и качества от них для своего дальнейшего развития.



Записи психолога

Эта история рассказывает о переживаниях девочки, которая, наблюдая за своими кумирами с экрана компьютера, старалась соответствовать им, жить их интересами, ценностями, взглядами. Она училась общению с окружающим миром через навыки других, более успешных уверенных в себе знаменитых людей, можно сказать она играла роль, представляя их на своем месте, тем самым пряча за этой ролью свои страхи и неуверенность. Так она хотела измениться, повзрослеть, смоделировать свой «идеальный мир», но столкнувшись с препятствиями или несоответствиями своей модели придуманного мира, она искала новых кумиров для того, чтобы снова скрыться от каждодневных проблем, с которыми ей приходилось сталкиваться в школе и дома. Погружаясь в мир кумира, она сама могла регулировать интересы, взаимоотношения и дальнейшее развитие этого, придуманного ею мира, в настоящем же это делать очень сложно.

Мы выбираем себе в кумиры людей вдохновляющих, ясно представляющих свои ценности, бескорыстных, которые, на наш взгляд, с легкостью преодолевают трудности. Мы хотим быть на них похожими, для того чтобы и самим научиться всему тому, что они умеют.

Однако не всегда удается быть похожими на своих кумиров, в силу разных обстоятельств. Поэтому, нужно осознать свою индивидуальность, собрать новый образ, который бы соответствовал всем тем потребностям, которые есть в нас, здесь и сейчас.

Нашей героине пришлось несколько раз разочаровываться в своих кумирах, для того чтобы понять, что по-настоящему она сможет преодолеть свои страхи, развиваться, научиться жить в настоящем, только перенея важные качества кумиров, и не обязательно полностью соответствовать поведению и соблюдать его взгляды. Она может взять от него только то, что необходимо и важно конкретно ей. По-настоящему важно, не быть похожим на другого, а стать индивидуальностью, собрать свою собственную личность из тех ценностей, взглядов и навыков, которые вам необходимы.

Не копируй своего кумира полностью, помни,
ты уникален и такого как ты больше нет!
И это отличная новость!

Если ты еще не уверен, что же тебе необходимо, при этом у тебя есть в окружении люди, которые добиваются успеха в тех сферах, которые важны и для тебя, то проделай следующие шаги:

▶ Выбери образцы для подражания из людей близкого круга общения, для того, чтобы точно иметь представление о том, чему ты можешь научиться у своего кумира.

▶ Составь список того, чего ты хочешь достичь.

▶ Определи то, что хочешь в себе изменить.

▶ Поищи среди своих знакомых тех, кто разделяет твои цели и стремления.

▶ Узнавай больше не только об удачах тех, на кого ты хочешь быть похожим, а еще и об их преодолении трудностей, провалов, неудач.

▶ Дерзай, пробуй, не останавливайся и иди к своим целям!