

Шакунь
Светлана

МАЛЕНЬКИЕ ВЗРОСЛЫЕ

Светлана Шакуль

Маленькие Взрослые

«Автор»

2026

Шакуль С.

Маленькие Взрослые / С. Шакуль — «Автор», 2026

Эта книга — бережное прикосновение к самым нежным уголкам души. Короткие рассказы, в каждой истории — искра надежды, лучик любви, ключ к исцелению. Книга состоит из трёх глав. Глава 1. Истории о девочках: мечты, страхи, первые открытия себя. Глава 2. Истории о мальчиках: смелость, сомнения, поиск опоры. Глава 3. Истории о отношениях: как мальчики и девочки учатся понимать, ценить и любить друг друга. Автор — клинический психолог — говорит с читателем на языке образов и метафор. Лаконично формулируя истории, благодаря которым можно: задуматься, понять, простить, полюбить.

© Шакуль С., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Предисловие.	5
О девочках	6
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Маленькие Взрослые

Предисловие.

Детство — период непростой, а для кого-то, возможно, самый сложный за всю жизнь. Каждый год, а порой и каждый месяц, приносит новые кризисы и ощущение растерянности: кажется, будто ты не понимаешь, что с тобой происходит. С каждым шагом вперёд становится всё больше правил — непонятных, порой необъяснимых, — и всё чаще возникают переживания, которые не всегда способны понять даже взрослые.

Но в детстве есть и великий дар — способность быть здесь и сейчас, глубоко чувствовать, проживать каждое мгновение, быть спонтанным. Этот дар помогает пройти через все штормы роста, преодолеть трудности взросления. К сожалению, зачастую его воспринимают как проклятие: ведь ребёнок, опираясь на эту природную чуткость, порой справляется с кризисными моментами способами, которые кажутся неудобными или даже тревожными для взрослых.

Через эту книгу я протягиваю руку детству — его историям, секретам, мечтам, обидам и злости. Я хочу, чтобы ваш внутренний ребёнок смог взять эту руку, поверить в неё — в мою руку, в вашу руку — и пойти рядом с вами, став не бременем, а настоящим даром.

В этой книге собраны небольшие истории о детях, в которых ярко проявился волшебный дар детскости. Это истории о взрослых детях — тех, кто сумел сохранить открытое сердце для любви, дружбы и надежды. Эта книга об исцелении: о том, как повзрослевший человек может помочь своему внутреннему ребёнку обрести покой и силу.

Эта книга создана для того, чтобы:

подарить вам что-то светлое, простое, лёгкое и короткое — то, что согреет душу;

напомнить: в какой бы точке жизни вы ни находились, всё будет хорошо;

помочь взглянуть на себя любящим взглядом;

стать поводом для совместного чтения — в одиночестве, с детьми или с близким человеком;

открыть и исцелить то, что скрыто глубоко внутри, — то самое детское;

превратить стыд и неловкость в гордость, умиление и внутреннюю силу.

Это книга о любви. Книга для любви.

Я — автор этой книги, а в «взрослом» мире — клинический психолог, кризисный психолог, телесно-ориентированный терапевт и гипнолог. Я собрала истории, которые тронули моё сердце, — истории о маленьких, но удивительно мудрых людях. Все они реальны: часть из них — мои, часть — истории моих клиентов и людей, которые меня окружают. Каждая история опубликована с разрешения её героев.

Так что сейчас не только я — но и многие другие люди протягивают руку вашему внутреннему ребёнку. Тому, которому, когда-то было стыдно, грустно, одиноко или страшно. Мы открываем свои руки навстречу вам — чтобы вы смогли открыть свои и отпустить боль, взяв взамен любовь.

О девочках

Маленькую взрослую девочка

Учили всё детство терпеть. Выросла девочка — и терпела. Всё терпела, даже своего психолога! Решила уйти она от психолога, рассказав, что терпеть его — сложнее всего. Так и узнала девочка, что терпеть людей вообще нельзя. Так и крысой стать можно. И люди могут свои качества и эмоции ей придумать, раз она о себе не рассказывает.

Маленькая взрослая девочка

Сделала себе настоящее тату. Увидела это бабушка и сказала: «Я думала, ты уже взрослая девочка».

А девочка не зря тату сделала. Она знала, что быть такой взрослой, как бабушка, ей не подходит. Поэтому и набила тату, чтобы взрослые, такие как бабушка, за свою не приняли.

Маленькой взрослой девочке

Мама рассказала, что мальчикам нужно одно — только секс. А сексом можно заниматься только после 18. Девочка всю школу, с 7-го класса, боялась поступать в универ. Потому что там будет много мальчиков, ей будет 18, и мальчикам нужен будет только секс. Поступила девочка в универ — общаться с мальчиками очень хотелось. А ещё больше от них хотелось того самого секса.

Маленькая взрослая девочка

Писала в первом классе тексты под диктовку учителя. Да так старалась, что обводила каждую букву по несколько раз, потому что так красивее. И писала она, и радовалась.

А учитель двойку поставил и вызвал родителей. Ему не красиво оказалось. А девочке всё ещё красиво и хорошо от этих букв.

Маленькая взрослая девочка

Верила в Деда Мороза. Да так верила, что в 12 лет писала письмо о том, чтобы он ей подарил игру *Sims 4*. И Дед Мороз подарил. Но — для приставки. И девочка просекла, что Дед Мороз бы знал, что она имеет в виду компьютер. И перестала девочка верить, но письма всё равно писала.

Маленькая взрослая девочка

Верила в Санта-Клауса. И попросила во втором классе мозги на Рождество. А в третьем — мужа. Санта желание не исполнил. Но девочка не отчаялась. В 19 лет уехала из дома, вышла замуж, открыла бизнес. И оказалось, что мозги у девочки-то всегда были. А верила она больше в себя, чем в Санту, всё-таки.

Одна маленькая взрослая девочка пришла в 1-й класс

Ручкой ей писать не понравилось, и она писала стержнем. Для неё так легче, удобнее. А учитель уговорил маму девочки сводить её к психиатру — мол, потому что это ненормально.

Сводили девочку. И девочка выросла. И стала первоклассным психиатром. Да ещё и живым, уважаемым, лояльным.

Маленькая взрослая девочка

Замуж хотела. Лет с 10 искала себе мальчика — побогаче да покруче, чтоб папе точно-точно понравился, и папа разрешил с ним жить! Но находила девочка мальчиков деревенских, простых.

Сдалась девочка и влюбилась всё-таки в самого деревенского и небогатого парня. И отрицала-отрицала это, но с ним оставалась. Скрывала от папы мальчика она долго ещё. Потом только поняла, что чувствует она с папой себя стыдно всегда. И дело совсем не в мальчике — чтоб побогаче. И совсем не в стыде за своего деревенского парня. А в том, что она сама до усрачки боится и стыдится рядом со своим отцом.

Замуж девочка вышла, кстати, за того парнишу. Счастлива непомерно. Вместе бояться и стыдиться порою всё-таки проще.

Маленькая взрослая девочка

Хотела быть умной, в универ поступить. Но она так верила взрослым, что она глупая, что не верила в своё поступление. Учителя уверяли, что её баллы ЕГЭ недостаточны будут.

Годы шли. Девочка поступила. И только спустя 5 лет универа заметила, что поступила она с одним из самых высоких баллов. Хотя все 5 лет верила тем взрослым и думала, что взяли её из жалости.

Маленькая взрослая девочка

Первый раз влюбилась в 11 лет, танцуя в кругу под песню «Танец маленьких утят». Когда стала постарше, решила, что это стыдно. А потом рассказала — и оказалось, что это нежно и мило.

Маленькая взрослая девочка

Пришла домой после музыкалки, а там бабушка приставучая — давай интересоваться тем, чем не надо. Девочка разозлилась, нахамила бабушке. А та! Напророчила ей, что девочка замуж никогда не выйдет — с таким скверным характером!

Девочка расстроилась, спряталась в своей комнате, открыла ноут — и увидела от двух разных мальчиков смски о том, что они хотят встречаться с ней. И решила девочка оставить для себя привилегию — иногда хамить тем, кто не нравится.

Кстати, замуж-то она вышла. В 19 лет. Бабушке о этом так и не рассказала.

Маленькая взрослая девочка

Так внимательно, так крепко верила и слушала маму, врача, мужа... Что так и не стала женщиной, матерью своему ребёнку, женой — женщиной.

Маленькую взрослую девочку

Посадили за последнюю парту в школе — с самого первого школьного дня. И сидела одна эта девочка во всех рядах — одна, на последней парте. И скучно ей было. И грустно ей было.

И решила она заниматься своим: рисовать, слова придумывать, рассказы сочинять. Забыла девочка, что учиться в школе.

Через полгода вдруг учителя заметили, что девочка-то ничего не делает по школьной программе. Винить во всём начали последнюю парту и девочку. Но спустя годы маленькая девочка поняла: беда была не в последней парте. А в том, что её заметили только через полгода.

Маленькая взрослая девочка

Думала, что она ужасный ребёнок. И боялась рожать: ведь от неё точно-точно родится ещё более ужасный ребёнок. Но родила, влюбилась в своего ребёнка — он был самым лучшим для неё.

А вот мама девочки была в ужасе от внука: от того, как он спал, ел, пил — от всего. И девочка решила, что, видимо, не она была ужасным ребёнком. А подход к ней был ужасен — точно.

У маленькой взрослой девочки

Началась чудовищная аллергия в школе. Многие стебались: мол, аллергия на школу. По врачам девочку таскали-таскали. Оказалось, что у девочки реально аллергия на эту школу.

Маленькая взрослая, культурная для мамы девочка

В 16 лет попала в такиииие страстные отношения! И где они только с мальчиком не целовались в дёсна, и как только на улицах не дурачились!

Отношения закончились. Девочка выросла грустной тётенькой, которой казалось, что не было у неё в жизни детства, юности. Которая стыдилась этих отношений из-за их «некультурности» и мальчика этого боялась встретить.

И тут встретила. А мальчик ей как сказал: «А мне не стыдно. Когда я вспоминаю эту безбашенность, я понимаю, что у меня был момент беззаботной подростковости. Я горжусь этим».

Тётя в этот вечер снова стала некультурной, не стыдящейся и наконец-то счастливой девочкой. И детство, и юность-то была! Просто вся некультурная. Но это только для мамы.

Маленькая взрослая девочка

Постоянно играла в машинки. И решила она, что куклы, дети, замуж — не для неё. Но вдруг выросла она, случайно забеременела, родила. И вдруг оказалась счастливой, стала краше, умнее, смелее. И замуж вышла, и родила ещё троих детишек. Любовь её переполняет, и она порхает от этой любви. А тут ещё и поняла, что кукол ей просто не покупали.

Маленькую взрослую девочку

Мама нарядила в фею, надела блондинистый парик и всё белоснежное. Все смотрели на фею и восхищались: «Вот же красавица и умница растёт!»

Выросла девочка и всё старалась быть умницей и красавицей, даже в блондинку постоянно красилась. Ибо черноволосых добрых фей она не знала.

Маленькой взрослой девочке

Подарили дефицитного кена и барби. И она так упорно пыталась сделать из них семью, что весь день целовала их друг о друга — да так они целовались, что лицо у кена стёрлось.

Девочка выросла, вышла замуж и теперь не понимает, почему над отношениями работать надо. Она же хотела, как с кеном — просто целоваться.

Маленькая взрослая девочка

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

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

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