

БАНДУРИН ИВАН

ОПЛАТА СЛЕЗАМИ

КАК СТАТЬ ЗВЕЗДОЙ
И НЕ ПОТЕРЯТЬ СЕБЯ

ОБРАТНАЯ
СТОРОНА
СВЕТА

ПСИХОЛОГИЯ УСПЕХА, ПУБЛИЧНОСТИ
И ВНУТРЕННЕЙ УСТОЙЧИВОСТИ

СЛАВА ПРОХОДИТ. ЛИЧНОСТЬ ОСТАЁТСЯ.

Иван Бандурин

Оплата слезами: как стать звездой и не потерять себя

<https://litres.ru/74408129>

SelfPub; 2026

Аннотация

Что происходит с человеком, когда его мечта о признании начинает сбываться?

Путь к известности принято показывать через успех: первые выступления, фотографии, интервью, поклонников, красные дорожки и ощущение, что жизнь наконец-то сложилась. Но за каждым выходом в свет существует другая сторона — психологическая цена публичности.

«Оплата слезами: обратная сторона света» — книга о внутреннем мире человека, который становится звездой.

О страхе не соответствовать ожиданиям. О постоянном сравнении себя с другими. О зависимости от одобрения. О тревоге перед каждой новой неудачей. О необходимости постоянно поддерживать определённый образ. О потере личных границ и одиночестве среди миллионов взглядов.

Эта книга исследует, почему человек, который получил внимание, о котором когда-то мечтал, может чувствовать себя ещё более неуверенным, одиноким и уязвимым.

Содержание

Глава 1	4
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Иван Бандурин

Оплата слезами: как стать звездой и не потерять себя

Глава 1

Глава 1. Почему мы хотим быть звёздами

Желание стать знаменитым принято воспринимать довольно поверхностно. Обычно за ним видят стремление к деньгам, красивой жизни, популярности, влиянию или возможности заниматься любимым делом. Всё это действительно может присутствовать в мотивации человека, однако психологически известность представляет собой гораздо более сложное явление. За желанием оказаться в центре внимания часто скрывается потребность в признании, а за потребностью в признании нередко стоит вопрос собственной ценности.

Человеку важно понимать, какое место он занимает среди других людей. Это формируется задолго до появления профессиональных амбиций. Ребёнок постепенно учится воспринимать себя через реакцию окружающих: родители оценивают его поведение, учителя отмечают успехи и ошибки, сверстники принимают или отвергают. В результате форми-

руется представление о том, насколько человек интересен, способен, привлекателен и значим для окружающих. В норме внешняя оценка со временем перестаёт быть единственным источником самооценки. Человек приобретает внутренние критерии и начинает понимать собственную ценность независимо от каждой отдельной реакции. Но так происходит не всегда.

Если ощущение собственной значимости изначально сильно зависит от внешнего подтверждения, признание приобретает особую психологическую привлекательность. Тогда известность начинает восприниматься не только как профессиональный результат, но и как доказательство того, что человек действительно чего-то стоит. Чем больше людей обращают на него внимание, тем убедительнее кажется это доказательство. Возникает простая, но психологически опасная конструкция: если меня знают, значит, я значим; если мной восхищаются, значит, я достоин восхищения; если я востребован, значит, со мной всё в порядке.

Именно поэтому мечта о славе далеко не всегда является исключительно мечтой о карьере.

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.