

После выхода книги «Больше любви, меньше паники: это ваш мальчик. Как не сойти с ума, воспитывая сына» с нетерпением ждала книгу о девочках. И она меня не разочаровала!

Алина Р., Москва

Книга порадует всех, кто знаком с первой книгой автора, — тот же дружелюбный тон, юмор, понятное изложение и советы, применимые в реальной жизни.

Юлия Б., Санкт-Петербург

Рекомендую книгу Марианны Милейко всем папам дочерей, которые хотят понять, «из чего же сделаны наши девчонки».

Анатолий М., Самара

У меня три девочки: трех, шести и двенадцати лет, и для меня эта книга — просто энциклопедия выживания!

Марина П., Астрахань

Свой подростковый возраст вспоминаю с ужасом — страхи, комплексы. Полное отсутствие взаимопонимания с родными... Очень хочется, чтобы у моей дочери все было совсем не так. Надеюсь, с помощью советов Марианны Милейко я смогу помочь своему ребенку одолеть этот период перехода во взрослую жизнь без потерь...

Ирина М., Нижний Новгород

Эту книгу нужно выдавать всем родителям девочек при выписке из роддома! Скольких проблем мы могли бы избежать, если бы тогда с нами рядом был такой советчик!

*Светлана и Николай Р.,
Ростов-на-Дону*

АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИИ

А ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Марианна Милейко

#Ваша девочка—

**больше тепла,
меньше нервов!**

*Как получать удовольствие,
воспитывая дочь*

ПРАЙМ

Издательство

АСТ

Москва

УДК 159.922.7
ББК 88.8
М60

*Все права защищены. Никакая часть
данной книги не может быть воспроизведена в какой
бы то ни было форме без письменного разрешения
владельцев авторских прав.*

Милейко, Марианна.

М60 Ваша девочка — больше тепла, меньше нервов! Как получать удовольствие, воспитывая дочь / Марианна Милейко. — Москва : Издательство АСТ, 2016. — 224 с. — (Академия психологии для родителей).

ISBN 978-5-17-098920-1

Автор полюбившейся читателям книги «Больше любви, меньше паники: это ваш мальчик. Как не сойти с ума, воспитывая сына» психолог Марианна Милейко приглашает к разговору родителей девочек.

Психологические особенности девочек от рождения до подросткового возраста, типичные сложности и радости общения с дочерьми, самые актуальные проблемы и пути их разрешения, отношения ребенка с родственниками, учителями и детским коллективом — все эти важные вопросы освещаются на страницах книги.

Советы опытного психолога, личный опыт мамы троих детей (двух девочек и мальчика) и тонкий юмор — несомненные достоинства этого издания.

12+

Издание для досуга

Марианна Милейко

ВАША ДЕВОЧКА — БОЛЬШЕ ТЕПЛА, МЕНЬШЕ НЕРВОВ!
Как получать удовольствие, воспитывая дочь

Подписано в печать 16.07.2016. Формат 60×84/16.

Усл. печ. л. 13,02. Тираж экз. Заказ №

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93,
том 2–953000, книги, брошюры.

ООО «Издательство АСТ»

129085, г. Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 3, комн. 5

Макет подготовлен редакцией ПРАЙМ

ISBN 978-5-17-098920-1

© Милейко М., 2016
© ООО «Издательство АСТ», 2016

Оглавление



Об авторе	7
От автора	8
Часть первая	
«ДЕВОЧКА — ТОЖЕ ХОРОШО»	11
Девочки: ожидания и реальность	12
Пара слов о темпераменте, который дается человеку от рождения, даже если этот человек — девочка	18
Гендерные стереотипы относительно девочек	22
Ощущение принадлежности к полу — женский взгляд	34
Отношение к агрессивности и независимости.	45
Пара слов о погоде в доме и физических наказаниях.	50
Восприятие и переживание своего тела.	55
Формирование сексуальности	62
Чего точно не стоит делать, воспитывая хоть мальчика, хоть девочку, хоть морскую свинку.	71



Часть вторая**«ИЗ ЧЕГО ТОЛЬКО СДЕЛАНЫ ДЕВОЧКИ...»** 95

От двух до пяти. Я — девочка 96

Пора в школу. От пяти до семи лет 139

Школьные годы чудесные.

От семи до двенадцати 165

Девочка-подросток.

От двенадцати до шестнадцати 190

Заключение 224



Об авторе

Марианна Милейко окончила МГУ им. М. В. Ломоносова (кафедра клинической психологии факультета психологии), защитила кандидатскую диссертацию на факультете психологии СПбГУ. Работала медицинским психологом в больницах Москвы и Санкт-Петербурга, сейчас — сотрудник Психолого-педагогического центра «Здоровье», ведет частную практику. В 2013 году стала победителем районного конкурса «Учитель года» в номинации «Служба сопровождения». Автор научных публикаций и статей.

Мама троих детей.

Связаться с автором вы можете по e-mail:
marimile@mail.ru



От автора

Когда я написала книгу о мальчиках, многие спрашивали меня: «А про девочек? Когда ты напишешь про девочек?» И друзья, и читатели, и клиенты, и мои дорогие редакторы — все ждали следующей книги. Конечно, я понимаю, что мамам дочек ничуть не проще, чем мамам сыновей. Хотя, признаюсь честно, самой мне почему-то намного легче растить девочек, чем мальчика. Может быть, сказывается то, что они появились позже, когда я уже стала более опытной матерью, а может, мне просто сказочно повезло на раздаче. Хотя я по-прежнему не знаю, как правильно воспитывать детей. Мне вообще кажется, что на самом деле никто не знает точно, как правильно, все мы движемся на ощупь.

Возможно, помимо профессиональных знаний, мне помогает все, чему я научилась за те шестнадцать лет, что у меня есть дети: терпение, творческий подход к любой ситуации и «китайское качество» — умение остановиться на сделанном достаточно хорошо и не пытаться достичь совершенства. Я продолжаю искать, продолжаю читать профессиональную литературу и книги для родителей, изучаю все эти «новые течения»: доктор Комаровский, поведение доминирующей альфы... И вижу, что все равно опытные родители говорят



примерно одно и то же, хотя время от времени мне удается пополнить и личную родительскую, и профессиональную копилку какими-то новыми инструментами или приемчиками.

Опыт практической работы с детьми и семьями дает мне чуть больше простора для проверки общих закономерностей, которые стоит учитывать, чтобы растить ребенка было немного проще. Всем этим мне и хотелось бы поделиться в робкой надежде, что мои обобщения, мысли и наблюдения могут быть кому-то полезными.

Хочу выразить благодарность моим детям — Виктору, Анне и Алисе — за то, что были моими самыми надежными партнерами в нелегком деле воспитания детей, и за их бесконечную любовь, доброту, снисходительность и поддержку.

Мне хотелось бы поблагодарить моих учителей: Сергея Николаевича Ениколопова, Бориса Сергеевича Братуся, Марию Роальдовну Миронову — за ту щедрость, с которой они делились со мной знаниями, за то, что познакомили меня со счастьем научного творчества, и за то, что подавали и подают пример — что значит быть ученым, человеком, первопроходцем.

Еще хочу поблагодарить за веру в меня моих друзей — Лизу Красильщикovu, Марианну Гольберг, Соню Коршунову, Марину Романову, Наталью Нольд, Женю Мисявичуте, Машу Кановскую.

Я очень признательна моим коллегам, которыми безмерно восхищаюсь, — Юрию Аркадьевичу



Скроцкому, Маргарите Николаевне Ильиной, Татьяне Николаевне Березиной, Нине Яковлевне Головневой, Александре Яковлевой, Елене Опариной, Ксении Шишаловой, — за вдохновение и атмосферу, которую они создают в нашем общем деле.

В целях соблюдения конфиденциальности детали всех упомянутых в книге примеров изменены, чтобы никого из клиентов нельзя было идентифицировать. Так что совпадения с реальными лицами следует считать случайными.



Часть первая

«ДЕВОЧКА — ТОЖЕ ХОРОШО»



→ Психологические особенности девочек. Некоторые рассуждения о том, как формируется женское начало в ребенке.

ДЕВОЧКИ: ОЖИДАНИЯ И РЕАЛЬНОСТЬ

Часто будущих родителей спрашивают: «Кого ты больше хочешь — мальчика или девочку?», и редко можно услышать ответ: «Мне все равно». Как будто есть магазин или стол заказов, где можно получить ребенка определенного пола! Статистически чаще отцы хотят сыновей: до сих пор у нас присутствуют культурные установки на то, что сын — это наследник, продолжатель рода, ребенок предпочитаемого пола. Почему так — я немного говорила в книжке про воспитание мальчиков. А девочка — «тоже хорошо», то есть она как бы сразу существо менее предпочитаемого пола. Есть даже такая идея, такой культурный миф, что отец может хотеть дочь, только если у него уже есть много сыновей или, в усеченном, «городском» варианте — один сын.



Если же в семье одни дочери, то где-то в глубине души это связывается с какой-то недостаточностью, неблагоосклонностью божеств, неуспехом, почти что родительской некомпетентностью. Как говорил мой папа: «Было у отца три сына, два умных, а один — футболист... А у меня — две дочери, и обе психологи». Давление традиции таково, что дочь не считается ни наследницей фамилии, ни продолжательницей рода. Это кто-то, кто вырастет и «уйдет в другую семью», унесет часть семейной истории на чужой двор. Хотя объективно это уже давно не так: ни одна из моих замужних подруг, да и я тоже, фамилию не меняли. И если говорить об отцах, то иногда им трудно бывает признаться себе, что именно дочь — желанный ребенок. А признавшись, как-то увязать это желание со своими представлениями о том, как правильно — «посадить дерево, построить дом, вырастить сына».

Женщины часто считают, что дочь — это прекрасно, наверное, потому, что еще в детстве, играя, привыкают наряжать и причесывать кукол. К тому же многим из нас мужчины кажутся не очень понятными, сложными натурами, а маленькие мальчики — шумными, хаотичными и агрессивными разрушителями. Девочка же представляется как маленькая принцесса, одетая в розовое платьице, тихо перебирающая тряпочки, аккуратная, чистенькая и миловидная. Никакого крика, никаких драк, никаких порванных штанов! Только балет и керамика!



На самом деле стоит всерьез задуматься о том, откуда в нашем сознании всплывают эти пасторальные картины и насколько они соответствуют реальности. Малютка в розовом платьице, безусловно, прекрасное создание, но встречается там же, где и говорящие зверушки, лазоревые единороги, феи с крылышками и прочие подобные создания, — в диснеевских мультфильмах и на полках игрушечных магазинов. Странно, что наши идеальные представления о девочках выглядят так безжизненно и мультяшно!

Удивительно это еще и потому, что в нашей культурной традиции, в отличие, например, от традиции западноевропейской, сохранились очень древние сказочные сюжеты, в которых фигурируют героини женского пола — девочки, девушки, женщины и старухи. Девочка, девушка, женщина, старуха не покидали наших сказок, были действующими лицами ровно такого же количества сюжетов, как и мальчик, юноша, мужчина, старик. И в наших сказках можно легко найти истории о женской инициации, о гендерных ролях, о присущих женской природе стадиях роста.

Ни Крошечка-Хаврошечка, ни Василиса Премудрая, ни Марья Моревна, ни Баба-Яга не выглядят мультяшно, как мыльный пузырь или пластмассовая уточка. В каждой из этих сказочных героинь есть и сила, и мудрость, и смелость, и агресс-



сия, и способность к риску в преодолении препятствий. Это совсем не милые воздушные создания, и в то же время их энергия, способности, агрессивность и отважность — совсем иного качества, чем у героев-мужчин. Но, так или иначе, то, что приходит на ум, когда мы думаем о «девочковом», — сильно измененное, искаженное поп-культурой представление.

К образам «маленьких розовых принцесс» частенько добавляется некоторое количество семейных легенд и запросов, какой должна быть девочка. Или она должна быть умной и работающей, чтобы самой о себе позаботиться, если вдруг ей придется остаться без мужчины, или, напротив, «красивой и бесполезной», чтобы «удачно выйти замуж за богатого Ганса». Каждая семейная история изобилует примерами — как надо быть **хорошей девочкой**, к какому идеалу следует стремиться. Об этом можно более подробно прочитать в книге Анн Шутценберг «Синдром предков»: про семейную лояльность и про то, что частенько мы вынуждены почти против воли проявлять ее, повторяя какие-то семейные истории.

Даже когда никакой девочки еще нет или она только-только показала на УЗИ, кто она, мы уже полны планов и соображений, кого теперь будем воспитывать, в какие платья наряжать, как причесывать, за кого выдавать замуж! И стоит помнить, что у каждого из взрослых, глядящих в монитор УЗИ-диагноста или стоящих у колыбели,

