12+

№ 77 | ИЮНЬ-ИЮЛЬ 2023

НАЧАЛО

ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

ЗАРОЖДЕНИЕ ЖЕНЩИНЫ



ДАРИО САЛАС СОММЭР

ЖЕНЩИНЕ ДЛЯ ПРОБУЖДЕНИЯ ЕЕ ЭРОТИЧЕСКИХ ИМПУЛЬСОВ НЕОБХОДИМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ЛАСКИ

НАТАЛЬЯ АНДРЕЙЧЕНКО

ПАПА МНОЙ ВОСХИЩАЛСЯ

САТИ КАЗАНОВА

САМОЕ СТРАШНОЕ – СЕБЕ ВРАТЬ, ЧТО ЛЮБИШЬ

АНДРЕЙ БУЛАХ

ДЕВОЧКА – ЭТО ЦВЕТОК

НАЧАЛО

ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ

В КАЖДОМ НОМЕРЕ ЖИЗНЕННО ВАЖНЫЕ ТЕМЫ, ВОЛНУЮЩИЕ ВСЕХ: ЛЮБОВЬ, СЧАСТЬЕ, ДЕТИ, СЕМЬЯ, МНЕНИЯ ИЗВЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ, МЫСЛИТЕЛЕЙ И ДЕЯТЕЛЕЙ КУЛЬТУРЫ.



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ, ВЫ МОЖЕТЕ ПОДПИСАТЬСЯ НА ЖУРНАЛ «НАЧАЛО»

Вы можете заказать курьерскую доставку на ваш адрес. Для этого достаточно указать имя и адрес, отправив электронное письмо, или сделать звонок. Стоимость доставки 200 рублей.

Тел. 8 (965) 209-61-52 e-mail: nachalomag@gmail.com

Журнал также можно приобрести на маркет-плейсах WILDBERRIES и OZON



Духовно женщину зарождает ее отец,
сексуально – ее первый мужчина.
От качеств этих мужчин многое
зависит в судьбе женщины.

Издатель,
Антропов Алексей

nachalo.journal@gmail.com

НАЧАЛО

НАЧАЛО

ЗАРОЖДЕНИЕ ЖЕНЩИНЫ

июнь-июль 2023 (№77)





ИДЕИ

26 **ДОЧЬ-ПОДРОСТОК И СЕКС: КАК ПРОВЕСТИ ТОТ САМЫЙ РАЗГОВОР?**
О сексуальном воспитании подростков

30 **4 ПРИНЦИПА ВОСПИТАНИЯ НАСТОЯЩЕЙ ЛЕДИ**
Ольга Афанаскина

40 **КАК ВОСПИТАТЬ В ДОЧЕРИ ЖЕНСКОЕ ДОСТОИНСТВО**
Ирина Гаврилова-Демпси

46 **ПОЧЕМУ ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ САМАЯ ВАЖНАЯ**
Дарья Амосова

САМОПОЗНАНИЕ

10 **СЕКСУАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКОВ**
Отрывок из книги «Наука любви» Дарио Саласа Соммэра

41 **ПРИЗНАКИ ХОРОШЕГО ОТЦА**

44 **РАННИЕ СЕКСУАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ**
Светлана Быкова

МЫСЛИ

12 **СУДЬБА ДОЧЕРИ ФОРМИРУЕТСЯ ИЗ ОТНОШЕНИЙ С ОТЦОМ**
Психолог Наталья Шейхалиева о том, что мама никогда не сможет заменить папу

36 **ЧЕМУ МОЖЕТ НАУЧИТЬ ТОЛЬКО ПАПА**
Мария Малыгина

52 **КАК ФИГУРА ОТЦА ФОРМИРУЕТ «ВНУТРЕННЕГО МУЖЧИНУ»**

ИНТЕРВЬЮ

4 **ТОЛЬКО СЕЙЧАС Я ОТКРЫВАЮ В СЕБЕ ЖЕНСКОЕ НАЧАЛО**
Наталья Андрейченко

16 **МУДРАЯ ЖЕНЩИНА КУЛЬТИВИРУЕТ СВОЕ ЦЕЛОМУДРИЕ**
Сати Казанова

22 **ДЕВОЧКА – ЭТО ЦВЕТОК**
Андрей Булах





35 **МНЕНИЯ**
9 **ЦИТАТА НОМЕРА**
20, 25, 29, 33, 39 **ПРИТЧИ**

48 **ПОЭЗИЯ**
34 **АФОРИЗМЫ**
50 **КНИГИ**
51 **ФИЛЬМЫ**

Наталья Андрейченко

ТОЛЬКО СЕЙЧАС Я ОТКРЫВАЮ В СЕБЕ ЖЕНСКОЕ НАЧАЛО

БЫТЬ НА ЭКРАНЕ САМОЙ ОБАЯТЕЛЬНОЙ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОЙ ЛЕДИ СОВЕРШЕНСТВО – ЕЩЕ НЕ ЗНАЧИТ ОСТАВАТЬСЯ ЕЮ В ЖИЗНИ РЕАЛЬНОЙ... В ЖУРНАЛЕ «НАЧАЛО» АКТРИСА ДЕЛИТСЯ СВОИМ ОПЫТОМ, РАССКАЗЫВАЯ О ТОМ, КАК НЕ ЗАДУШИТЬ В РЕБЕНКЕ ЖЕНСКОЕ НАЧАЛО И КАК ВАЖНО ПОДДЕРЖИВАТЬ В СЕБЕ ЖЕНСТВЕННОСТЬ.





Самая страшная фраза, которую я услышала в моей жизни, знаете, какая? Когда моя четырехлетняя дочка Настенька меня спросила: «Мамочка, почему ты такая неласковая?» У меня случилась такая истерика... К этому моменту своей жизни я уже пережила такие трагедии, такие ужасы, но ничего страшнее этой фразы, сказанной моим ребенком, я не знала. В тот вечер я была в ее постельке и читала ей перед сном Пушкина. Я старалась делать это каждый день, чтобы воспитать в ней любовь к русскому языку, ведь дочь росла за границей. И так я читала, читала, читала... Но оказалось, что этого мало: просто внимания маленькому ребенку недостаточно, ему требуется нежность. Возможно, Настенька хотела, чтобы я ее обняла, погладила, а я этого не сделала. Потому что я сама не знала материнской ласки...

Семья, в которой я родилась, – это папа, главный инженер Долгопрудненского машиностроительного завода. Божественный красоты человек. Роскошный. Просто Жан Маре. Мой самый близкий дружочек, самый родной. Моя седая бабушка, заменившая мне маму и... моя мама. Да, именно в такой последовательности. Мама была инспектором министерства просвещения, а потом стала замминистра образования. Вот такая «номенклатурная женщина». Поэтому мамы у меня не было никогда. Мне ее заменила бабушка.

Когда мама была инспектором просвещения РСФСР, все знали: если приезжает Соколова – полетят головы. Она «строила», «ставила на место» и безжалостно увольняла, но всегда по делу. Ее очень боялись, к ее инспекции готовились, как к приезду генсека... Вот она едет в Иркутск, или Новосибирск – не помню. Детский дом: чистота, постельки беленькие, дети стоят намыленные... Мама все это видит, но понимает, что это лишь витрина. Выбирает одного мальчика, у которого сопелька течет, садится перед ним на колени и спрашивает: «А что бы ты сейчас хотел больше всего на свете?» А он на нее смотрит и отвечает: «Мне бы, тетенька, корочку черного хлеба». Все! Соколова увольняет всех. Сама остается в городе и набирает в детдом новый персонал. И это очень важная черта моей мамы – она была борцом за справедливость.

Когда мне было 3 месяца, мама принесла меня бабушке и сказала: «Или ты ее забираешь, или я сегодня сдам ее в детдом. Мне работать надо, мне некогда ребенком заниматься». Бабушка сказала: «Конечно, отдай мне девочку, я ее возьму. Иди, работай». Бабушка и стала мне матерью. А мама стала кем-то вроде строгой надзирательницы. Мы с бабулей прекрасно жили, ели котлетки, конфетки, ее пирожки и были абсолютно счастливы в любви и покое. Но мама врывалась в нашу жизнь и начинала жестоко командовать. В эти моменты бабушка уводила меня на кухню или в сторонку, всем своим видом намекая: «Буря рано или поздно утихнет. А нам-то с тобой хорошо, мы понимаем друг друга и смысл жизни».

Я безумно боялась свою маму, до смерти. Я не знаю, какие у моей мамы руки, она никогда не обнимала меня, не гладила. Она никогда не прижимала меня к себе, никогда в жизни не сказала «какая ты молодец». И на протяжении детства и юности я старалась выстраивать свою жизнь так, чтобы мама меня хотя бы раз похвалила. Но этого так и не произошло. Да, папа восхищался, позже и

вся страна восхищалась – меня называли звездой, даже легендой. Но от мамы я слов поддержки и любви так и не услышала. Вот такая драма. Отсюда, из детства, и тянулись долгие годы все мои проблемы. Но только сейчас я понимаю, что без моей мамы никогда бы Натальи Андрейченко не было. Я должна была вырваться из этого ада и через это состояться!

Единственной свободой моего детства, а может быть, и всей жизни было зеркало. Очень красивое, огромное, антикварное, красного дерева... Это зеркало висело между двумя комнатами – моей и родительской. Мама выезжала из дома на работу в 8 утра, и этого момента я ждала, как благодати, с замиранием сердца. С ее отъездом наступала недолгая свобода. Зеркало и стало для меня олицетворением этой свободы, в нем я видела не свое отражение, а свое воплощение. Перед ним я часами наизусть читала Пушкина. Я плакала, я смеялась. Я смотрела на себя и знала, что я прирожденная актриса! Тогда мне было 11 лет. И так было каждый день! Это зеркало было мне другом, моей мечтой, моим окном в будущее.

Меня, четырехлетнего ребенка, мама отдала в недельный детский сад. И, как ни странно, это было роскошное время моей жизни. В детском саду я просыпалась счастливой, потому что сразу понимала: я не дома, мама где-то далеко, а значит, я не услышу ее командно-приказного тона. Да и много полезных навыков я в детсаду приобрела – с детства приучена убираться, все раскладывать по полочкам. Во всех моих домах всегда были идеальная красота и чистота.

В 7 лет меня отправили заниматься плаванием в спортклуб ЦСКА. Вода в бассейне была жутко хлорированной, после тяжелейшей тренировки приходилось ее с себя смывать в душе тщательнейшим образом. После бассейна меня забирала моя любимая бабушка. Она встречала меня с вкуснейшим батоном за 13 копеек и бутылкой кефира, которую я с наслаждением выпивала. И мне кажется, что это была самая вкусная еда, которую я знала в жизни. Потом бабушка меня очень серьезно «упаковывала», потому что путь домой нам предстоял далекий, а морозы в Москве тогда бывали крепкими. Однако это не мешало нашим тренерам выгонять нас на зимние пробежки. На улице минус 10-15 градусов, а мы бежим по дорожке, огибающей огромнейшую территорию спорткомплекса. Это жуткое состояние холода не могу передать словами: пальцы немеют, нос ледяной – все так ужасно и безнадежно... А рядом за оградой тренируются хоккеисты... Однажды я стала свидетелем такой сцены: была игра юниоров, и маленькому шестилетнему мальчику попадают шайбой в глаз. Я схожу с ненавистной дорожки и бегу туда, где играют в хоккей. И вижу, как к мальчику подходит, а не подбегает, бабушка или мама. И слышу голос взрослой женщины: «Ну что ты, мой дорогой, ну, перестань плакать. Это лишь цветочки, ягодки – впереди!» Я побежала дальше, но эта фраза засела у меня в голове...

В плавании я делала успехи, и мои тренеры решили, что из меня можно вырастить чемпионку по плаванию брассом. Посмотреть на меня привели многократную олимпийскую чемпионку и рекордсменку мира по плаванию Галину Прозументщикову. Передо мной предстала женщина с плечами, как у хоккеиста, ниже шли талия и бедра, ничем не напоминающие женские – к бассейну он шла перевернутой пирамидой. И я, девятилетняя, не просто это увидела, но осознала... А у меня и так от природы широкие плечи, так еще мы на тренировках их все время разрабатывали... Я вылезла из бассейна. Струями с меня стекала хлорированная вода. Полотенца мне никто не дал. Я стояла перед этой женщиной и не хотела ее видеть больше никогда. Как солдат по команде «кругом», развернулась на 180 градусов и ушла в душевую комнату. Приняла душ, съела свою булку с кефиром, приехала с бабушкой домой и сказала маме, хоть и боялась ее до смерти, стальным тоном: «Я больше никогда не вернусь в бассейн. Я буду заниматься балетом и фигурным катанием». И как ни странно, наказания не последовало! Я в то время еще не умела анализировать, и не понимала, что сила – единственное, на что моя мама реагирует безропотно.

Однажды мама, как всегда, своим императорским тоном бросила мне: «А как ты собираешься жить? Ты же не любишь и не умеешь готовить!» А я, не подумав, мгновенно на автомате ответила: «А мне никогда не придется этим заниматься, потому что у меня будут люди, которые будут мне готовить». Для мамы это был очередной шок. На этот раз она просто посмотрела на меня, как на Золушку. Но тему закрыли.

Первую попытку вырваться из-под маминого гнета я предприняла в 42 года. Я ведь даже за границу от нее сбежала, но насилие не заканчивалось и там: она меня доставала по телефону, продолжая командовать, «держать», контролировать. И когда она меня достала до чертей собачьих, я неожиданно для себя и, конечно, для нее прокричала в трубку:

– Оставь меня в покое!

– Как это понять?

– А так: достала ты меня, понимаешь?! Ты меня достала!

И с этого момента моя мама стала очень хорошим человеком. Повторюсь, мне было 42 года!

Моя дочь оказалась смелее. Она всегда была свободным, открытым человеком – так ее воспитывал отец Максимилиан Шелл. Она ничего не боялась, в ней был наисильнейший дух – дух воина. Ей было всего 4 года, когда... У нас гостила моя мама, и вот сцена: Настя фельдмаршальской походкой спускается с лестницы, идет через огромный дом, встает перед бабушкой и спокойно ей в лицо говорит: «Не люблю тебя, Лида, злая ты». Разворачивается и уходит. И было это еще до того, как я проявила свое неповиновение!



Я хочу сказать всем людям: не мы выбираем родителей. Родителей выбирает душа, потому что душе необходим этот опыт. Родителей ни в коем случае нельзя ни в чем обвинять, потому что они делают лучшее, что могут сделать. Так их воспитали. У них же тоже были родители, и они тоже мечтали о чем-то о другом...

Когда мама уходила из этой жизни, шла пандемия, и она запретила мне себя навещать – у нее была сиделка. И каждый день мы с мамой говорили по телефону по полтора часа, как настоящие подруги. Я все время после разговора плакала, потому что понимала: я ее недооценивала, она просто не могла дать мне свою женскую ласку, потому что и ее никто не научил. Уже находясь в больнице, мама мне говорила: «Пойми, времена были такие. А у меня работа ответственная: нужно было все держать, все контролировать... И еще ты должна знать, я прежде не говорила тебе, чтобы тебя не травмировать: твоя любимая бабушка



была ко мне крайне жестока...» А бабушка в свою очередь призналась маме, что ее мать, моя прабабушка, тоже была очень жестока к моей бабуле... Понимаете, какое наследие! Родовая травма! И только сейчас я все это ясно осознаю, спустя полтора года работы с психоаналитиком.

У моей любимой Натальи Петровны Кончаловской, которая меня по-матерински любила и опекала, в романсе есть строчки: «Мы руки материнские запомнили навечно, их нежность и тепло сквозь годы пронесли...» А у меня нет такой памяти рук, поэтому я и детям своим не могла эту ласку дать. Но я попыталась дать им свободу, в которой меня же потом дети и обвинили. В детстве мама врывалась в мою комнату и смотрела, как у меня разложены вещи на полках, хотя у меня всегда был идеальный порядок. Меня всегда контролировали, у меня не было приватной жизни – тотальный жандармский контроль, как в лагере. Поэтому я себе сказала: никогда, никогда, никогда мои дети не будут подвергаться такому режиму, они будут свободными людьми. Поэтому я без разрешения не заходила в комнаты своих детей и не смотрела, что у них на полках. В итоге относительно недавно мой сын меня обвинил: «Какая же ты мать, если ты даже никогда не рылась в моих вещах, чтобы проверить – нет ли там наркотиков...»

Дочь Настя искала любви, хотела любви, поэтому, наверное, сама очень рано забеременела – в 18 лет. Когда внучка Лея родилась, мы с Настей были очень близки, я старалась быть рядом с дочерью, помогать ей. Вот эпизод: я приезжаю, в течение дня вычищаю весь дом, хотя у меня страшная аллергия на моющие средства, но стараюсь ради дочки, ради внучки... Выходит Настя и говорит: «Мне мама нужна! Мама! А не клининг-леди!» ...Сегодня мы не общаемся, Настя отказалась от общения со мной, и свою внучку я не вижу...

Девушкой меня тянуло к мужчинам постарше. Во мне в детстве было уничтожено женское начало. И я всегда сама проявляла инициативу, буквально «брала» того, кто мне нравился. Но был у меня один любовник – режиссер, который мне однажды сказал: «А почему бы тебе не попробовать стать женственнее? Стать более нежной. Почему ты не можешь себе позволить эту роскошь – стать женщиной?» Я абсолютно его не поняла в тот момент, хотя, конечно, эти слова меня сильно удивили. Этот разговор никаких последствий для меня не имел. Зерна упали на сухую почву – «ключей-то» мне никто в то время не дал... Но сегодня я работаю с психоаналитиком и чувствую, как женская энергия открывается во мне. Я накупила летящих платьев, свободных блузок и с удовольствием их ношу. А всю жизнь была мужиком в юбке. Даже носила мужские ботинки из страусовой кожи. Сама придумала для себя этот стиль и покупала ботинки в мужском отделе. Но мне объяснили первопричину, и сегодня мне действительно хочется трансформироваться! Психолог мне сказала: «Наташа, Вам же этого не дали. Как же Вы можете передать это по наследству детям? У Вас нет опыта... Но теперь я вижу: Вы становитесь женщиной!» И, встав на этот путь, я стала замечать, что мне начали попадаться «проводники», которые помогают мне утвердиться на этом пути. Пути к открытию женственности, на протяжении десятков лет запертой под грудой бетонных плит. Теперь, анализируя свой горький опыт, могу сказать: все, что мы можем дать детям, – это любить их. И быть рядом постоянно. Не гнобить, не муштровать, не менторствовать, исключить командный тон... А постараться быть рядом тогда, когда они придут с вопросом или за помощью. А никакой свободой доверие детей не купишь – это приводит лишь к их эгоизму.

Павел Соседов



Дарио Салас Соммэр

СЕКСУАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКОВ

ОТРЫВОК ИЗ КНИГИ ЧИЛИЙСКОГО ФИЛОСОФА ДАРИО САЛАСА СОММЭРА «НАУКА ЛЮБВИ».

Недостаточное половое воспитание подростков

Часто женщина получает неправильное воспитание из-за ложного пуританства. В детстве ее обучают замечательно готовить, быть прекрасной домохозяйкой, образцовой женой, хорошей матерью, но абсолютно не учат правильному сексуальному поведению. Следствием такого обучения будут неудачи в сексе, разочарования или отношение женщины к половому акту как к неизбежному злу, с которым приходится мириться. Родители делают это не по злому умыслу, а вследствие невежества. Будущая жена получает подробные инструкции о том, как готовить, содержать дом в чистоте, обо всем, что относится к ее предстоящему материнству. Очень мало или ничего не говорится о сексе, а если и говорится, то обычно субъективно или неверно. Очень часто мать, которая всю жизнь оставалась фригидной, убеждает дочь, что нужно принимать эту ситуацию как естественную и неизбежную, якобы предопределенную женщине судьбой. Вероятно, ее бабушка и прабабушка поступали так же.

Такая невежественная, полная предубеждений мать учит свою дочь надменному пуританскому поведению и фальшивому целомудрию. Она «для ее же блага» внушает, что секс — нечто грязное и сексуальное желание нужно подавлять любой ценой, что самое ужасное — потерять девственность до брака, что в замужестве ее роль будет заключаться в послушании мужу, содержании дома в идеальном порядке, приготовлении пищи, в том, чтобы родить здоровых детей и воспитать их. Разъяснения по поводу половых отношений считаются неудобными, даже постыдными, а потому лучше их избегать. К тому же, как мы уже говорили, открыто или замаскированно передается мысль, что половой акт — это зло, с которым необходимо мириться для удержания мужа.

Чаще всего женщина подражает поведению своей матери, беря в качестве примера то, что она видела в детстве. Если мать была разочарованной и несчастной, то, как правило, дочь принимает и копирует тот же тип поведения. Если семья была чрезмерно пуританской, если с ранних лет девочке угрожали суровым наказанием, когда она проявляла интерес к сексу и в ней замечали первые проявления сексуальности, то это наверняка приведет к формированию фригидности. Очень часто женщина вступает в брак, не зная о сексе ничего, кроме того, что узнала от своих школьных подруг, которые сами знали не больше нее и рассказывали страшные истории, услышанные от кого-то.

Ассоциация секса с опасностью

Считается «нормальным», когда у женщины с раннего возраста устанавливается ассоциативная связь между сексом и опасностью.

На это оказывают влияние многие факторы.

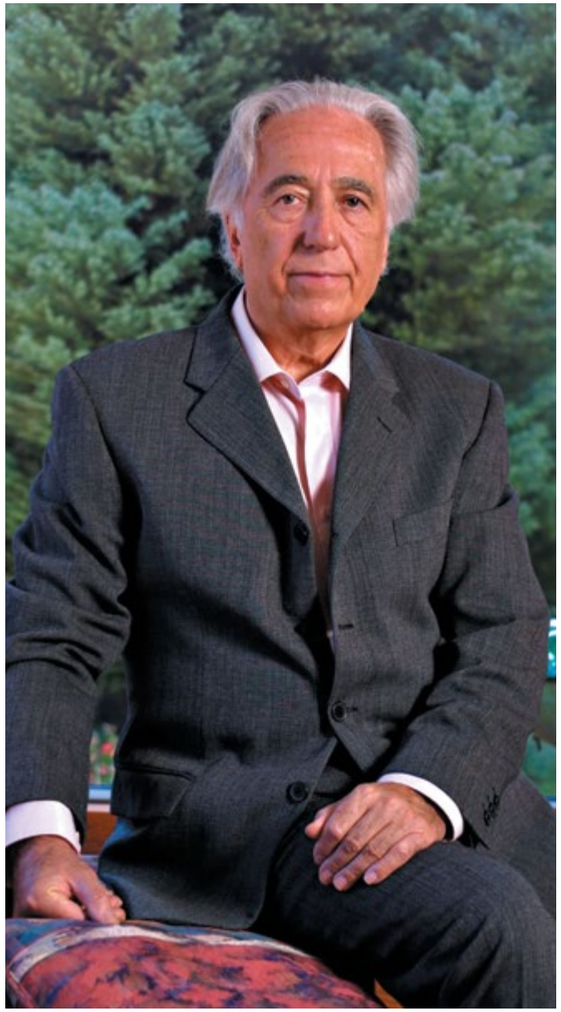
а) Страх первого полового акта. Многие девственницы имеют представление о нем как о чем-то ужасном, страшном, кровавом и болезненном. У такой женщины развивается страх перед сексом. Когда наступает момент первого сексуального опыта, ее страх полностью блокирует возможность удовольствия, особенно если партнер нетерпелив, неопытен и нетактичен. Первый опыт является определяющим и может привести к фригидности, которую будет трудно преодолеть.

б) Страх забеременеть. У женщины есть страх перед родами, она думает, что это ужасно, что, рожая, она уподобляется животному. Грязные, устрашающие высказывания невежественных людей по этому поводу пугают ее и провоцируют отвержение полового акта из-за возможных негативных последствий.

в) Страх перед половым возбуждением. Он может возникнуть, когда женщина чувствует, что ее тело наполняется странными ощущениями, побуждающими ее делать что-то неизвестное, пугающее и опасное.

г) Отрицательное отношение к сексу, внушаемое религиями. К сожалению, религия создала вокруг секса ауру греха и порока, утверждая, что Бог наказал мужчину и женщину и изгнал их из рая за совершение «первородного греха». Подавление либидо из-за убеждения в греховности секса — один из факторов, вызывающих фригидность у женщины, а также разочарования, комплексы и различные ментальные расстройства.

На женщину оказывает негативное влияние то, что ее партнер слишком быстро и грубо осуществляет половой акт. Физиологические и психологические сексуальные реакции различны у мужчин и женщин. С точки зрения физиологии, половое возбуждение и оргазм у мужчины имеют рефлекторную и медуллярную, то есть «спинно-мозговую» природу. У женщины этот процесс намного сложнее, поскольку, кроме спинного мозга, в нем задействована лимбическая система — зона головного мозга, связанная с эмоциями. У многих мужчин половой акт характеризуется быстрым и механическим поведением, при котором почти немедленно достигается генитальное удовлетворение. Для женщины половой акт — кульминация постепенно развивающегося ряда стимулов. Мужчина реагирует на чисто физиологические стимулы, а женщине для пробуждения ее эротических импульсов необходимы соответствующие психологические и эмоциональные ласки. Для нее коитус является естественной кульминацией совокупления, происходящего на эмоциональном уровне. Мужчина, который торопится удовлетворить свой сексуальный аппетит, абсолютно игнорирует это эмоциональное общение, принимая во внимание только физические атрибуты самки.



Таким образом, часто случается, что мужчина быстро достигает оргазма, в то время как женщина находится только на начальной стадии возбуждения. Если это повторяется и если к тому же мужчина проявляет безразличие после оргазма, женщина приходит в отчаяние, что постепенно приводит ее к фригидности, поскольку она думает: «Зачем терять на это время, когда все закончится, еще не начавшись?» или «Для чего возбуждаться, если в конце концов я не получу ожидаемого удовлетворения?»

Наталья Шейхалиева

СУДЬБА ДОЧЕРИ ФОРМИРУЕТСЯ ИЗ ОТНОШЕНИЙ С ОТЦОМ

ВОПРОСУ О ВАЖНОСТИ ОТЦОВСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕВОЧКИ, К СОЖАЛЕНИЮ, НЕ УДЕЛЯЕТСЯ ДОЛЖНОГО ВНИМАНИЯ В ОБЩЕСТВЕ, ТАК КАК ТРАДИЦИОННО ПРИОРИТЕТНЫМ СЧИТАЕТСЯ МАТЕРИНСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДОЧЕРИ.
И ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ТАК, ОДНАКО ЕСТЬ ТЕ КЛЮЧЕВЫЕ МОМЕНТЫ ВОСПИТАНИЯ ДЕВОЧКИ, ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА КОТОРЫЕ ЛЕЖИТ НА ОТЦЕ, И МАМА, КАК БЫ ОНА НИ ПЫТАЛАСЬ, НЕ СМОЖЕТ В НИХ ЗАМЕНИТЬ ПАПУ.



Дело в том, что именно отношения с отцом коренным образом влияют на формирование дочери как будущей женщины, на ее дальнейшие взаимоотношения с мужчинами и выбор спутника жизни. Все перечисленные факторы являются судьбоносными в жизни женщины.

Рассмотрим подробнее: как отношения с отцом влияют на судьбу дочери.

Начнем с того, что отец – первый и самый значимый образец мужчины в жизни его дочери. Ответственность колоссальная. Если бы все отцы ее осознавали...

Отцовский образ и взаимоотношения «отец-дочь» задают в детстве много программ и установок на общение уже взрослой женщины с противоположным полом. Хорошо, если установки и программы верные и полезные. А если нет?

В жизни повзрослевшей дочери могут возникнуть проблемы различного характера. Попробуем разобраться.

Предположим идеальный вариант: полная семья, родители вместе принимают участие в воспитании дочери, отношения в семье гармоничные, папа — мудрый и любящий.

Конечно, бывает трудно понять отцовскую любовь, она отличается от материнской. Но даже сдержанная, не очень эмоционально окрашенная любовь отца ощущается, воспринимается и впитывается дочкой. Дочь для любящего отца – это принцесса, это его (и уже поэтому) идеальное женское создание: самая красивая, самая любимая, самая-самая... во всем и всегда, это его гордость, это свет его души.

Кроме того, отцовская любовь дает девочке чувство защищенности, безопасности, уверенности в себе, ценности себя; развивает женственность, привлекательность, востребованность и успешность. Рядом с любящим отцом девочка вырастает, понимая, что она достойна любви противоположного пола. Когда дочь видит, чувствует и знает, что самый значимый мужчина в жизни, отец, любит и принимает ее такой, какая она есть, девочка учится любить и принимать себя, и что немаловажно – учится принимать любовь и внимание к себе противоположного пола.

Отец для девочки – это целый мир. И если этот мир любит и принимает ее, всегда готов помочь и защитить, то ей ничего не страшно. Она выходит во взрослую жизнь со знанием того, что все будет хорошо, она всегда найдет поддержку и опору, ведь весь мир на ее стороне.

Позитивная программа, усвоенная в детстве, будет работать на протяжении всей жизни на благо уже взрослой женщины.

Такая женщина будет притягивать к себе любящих мужчин, которые станут для нее поддержкой, опорой в жизни и будут проявлять постоянную заботу о ней. Еще один очень важный аспект воспитания девочки – это отношение отца к матери.

Девочке необходимо видеть, что папа любит маму. Наблюдая любовь отца к матери, каждый ребенок испытывает чувство безопасности, радости, счастья и гармонии мира. Любое проявление нелюбви к матери со стороны отца причиняет дочери боль, которая, накапливаясь, может встать непреодолимой стеной во взаимоотношениях отца и дочери.

Дорогие отцы, очень важно в отношении к матери показывать дочерям, каким образом мужчина проявляет любовь и внимание к женщине. Так у девочки формируется модель взаимоотношений между мужчиной и женщиной, которую она усвоит на всю жизнь, как все другие модели взаимоотношений в семье.



Если «любовь и внимание» в семье проявляется в виде недовольства, придирок или грубости, будет усвоен и этот урок: такая модель отношений станет естественной для повзрослевшей женщины в будущем. Вы заметили, что весь наш разговор периодически возвращается к любви. Если девочка ощущает дефицит или отсутствие отцовской любви, она вырастает неуверенной в себе, подавленной, забитой, замкнутой или, напротив, открыто агрессивной, отрицающей и подавляющей мужскую сущность.

Как часто молодую и красивую девушку приходится убеждать в том, что она красавица, умница, достойна любви и внимания противоположного пола, в то время как совершенно внешне неприметная подружка вызывает интерес у молодых людей, свободно с ними общается и не комплексует по поводу недостатков своей внешности.

Девочка, ощущавшая в детстве недостаток отцовского внимания и любви, вырастает с чувством своей беззащитности, со страхом перед огромным миром и непредсказуемостью жизни. Ей все дается большим личным трудом, потому что она не умеет просить помощи, не ждет поддержки и надеется только на себя. Успех в жизни становится нелегким делом. Личная жизнь тоже складывается непросто.

Настороженность и недоверие к мужчинам часто приводят женщину к контролю над мужем, его подавлению, взваливанию на себя мужских обязанностей. Это особенно часто встречается в случае, когда девочка воспитывалась только мамой, которая «тащила на себе все тяготы жизни» или когда отец в семье хоть и был, но матери все время приходилось самой «пахать» в отношениях с ним.

Бывает, что женщина навязчиво ищет внимания

противоположного пола, доступна и неразборчива в связях, легко вступает в отношения с мужчинами, которые проявляют к ней внимание. Она ищет любви и льнет ко всем, кто скажет ей комплимент или ласковое слово.

Своим поведением женщина все время хочет доказать, какая она хорошая и поэтому достойна любви. И вся ее жизнь превращается в сплошное стремление «угодить ему» в ожидании внимания и любви в ответ. Одни женщины терзают мужчину постоянным вопросом: ты меня любишь? Или: скажи, что ты меня любишь! Другие — тихо страдают и украдкой плачут от разочарования.

Бывает и так, что женщина боится отношений с мужчиной, не умеет их выстраивать, избегает общения с противоположным полом. Она «ударяется» в карьеру, иногда и вовсе отказывается от личной жизни и создания семьи. Зачем ей мужчина, оправдывается женщина, она сильная и сама всего может достичь.

Перекосов в жизни женщины, выросшей без отцовской любви и внимания, может быть очень много. Сколько жизней, столько и уникального опыта.

Многие женщины, прочитав эту статью, спросят: ну и что теперь делать? Детство уже прошло, жизнь сложилась не так, как хотелось, ничего не исправишь. На самом деле это не совсем так.

Во-первых, нужно отбросить жалость к себе и сожаления по поводу неудавшейся личной жизни. Ведь по каким-то причинам пройденные уроки жизни были необходимы.

Во-вторых, важно поблагодарить прошлое за бесценный опыт, простить отца (в конце концов он осуществил свое главное предназначение – вы появились на свет), отпустить все обиды, с любовью посмотреть на своего внутреннего ребенка, понять, повзрослеть и приступить к работе над собой. Постепенно начнут происходить перемены в жизни. Очень вероятно, что улучшится и здоровье. Ведь не секрет, что одной из наиболее частых причин женских болезней является накопленная обида на мужчин, в основе которой лежат проблемные взаимоотношения с отцом.

Я верю, что каждый отец, дочитавший эту статью до конца, любит свою дочь. Однако мужчинам трудно эмоционально выражать свои чувства, ведь открытая эмоциональность больше свойственна женщинам и детям.

Поэтому в заключение я хочу несколько обобщить вышесказанное и дать рекомендации отцам.

Помните, дочь нуждается в отцовской любви не менее, чем в материнской. От вашего отцовского примера зависит, как будут складываться ее взрослые отношения с мужчинами, кого она выберет в мужья, и, следовательно, как в связи с этим сложится ее личная жизнь.

Относитесь с любовью к матери вашей дочери. Дочь должна видеть пример любви и уважения между мужчиной и женщиной в лице ее родителей. Так закладывается правильная базовая модель будущих взаимоотношений вашей дочери с мужчинами.

Проявляйте доверие к дочери, заботу, разговаривайте с ней о ее проблемах, будьте рядом в ответственные моменты ее жизни, умейте отходить в сторону, уважайте ее выбор.

Проявляйте теплоту в отношениях с дочерью, обнимайте, говорите комплименты, восхищайтесь, дарите подарки, будьте искренним.

Избегайте излишней опеки своей дочери. При избытке отцовской любви у девочки может сформироваться сильная эмоциональная зависимость от отца, что наносит не меньший вред, чем недостаток отцовской любви.

Проявляйте понимание и искренний интерес к жизни дочери, проводите время вместе (посещайте театр, ходите на выставки и концерты, устраивайте праздники; слушайте музыку, которую она любит; интересуйтесь тем, чем она увлекается; вдохновляйте ее на развитие и развивайтесь сами).

Будьте строгим, когда необходимо, но обязательно мудрым и справедливым. Наказывайте с любовью, без гнева, поясняя свои действия.

Рукоприкладство в отношении дочери не позволяйте себе никогда!

Уважайте в дочери личность, даже если она еще очень мала.

Будьте позитивным, развивайте чувство юмора.

Во всем будьте достойным мужским примером!

Поощряйте женственность в дочери. Помните, вы самый важный мужчина в жизни маленькой растущей женщины – вашей дочери. Она смотрит на вас пристальным взглядом и принимает жизненные решения уже в раннем возрасте. Не пропустите детство своей дочери!

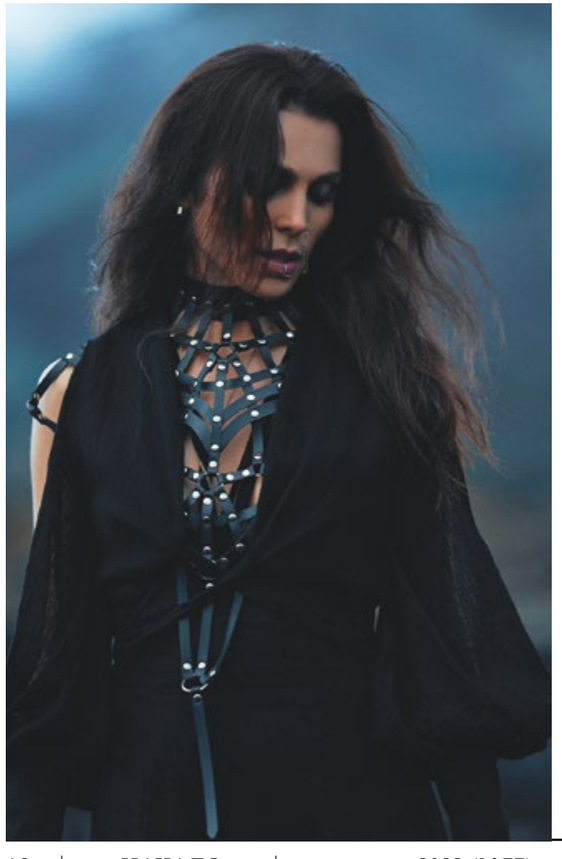
В итоге, я надеюсь, вы заслужите самую высокую награду – любовь и благодарность своей дочери и, самое главное, увидите ее счастливой женщиной в будущем.

Сати Казанова

МУДРАЯ ЖЕНЩИНА КУЛЬТИВИРУЕТ СВОЕ ЦЕЛОМУДРИЕ

ДУХОВНАЯ ТРАНСФОРМАЦИЯ САТИ КАЗАНОВОЙ, СТАВШЕЙ ИЗВЕСТНОЙ БЛАГОДАРЯ ГРУППЕ «ФАБРИКА», УДИВИЛА НЕ ТОЛЬКО ЕЕ ПОКЛОННИКОВ. ОТКАЗАВШИСЬ ОТ ШОУ-БИЗНЕСА И ПОП-МУЗЫКИ, СЕГОДНЯ САТИ ПОЛНОСТЬЮ ПОГРУЖЕНА В ИНДО-ВЕДИЧЕСКУЮ ТРАДИЦИЮ, ПРАКТИКУЕТ И ПРЕПОДАЕТ КРИЙЯ-ЙОГУ, ПОЕТ МАНТРЫ И СЧИТАЕТ, ЧТО ИМЕННО БЛАГОДАРЯ ЭТОМУ ПЕРЕХОДУ ЕЕ ЖИЗНЬ ОБРЕЛА ИСТИННЫЙ СМЫСЛ.

Фотограф: Юрий Мещанин /Стилист: Анастасия Журавлева / Художник по гриму: Ященко Кристина



Сати, расскажите о Вашем познании себя не просто как личности, но и как женщины?

С.К.: Очень глубокий и непростой для меня вопрос. Мне кажется, что познание себя как женщины у меня началось совсем недавно. Я раньше думала, что уже многое поняла, но оказалось, что по-настоящему моя трансформация в этом смысле началась только сейчас, спустя 5 лет после замужества. (Прим. Ред. Сати замужем за известным итальянским фотографом Стефано Тиоццо). Я полагаю, что после опыта материнства у меня произойдет еще одна, самая колоссальная, трансформация, самое глубокое осознание себя женщиной. Я верю, что материнство – это и есть некое посвящение, инициация в женщину. И пока оно не случилось, я не могу сказать, что познала себя в полной мере. Сейчас на этом пути мне очень помогает общение с женщинами. Я имею в виду в первую очередь ретриты, семинары, которые я устраиваю для женщин. И, как ни странно, то, что я женщинам даю, как раз и является тем, в чем я сама больше всего нуждаюсь. Помогая им исцеляться, наполняться, познавать себя, я и сама исцеляюсь и познаю свою природу. Наверное, это только начало. Я с нетерпением жду, что же будет дальше.



В чем, на Ваш взгляд, заключается ответственность женщины в современном мире? Как Вы формулируете для себя Вашу личную миссию именно как женщины?

С.К.: Тоже очень интересный вопрос. Современный мир предлагает женщине совершенно другие условия, нежели 20, 30 и уже тем более 50 лет назад. И сегодня мы можем играть такими понятиями, как равноправие, достижения, самореализация и прочие популярные слова. Современная женщина может стать кем угодно – пилотом, шахтером, боксером. Границ нет. Запретов нет. И вот этот вектор в сторону свободы, с одной стороны, дает женщине максимальную возможность раскрывать свой потенциал, а с другой – женщине приходится быть очень сильной, гибкой, вместимой, быстро переключающейся. Но я убеждена, что самые главные качества женщины, которые всегда были и остаются вне времени, – это мудрость, женственность, мягкость, текучесть. Вот эта феминная энергия, которая обволакивает, заботится, любит. Вот это самое ценное в женщине, несмотря ни на какое равноправие и достигаторство. Я считаю, что эти проявления и есть высшая миссия каждой женщины. Моей тоже. Высший пилотаж, когда женщина проживает все возможные архетипы, представленные в различных традициях, будь то греческая мифология или индуистский пантеон. Проживает и раскрывает в себе все эти краски на протяжении жизни. Тогда она может полноценно сиять всеми гранями своей женской природы.

Сати, в продолжение нашего интервью хочу предложить Вам прокомментировать несколько цитат известных людей, которые так или иначе касаются женщин. Первая из них принадлежит Монике Беллуччи: «Женщина может любить так, как будто никогда не уйдет, но может наступить такой день, уйдет так, как будто вовсе и не любила». Что Вы думаете по этому поводу?

С.К.: Права прекрасная Моника. Мне думается, такое возможно, кстати, не только со стороны женщины, когда наступает накопительный эффект, я его называю «эффект сжатой пружины». Ты раз сглотнула, стерпела и даже себе не призналась, что себя предала, потом еще раз и еще раз. Но наступает момент, когда внутри это все превращается в ядовитое чудовище, которое вдруг вылезает наружу.

Я сама все это проходила. Врала себе. А ведь это самое страшное – себе врать, что ты любишь. Он же хороший, маме нравится, уже пора замуж, пора рожать. Нет! Это все ерунда и потом очень дорого обходится.

Думаю, женщине в отношениях важно не терять себя и любить другого из избытка любви к себе. Главное – это понимать себя, смотреть в первую очередь внутрь себя, а не на него.

Мой Учитель как-то сказал по поводу отношений: «Когда двое смотрят друг на друга, это исто-

рия, обреченная на провал. Но если двое смотрят и идут в одну сторону, то есть шансы прожить долгую и счастливую жизнь». Особенно если они вместе, поддерживая друг друга, идут в сторону чего-то большого, великого, вечного, высшего, в сторону Бога. Потому что в первом случае это – стагнация, а во втором – движение. А если есть движение, развитие, совместная высокая цель, то женщине не захочется уходить.

Софи Лорен как-то сказала: «Женщина, которая не любит недостатков своего мужчины, не любит и его самого». Вы согласны?

С.К.: Мудрая итальяночка. Я во многом соглашусь с ней, но это не значит, что надо поощрять в своем мужчине, например, скупость или неряшливость. Это же просто глупо. Если речь идет о каких-то милых недостатках вроде того, что он оставляет слишком большие чаевые в ресторане – это одно. А если он не смывает за собой в туалете или носки разбрасывает по всему дому, зачем это терпеть?

Я своему мужу, кстати, четко обозначила границы. Сначала по-хорошему, потом какое-то время истерики закатывала. Он меня даже прозвал «кричина-беспричина». Я говорю: «Почему «без причина»? Смотри, крышка унитаза не опущена, носки валяются и так далее». И сейчас, когда я возвращаюсь домой, он хвастается, мол, смотри, как все чисто. Конечно, мне тут пришлось иметь дело с итальянскими традициями. Итальянцы – это такие существа, за которых всегда все делает мама, по крайней мере, 99% итальянцев так устроены. Когда я его спрашивала, неужели ты никогда не мыл посуду в детстве, он отвечал, что нет, мама никогда даже не предлагала это сделать. Сейчас он прекрасно моет посуду или хотя бы аккуратненько складывает ее в посудомоечную машину.

Если говорить о каких-то более серьезных недостатках моего мужчины, то мне трудно что-то сказать, но понятно, что каждый человек несовершенен. Хотя вот, вспомнила... Для меня поначалу недостатком было то, что он, как европеец, к деньгам относится очень прагматично, а я иногда люблю бездумно, неразумно что-то потратить. Вот захотелось мне и все!

Первое время он был нетерпим к таким моим проявлениям. Теперь он даже посмеивается над этим и иногда говорит, мол, даже не хочу знать, сколько стоит твоя новая сумка. Я же отвечаю, что и не надо тебе, дорогой, знать. Главное, что я счастлива. А если жена счастлива, значит, и муж счастлив.

Да, он стал щедрее, терпимее. Я вижу, как он за 5 лет поменялся. И он видит, как я поменялась ради него. Это взаимное обогащение, взаимное отшлифовывание этих самых недостатков и превращение их в достоинства. Я бы сказала, что, когда по-настоящему любишь мужчину, ты восхищаешься тем, как он старается свои недостатки нивелировать, как он меняется ради тебя.

А если не старается, то неизбежны конфликты, потому что в таких отношениях кто-то абьюзер, а кто-то «терпила». Я не собираюсь быть ни тем, ни другим, мой муж тоже. Главное, все делать с любовью, с юмором. Ключевое – с любовью.

Как Вам высказывание немецкого писателя Э.М. Ремарка: «Любовь – это борьба, и главная опасность – желание отдать себя целиком, кто сделает это первым, тот и проиграл. Нужно сжать зубы и быть жестоким, тогда победишь».

С.К.: Эта цитата не импонирует мне никоим образом. Сколько искажений в отношении величайшего понятия «любовь»: борьба, стиснуть зубы, быть жестоким, не сдаваться и так далее. Само понятие «любовь» в ней извращено, тогда как это на самом деле великий дар.

Есть прекрасное, тончайшее произведение «Пророк» Джебрана Халиля Джебрана, в котором говорится: «Если любовь путеводит вас, следуйте за ней, даже если пути ее трудны и тернисты. Если она осенит вас своими крылами, не противьтесь, даже если вас ранит меч, скрытый в ее оперении». Слыша эти слова, хочется любить, потому что любовь Джебрана Халиля Джебрана – это подвиг, подвиг духа. И еще хочу процитировать фразу из замечательного суфийского фильма «Баба Азиз»: «Подметать душой своей у ног своей возлюбленной». Вот это любовь.

Я скажу так, любовь – это дар, и нужно охотно сдаваться, падать в нее, даже если тебе грозят тысячи стрел, потому что нет ничего прекрасней, чем истекать любовью на стрелах этой любви.

«Мудрая девушка целует, но не любит, слушает, но не верит и уходит до того, как ее оставят». Это цитата Мэрилин Монро.
Прокомментируете?

С.К.: О, Мэрилин... Надо понимать, насколько тяжела была ее судьба и насколько она была ранена. У нее было два мощнейших психотерапевта, насколько я знаю, и она с ними просто не расставалась. У нее было очень тяжелое детство, юность, абьюзинг, любви она не знала. То есть это насквозь травмированная женщина и, конечно, ее цитата обусловлена ее травмами. Смысл этого высказывания в том, что надо поскорее бежать, пока тебе не причинили боль. И я не соглашусь с этим, потому что это – позиция жертвы. Здесь важно разобраться, почему ты на такой позиции, и, разобравшись, стать зрелой, взрослой, сильной, вернуть себе свою силу и ответственность за свою жизнь. Если ты не любишь так, чтобы вообще скинуть все доспехи, то какой вообще смысл жить? Почему ты живешь так, как будто ты уже умер?

Если бы меня спросили, кто такая по-настоящему мудрая девушка, я бы сказала, что это прежде всего девушка, которая бережет свое целомудрие. Ах, если бы я об этом знала в своей юности. Ну, узнала, когда узнала.

И тут даже не про девственность идет речь. Целомудрие – это соединение целостности и мудрости, что, в принципе, понятно из самого слова. Это же великое славянское слово, немодное сейчас, к сожалению, хотя несет в себе огромную силу. Из этого соединения вытекает сила женщины.

Есть такое мнение, что мы смогли победить фашистскую Германию, во многом благодаря и целомудрию, верности, молитве наших.

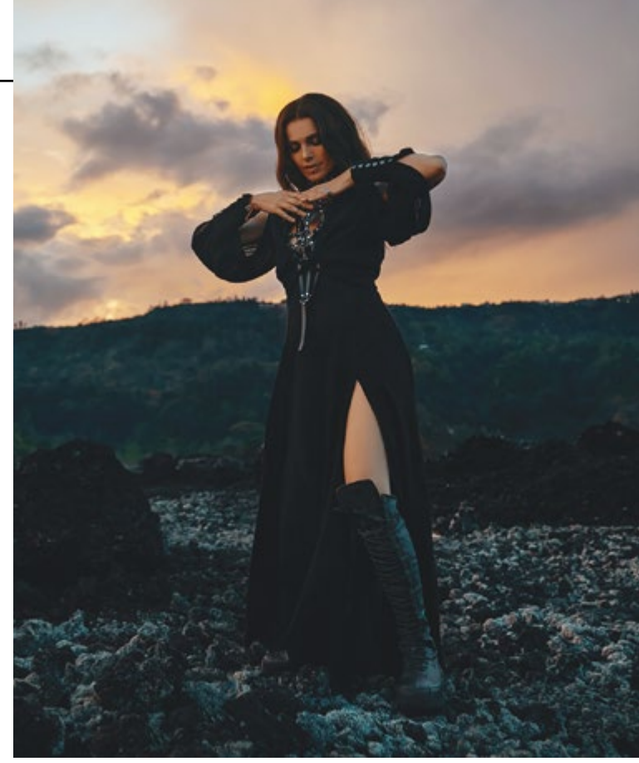
И Мэрилин Монро, если бы она знала об этом, если бы она смогла справиться со своими травмами и найти прежде всего себя, собрать себя в цельного человека, то, возможно, судьба ее сложилась бы по-другому.

Но она же вступала только в отношения, где она какая-нибудь вторая, третья, пятая, седьмая слева или никогда не будет первой. Или она вступала в отношения с теми, кого вряд ли любила, но кто мог ей что-то дать – роль в кино, деньги, влияние и так далее.

Одним словом, я не согласна с прекрасной и великой Мэрилин Монро. Я скажу так: мудрая девушка – это девушка, которая хранит и культивирует свое целомудрие.

Михаил Жванецкий однажды пошутил: «Женщину скандал не портит, а освежает. Она скандалит и живет». Вам близко такое мнение?

С.К.: Как жена итальянского мужчины скажу, что да, скандал меня явно не портит, он меня точно освежает и придает мне дополнительный шарм. Мой муж придумал способ, как привести меня в чувство. Он подбегает ко мне и начинает много-много и часто-часто меня целовать, пока я не начинаю заходиться хохотом. И тогда он радуется: «Все, лекарство сработало!» И действительно, уже как бы и не поскандалишь.



Но вообще, я считаю, что иногда надо пустить свой голос на свободу, почему бы и нет. Мне очень импонируют все эти итальянские эмоциональные проявления. Чем чаще и ярче они выражаются, тем здоровее отношения, я считаю. Нет ничего страшнее якобы идеальных отношений, в которых на самом деле все обо всем просто молчат. Жуткое дело, просто отвратительно. Там, знаете, как будто тихо что-то гниет, покрывается плесенью и тухлой водой. А истерика – это такой «движ-Париж», как говорится. Пока вот этот «движ» есть, отношения как будто живая, свежая вода, бьющая ключом.

Мне кажется, что большая и общая боль российско-советских женщин заключается в том, что нам запрещали всякие подобные проявления, потому что это якобы неприлично, некрасиво. Поэтому после таких всплесков, которые неизбежны для женщины, как эмоционального существа, мы себя чувствуем виноватыми. Много стыда, сожаления. А это вредно – и для самой женщины, и для отношений.

Я считаю, что к этому должно быть здоровое отношение. Поскандалила – и нормально, потом обнялись, классным сексом позанимались, и доброе утро! Зачем все усложнять? Пусть будет ярко, сочно и красочно!

Иди ко мне

Когда маленькая Арианна оставила свои ходунки и начала делать первые самостоятельные шаги, то часто падала и сбивала себе коленки, что бывает со всеми детьми ее возраста. Мама тогда раскрывала объятия и звала:
— Иди ко мне!
Малышка семенила к ней неуверенными шажками, забиралась на колени и прислонялась к маминой груди. Мама спрашивала:
— Ты моя девочка?
Арианна, еще плача, утвердительно кивала головкой. Потом мама спрашивала:
— Ты мой самый дорогой клад?
Девочка соглашалась, уже улыбаясь. В конце мама говорила:
— Люблю тебя очень-очень, больше всего на свете!
После обоюдных улыбок и ласки Арианна готова была преодолевать новые и новые препятствия.
Когда ей шел пятый год, она и дальше хотела играть в игру под названием «Иди ко мне», если разбивала коленку, чувствовала себя оскорбленной или просто хотела сказать маме «добрый день» или «спокойной ночи». Как-то маме пришлось переживать очень трудные минуты. Она была до предела измученной, нервозной. Пришлось помогать мужу, заниматься двумя сыновьями-подростками и дочкой, да еще и в домашнюю работу впрягаться. Как только звонил телефон или кто-то в дверь — это означало очередную работу, которая требовала немедленного исполнения. После обеда случился кризис. Женщина убежала в свою комнату, чтобы дать волю слезам. Арианна побежала за ней. Вбежав в комнату, сказала:
— Иди ко мне!
Прижалась к маме, пальчиками коснулась ее орошаемых слезами щек, а потом спросила:
— Ты моя мамочка?
Мама со слезами подтвердила кивком головы.
— Ты мой самый дорогой клад?
Женщина снова кивнула, уже с улыбкой.
— Я люблю тебя очень-очень, больше всего на свете!
Улыбки, объятия, ласки — и вот мама снова готова к жертвенному труду.
Кто дарит любовь, тот получает любовь.

Андрей Булах

ДЕВОЧКА – ЭТО ЦВЕТОК

СЧАСТЬЕ – ОДИН ИЗ АТРИБУТОВ ИСТИННОЙ ЖЕНЩИНЫ, УВЕРЯЮТ ЭКСПЕРТЫ. И ОГРОМНОЕ ВЛИЯНИЕ НА ТО, БУДЕТ ЛИ ДЕВОЧКА СЧАСТЛИВА ВО ВЗРОСЛОЙ ЖИЗНИ, ОКАЗЫВАЕТ ВОСПИТАНИЕ И САМООЦЕНКА, ЗАЛОЖЕННАЯ РОДИТЕЛЯМИ ЕЩЕ В ДЕТСТВЕ. О ТОМ, КАК ВОСПИТЫВАТЬ ДЕВОЧКУ, МОЖНО ЛИ ВЫРАСТИТЬ ИЗ НЕЕ ИСТИННУЮ ЖЕНЩИНУ И КАКОЕ ВЛИЯНИЕ ОКАЗЫВАЕТ КАЖДЫЙ ИЗ РОДИТЕЛЕЙ НА ЖИЗНЬ СВОЕЙ ДОЧЕРИ, РАССКАЗАЛ ПСИХОТЕРАПЕВТ АНДРЕЙ БУЛАХ.



С точки зрения современности, женщина должна быть счастлива в отношениях, чтобы у нее была гармония с партнером, детьми и вообще с окружающими. Кроме того, она должна быть эффективна как личность, реализующаяся и в личной жизни, и в любимом деле. Говорить о том, что женщина должна сидеть дома, заниматься хозяйством, равно как говорить о том, что она должна полностью уходить в работу, бизнес, – это две крайности. Поэтому истинная женщина – это та, которая находит оптимальное соотношение между личной жизнью и работой.

Также есть еще один важный момент. Истинная женщина – та, которая чувствует себя счастливой вне зависимости от того, есть у нее партнер или нет. Поэтому прежде всего девушка должна обрести гармонию, счастье, уверенность в себе, в том числе в профессиональном плане. И это во многом зависит от того, как ее воспитывали.

Если девочка получила в детстве правильное воспитание, как правило, у нее не возникает проблем ни в отношениях, ни на работе, ни в жизни в целом. Есть четкие принципы воспитания девочек, которые известны еще с древности. Безусловно, в первый год жизни больше важна мама. Тут задача папы – помочь своей жене, снять с нее заботы, дать ей возможность восстановиться, давать ей эмоциональную поддержку. Не стоит требовать от нее выполнения домашних обязанностей наравне с заботой о ребенке. Когда мужчина чувствует, что женщина устала, если он не может помочь сам, то, по возможности, должен организовать помощь со стороны – бабушек и дедушек или няни. Идеальный вариант – когда папа с утра забирает ребенка и идет с ним гулять, тем самым он дает возможность маме поспать лишний час, который ей необходим для восстановления сил. Ребенок – неважно, мальчик или девочка – очень четко дифференцирует мужчин и женщин по многим критериям. Для него важно понимание разницы между представителями двух полов. Тут, конечно, примерами для малыша будут мама и папа или, допустим, бабушка и дедушка. В случае с девочкой она будет осознавать, что отличается от папы – то есть всех мужчин – внешностью, прической, запахом и рядом других признаков, будет понимать, что она девочка. Это первый и важнейший этап – осознание собственной половой принадлежности. Для девочки первым мужчиной всегда будет отец. Если он заботится о девочке, относится к ней, как к принцессе, тем самым он дает ей ощущение доверия к мужчинам, безопасности и понимание того, что отношения с противоположным полом ей не навредят.

Девочку нужно воспитывать как нежный цветок, о ней нужно всячески заботиться. Поэтому у жен-

щины, которая в раннем возрасте получила много материнской и отцовской любви, не возникает дефицита этого чувства. Если этого не было или было недостаточно, она потом будет пытаться дополучить эту любовь за счет каких-то других аспектов, допустим, стараясь угодить мужчине, чтобы он ее любил. И именно недостаток родительской любви может привести к заниженной самооценке уже взрослой женщины. Она может считать, что ее не за что любить, могут появиться сомнения в собственной привлекательности.

Некоторые родители спрашивают, не избалуют ли они девочку своей опекой. На самом деле, нет, девочку нельзя этим избаловать, по своему развитию она все равно автоматически будет проявлять заботу, важно, чтобы был объект заботы. Чем больше она любви получила в детстве, тем проще ей будет потом отдавать любовь. Поэтому в вопросе воспитания, конечно, важно, чтобы воспитанием занимались оба родителя.

Если женщина воспитывает девочку одна, конечно, ей сложно совмещать роли и папы, и мамы, поэтому лучше пусть она будет только в роли матери, не нужно пытаться входить в роль отца. А если не хватает мужского внимания, лучше отдать ребенка в какую-нибудь секцию или кружок, где есть преподаватель мужчина. Важно, чтобы он вызывал у вас доверие, был счастлив в семье и у него были свои дети, желательно девочка.

Еще очень важно, чтобы мама, которая одна воспитывает девочку, формировала в ней уважение к мужчине. Практика показывает, что проблема многих матерей – это обиды на мужчин, а иногда на весь мужской род, в том числе из-за того, что не сложились отношения как минимум с отцом ребенка. Естественно, дочка перенимает обиды, агрессию по отношению к мужчинам, что может помешать ей строить отношения в будущем. К счастью, многие женщины осознают эту ответственность перед дочерьми и стараются менять свое отношение к мужчинам (есть множество способов это сделать), чтобы не передавать своей дочке негативное отношение к мужчинам.

Девочка, выросшая без папы, который бы мог дать ей любовь и заботу, может вступать в отношения, особенно первые, с мужчиной, который заменит отца. На каком-то этапе возникают конфликты, потому что отношения «родитель-ребенок» не подразумевают под собой интимные отношения и такие отношения могут разрушиться. Но, как правило, если мужчина сам достаточно гармоничный и мудрый, он дает ей заботу, внимание, и девушка в этих отношениях действительно дозревает, но если при этом у них складываются гармоничные сексуальные отношения, тогда пара может прожить вместе всю жизнь.

Девочке с детства важно получать подтверждение собственной значимости, привлекательности, что она красивая, умная, талантливая, тогда она станет успешной. А говорить ей, что она неумеха, бестолковая или лентяйка, не стоит. Мотивация через негатив крайне нежелательна для женщины. Большинство девушек, глядя в зеркало, к сожалению, видят свои недостатки. Далеко не каждая скажет, мол, здесь, конечно, можно немного подправить, но в целом все хорошо. Если родители с детства в девочке формируют ощущение привлекательности, риск развития комплексов в будущем сокращается многократно.

По отношению к девочке нужно проявлять заботу, восхищение. Причем важно, чтобы ей мужчины об этом говорили. Ведь девочку женщиной в психологическом плане делает мужчина. Ставить цель для девочки – получить хорошее образование или оценку – не так важно, она всего этого добьется и так, потому что старательна по природе. Но если ей дать эту уверенность в себе, она будет учиться еще лучше.

Есть принципиальная разница между тем, как хвалить девочек и мальчиков. Девочку хвалят за то, что она есть, это, так называемая любовь-забота. Ей нужно говорить: ты прекрасна, красива. Ее не хвалят за поступки и действия. Если мама говорит, мол, ты молодец, за то, что та прибралась, девочка будет считать, что для того, чтобы ее любили, она обязана совершать какие-то действия, и этой моделью поведения она будет пользоваться во взрослой жизни. И такая девочка в будущем может удивляться: почему ее мужчина любит, хотя она еще ничего для него не сделала. Кстати, слово «молодец» все же мужское, для девочек, пожалуй, больше подходит «умница». А мальчика нужно хвалить за действия, что он помог, сделал что-то полезное и нужное. Тогда он начнет понимать, что его любят за то, что он действует. В этом случае он будет стараться что-то делать в отношении семьи, мамы, жены, детей. У нас, к сожалению, сейчас идет перекос. У девочек формируют модель – «ты должна», «действуй».

Чтобы она не выросла эгоисткой, ее надо научить заботиться о других. Если в семье есть другие дети, то девочка сама начинает о них заботиться, главное, ее в этом поддержать.

Ценный подарок

Однажды папа наказал свою трехлетнюю дочь за то, что она потратила рулон позолоченной оберточной бумаги. С деньгами было туго, и папа был просто взбешен оттого, что ребенок пытался украсить какую-то коробочку без видимой на то причины. Несмотря на это, на следующее утро маленькая девочка принесла своему отцу подарок. Она сказала:

– Это для тебя, папочка.

Он был обескуражен тем, что за день до этого накричал на дочку. Но его возмущение снова вырвалось наружу, когда он обнаружил, что коробка пуста... Он обратился к дочке:

– Разве ты не знаешь, что когда дарят подарок, то предполагается, что в коробке будет что-то лежать? А у тебя просто пустая коробка.

Маленькая девочка взглянула на него со слезами на глазах:

– Папочка, она не пустая. Я наполнила ее своими поцелуями. Они все твои, папочка!

Отец был поражен. Он опустился на колени, нежно обнял дочку и умолял ее о прощении. С тех пор папа хранил это бесценный подарок рядом со своей кроватью несколько лет. Если у него что-то не клеилось в жизни, он вспоминал поцелуи и любовь, которую подарила ему дочка. И это намного важнее всех неурядиц, материальных богатств и ссор из-за пустяков.

ДОЧЬ-ПОДРОСТОК И СЕКС: КАК ПРОВЕСТИ ТОТ САМЫЙ РАЗГОВОР?

ДЕТИ РАСТУТ ОЧЕНЬ БЫСТРО, И ЧАСТО РОДИТЕЛИ ОСТАЮТСЯ В УВЕРЕННОСТИ, ЧТО «ОНА ЖЕ ЕЩЕ РЕБЕНОК», И НЕ УСПЕВАЮТ ПРОВЕСТИ ОДИН ИЗ ВАЖНЕЙШИХ РАЗГОВОРОВ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА — РАЗГОВОР О СЕКСЕ.



Что важно знать родителю

Во-первых, по-честному нужно вспомнить себя и свой интерес к сексу в самом раннем детстве, свой первый раз и первые серьезные отношения, во-вторых, осознать, что в 4-5 лет ребенок уже может «все знать» (другие дети, садик, интернет, книги), а в 10-12 лет он уже знает и видел больше, чем некоторые родители, благодаря интернету и, наконец, 16-17 лет — средний возраст первого секса у девушек. И если в 4-6 лет маленький человек впервые задает серьезные вопросы о том, «откуда берутся дети», в таком случае вы просто можете приобрести специальную книгу для детей и прочитать ее вместе с ребенком, а с подростком — это совсем другой разговор.

Девушка-подросток — молодая женщина, уже начинающая приобретать сексуальный опыт, нравится это родителям или нет. Поэтому нужно обязательно сыграть на опережение и перестать думать, что «она же ребенок».

Критические ошибки родителей в вопросах полового воспитания

- Делать вид, что секса не существует.
- Никогда не говорить со своим ребенком о сексе, подавлять его вопросы.
- Перекладывать ответственность на интернет и учителей. Ваша семья, ваши супружеские отношения — ролевая модель для ребенка.
- Пытаться запугать или застыдить: «Секс ужасен/Это стыдно!», чтобы ребенок боялся этой темы, как огня.
- Вестись на «Ну, мам, отстань» и «Я и так все знаю». Подросток — это только «личинка человека» и, несмотря на энциклопедичность, опыта нет. Проговорить ключевые моменты несколько раз — очень важно.
- Оскорблять своего ребенка за сексуальный интерес.
- Выдать вагон установок про «хороших девочек», «грех» и «проституток».
- Категорически запрещать нельзя — помните, что запреты могут аукнуться в будущем (как минимум, человек будет долго и муторно прорабатывать тему секса с психологом, как максимум — поломает себе репродуктивную систему, и внуков у вас не будет).
- Схватиться за сердце или разгневаться, когда случайно выяснится, что подросток уже занимается сексом/мастурбирует/смотрит видео с соответствующим контентом.
- Стараться «выгнать» ребенка со всем его сексом «куда подальше» — «не под моей крышей!»
- Наезжать, строить, ругать, просто потому что вы сами стесняетесь или так делали ваши родители. Осознанно!

3 ключевых этапа грамотной работы

1. Разговор

Лет в 14-15 должен состояться очень информативный разговор. Подготовьте материал и список для беседы, чтобы ничего не упустить.

Манера разговора — не ругать, не наезжать, не заламывать себе руки, а спокойно объяснять, как если бы темой было «почему не надо есть битое стекло».

Ключевые моменты разговора.

- Секс — это прекрасно, если он по любви и по взаимному согласию.
- Твое тело — это твое тело. Никто не может принуждать тебя к тому, что ты не хочешь делать, даже если это твой парень и вы «встречаетесь целый год, и уже пора».
- «Начинать» нужно только тогда, когда ты на 100% уверена в своем партнере, и ваши отношения очень нежные, доверительные, и вы оговорили все аспекты защиты.
- Здоровье нужно беречь с самого первого раза и всегда внимательно следить за этим: не полагаться на партнера в вопросах защиты и на авось. Никогда не соглашаться на компромисс в этом вопросе!
- Боль — это не норма, и ее не нужно терпеть. Никогда не терпи боль или что-то неприятное, всегда говори об этом своему партнеру и обращайся к врачу.

Неприятные, но важные моменты, которые могут сохранить вашему ребенку здоровье.

- Важность предохранения от нежелательной беременности и инфекций: презерватив, презерватив и еще раз презерватив!
- Аборты — это очень тяжело для организма и для психики, и лучше постараться оградить себя от такого опыта.
- Сейчас медицина еще не умеет лечить все за-



болевания, которые передаются половым путем, лечение долгое, дорогое и на всю жизнь. Поэтому еще раз презерватив!

- Средства экстренной контрацепции — это именно экстренная контрацепция, и она не защищает от инфекций и не может быть использована на постоянной основе.
- Обсудить, что делать, если кто-то пристает на улице, в общественном транспорте, в учебном заведении (кричать, бежать, звать на помощь, звонить родителям).
- Нужно предупредить о том, что алкоголь и различные вещества могут «выключить», и тогда веселье может иметь последствия.
- Если ваша дочь идет куда-то гулять и возвращается поздно, всегда проверяйте, чтобы у нее были деньги на такси и оставляйте свой телефон со включенным звонком.

Помните, что в пубертатный период абсолютное доверие, которое было у вас с ребенком в детстве, может ускользать. Поэтому открывайтесь первыми, показывайте, что доверяете, но мягко устанавливайте границы. Вы все еще главные и старшие в семье.

2. Посещение женского доктора

Второй момент — первое осознанное посещение женского доктора по теме здоровья и контрацепции. Важно отвести подростка к адекватному гинекологу, предупредить врача о теме визита и позволить им обсудить какие-то вопросы тет-а-тет.

Ваша задача — отвести, дать контакт и показать, что посещение врача — это не стыдно и должно стать привычной ежегодной рутиной.

Позаботьтесь о том, чтобы у дочери был контакт доктора.

3. Сохранение контакта

Обязательно пригласите парня вашей девушки к вам домой и познакомьтесь.

Будьте доброжелательны, если даже молодой человек, на ваш взгляд, – «чупакабра». Не осуждайте выбор дочери — так вы только отдалитесь, её гормональная привязанность к нему сейчас гораздо больше, чем к вам.

Общайтесь, покажите, что вы рады, если они будут дома, а не где-то там. Не лезьте за закрытую дверь, уважайте пространство, но мягко выставляйте границы. Так вы сохраните доверие вашего ребенка. Если вы его потеряете, проблем будет гораздо больше. Если вы считаете, что парень «категорически ей не подходит!», проводите больше времени вместе. Приглашайте их на выезд на природу, в кинотеатр, ресторан, поиграть в бильярд или боулинг. Делайте то, что обычно, но включайте молодого человека в активность.

Так на вашей территории девушка сможет оценить, насколько молодой человек вписывается в ее привычную картину мира. Не отталкивайте их и дайте пройти полный цикл отношений. Решения должна принимать она самостоятельно. Помните, что она хоть и «маленькая», но уже женщина, и ее выбор — приоритет.

Дорогие родители, сохраняйте контакт с вашими детьми, будьте рядом, любите, снабжайте адекватной информацией и не стесняйтесь обеспечить вашему ребенку счастливую и здоровую жизнь. Несколько разговоров с красными щеками — и все будет хорошо!

Ответ

Жил родитель, который очень любил своих детей и очень боялся, что с ними что-то случится. Поэтому он всегда контролировал каждый их шаг, указывая, в какую сторону им нужно идти. Он делал все, чтобы никакие трудности не омрачили их жизнь. Но, несмотря на это, его дети выросли недостойными людьми.

В отчаянии любящий родитель воскликнул:

— Жизнь! Почему же так случилось?!

Та ему ответила:

— Потому что ты не дал мне ни единой в озможности их воспитать.

Ольга Афанаскина

4 ПРИНЦИПА ВОСПИТАНИЯ НАСТОЯЩЕЙ ЛЕДИ

ЧТО ТАКОЕ ЖЕНСТВЕННОСТЬ? ДОСТАТОЧНО ЛИ НАУЧИТЬ ДЕВОЧКУ ХОРОШО И ВКУСНО ГОТОВИТЬ, СОБЛЮДАТЬ ЧИСТОТУ И ПОРЯДОК В ДОМЕ, ЧТОБЫ ОНА ВЫРОСЛА НАСТОЯЩЕЙ ЖЕНЩИНОЙ? ИЛИ НУЖНО ЧТО-ТО ЕЩЕ? КАК ВОСПИТАТЬ НАСТОЯЩУЮ ЛЕДИ?

Понятие мужественности не меняется с годами и веками. А вот представление о том, какой должна быть женщина, меняется и не в пользу женщины. Современная женщина стремится быть наравне с мужчиной, и в этом ее главная ошибка. Потому что то, что хорошо и полезно для мужчины, совершенно убивает в нас женственность. У женщин есть свои преимущества и отличия, так почему же мы их забыли и все больше учим наших девочек быть сильными, самостоятельными, решительными? Ведь это мужские качества?

Какими же качествами обладает Истинная Женщина и как их развивать в дочери?

1. Женщина разная, она переменчивая, текучая, гибкая, в отличие от мужчины, который более жесткий и организованный. Она не рвется и не борется наравне с мужчинами, она умеет обходить препятствия, обтекать их, как вода. Поэтому женщина более живучая и более выносливая. Жесткий мужчина, наталкиваясь на препятствие, может сломаться, а женщина не ломается, она может переждать, обойти, изогнуться, поплакать и успокоиться, но не сломаться.

Показывайте пример разрешения конфликтов или споров с мужем по-женски, то есть не спорьте до «своего последнего слова». Не стремитесь, чтобы ваше слово было решающим. Покажите, как вы лаской и вниманием можете сломить даже самого сильного мужчину. У женщины свои способы.

Развивайте в дочке женскую смекалку. Когда кому-то из мужчин нужна помощь, или они спорят, или папа пришел с работы уставший и «фырчит» на вас, попробуйте найти вместе с дочкой способ, как можно мужчин помирить, папу успокоить без выяснения отношений. В этом проявляется настоящий женский талант.

Позволяйте себе с дочкой иногда полениться, не спешить, а не быть всегда и везде первой, правильной, всегда лидером. Для женщины очень важно уметь расслабляться. Современные женщины очень редко умеют это делать.

Устраивайте себе женские дни, позволяйте иногда побаловать себя. В эти дни пусть рядом с вами не будет мужчин. Вы можете себе устроить прогулку, съесть мороженое в тени парка, сходите вместе в салон красоты (девочкам тоже можно делать прически). Делайте в эти дни то, что вам хочется.



2. Женщина – творческое создание, она умеет творить, создавать, придумывать и реализовывать это.

Творите поделки, делайте кукол, рисуйте, танцуйте, поощряйте любое творческое начало. Вышивайте, шейте, даже если вам эти увлечения не по душе. Почитайте литературу, помогите дочке разобраться в том, что ей нравится и приносит удовольствие. Творите уют в доме. Это не только наводить вместе порядок и заниматься уборкой. Подбирайте цветовую гамму, занавески, придумывайте вместе расстановку, чтобы это было уютно и удобно для ваших домашних. Украшайте ваш дом вместе, придумывайте декор.

Учите дочку видеть необычное в обычных явлениях или предметах: как сегодня солнышко ярко светит, а вот муравьишка тащит большую палку, а вон воробей утащил кусок хлеба у голубя. Как стало теплее и уютнее в комнате, когда туда поставили вазу с цветами. Творите вкусные блюда для своего папы или мужчин (если в семье есть еще мальчик). Придумывайте свои новые рецепты. Позволяйте дочке мечтать, потому что именно женщина своими мечтами вдохновляет мужчину на интересные идеи и открытия. Не зря ведь женщина – это муза для мужчин!

Позволяйте дочке иногда пачкаться на улице, быть непослушной, взбалмашной, не стыдите ее за грязные колготки. Она ребенок, движение так же важно для нее, как и для мальчишки. Позволяйте быть разной, подвижной, не запирайте в бесконечные правила о том, что девочка должна быть чистой и прилежной. Пусть она проявляет разные эмоции, творчество – это всегда движение!

3. Женщина умна, легка в общении, умеет поддержать разговор и умеет быть интересной для мужчины.

Подавайте дочке пример того, как женщина может развиваться. Не ограничивайте свою жизнь только работой, домом и ребенком. Пусть у вас

будут хобби, увлечения. Учиться – не обязательно получать второе образование, осваивайте новые знания, например, ароматерапию, здоровое питание, десятипальцевый метод набора на клавиатуре или то, что вам еще придумается, к чему есть интерес.

Общайтесь с дочкой, рассказывайте все, что узнаете. Вместе с вашими интересами расширяется ее кругозор. Успешные мужчины любят женщин, с которыми есть о чем поговорить.

Не запирайте дочку в образе маленькой девочки, позволяйте расти и иметь свои интересы, увлечения, не похожие на ваши, изучите то, что ей нравится, помогайте реализовывать ее желания, даже те, которые вам не нравятся или вы считаете, что они не очень «женские». Позволяйте получать ей свой опыт, разный, она придет к своей женственности. Поскольку девочки более усидчивы, чем мальчики, то их раньше начинают учить читать и вообще натаскивают на учебу. Не увлекайтесь только этим. Обращайте внимание не только на получение теоретических знаний, но и на развитие практических навыков. Быть просто умной, если эти знания никому не нужны и их невозможно применить на практике – это не то, что мужчина ищет в женщине.

4. Женщина – хозяйка своего дома, хранительница очага. Она уверена в себе, она – опора для мужчины и для детей, ведь дом – это крепость, где всегда уют, тепло, принятие и покой. В этом пункте много НО, потому что быть хозяйкой – это то, что женщины умеют делать и даже слишком, но делают неправильно!

Как уже было сказано выше, творите новые блюда. Учите дочку готовить, но не превращайте это в суровую обязанность. «Ты должна уметь готовить, потому что ты женщина, мужчина любит вкусно поесть!» Настоящая женщина готовит, но готовит с любовью, с радостью. Так проявляется ее забота о своем мужчине. Поэтому учите дочку получать удовольствие от процесса приготовления. Как? Начните сами получать удовольствие от этого. Не любите готовить? Может, потому что для вас это суровые женские будни? Найдите радость в этом и передавайте своей дочке удовольствие радовать папу вкусным обедом и красивой сервировкой стола.

Важно поддерживать порядок в доме и знать, что где лежит, но не нужно гнаться за идеальным порядком всегда и везде. Это создает напряжение, которое убивает в женщине Женщину.

Спросите своего мужчину, что он предпочтет: идеальную чистоту в доме каждый день, но уставшую и изможденную женщину или иногда небольшой беспорядок, пыль на телевизоре, но отдохнувшую женщину, которая с радостью встречает своего мужчину? Не надо учить девочку соблюдать идеальную чистоту в доме. Полюбите небольшой беспорядок, небрежность, не ругайте дочку за несовершенство!

Позволяйте дочке расти, не делайте из нее маленькую принцессу, которая летает в облаках. Найдите в своей девочке подругу, равную себе.

Не увлекайтесь сказками. Позволяйте мечтать, но не строить иллюзий и ждать принца на белом коне, который придет и все сделает, спасет. Покажите, как женщина сама может создавать ту атмосферу в семье, которую она хочет видеть. Учите не просто мечтать о мужчине, учите заботиться о нем, проявлять к нему любовь, доверять ему принятие решений и т. д.

Для воспитания девочки необходимы оба родителя, не только мама. Ведь папа, как первый в жизни девочки мужчина, воспитывает в ней ощущение себя женщиной, уверенность в себе как женщине, уверенность в своей привлекательности, способной на глубокие и чувственные отношения с противоположным полом.

Мама учит использовать свое женское преимущество в жизни, реализовывать свои женские качества в жизни. То есть папа учит чувствовать себя женщиной, а мама учит действовать и поступать как женщина.

Что же делать папам?

Папа дает девочке больше любви, чем мама. Папа своим отношением закладывает убеждения девочки о том, какого отношения к себе со стороны мужчины она достойна.

Будете строгим папой, который воспитывает и запрещает, дочь вырастет и найдет мужчину, который будет делать замечания, засыпать упреками и требовать идеальности. Мужчину, которого она будет бояться расстроить, бояться не угодить ему.

Будете относиться к ней как к любимой женщине: дарить много любви, уважения, подарки, комплименты, тогда дочь вырастет и найдет себе мужчину, который будет носить ее на руках и завоевывать для нее мир! Выбор за вами.

Виноградная лоза

Молодая женщина пришла к мудрецу за советом.

– Мудрец, моему ребенку исполнился месяц. Как мне следует воспитывать свое дитя: в строгости или же в ласке?

Мудрец взял женщину и подвел к виноградной лозе:

– Посмотри на эту лозу. Если ты не будешь ее обрезать, если, жалея лозу, ты не будешь отрывать у нее лишние побеги, то лоза одичает. Потеряв контроль над ростом лозы, ты не дождешься сладких вкусных ягод. Но если ты укроешь лозу от солнца и его ласки, если не будешь заботливо поливать корни лозы, то она зачахнет, и ты не получишь сладких вкусных ягод... Лишь при разумном сочетании того и другого удается вырастить изумительные плоды и вкусить их сладость!



Антон Чехов

Хорошее воспитание не в том, что ты не прольешь соуса на скатерть, а в том, что ты не заметишь, если это сделает кто-нибудь другой.



Жан-Жак Руссо

Вам не удастся создать мудрецов, если вы будете в детях убивать шалунов.



Януш Леон Вишневский

Самое главное, что может сделать отец для своего ребенка, — это быть хорошим мужем для его матери.



Наталья Царенко

Девочки ориентированы на выживание, мальчики — на прогресс, поэтому именно девочки обладают более крепкой психикой и выносливым организмом.



Бернард Уильямс

Рано или поздно мы все начинаем цитировать наших матерей.



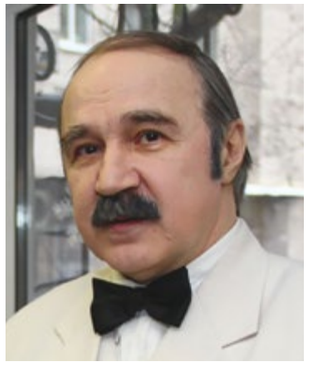
Оноре де Бальзак

Тот, кто желает хорошо воспитать ребенка, обречен всегда придерживаться справедливых взглядов.



Аркадий Аверченко

Легче девочке постигнуть психологию спящего слона, чем взрослому человеку — психологию девочки.



Константин Мелихан

Наши дети как наши деньги: какими бы ни были большими, всегда кажутся маленькими.

АФОРИЗМЫ

Мария Малыгина

ЧЕМУ МОЖЕТ НАУЧИТЬ ТОЛЬКО ПАПА

«НЕ ЗАВИДУЮ ТЕБЕ, КОГДА ОНИ ВСЕ ПОДРАСТУТ», «ЧЕМ ТЫ ЗАСЛУЖИЛ ТАКОЕ СЧАСТЬЕ?», «ДА, БРАТЕЦ, ТЫ ПОПАЛ В ОКРУЖЕНИЕ». НАШ ГЕРОЙ, ОТЕЦ ЧЕТЫРЕХ ДЕВОЧЕК, СЛЫШИТ ЭТИ ФРАЗЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ И НЕ ПОНИМАЕТ ТЕХ, КТО ТАК ГОВОРИТ, ВЕДЬ БЫТЬ ОТЦОМ ДЕВОЧКИ — ОСОБАЯ ПРИВИЛЕГИЯ. ВОТ ЕГО СОВЕТЫ ДРУГИМ ОТЦАМ.



Она хочет, чтобы вы ее любили

Больше, чем миллион разных девчачьих штучек, которые она у вас просит и которые вы ей, конечно же, купите. Она может не спрашивать: «Папа, ты меня любишь?» — но это главное, что ей нужно. В этом заключается роль отца.

Дочь может вас огорчить, она может наделать ошибок и даже когда-то повернуться к вам спиной, но никогда не заставляйте ее сомневаться в своей любви. Посмотрите в ее глаза и скажите ей это. Сделайте это сегодня и не забывайте повторять каждый день.

Слушайте ее музыку

Когда все мои четыре девочки в машине, они слушают песни Тейлор Свифт, Кэти Перри, Ланы Дель Рей — в общем, тех, кого я бы никогда не слушал, если бы ехал один. С одним исключением — я люблю Тейлор Свифт. Но если эта музыка их зажигает, мы зажигаем вместе!

Она внимательно смотрит, как вы относитесь к ее матери

Если у вас нет времени, чтобы прочитать весь список, прочтите только этот пункт, он самый важный. Лучшее из того, что вы можете сделать для дочери, — любить ее мать. Посвятить жизнь ребенку легко: можно жить ее кружками, учебой, соревнованиями, переходить с ней из класса в класс. Но прислушайтесь к моему совету — сражайтесь за свой брак, сделайте его приоритетом.

Те периоды жизни, когда я переставал ходить на свидания с Брук, моей женой, не назначал ей встреч только для нас двоих, были одновременно самыми сложными и проблемными в жизни наших детей. Я не думаю, что это случайно. Находите время для совместных поездок вдвоем, показывайте детям, что жена для вас в приоритете и что вы — двое влюбленных друг в друга людей, у которых именно поэтому родились такие замечательные дети.

Не отступайте в тень, когда она подрастет

Бойфренды, переживания из-за внешности, чаты до полуночи — что бы ни случилось, мои девочки не будут видеть, как я отдаляюсь от их проблем только из-за того, что они выросли и их тело изменилось. Отцовская любовь идет с пожизненной гарантией. И я буду поддерживать дочерей в пятнадцать лет так же, как поддерживал, когда им было пять лет.

Вы влияете на то, каких парней она будет выбирать

Однажды она захочет выйти замуж за того, кто будет любить ее так же, как вы. А наша младшая дочь и вовсе говорит, что выйдет за меня замуж, когда вырастет. И только отец может ей сказать, что он уже женат на ее прекрасной матери, а у нее будет такая же любящая семья с тем, кто будет ее любить так же, как я люблю свою жену, ее маму.

Научите ее отжиматься

Мои девочки определенно неслабые, как и их мать. Они занимаются спортом и не понимают, что значит «бросать мяч как девчонка». Они считают, что это такой комплимент. И кроме физической силы и выносливости мы воспитываем в них упорство и стойкость: они им пригодятся в жизни лучше, чем розовые платья и сказки о принцессах.

Создавайте семейную память и историю

В семье меня в шутку называют «главным хранителем». Я не против. Знаете почему? Я знаю, что у меня еще осталось 50–60 лет на этой земле. Не так мало, но и не очень много. Поэтому я хочу создать как можно больше памятных моментов и оставить девочкам воспоминания о себе.

Мы празднуем большие события, такие как «первое путешествие, когда тебе уже 10 лет», но у нас есть и маленькие семейные праздники, к которым



мы очень серьезно относимся. Семейные киновечера по пятницам, большие завтраки по субботам, поход в горы в воскресенье. Роль отца — наполнять их путевой журнал воспоминаниями о том, что они делали вместе. Эта память будет давать им силы в трудные минуты.

Покажите дочери, что мир вращается не только вокруг нее

Потому что это сделает ее жизнь легче. Мы учим девочек, что жизнь становится лучше, когда ты понимаешь, что ты в мире не один. Помогать другим, иногда уступать — так лучше для души.

Ходите на школьные утренники

Конечно, ранние годы детей часто совпадают с началом карьеры родителей, и на все утренники и концерты прийти не получится. Я не фанат театральных постановок про зайчиков и снежинки. Но если я туда пришел, я буду хлопать громче всех.

Сидеть рядом и быть вместе — не одно и то же

Для меня нет ничего печальнее, чем видеть родителей на детских утренниках, проверяющих почту и новости в соцсетях. Когда вы дома, дочь хочет быть с вами. Для нее это значит — играть с вами, разговаривать с вами. Я сам об этом забываю слишком часто. Тот факт, что вы сидите рядом, еще не значит, что вы вместе.

Покажите ей, что мужчины бывают мягкими

Что они знают ласковые слова и не стесняются их говорить. Что они могут помочь собрать в хвост непослушные волосы так, что это будет самая модная прическа в классе. Что ни говорите, растить девочку — сплошное удовольствие.

Выводите ее в свет и обращайтесь с ней как джентльмен

Для этого не нужны тонны денег. Можете считать меня старомодным, но я открываю перед каждой дочерью двери, пододвигаю ей стул в кафе и слушаю ее рассказ так внимательно, как будто она уже взрослая леди.
С каждой из дочерей у вас должны быть моменты, когда вы отправляетесь на прогулку только вдвоем, у каждой должно быть время, когда она сможет поговорить с вами наедине, разделить проблемы и радости. Короткая прогулка вокруг дома или путешествие до ближайшего парка на велосипедах. Ничего сложного, но это важно.

Говорите ей, что она красивая

Вы стали отцом девочки, и теперь это ваша работа — говорить ей, что она красива. Но не забывайте и то, что по-настоящему красиво ее сердце, и для этого ей необязательно стараться уместиться в размер S.

Просите прощения, если вы не правы

Я забываю о пунктах 1-13 чаще, чем мне бы этого хотелось. Но я стараюсь. Если мне случается обидеть кого-то из дочерей, учусь просить прощения.

Важен человек

Моя младшая дочь требовала, чтобы я каждый вечер читала ей перед сном сказку. Как-то я подумала, что могу купить ей кассету с записанными сказками. Девочка научилась включать магнитофон, и несколько дней все шло хорошо. Но однажды вечером она дала мне в руки книгу.
— Дорогая моя, — сказала я, — ты же умеешь включать магнитофон.
— Да, но тогда я не могу сесть так близко к тебе, и ты не обнимешь меня рукой! — ответила девочка.
Важен человек, а не вещи.

Ирина Гаврилова-Демпси

КАК ВОСПИТАТЬ В ДОЧЕРИ ЖЕНСКОЕ ДОСТОИНСТВО

КАК ВОСПИТАТЬ В ДОЧЕРИ ЖЕНСКОЕ ДОСТОИНСТВО? ОБ ЭТОМ МЕЧТАЕТ КАЖДЫЙ РОДИТЕЛЬ, НО НЕ ЗНАЕТ КАК. ДОСТОИНСТВО – ЭТО УВАЖИТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К СЕБЕ И ОКРУЖАЮЩИМ. ДОСТОИНСТВО – ЭТО ОПРЕДЕЛЕННАЯ ДИСТАНЦИЯ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ, ТА ДИСТАНЦИЯ, ГДЕ РОЖДАЕТСЯ УВАЖЕНИЕ.



У мамы с дочерью иногда складываются достаточно запутанные и сложные отношения.

Из своей практики я знаю, что взаимоотношения с сыновьями складываются гораздо понятнее и лучше. С дочерью очень часто складываются либо сильно близкие отношения, либо враждебные, или вперемешку: с раскачиванием то в одну крайность, то в другую. Это не утверждение, это наблюдения из моей практики.

Маме бывает очень сложно бессознательно принять собственную дочь и ее женские качества. Ее внутренний конфликт с принятием себя, как женщины, может сильно обострять отношения с собственной дочерью, что не скажешь о сыновьях.

Поэтому совет всем женщинам — занимайтесь своим духовным развитием, решайте свои глубинные проблемы, учитесь любить и принимать себя, только так вы сможете воспитать из дочери счастливую женщину, вдохновляя ее своим примером, своим отношением к мужу и к жизни в целом.

Чтобы ваша дочь выросла с женским достоинством, нужно, начиная с 3 лет, проявлять определенное уважение к ней, до 3 лет — любовь.

Что значит уважать? Это значит, уважать ее характер, с которым она родилась, уважать ее желания, ее территорию и границы. Уважать — это не значит потакать всем прихотям и выполнять любое желание, это принимать ее желания и, учитывая свои, вместе находить компромиссы.

Старайтесь в конфликтных и острых ситуациях находить именно компромиссы, решения, где и ее желания будут учитываться, где не будет вашей авторитарной позиции только потому, что вы мама и знаете, как лучше.

Не нужно кричать на девочку, унижать ее и применять физические наказания.

Если мама отличается невыдержанным характером и позволяет себе срываться на дочь, то очень часто такие девочки становятся жертвами насилия или выбирают себе достаточно жестких и жестоких мужей.

Крики, оскорбления, неуважительное отношение и физические наказания становятся нормой для таких девочек.

Ни о каком достоинстве не может быть речи, если в семье используется такой стиль воспитания.

Он совершенно неприемлем для девочек.

Если между родителями допускаются обзывания, обидные обвинения, унижения, то девочке будет очень сложно взрастить в себе женское достоинство, внутренне не принимая такие отношения. Может начать расти гордыня, для которой как раз и является отсутствие самоуважения к себе благодатной почвой, как обратной стороны отсутствия внутреннего достоинства.

Женское достоинство воспитывается только в уважительной атмосфере всех членов семьи

Чтобы воспитать дочь, каждая мама прежде всего должна решить свои проблемы с принятием своей женственности и женской роли.

Если у вас странные и непонятные отношения с собственной матерью, вряд ли у вас получится установить духовный контакт с собственной дочерью. После 3 лет девочка начинает играть в свои ролевые игры, наряжать кукол, проигрывать ситуации отношений. Предоставьте дочери в этот момент как можно больше пространства для таких игр. Покупайте различные ткани, украшения и, может быть, принимайте участие и помогайте создавать наряды для ее кукол. Не покупайте кукол с готовым гардеробом, купите красивую куклу, но лучше, если одевать ее девочка будет сама. Посмотрите с ней вместе журналы мод, повыбирайте наряды для разных событий, объясняя ей особенности подбора правильного гардероба. Начиная с такого возраста, прививайте ей вкус к одежде и всему тому, что украшает женщину.

Воспитывайте через игру, как быть леди, как держать себя с принцами, как общаться, как одеваться. Надеюсь, вы понимаете, для этого самой надо быть леди. Купите принца для куклы и выбирайте наряды ему и проигрывайте с дочкой всевозможные ситуации отношений.

Через игру вы будете видеть, как дочь воспринимает отношения

Воспитывать — это не значит вмешиваться в игру, через игру происходит мощное отреагирование вытесненных чувств.

Наблюдайте за ее игрой, позвольте проигрывать важные бессознательные моменты.

Может быть, вы увидите в ее игре себя, вашего



мужа и поймете, что не так в отношениях в семье.
Пусть она строит домики и городки для своих кукол, одевает их и придумывает им роли.
Покупайте посуду, другую утварь для ее кукольного дома, моделируйте вместе с ней игрушечное жилище, прививайте вкус к созданию уюта.
Пусть девочка учится обустраивать дом, и самое главное – не нарушайте ее пространство в эти моменты, будьте просто наблюдателем и помощником, но не человеком, который будет диктовать свои правила.

Уважайте территорию вашей дочери

Если вы будете молча наблюдать за ее ролевыми играми, то будете понимать, что происходит у нее внутри. Девочки очень впечатлительны, следите за той информацией, которую они получают.
Когда девочка желает что-либо, не спешите стыдить ее, пусть учится прямо говорить о своих желаниях. Старайтесь придерживаться золотой середины и не баловать ее подарками и в то же время не держать в ежовых рукавицах. Не надо прививать ей ложную скромность и чувство, что она недостойна приятного. Она может желать дорогие игрушки и вещи, но, чтобы получить их, она должна быть терпеливой. Если она будет закатывать истерики, надо объяснить ей, что это невозможно сейчас, и обозначить, сколько необходимо подождать.
В будущем, во взрослой своей жизни, она не будет стесняться хотеть дорогие вещи и говорить об этом, и у нее будет достаточно терпения ждать.
Если девочка просит о каких-то мелочах и недорогих вещах, потакайте ее желаниям, так она будет чувствовать себя свободной. И ни в коем случае не ставьте ей условия.
Для мальчика нужны стимулы, для девочки – нет. Она должна получать что-то вне зависимости от ее достижений, ей не надо заслуживать своим поведением получение желаемых вещей.
Бережно относитесь к границам своего ребенка и к его желаниям. Достоинство – это уважение к себе и к другим людям. Только вы можете быть достойным примером для подражания.

ПРИЗНАКИ ХОРОШЕГО ОТЦА

МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ УСТРОЕНЫ ПО-РАЗНОМУ И НЕ ВО ВСЕХ ВОПРОСАХ МОГУТ ДОСТИГНУТЬ ВЗАИМОПОНИМАНИЯ. ЭТО НОРМАЛЬНО, ВЕДЬ ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ ИДТИ НА УСТУПКИ И КОМПРОМИСС. К СОЖАЛЕНИЮ, С ДЕТЬМИ ЭТИ СПОСОБЫ НЕ ВСЕГДА РАБОТАЮТ. ТОГДА КАК ЖЕ НУЖНО ВЫСТРАИВАТЬ ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ ОТЦОМ И ДОЧЕРЬЮ?

Рассмотрим основные модели поведения мужчины

- Заботливо и с любовью относится ко всем родным. Проявляет нежность к жене, внимателен к бабушкам и дедушкам девочки.
- Не боится телесных контактов с дочкой. Берет ее на руки, целует и обнимает, не только когда малышка плачет, но и просто так.
- Принимает активное участие в жизни семьи, не перекладывая принятие всех решений на супругу, с удовольствием проявляет себя в семейных праздниках и беседах.
- Выступает в роли верного защитника, ограждая семью от опасности, и не дает обижать маленькую девочку.
- Поддерживает дочь при необходимости и помогает преодолевать трудности. Дарит чувство надежного тыла, который укроет от любых невзгод.
- Внимателен к малейшим изменениям в жизни девушки. Замечает ее успехи и старания, хвалит за них, говорит приятные слова, если она сменила стрижку или наряжается к празднику.
- Ценит личное пространство девушки. Мудрый родитель не становится детективом, роющимся в личных вещах ребенка и читающим переписки с друзьями. Он выстраивает доверительное и открытое общение, со временем предоставляя большую самостоятельность.
- Знает окружение дочки. Приветлив и гостеприимен с ее знакомыми. Отец открыто и корректно рассказывает о взаимоотношениях людей, чтобы девочка понимала, кто является ей другом, а кто пользуется ею.
- Не боится вести разговоры об отношениях между юношами и девушками. Это правило касается не только интимной стороны жизни. Важно выстраивать доверительный диалог в безоценочном формате. Папе необходимо внушить дочери мысль о том, что она значима и важна как самостоятельная личность. Девушка не должна допускать неуважительное отношение к себе и делать то, к чему не готова, чтобы заслужить чью-то любовь.
- Учитывает мнение дочери и не осуждает его, старается принять ее мировоззрение, отличающееся от его собственного, учит нести ответственность за самостоятельные решения. Ни мама, ни папа не должны навязывать свою точку зрения.

Гармоничные взаимоотношения отца и дочери рождают крепкую любовь, которая сохранится на протяжении всей жизни и благотворно повлияет

Светлана Быкова

РАННИЕ СЕКСУАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

ОТЧЕГО ТИНЕЙДЖЕРЫ СТОЛЬ РАНО НАЧИНАЮТ ПОЛОВУЮ ЖИЗНЬ? ТАКИМ ВОПРОСОМ ЗАДАЛИСЬ УЧЕНЫЕ. И ОБНАРУЖИЛИ, ЧТО В ВОЗРАСТЕ 13-14 ЛЕТ ДЕВУШКАМИ И ЮНОШАМИ ДВИЖЕТ БАНАЛЬНОЕ ЛЮБОПЫТСТВО. ВСТУПАЯ В ПОЛОВУЮ СВЯЗЬ, ОНИ ЗАЧАСТУЮ НЕ ИСПЫТЫВАЮТ НИКАКИХ ЧУВСТВ ПО ОТНОШЕНИЮ К ПАРТНЕРУ, ИМ ПРОСТО ИНТЕРЕСНО, КАК ЭТО ПРОИСХОДИТ.

Центр социологии образования Российской академии образования провел свое исследование на эту тему. В опросе приняли участие 3 тысячи учащихся 7, 9 и 11 классов. Вопрос звучал так: «Как вы относитесь к допустимости сексуальных контактов в вашем возрасте?» При этом ученые предложили школьникам 4 варианта ответа.

- Я считаю, что сексуальные контакты недопустимы в моем возрасте, и не веду половую жизнь.
- Считаю, что сексуальные контакты вполне допустимы в моем возрасте, но сам (сама) не веду половую жизнь.
- Я понимаю, что в моем возрасте еще рано вступать в сексуальные отношения, но я тем не менее веду половую жизнь.
- Я веду половую жизнь.

Итоги опроса оказались ошеломляющими, сообщает «Независимая газета». Тинейджеров, считающих сексуальные контакты недопустимыми для своего возраста и для себя лично, оказалось всего 36,2 процента. Подростков, которые не считают, что данная норма безусловна, но в своем поведении они тем не менее ей следуют, было 37,2 процента опрошенных.

Третий вариант ответа позволил определить тех, кто переживает ситуацию сексуальных отношений как конфликтную. Эту немногочисленную группу (3,7 процента) составляют подростки, понимающие, что нехорошо поступают, с точки зрения общепринятой морали, но все же ее нарушают. В то же время сексуальные контакты совершенно естественными для своего возраста считают 12,2 процента школьников. Все они признались, что ведут половую жизнь.

Результаты опросов студентов, которым в этом вопросе уже нет нужды фантазировать и чем-то бравировать, об их предыдущей школьной жизни и тогдашнем отношении к сексу полностью совпали с результатами опросов учащихся 7, 9 и 11 классов. Поскольку контакты в раннем возрасте случайны, спонтанны, главное, что зачастую движет подростом – любопытство, возникает проблема: школьники еще не осознают опасности, которую несут такие случайные связи. В этом возрасте срабатывает инертность мышления. Тинейджеры просто не задумываются о последствиях: венерических заболеваниях, незапланированной беременности. Впрочем, уже в возрасте 17-18 лет начало половой жизни может спровоцировать влюбленность.



Исследования также показали, что по мере взросления меняется и отношение школьников к «возрастной запретительной норме». Происходит это, как у юношей, так и у девушек, на рубеже 9 класса. К этому времени заметно увеличивается число подростков, реально не ведущих половую жизнь, но считающих, что сексуальные контакты в их возрасте вполне допустимы (45, 5 процента юношей-девятиклассников и 48,2 процента девушек-девятиклассниц).

Больше становится и тех, у кого уже имеется некий опыт интимных отношений. Так, в 11 классе опыт сексуальных отношений имеют 35,6 процента девушек и 55,4 процента юношей. В данном случае речь идет как о регулярной половой жизни с постоянным партнером (18,8 процента), так и об эпизодических контактах – таковых, кстати, гораздо больше.

Следует отметить, что главными просветителями подростков в вопросах безопасного секса являются телевизионные программы, реклама и друзья, родителям здесь отводится лишь 4 место. На вопрос: «Знает ли ваша мать, что вы ведете половую жизнь?» – 36,5 процента участников опроса ответили: «Нет, я это скрываю». Чуть больше респондентов, 37,7 процента, скрывают свои интимные связи от отца. Всего 19 процентов матерей и 17,3 процента отцов знают о сексуальном опыте своих детей и относятся к этому терпимо.

Дарья Амосова

ПОЧЕМУ ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ САМАЯ ВАЖНАЯ

В НАШЕЙ КУЛЬТУРЕ ЗНАЧЕНИЕ ПЕРВОЙ ЛЮБВИ ПРЕУМЕНЬШАЮТ И ПРЕУВЕЛИЧИВАЮТ ОДНОВРЕМЕННО. НЕТ КАКИХ-ТО НОРМ ДЛЯ ТОГО, КОГДА СТОИТ ВЛЮБЛЯТЬСЯ ВПЕРВЫЕ: КТО-ТО ВСЮ ЖИЗНЬ НЕ ИСПЫТЫВАЕТ РОМАНТИЧЕСКИХ ЧУВСТВ, А КТО-ТО УЖЕ И НЕ ПОМНИТ, КОГДА ВЛЮБИЛСЯ В ПЕРВЫЙ РАЗ.

Одни начинают с дружбы и годами выстраивают отношения, другие падают в чувства с первого взгляда. И если нет стандартов, абсолютно нормально, что твоя история протекает не так, как у подруги или в любимом сериале.

Никто не советует, как вести себя в новых обстоятельствах. Сердце стучит, мозги кипят, тело ведет себя иначе. Совсем не понимаешь, как выстраивать отношения, хорошему ли человеку отдаешь своей сердце, насколько ваша связь благополучна. Взрослые считают, что все выяснится как-то само, в процессе, и в итоге мы выходим из таких отношений разбитыми и разочарованными.

Вместе с психологами мы решили выяснить, почему первая любовь — это важно. И как себя вести, если тебя накрыло это чувство.

Что считается первой любовью?

В отношении того, что считать первой любовью, есть разные мнения. Некоторые психологи говорят, что первая любовь — это интерес мальчиков и девочек друг к другу в 5-8 лет, когда возникает сильная привязанность. Часто они неумело, неловко проявляют свою симпатию, задирая друг друга. Иногда такая первая влюбленность перерастает в нежную дружбу и привязанность.

Иногда первой любовью считают подростковую влюбленность в возрасте от 11 до 14 лет. У подростков чувства больше обращены вовнутрь, на собственные переживания. И не так интересна сама личность того, в кого влюблен подросток, как собственные переживания. Важно, как посмотрел, что сказал, как на тебя отреагировал объект влюбленности.

В возрасте 15-18 лет юношеская влюбленность имеет уже другой характер. Она почти уже как у взрослых. Знаешь, в чем разница? В том, что это чувство настигает в первый раз. Ты еще не знаешь, какое влияние можешь оказывать на парня, насколько ты можешь нравиться, что приемлемо, а что нет в отношениях.

Самое важное в первой любви

Ты в первый раз ощущаешь все эти бури чувств, когда ждешь его звонка, когда ревнуешь к друзьям, когда испытываешь нежность и благодарность за его откровенность и проявленную заботу о тебе. Первая любовь очень влияет на твою личность и последующие отношения.

Очень важно, что в этот первый раз ты начинаешь лучше понимать себя: какая ты в отношениях, что тебе необходимо, что очень важно, от чего радостно бьется сердце, а к чему равнодушна, что тебя ранит, без чего можешь обойтись.

Кроме того, очень важно услышать, что говорит тебе твой парень: что ему очень нравится в тебе, за что ценит, что его обижает, раздражает или расстраивает.

Не отметай критику, но и не принимай близко к сердцу — постарайся найти в ней рациональное зерно. А любые комплименты принимай с благодарностью, не вздумай отшучиваться или отнекиваться! Похвалы и комплименты влюбленного в тебя человека — это важные кирпичики для построения твоей женской самооценки.

У парня это тоже первый раз

Конечно, не забывай о том, что твой парень тоже, скорее всего, не слишком опытен в сердечных делах. Постарайся быть с ним бережной, не наноси удары по самолюбию. Юноша хочет казаться бывалым и «тертым калачом», но, унижая и насмехаясь, ты не только отвратишь его от себя, но и искалечишь человеку самооценку.

Чему учит первая любовь

Пережив первую любовь, бурю эмоций и романтику, очень важно понимать, что это реакция на первые отношения, это наиболее яркие чувства, которые невозможно забыть. Но не стоит думать, что «настоящая любовь» должна быть именно такая. Человек способен любить не один раз, и каждый раз это будет немного по-другому.

Как первая любовь помогает взрослеть

Первая любовь — это жизненный опыт. Первая любовь — ситуация, которая случается с тобой в первый раз, но, скорее всего, не в последний. Первая любовь — это переход из состояния, когда тебе весело с подругой, в состояние, когда тебе хочется нравиться противоположному полу.

Возможно, многие тебе будут говорить, что это вовсе не любовь, а всего лишь влюбленность или заблуждение. Дело в том, что ты смотришь на своего партнера другими глазами и можешь не увидеть чего-то важного. Помни, что взрослым страшно за тебя, так как для них ты все еще ребенок. Все предостережения, которые они дают тебе, могут показаться странными и неуместными, но на самом деле они даются из хороших побуждений. Поэтому всегда прислушивайся к мнению родных людей, но делай самостоятельные выводы. Получая опыт первой любви, ты превращаешься внутренне из ребенка в молодую девушку, которая делает осознанно определенные шаги и



принимает самостоятельные решения в отношениях с противоположным полом.

Если первая любовь была несчастной

Если ты вдруг потеряешь эти отношения или любовь окажется невзаимной, просто пойми, что это важный жизненный этап, который сделает тебя во много раз сильнее и мудрее. Опыт первой любви поможет справляться со многими ситуациями в будущем, даже если сейчас тебе кажется, что такой любви больше никогда не будет. Поверь, чувства вспыхнут вновь.

Первый опыт — это первый урок. Если же ты не испытывала этого чувства и не понимаешь, способна ли ты вообще любить — не сомневайся! К тебе несомненно придет самая сильная любовь! Она появится со временем, как часто это бывает — когда ее совсем не ждешь. Люби. Будь любима. Не теряй голову. Прислушивайся к советам родных людей. Если тебя наполняет чувство любви, ты ощущаешь себя наполненной и окрыленной, лови этот момент и будь самой счастливой прямо сейчас. Если тебе захочется с кем-то посоветоваться, но рядом не будет такого человека, то знай, что ты всегда можешь обратиться к психологу, который поможет тебе справиться с сильными переживаниями и подскажет.



Александр Пушкин

Играй, прелестное дитя,
Летай за бабочкой летучей,
Поймай, поймай ее шутя
Над розой колючей,
Потом на волю отпустя.

Юлия Друнина

Скажи мне, детство,
Разве не вчера
Гуляла я в пальтишке до колена?
А нынче дети нашего двора
Меня зовут с почтеньем «мама Лены».

И я иду, храня серьезный вид,
С внушительною папкою под мышкой,
А детство рядом быстро семенит,
Похрустывая крепкой кочерыжкой.



Александр Блок

У моря

Стоит полукруг зари.
Скоро солнце совсем уйдет.
— Смотри, папа, смотри,
Какой к нам корабль плывет!
— Ах, дочка, лучше бы нам
Уйти от берега прочь…
Смотри: он несет по волнам
Нам светлым — темную ночь…
— Нет, папа, взгляни разок,
Какой на нем пестрый флаг!
Ах, как его голос высок!
Ах, как освещен маяк!
— Дочка, то сирена поет.
Берегись, пойдем-ка домой…
Смотри: уж туман ползет:
Корабль стал совсем голубой…
Но дочка плачет навзрыд,
Глубь морская ее манит,
И хочет пуститься вплавь,
Чтобы сон обратился в явь.

Александр Вертинский

Доченьки

У меня завелись ангелята,
Завелись среди белого дня!
Все, над чем я смеялся когда-то,
Все теперь восхищает меня!
Жил я шумно и весело — каюсь,
Но жена все к рукам прибрала.
Совершенно со мной не считаясь,
Мне двух дочек она родила.

Я был против. Начнутся пеленки…
Для чего свою жизнь осложнять?
Но залезли мне в сердце девчонки,
Как котята в чужую кровать!
И теперь с новым смыслом и целью
Я, как птица, гнездо свое вью
И порою над их колыбелью
Сам себе удивленно пою:

«Доченьки, доченьки, доченьки мои!
Где ж вы, мои ноченьки, где вы, соловьи?»
Вырастут доченьки, доченьки мои…
Будут у них ноченьки, будут соловьи!

Много русского солнца и света
Будет в жизни дочурок моих.
И, что самое главное, это
То, что Родина будет у них!
Будет дом. Будет много игрушек,
Мы на елку повесим звезду…
Я каких-нибудь добрых старушек
Специально для них заведу!

Чтобы песни им русские пели,
Чтобы сказки ночами плели,
Чтобы тихо года шелестели,
Чтобы детства забыть не могли!
Правда, я постарею немного,
Но душой буду юн как они!
И просить буду доброго Бога,
Чтоб продлил мои грешные дни!

Вырастут доченьки, доченьки мои…
Будут у них ноченьки, будут соловьи!
А закроют доченьки оченьки мои —
Мне споют на кладбище те же соловьи.



Марина Цветаева

Але

Ты будешь невинной, тонкой,
Прелестной — и всем чужой.
Пленительной амазонкой,
Стремительной госпожой.

И косы свои, пожалуй,
Ты будешь носить, как шлем,
Ты будешь царицей бала
И всех молодых поэм.

И многих пронзит, царица,
Насмешливый твой клинок,
И все, что мне только снится,
Ты будешь иметь у ног.

Все будет тебе покорно,
И все при тебе — тихи.
Ты будешь, как я — бесспорно —
И лучше писать стихи…

Но будешь ли ты — кто знает —
Смертельно виски сжимать,
Как их вот сейчас сжимает
Твоя молодая мать.



МИФ О КРАСОТЕ: СТЕРЕОТИПЫ ПРОТИВ ЖЕНЩИН

ИЗДАТЕЛЬСТВО «АЛЬПИНА ПАБЛИШЕР», 2022

НАОМИ ВУЛЬФ

Это произведение стало, без ложной скромности, культовым на международном уровне. Исследует оно ограничивающее влияние царящих в общественных пространствах стереотипов о женской красоте. Несоответствие навязанным идеалам физического тела приносит реальные страдания, а достигшие цели по сути приносят в жертву собственную уникальность природной красоты ради стандартов, которые могут измениться уже завтра. Часто вместе с этим на ритуальный алтарь непостоянного эталона кладут еще здоровье, энергию, сексуальность. Эта книга будет полезна не только женщинам, которые решили или хотели бы прислушаться еще и к своим желаниям. Для внимательных мужчин она тоже может стать увлекательным открытием.

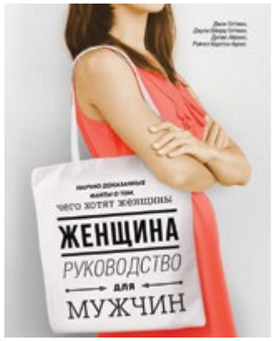
ЕСЛИ БЫ ТЫ ЗНАЛ

ИЗДАТЕЛЬСТВО «АСТ», 2020

САФАРЛИ ЭЛЬЧИН

Сафарли – мастер простых жизненных историй, каким-то образом умудряется скрыть от читателя, что автор – мужчина. Эта книга написана очень по-женски : с отчаянием, чувствительностью, сомнениями и ожиданиями. Главная героиня выбирает свое последнее пристанище поближе к морю. Ее жизнь омрачена прогрессирующим роковым недугом. Ее безнадегу можно доверить только безмолвным страницам личного дневника. Она способна придумать сценарий развития событий и прожить его, а потом разочароваться, что в реальности все пошло не так. Она женщина. И ее страхи иногда восходят к такой степени, что помогают начать жить с чистого листа. Но в такой грустной истории обязательно должно случиться чудо.





ЖЕНЩИНА. РУКОВОДСТВО ДЛЯ МУЖЧИН.

ИЗДАТЕЛЬСТВО «МИФ», 2022

ДЖОН ГОТТМАН, ДЖУЛИ ШВАРЦ-ГОТТМАН, ДУГЛАС АБРАМС И РЭЧЕЛ КАРЛТОН АДАМС

Говорят, доктора наук и примерные муж Джон Готтман и Дуглас Абрамс могут с точностью до 94% предсказывать вероятность развода супругов. Но это не магия, а сорок лет исследований женской психологии. Вместе они много лет делают вклад в укрепление семейных отношений в масштабах планеты. Их соавторы, в том числе с медицинским опытом, написали международные бестселлеры о близости и страсти – главных составляющих любви, если не учитывать ответственность. Для Джона и Дугласа поприще взаимоотношений полов чаще было скорее полем боя, нежели садом наслаждений. А потом они встретили своих жен. Как говорится, основано на реальных событиях. Вопрос в тему номера от этой книги таков: как еще возродить женщину, если не с помощью понимания со стороны мужчины? Понимания того, что ему почти невозможно понять.

УЛЫБКА МОНЫ ЛИЗЫ

РЕЖИССЕР МАЙК НЬЮЭЛЛ, 2003
В РОЛЯХ: ДЖУЛИЯ РОБЕРТС, КИРСТЕН ДАНСТ, ДЖУЛИЯ СТАЙЛЗ, МЭГГИ ДЖИЛЛЕНХОЛ, ДЖИННИФЕР ГУДВИН

Героиня Джулии Робертс достаточно эмансипирована для патриархальной Америки пятидесятых и консервативного штата Массачусетс, в чьем женском колледже разворачивается основное действо. Для многих учениц она становится не только историком искусств, но глотком свежего воздуха. Есть люди с традиционными ценностями, для которых ее поведение противоречиво. Но эта история не была бы так деликатно хороша в условиях фем-темы, если бы авторы не придумали ситуации для изменений в характере этой активистки. Кстати, сегодняшней главной миссией знаменитый колледж Уэллсли видит «отличное образование в сфере свободных искусств женщинам, которые будут иметь влияние в мире». Говорят, многие из них отличные жены и мамы.





УЛЫБАЙСЯ

РЕЖИССЕР РУСУДАН ЧКОНИЯ, 2012
В РОЛЯХ: ИАМЗЕ СУХИТАШВИЛИ, ГИЯ РОИНИШВИЛИ

Это антигламурное кино без купюр и пафоса рассказывает о закулисье сцен, первый план которых – глянцевые образы, привлекательно блестящие в свете софитов. Здесь «улыбайся» – это приказ. Не потому ли не каждая согласились бы участвовать в конкурсе красоты? Не потому ли, что у красоты нет объективных критериев оценки? Нам рассказывают 10 историй многодетных матерей, попавших в самое пекло предвзятого судилища (конкурса красоты) ради четверти миллиона долларов и квартиры. Для кого-то участие – решение квартирнго вопроса, для кого-то – просто игра в образ хорошей мамы. Но свет есть и в этом темном царстве.

.

САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ

РЕЖИССЕР ГЕРАЛЬД БЕЖАНОВ, 1985
В РОЛЯХ: ИРИНА МУРАВЬЕВА, ТАТЬЯНА ВАСИЛЬЕВА, АЛЕКСАНДР АБДУЛОВ, ЛЕОНИД КУРАВЛЕВ, МИХАИЛ КОКШЕНОВ

Картина со звездным составом советских любимцев времен переходного периода от плановой экономики к надвигающемуся первичному накоплению капитала. Уже просочившийся в столичные гостиные сквозь Олимпиаду-80 маркетинг «успешного успеха» обещает развеять беспробудное одиночество героини Ирины Муравьевой. Она, в общем, уже привыкла закрывать глаза на отсутствие личной жизни, заменяя ее общественными делами. Прогрессивная подруга по имени Сусанна в исполнении Татьяны Васильевой уверена, что делу помогут заморские наряды, кулинарные рецепты и, конечно, аутотренинги. Кажется, все это только отдаляет героиню от женского счастья. Потому что обаятельность и привлекательность – всегда в глазах того, кто на тебя смотрит.



КАК ФИГУРА ОТЦА ФОРМИРУЕТ «ВНУТРЕННЕГО МУЖЧИНУ»

Для некоторых женщин тема замужества и построения отношений становится смыслом жизни, навязчивой идеей. Страх остаться одной, не выйти замуж, не родить ребенка говорит о панике ее «внутренней женщины». В отношениях она отчаянно пытается найти «того самого принца», который бы «расколдовал принцессу». Но, на самом деле, во всех внешних мужчинах такая женщина ищет лишь то, что компенсировало бы нехватку ее «внутреннего мужчины», нехватку внутри нее сильных качеств и благословения архетипа Отца.

Дело в том, что наш папа оказывает самое прямое влияние на формирование нашего «внутреннего мужчины», который во многом будет обладать папиными качествами. Если наш папа был «плохим», пассивным, или же агрессивным, или вообще отсутствовал, то всю жизнь наша «принцесса» будет искать вовне то, что хочет иметь внутри — сильное внутреннее мужское. Дело в том, что за нашу самооценку, уверенность в себе, осознание своих границ, за формирование нашей индивидуальности и выделение себя как отдельного «Я» отвечает именно наш «внутренний мужчина».

WWW. NACHALO-JOURNAL.RU



ЖУРНАЛ
«НАЧАЛО. ЦЕННОСТИ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ»

№ 77 июнь-июль 2023
«Зарождение женщины»

ФОТО НА ОБЛОЖКЕ: САТИ КАЗАНОВА
Фотограф: Юрий Мещанин
Стилист: Анастасия Журавлева
Художник по гриму: Ященко Кристина

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Тимур Сидоров

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА
Елена Лихачева

РЕДАКТОРЫ:
Анна Бокова
Юлия Качанова
Жанна Булатицкая

ГЛАВНЫЙ ХУДОЖНИК
Екатерина Моисеева

ИЗДАТЕЛЬ
ООО «ДСС Медиа Групп»

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
Тимур Сидоров

Оригинальное издание.
Издается «ДСС Медиа Групп».

Свидетельство о регистрации
средства массовой информации
в Федеральной службе РФ
по надзору в сфере связи,
информационных технологий
и массовых коммуникаций
ПИ № ТУ 50-783 от 09.09.2010.

Цена свободная
Предназначен для аудитории +12 лет

КОНТАКТЫ
115093, Москва, ул. Большая Серпуховская,
д. 44, оф. 19.
Телефон редакции (вопросы содержания номера,
авторского сотрудничества): +7 (495) 765-20-39
Телефон дирекции (коммерческое сотрудничество,
размещение рекламы): 8 (495) 799-20-93
Email: nachalomag@gmail.com

Заказ 23-0490
отпечатано ООО «КОДЕКС»
Московская обл., г. Мытищи,
мкр-н Пироговский, ул. Фабричная, д. 1

Подписано в печать 18.06.2023
Тираж 12000 экз.



ФОНД АНТРОПОВА
представляет

YOUTUBE-КАНАЛ ЖУРНАЛА

НАЧАЛО



Наши звездные гости рассказывают о любви и счастье, эмоциях и чувствах, истинной дружбе и отношениях между мужчиной и женщиной.

«НАЧАЛО»
О ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЯХ



9 772219 196003 23077