

НАЙДЖЕЛ ЛАТТА

СЕМЬЯ

РОДИТЕЛИ
ЧИТАЮТ!

С ДЕТЬМИ

ВЫЖИТЬ И НЕ СОЙТИ С УМА



ПИТЕР

Найджел Латта
Семья с детьми.
Выжить и не сойти с ума
Серия «Родителям о детях»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=50305506

*Семья с детьми. Выжить и не сойти с ума: Путер; Санкт-Петербург;
2020*

ISBN 978-5-4461-1412-2

Аннотация

Вы наверняка знаете семьи, в которых мама воспитывает ребенка одна. Или семьи с тремя детьми, где двое старших пришли в семью вместе со своими родителями из предыдущих браков, а третий родился в новом браке родителей. Воскресными папами уже никого не удивить, но все чаще появляются воскресные мамы. Как жить в современной семье, как ко всему этому относиться, как дети привыкают к тому, что в их семьях и семьях их товарищей царит такая путаница. Психолог с мировым именем Найджел Латта, автор бестселлера «Пока ваш подросток не свел вас с ума», рассказывает, какие опасности подкарауливают детей и родителей в современной семье и как с этим справляться.

Содержание

Пролог	5
Чем эта книга может быть вам полезна?	8
Ваша семья не ущербна	10
Научно обоснованный совет	12
Немного мудрости	15
Включаясь в игру	17
Чрезвычайно сложные простые вещи	19
Другое имя Розы	22
Это ваша книга, читайте ее, как хотите	24
Часть первая	25
1. Откуда берет свое начало «современная семья»?	26
Доисторическая семья: о чем нам могут рассказать острые зубы и большие яички	27
Охота и собирательство	32
Современная семья – это не только...	35
Создание семьи, ориентированной на нужды ребенка	38
Конец ознакомительного фрагмента.	40

Найджел Латта

Семья с детьми.

Выжить и не сойти с ума

NIGEL LATTA

THE MODERN FAMILY SURVIVAL GUIDE

Text copyright © Nigel Latta, 2013

First published by Random House New Zealand.

© Перевод на русский язык ООО Издательство «Питер»,
2020

© Издание на русском языке ООО Издательство «Питер»,
2020

© Серия «Родителям о детях», 2020

Пролог

Секрет

Иногда люди спрашивают меня: в чем секрет счастливой и крепкой семьи? Семьи, где все друг с другом ладят, поддерживают друг друга, где не существует ссор или проблем, в которой никто никого не бросает и никто ни с кем не разводится и в которой никогда не возникает вопрос, с кем дети проведут Рождество.

Мой ответ чрезвычайно прост: «Заведите кота».

И тому есть причина. На протяжении уже 20 лет я работаю с семьями, разными семьями из различных культур и стран и, кажется, знаю все их проблемы и трудности. Я видел всякое: и плохое, и хорошее. Я очень люблю свою работу, и мне с ней очень повезло.

Именно поэтому я скорее выберу честный, нежели вежливый и дипломатичный ответ – я всегда рекомендую завести кота.

– Разве кот может как-то помочь ребенку? – удивляются люди.

– Нет, я имею в виду, что вам следует завести кота. И больше никого.

Обычно это ставит людей в тупик.

Я говорю абсолютно серьезно. За свою жизнь я вырастил

двух котов и двух мальчиков, и поверьте, с котами было намного легче. Нашего первого кота звали Монти. С ним вообще не было проблем. Сейчас у нас живет Джерри, и, если закрыть глаза на его слегка параноидальную натуру, его уверенность в том, что все вокруг мечтают его прикончить, и привычку приносить в дом еще живых ящериц, он просто душка. Мы кормим его, он спит, исчезает куда-то на несколько часов, потом возвращается, вылизывается и снова спит. Видите, и с ним никаких проблем.

А вот мои мальчики, напротив, требуют очень много внимания и сил. Сейчас им 10 и 13 лет, так что жизнь бурлит. Я люблю их больше всего на свете, они придают моей жизни смысл и значение... Но иногда, особенно когда дни выдаются непростыми, я все же думаю, что жизнь была бы проще, если бы мы остановились лишь на котах. Конечно, я рад, что этого не произошло, но, честно говоря, мысли о размеренной, тихой и упорядоченной жизни с котом меня все-таки посещали.

Семья – это старое доброе явление. Она средоточие нашей жизни, хотим мы того или нет, и во многом нас это устраивает. Семья – это всегда клубок проблем и трудностей, чего нельзя сказать о жизни с котом – легко фантазировать на тему идеального родительства, когда он мурлычет у тебя на коленях.

Все это правда вдвойне, если мы говорим о семьях в современном мире.

Говоря о «современных семьях», я имею в виду то, насколько видоизменилось само понятие семьи в наше трудное время. Вы можете называть это «смешанная семья», «комбинированная семья», «семья в повторном браке» или как-то еще, но разговор пойдет обо всех этих семьях.

Вы удивитесь, но «современная семья» – понятие не такое уж новое. Изучая историю эволюции животного мира (от зверей с большими клыками до обезьян с их яичками), мы многое узнали и о человеческих семьях – интересная и полезная для нас информация.

Все это вы найдете в главе 1.

Чем эта книга может быть вам полезна?

Я бы очень хотел, чтобы эта книга помогла вам обрести немного спокойствия, расслабиться, получить более глубокое понимание феномена современной семьи и в связи с этим услышать несколько полезных советов. Все это для того, чтобы дать вам возможность убедиться, что у вас все идет нормально. Это очень важно, ведь всем нам необходимо знать, что у нас все хорошо.

Я надеюсь, что эта книга станет в какой-то степени «вашей», подарит вам такое же комфортное ощущение, как чашка любимого кофе на уютном диване. Хотелось бы, чтобы она напомнила вам о времени, проведенном вдали от забот. В этой книге вы не найдете заданий для обязательного выполнения, вам не придется ставить перед собой какие-то цели или задачи и всячески стремиться к их достижению. В вашей жизни и так достаточно требований, предъявляемых к вам с разных сторон. Здесь этого не будет.

Вместо этого я собираюсь предложить вам аппетитно оформленную и низкокалорийную (уж поверьте!) информацию, вкусив которую вы не будете мучиться угрызениями совести. Сколько вы осилите, много или мало, зависит лишь от вас. Вам не нужно напрягаться, и контрольной работы в конце уж точно не будет. Вам лишь нужно будет кое над чем

из моего списка немного поразмыслить. Списки помогают структурировать подачу информации, но работать с ними или нет тоже зависит от вашего желания. Вы можете делать то, что я предлагаю, или нет. Если вы все-таки решите делать, я надеюсь, это принесет пользу вам и людям вокруг.

Это не испытание на выносливость. Если захотите прерваться и подремать, сделайте это. Это будет даже полезно. Если в процессе чтения вы почувствуете раздражение, тоску или что-то подобное, отложите книгу, закройте глаза и расслабьтесь. Самое время вздремнуть.

Итак... Вы поняли, что я только что сделал? Я *предложил* вам подремать в процессе чтения. Так что если вас посетят подобные мысли, знайте – вы выполняете задание из моей книги, посвященной семье и воспитанию детей. Это задание вы получили от настоящего, живого клинического психолога. Если кто-то спросит вас, следовали ли вы когда-нибудь советам книги о семье и браке, вы с абсолютной уверенностью сможете сказать, что да.

Вы подремали.

Прекрасный опыт.

Ваша семья не ущербна

Я сразу хочу сказать вам одну вещь: ваша семья не ущербна. Позвольте мне повторить эти слова, чтобы сразу *прояснить* ситуацию: *ваша семья не ущербна*.

Благодаря СМИ мы постоянно слышим о «крахе семьи» и о детях, растущих в «неполноценных семьях». Эти заявления играют на руку журналистам, а также разнообразным организациям «по семейным вопросам», чья задача – вызвать эмоциональную реакцию в поддержку своего морального и/или политического курса. Но каково при этом вам, если вы воспитываете ребенка в одиночку или являетесь приемным родителем?

Вам тяжело осознавать, что ваша семья считается ущербной. Отсюда следует, что ваши дети растут психологически травмированными, не такими, как все остальные.

Понятие «неполноценная семья» означает, что вы должны стараться изо всех сил, чтобы восполнить нанесенный ущерб. Однажды вы уже проиграли, и теперь вам остается только прилагать все усилия, чтобы исправить тот вред, который вы причинили своим детям.

Я думаю, это чушь собачья.

Здесь не хватает одной простой, но чрезвычайно важной детали: семьи все равно остаются семьями. Это пространство, в котором ответственные взрослые делают все возмож-

ное, чтобы обеспечить детям нормальные условия для роста и развития. Зачастую нам приходится мириться с определенными обстоятельствами, и это наша жизнь, которую мы проживаем сами.

Помимо всего прочего, в этой книге я собираюсь объяснить вам, почему я считаю понятие «неполноценная семья» неуместным. На первом этапе важно понимать, что подразумевается под понятием «современная семья». Знать истоки и предпосылки никогда не лишне. И как только вы в этом разберетесь, уверяю, вы почувствуете себя намного лучше. Об этом я буду говорить в главах 1 и 2 – и поверьте, этот рассказ стоит прочитать. А пока просто впустите в себя эту мысль: ваша семья не ущербна.

Это такая же семья, как и все остальные.

Научно обоснованный совет

Лично я доверяю фактам. Если мне скажут, что моя жизнь станет лучше, если я буду действовать определенным образом, я обязательно захочу узнать, откуда и на основании чего сложилось подобное убеждение. Я не из тех, кто сразу принимает на веру все увиденное по телевизору или прочитанное в книге. Мне необходимы веские обоснования.

Именно поэтому мне пришлось изучить множество научных статей.

По правде говоря, я читаю не только об исследованиях, касающихся моей работы. Иногда я просто просматриваю разную научную информацию в поисках каких-либо уникальных и в то же время забавных научных открытий. Например, в 2004 г. ученым удалось телепортировать маленькую частицу с одного берега реки Дануб на другой¹. Именно так – *телепортировать*, как это делал персонаж по имени Скотти в фильме «Звездный путь». Это была не обезьяна, и не гамбургер, и даже не обезьяна, поедающая гамбургер. Это была маленькая световая частица. Если при этом вы не обалдели от восторга, значит, вы толком и не поняли, что они сделали. Относительно недавно наши предки носились по лесам с копьями и каменными топорами, а сейчас уже мы,

¹ Ursin R. et al. (2004). Communications: quantum teleportation across the Danube. *Nature*. 430: 849.

их потомки, телепортируем крошечные частички с одного берега реки на другой.

Что касается обезьян, то одно из моих любимых исследований, которое можно назвать и довольно странным, и чрезвычайно забавным, было организовано группой ученых, которые провели 1612 дней и 888 ночей в амазонских джунглях. Они наблюдали за белобрюхими паукообразными обезьянами и красными ревунами в попытке установить, любят ли они лизать землю². В результате они обнаружили, что обезьяны и правда лижут землю. Конечно, это была не всякая почва, а определенные ее участки, богатые полезными минералами, так называемые солончаки. Полагаю, у вас может возникнуть вопрос: с чего бы кому-то интересоваться, что любят лизать обезьяны в амазонских джунглях. Точный ответ мне неизвестен, но приятен сам факт, что кому-то есть до этого дело. Мне нравится представлять, что в этот самый момент где-то в отдаленной части нашего мира какие-то отважные и увлеченные мужчины и женщины наблюдают за тем, как обезьянки что-то облизывают. Когда меня охватывает беспокойство о будущем человечества, я всегда думаю об этих людях и обезьянах, и от этого, даже не знаю почему, у меня появляется надежда.

Хотя чаще я все-таки читаю исследования, имеющие пря-

² Link A., Galvis N., Fleming E. and Di Fiore A. (2011). Patterns of mineral lick visitation by spider monkeys and howler monkeys in Amazonia: are licks perceived as risky areas? *American Journal of Primatology* 73: 386–396.

мое отношение к моей работе клинического психолога по вопросам семьи и брака. И поверьте, есть масса научных способов попытаться разобраться, почему мы делаем то, что делаем. Проблема в том, что бóльшая их часть затерялась среди других научных статей, хранящихся в университетских библиотеках. Некоторые из нас так никогда и не узнают о том, что на самом деле стоило бы знать. Конечно, мы можем обойтись без информации о странном поведении обезьян в джунглях, но есть огромное количество действительно полезных научных работ на тему семейных взаимоотношений, открывающих глаза на многое.

В своей книге я собираюсь поговорить о довольно большом количестве исследований, посвященных смешанным семьям. Как выясняется, в этой области можно выделить как действительно важные вопросы, так и не очень. Есть определенные шаги и действия, гарантирующие хороший результат, а есть те, которые с большей степенью вероятности заставят вас плакать и сожалеть. Эти знания помогут вашей современной семье сориентироваться и остаться на плаву.

И если вам чем-то близок мой подход и вы также склонны искать объяснения всему, вы сможете воспользоваться ссылками, которые я собрал для вас в конце книги.

Немного мудрости

Я не исповедую буддизм, но мне очень нравятся некоторые высказывания Будды.

Вот одно из моих любимых:

Не доверяйте тому, что вы слышали. Не доверяйте традициям, так как их передавали из поколения в поколение. Не доверяйте ничему, если это является слухом или мнением большинства. Не доверяйте, если это является лишь записью высказывания какого-то старого мудреца.

Но когда после наблюдения и анализа вы осознали, что это согласуется с вашим рассудком и способствует благу и пользе всех и каждого, тогда принимайте это и живите согласно ему.

По-моему, неплохо сказано. Смысл в том, что никому из нас не стоит верить всему услышанному до тех пор, пока мы сами не решили так, пока не применили это в своей жизни и не увидели, что это и правда работает.

Это особенно актуально в отношении разных советов по выполнению родительских обязательств. Я тщательно проверил весь материал данной книги на предмет научной обоснованности и использовал весь свой многолетний опыт работы с семьями. Но вы не сможете мне поверить, пока не изучите всю научную базу сами. Кроме того, я безусловно не

был на вашем месте. И никто не знает вашу ситуацию лучше вас самих. Трудности, с которыми столкнулась ваша семья, известны только вам, и поэтому лишь вам решать, какой совет взять на вооружение и брать ли вообще.

Более того, вам следует остерегаться того, кто говорит: «Если ты не будешь воспитывать детей по моему примеру, ты им навредишь». Не верьте и тем, кто пытается всучить вам листовки, в которых сказано, что вам непременно надо сменить интернет-провайдера. Книг, блогов, а также интернет-статей о родительстве великое множество. Помимо очевидных вещей, таких как кормление, создание безопасного пространства, неприемлемость жестоких мер наказания и недобросовестного отношения к своим обязанностям, есть весьма спорные и неоднозначные вопросы. Кроме того, нужно учитывать и различные варианты субъективной трактовки информации.

Как я уже сказал, нет одинаковых семей, каждая – уникальна. Есть семьи, которым пришлось столкнуться с похожими проблемами, но не с точно такими же. Вы блуждаете по неизвестной территории, и так будет всегда. Это происходит со всеми нами. Поэтому послушать чье-то мнение и ознакомиться с чьей-то точкой зрения можно, но при этом важно помнить, что только вы являетесь экспертом в вопросах, касающихся вашей семьи.

Это относится и к моим советам тоже.

Включаясь в игру

Растить детей, вообще-то, не очень трудно. Если взглянуть на этот вопрос со стороны, то суть воспитания подрастающего поколения кажется простой и понятной. Необходимо обеспечить удовлетворение базовых потребностей детей, обучить их правилам социального взаимодействия и помочь им найти свое место в жизни. С этой точки зрения процесс воспитания не кажется таким уж сложным. Но, как сказано в одной старой поговорке, дьявол кроется в деталях.

Проработав более двадцати лет с различными семьями, я понял, что в 80 % случаев речь идет о желании должным образом ознакомиться с правилами игры. Что я имею в виду? Если у вас есть план или схема с обозначением основных сложностей, вы чувствуете себя более уверенно и действуете более решительно. Мы все хотим понимать, на каком этапе сейчас находимся, что нас ждет и что нужно делать. Не важно, растят ли взрослые детей в смешанной семье или в одиночку или это бабушки и дедушки, которым приходится брать на себя заботу о внуках, – процесс воспитания всегда сопряжен со стрессом и переживаниями. Я общался с людьми, которые чувствовали себя абсолютно потерянными, без опоры под ногами, и не понимали, что и как им следует делать. Это состояние выбивает из колеи.

Именно поэтому я всегда старался помочь людям понять,

в каком направлении им нужно двигаться, на что можно опереться, как удержать равновесие и устоять под ударами стихии. Если у вас есть план, вы чувствуете себя свободнее и снова обретаете контроль. Чувство собственной подкованности и эффективности, возможность управлять ситуацией – это самая настоящая палочка-выручалочка. Нам всем хочется думать, что мы можем выйти из любого положения. И неважно, сколько нам лет – 3 или 53, нам все равно нужно знать, что в наших силах повлиять на обстоятельства нашей жизни. Когда люди утрачивают это ощущение, они испытывают стресс, впадают в депрессию и опускают руки.

Эта книга поможет вам понять, что вы в состоянии влиять на ситуацию в своей семье. Проблемы будут всегда – эта цена, которую нам приходится платить, если мы не хотим жить в одиночестве, – но важно то, что вы будете чувствовать и знать, что способны им противостоять.

Это очень похоже на лодку. Когда погода хорошая, кажется, что управлять ею довольно просто. Но вот вы оказались посреди Тихого океана в десятибалльный шторм, команда в панике, вас захлестывают пятнадцатиметровые волны, и лодка вот-вот пойдет ко дну, – в этом случае вам необходимо понимать, что нужно делать, и брать ответственность на себя. Нет времени на суету и метания. Пора принимать командование в свои руки.

Чрезвычайно сложные простые вещи

Несколько лет назад мне посчастливилось попробовать посадить самолет «Боинг 777». Любой стандартный современный пассажирский джет – это очень сложный механизм, «Боинг 777» не исключение. Он вмещает свыше 300 пассажиров и состоит из 3 миллионов различных деталей (что довольно много, мягко говоря). В самолете используется электродистанционная система управления «fly by wire», которая обеспечивает передачу электрических сигналов от органов управления к центральному бортовому компьютеру.

Стоит пояснить, что, конечно, я управлял не самим судном, а симулятором «Боинга 777», предоставляемым компанией Air New Zealand для тренировки пилотов. Но все равно это очень сложное устройство стоимостью около \$20 миллионов. Хотя это был и не настоящий самолет, но ощущения были вполне реальные. За свою жизнь я ни разу не видел такого количества кнопок, рычагов и реле, но благодаря подсказкам компьютеров и помощи разных устройств посадить самолет сможет каждый.

Но дело вот в чем: по сравнению с человеком, «Боинг 777» прост как картошка. Любой реактивный лайнер проигрывает по сложности на фоне любого из нас. Возможности нашего мозга до сих пор до конца не изучены. Конечно, «777» может поднять в воздух огромное количество людей

и перенести их в любую точку мира, но он не сможет назвать вам свой любимый цвет. Спросите «Боинг 777», что он чувствует во время просмотра грустного фильма, и он вам не ответит. Попросите его создать новый «Боинг 777», и он не будет знать, с чего начать. А человек все это может. У нас есть любимые цвета, мы можем переживать разные чувства при просмотре фильма, мы можем рожать детей, которые довольно быстро учатся говорить, ходить, строить пирамидки и справлять нужду в туалет. Человек – удивительное создание, просто потрясающее.

Не секрет, однако, что, если собрать вместе и распределить на группы сложноорганизованных человеческих существ, количество проблем только возрастет. Как мы увидим в следующей главе, именно эти проблемы и трудности совместного проживания сослужили нам в конечном счете хорошую службу. Но при этом по-прежнему непросто договориться о том, с кем дети проведут следующее Рождество.

Сталкиваясь со сложными вопросами, мы склонны находить еще более сложные варианты их решения. И это ошибка. По опыту могу сказать, что самое сложное – это не усложнять. Мне еще не встретилась ни одна семья, которой удалось бы усугубить ситуацию и остаться в выигрыше. Напротив, это сильно отдаляет от поиска верного решения, выматывает эмоционально и физически.

Я довольно практичный человек. Я скорее выберу удобную вещь, нежели модную. У модных вещей сложный крой,

за ними непросто ухаживать, они часто недолговечны. Поэтому и модных советов вы здесь не найдете. Только простые и надежные. Те, которыми вы сможете воспользоваться в любой момент.

Применительно к нашей теме это означает, что когда семейные пары увязают в своих попытках выяснить, кто, что, кому и почему сделал, мы стараемся не дать им погрязнуть в этом и найти наиболее оптимальный выход из ситуации. Далее вы сможете сами увидеть, как следование самым простым принципам способно привести к решению даже самой сложной проблемы. За годы работы я обнаружил, что достаточно всего лишь нескольких простых правил, и хороший результат вам гарантирован. Если вы любите простые ответы и не стремитесь все усложнять, вы двигаетесь в нужном направлении. Опра Уинфри однажды сказала: «Вы хотите быть правыми или счастливыми?» Эта книга для тех, кто выбирает быть счастливыми.

Другое имя Розы

Самым сложным в написании этой книги было определиться с названиями. Современные семьи можно обозначить по-разному; например, в клинической практике это «восстановленная семья» (чем-то напоминает смузи), более консервативный вариант – «сводная семья», современный – «смешанная семья». После долгих размышлений, брожений туда-сюда с перерывом на просмотр смешных видео на YouTube, атаку на зомби на игровой приставке Xbox, принадлежащей моим сыновьям, и наблюдений за городским пейзажем я все-таки сдался и доверился мнению людей, попросив их оставлять свои варианты в комментариях на Facebook. Выиграл вариант «смешанная семья». Не всем нравился этот термин, но около 80 % все-таки голосовали за него. Поэтому я решил остановиться на этом. Итак, пусть будет «смешанная семья».

Лично мне этот вариант нравится. Мне кажется, он лучше всего передает суть современной семьи. «Смешанная семья» звучит менее формально и более емко. Этот термин охватывает все нюансы. Смешанная семья – это и сводная семья, и бабушки-дедушки с внуками, и приемная семья и т. д. И к тому же в этом понятии нет скрытого смысла.

Итак, в дальнейшем в этой книге я буду использовать термин «смешанные семьи». Если по какой-то причине это вас

раздражает, вы можете либо вооружиться маркером и последовательно вычеркивать в книге это словосочетание, либо просто не заострять на этом внимание и двигаться дальше.

Вторым на повестке дня у меня был вопрос, как мне называть всех остальных. Я снова засел за игру в Xbox, укокошил несколько зомби, но к ответу это меня не приблизило. В конце концов оказалось, что лучше подойти к этой задаче с функциональной точки зрения. Именно поэтому я буду использовать понятия «мачеха» и «отчим», поскольку «смешанная мама» и «смешанный отец» звучат довольно нелепо. «Биологической семьей» я буду называть семью, в которой дети живут со своими биологическими родителями. Знаю, это звучит несколько по-медицински, но этому понятию ведь тоже требуется название.

Уверен, что кого-то мой выбор будет раздражать, и, возможно, я даже получу несколько писем с замечаниями о том, что эти термины хуже некуда и что я сам во всем виноват.

Что ж, бывает и так.

Это ваша книга, читайте ее, как хотите

И наконец, позвольте мне сказать вот что: вы купили эту книгу и имеете полное право читать ее, как вам будет угодно. Это не роман, который следует начинать читать с начала, страница за страницей, до самого конца. Не бойтесь пропускать абзацы и даже главы, читайте в той последовательности, в какой хотите. Можно поступить традиционно и читать по порядку или же выбирать, что вам нужнее и интереснее именно сейчас. Это здорово. Вы не потеряете нить рассуждения и не упустите суть. Вы всегда сможете вернуться к тому, что проскочили, и я бы очень хотел, чтобы так и было, ведь я тщательно отбирал материал для этой книги. Жизнь не прямая линия. Это череда взлетов и падений, неровностей и спокойных эпизодов, так что делайте, как вам больше нравится.

Это значит, что прямо сейчас вы можете сразу перейти к главе 5 «Как расставание родителей влияет на детей». Или же можете присоединиться к нам и начать с глав 1 и 2, в которых я расскажу вам занимательную историю о происхождении современных семей, объясню, как эти знания помогут вам сделать вашу жизнь проще и спокойнее, а также покажу, как это связано с яичками обезьян.

Часть первая

С чего все началось

Вы когда-нибудь задавали себе вопрос, как вы к пришли к тому, что имеете сейчас?

Стоит проследить весь путь, прежде чем двигаться дальше. Ведь если вы поймете, откуда семья как форма организации жизни берет свое начало, вам будет проще разобраться с текущей ситуацией.

1. Откуда берет свое начало «современная семья»?

У человеческого существа имеется одна замечательная особенность – игнорировать прошлое. Мы склонны думать, что имеет значение лишь то, что происходит с нами сейчас. Мы считаем, что никто до нас ранее не сталкивался с теми проблемами, с которыми мы сейчас имеем дело. Мы не любим задумываться над вопросом, почему оказались в подобной ситуации и что этому могло способствовать. А зря, ведь это могло бы нас чему-нибудь научить.

Именно по этой причине люди обречены повторять свои ошибки снова и снова. Мы тратим кучу времени на бесполезные метания, а все потому, что нам не приходит в голову мысль обратиться к прошлому и узнать, как раньше люди поступали в подобных случаях. Мы вновь и вновь изобретаем колесо. А ведь история – это не просто рассказ о старых добрых временах, это еще и подсказка как жить в настоящем.

Поэтому я подумал, что неплохо было бы поговорить о современной семье, узнать, откуда она берет свое начало, и поучиться кое-чему. Люди разгуливают по Земле уже около 200 тысяч лет, так давайте посмотрим, что эти ребята делали здесь, пока не пришло наше время.

Доисторическая семья: о чем нам могут рассказать острые зубы и большие яички

Полагаю, первый вопрос, который стоит задать, это: откуда вообще взялись семьи? Человеческая семья – уникальное явление для животного мира. Несмотря на то что семья встречается и у многих других видов животных, никто из них не зовет своих родственников в гости на Рождество. Они не обустривают детские комнаты для своего потомства, которое, вырастая из детского возраста, продолжает играть там в Xbox и жевать чипсы.

Если вы посмотрите на других приматов, наших самых близких сородичей на эволюционном дереве, вы сразу заметите, сколько между нами различий. Гиббон, маленький, но своевольный представитель человекообразных обезьян, обожающий гонять на моноциклах и заниматься оригами, создает семью, подобную человеческой, где есть мама, папа и дети. Они не развлекаются с другими гиббонами. Они не приглашают друзей по выходным на барбекю. Напротив, они дерутся с другими гиббонами за территорию. Когда дети подрастают и могут иметь своих детей, мамы и папы выставляют их вон, чтобы они создавали свои семьи.

Орангутаны, с их любовью к чтению и тай чи, живут по одиночке, что идет им на пользу. Орангутаны довольно ин-

тересные существа. У самцов территория намного больше, чем у самок, они могут спариваться с любой самкой на своих условиях, что пахнет сексизмом, но, скорее всего, оправданно.

Гориллы, менее популярные представители высших приматов из-за навязчивой тяги к мотоспорту и зумбе, живут группами, в которых альфа-самец имеет право спариваться со множеством самок в стае. Даже если сын доживает до половозрелого возраста, он все равно не может соперничать с главным самцом за внимание самок, поскольку это противоречит законам племени.

Шимпанзе, такие милые в юном возрасте, на самом деле далеко не лапочки. Ведь если вы – маленькая обезьянка, вас непременно съедят, если поймают. Шимпанзе живут большими коммунами, которые подразделяются на более мелкие группы. Группы объединяются друг с другом лишь для решения повседневных задач. Эти обезьяны могут напасть на человека и даже убить его, если он по своей глупости вторгнется на их территорию.

Человек же, перенеяв в некотором смысле опыт наших ближайших родственников-млекопитающих, все же ушел намного дальше в своем развитии.

- Наш мозг больше по размеру, поэтому мы выстраиваем более сложные социальные системы. Мозг человека в целом на 25–60 % превышает по объему мозг обезьяны за счет

размера некоторых отделов, которые и отвечают за приобретение более совершенных социальных навыков, таких как овладение языком.

- Мы больше времени посвящаем заботе о потомстве, чем любой другой вид, и наши дети гораздо дольше остаются зависимыми от родителей.

- Женщины не возвещают открыто о своей овуляции (у обезьян, например, меняется цвет шерсти на нижней части туловища), хотя это было бы неплохо и, скорее всего, имело бы успех у мужчин.

- Мы занимаемся сексом для удовольствия, а не только с целью деторождения.

- Менопауза есть только у человека. Другие представители животного мира фертильны до самой смерти.

- Мы не подразделяемся на разновидности, как, например, обезьяны или кошачьи. Человеческий род существует лишь в единственном экземпляре.

Как же все так сложилось? И почему?

Так получилось, что довольно давно, около 4 миллионов лет назад, наши предки, доисторические люди, стали самостоятельной формой жизни, пойдя дальше в своем развитии. Откуда нам об этом известно? Дело в том, что на протяжении последних 4 миллионов лет мужчины и женщины изменились внешне, объем мозга увеличился втрое, а процесс раз-

вития ускорился вдвое³. Во времена наших предков, около 3 миллионов лет назад, человек был готов для взрослой жизни (обустройство жилища, рождение детей) уже в возрасте 10 лет. Сейчас этот период наступает где-то между 18 и 47 годами. Со временем у мужчин стали уменьшаться размеры клыков.

Все это имеет значение, ведь для сохранения лидирующего положения в племени вождь должен был чем-то выделяться среди других самцов – ростом или размером клыков. Возьмем, например, бабуинов. Однажды в Африке я чуть было не подвергся нападению самца бабуина – я подошел ближе положенного к его кочующему племени – и могу точно сказать, что клыки у этого животного были очень и очень большие.

Если вы вынуждены постоянно воевать с другими самцами за право спариваться с самками, вам просто необходимо иметь большие зубы и крепкие мускулы. И напротив, если вы не можете похвастаться сильным телом и крупными зубами, ясно, что доступ к самкам у вас будет ограничен.

В 1974 г. в Эфиопии Дональд Джохансон со товарищи обнаружил скелет так называемой Люси – женской особи одного из наших предков, афарского австралопитека (*Australopithecus afarensis*), жившей 3,5 миллиона лет назад. По своим размерам она представляла собой нечто среднее

³ Geary D. C. and Flinn M. V. (2001). Evolution of human parental behavior and the human family. *Parenting: Science and Practice* 1: 5–61.

между мужчиной и женщиной. Известно, что первое семейное поселение появилось около 3,2 миллиона лет назад. Оно получило шутовское название «первое семейство» (AL 333) – были обнаружены останки, принадлежавшие группе афарских австралопитеков, состоявшей из девяти взрослых, трех подростков и пятерых детенышей⁴.

Таким образом, в какой-то момент в далеком прошлом первые люди стали собираться в группы, состоящие из мужчин и женщин, где каждому было разрешено иметь потомство. Хотя если кому-то из племени не повезло с внешними данными или его дыхание было недостаточно свежим, ему не стоило рассчитывать на внимание симпатичных самок. В любом случае оставаться вместе было выгоднее и безопаснее. Я уверен, что мы – потомки именно этих особей.

Можно сделать любопытный вывод, что эти первобытные самки были не склонны к промискуитету. Откуда мы это знаем? Ответ нам подсказал размер яичек современного человека⁵. Ведь если дамы занимаются беспорядочным сексом и неизвестно чей, в конце концов, это ребенок, тогда и мужчинам приходится заниматься сексом часто и с разными женщинами, а для этого требуется иметь большие яички. У современных мужчин таких нет, так что будьте уверены, что

⁴ Johanson D. C. (2004). Lucy, thirty years on: an expanded view of *Australopithecus afarensis*. *Journal of Anthropological Research* 60 (4): 465–486.

⁵ Harcourt A. H., Harvey P. H., Larson S. G. and Short R. V. (1981). Testis weight, body-weight and breeding system in primates. *Nature*. 293: 55–57.

хоть эти первобытные леги и были чрезвычайно волосаты, но в распушенности их обвинить никак нельзя.

К счастью, наши предки пришли к выводу, что совсем не обязательно иметь альфа-самца, стоящего во главе племени и вечно отстаивающего свои исключительные права на самок. Лучше объединяться в группы для совместной работы с равными правами на размножение для всех. Эти особи держались вместе, и в итоге семья стала предпочтительной формой существования, а одиночкам было суждено погибнуть от голода, быть съеденными саблезубыми тиграми или умереть, отравившись суши. Отпала необходимость в больших зубах, как у моего друга бабуина, вместо этого стал развиваться мозг, благодаря чему у нас появились новые возможности. Мой друг бабуин, может, и напугал меня своими большими зубами, но вечером того же дня я уже плавал в бассейне, а после наслаждался вкусным ужином, а этот бедняга, скорее всего, ловил блох у кого-то под мышкой.

Итак, получается, что семейные сообщества начали складываться уже 4 миллиона лет назад, первые люди появились на Земле около 200 тысяч лет назад – и в это время еще никто и не думал переживать по поводу Рождества.

Охота и собирательство

На протяжении 4 миллионов лет разговор за завтраком, должно быть, выглядел примерно так:

– Доброе утро, дорогой!

– Доброе утро, любовь моя!

– Какие планы на сегодня?

– Мы с парнями собираемся пристрелить мамонта.

– Это хорошо.

– А у тебя?

– Думаю, Джун с девочками пойдет собирать коренья, и я к ним присоединюсь.

– Отлично. Постарайся, чтобы тебя не съели, милая.

– А ты не дай себя раздавить, как это случилось со старым мистером Джоунсом.

– Ну ты же меня знаешь, любовь моя: копье и скорость – мои главные помощники. Копье и скорость.

– Просто будь осторожен.

– Конечно, любовь моя.

– До встречи.

– Увидимся позже.

Это именно то, чем в основном занимались первобытные люди. Ситуация немного изменилась лишь ближе к нашему времени, 10 тысяч лет назад, когда был построен первый город. Facebook же был основан только в 2004 г. Пока не появились дорожные пробки, а мы не научились обновлять свой статус, мы охотились, собирали ягоды и травы и делали еще много чего другого.

Все это заставляет нас задуматься, как подобный образ жизни послужил становлению современной семьи. Понятно,

что мужчины охотились на мамонтов и приносили добычу в пещеру своей семье. Они обеспечивали семье пропитание, а женщины заботились о доме и растили детей.

Но так ли это? Похоже, мы делаем не совсем правильные выводы о жизни в период охоты и собирательства. Если обратиться к выжившим в наши дни племенам, на первый взгляд создается впечатление, что отцы совсем не причастны к заботе о потомстве. Дети племени хазда в Танзании, например, получают более качественное питание, если в группе есть женщины старшего возраста. Если посчитать количество калорий, которое получают жители племени аче в Парагвае, – а я даже не могу себе представить, что кому-то в здравом уме это может прийти в голову, – получится, что подножный корм имеет почти такую же питательную ценность, как и дичь. Жители древней Калифорнии в рамках одного племени могли иметь разные предпочтения в питании. Мужчины в основном ели морепродукты, а женщины – то, что произрастало на земле. Интересно, смогли бы они найти компромисс, заказывая пиццу, если мужу хочется креветок на гриле, а жена мечтает о вегетарианском блюде?

Этот исторический период сложен для изучения и по-прежнему вызывает множество вопросов. Я почти уверен, что на антропологических рождественских вечеринках разгораются яростные споры по поводу роли женщин в эпоху плейстоцена. А большинство из нас озабочены именно этим вопросом: так что же все-таки происходило в эпоху плейстоцена?

Разве я не прав?

При этом вроде бы есть весьма надежные доказательства того, что в период охоты и собирательства женщины старшего возраста играли более важную роль, чем отцы и даже матери. Наличие женщин-старейшин значительно увеличивало шансы детей на выживание. Насчет отцов такой уверенности нет. Отцы очень помогали, пока матери были не в состоянии собирать травы и коренья, ухаживая за новорожденными, но во времена охоты и собирательства женщинам приходилось возвращаться в строй гораздо быстрее. Так что по сути в мире мало что изменилось. Мать остается дома и делает все, чтобы семье было хорошо и комфортно, а отец зависает с друзьями на рыбалке. Времена меняются, а в мире все по-прежнему.

Современная семья – это не только...

Удивительно, но на самом деле нуклеарная семья существует довольно давно. Мы склонны думать, что в современном мире нуклеарная семья – это артефакт и что в прошлом разные поколения одной семьи жили под одной крышей.

Это не так. Историки определили время появления нуклеарной семьи где-то между 1640 и 1800 гг.⁶ В те времена

⁶ Harevan T. (1985). Historical changes in the family and the life course: implications for child development. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. 50: 8–23.

семья представляла собой что-то вроде предприятия по производству чего-либо, а не частную территорию. Обычно родственники объединялись ради увеличения прибыли, но изначальный состав – это мать, отец и дети.

Конечно, существовали также и смешанные семьи. Даже сто лет назад все было не так идеально, как хотелось бы. Уровень смертности был высоким как среди детей, так и их родителей.

Часто отцы не доживали до совершеннолетия своих отпрысков, а матери умирали в родах. Семьи смешивались постоянно, ведь после смерти родителей (одного или сразу обоих) остальным членам надо было как-то выживать.

Эта ситуация была настолько распространенной, что даже имелись документально оформленные рекомендации для смешанных семей. В 1595 г. некто Джон Райт был приговорен к повешению за то, что ради денег он до смерти избил приемного сына. Во время его казни людям раздавали листовки следующего содержания:

Пусть все приемные отцы и матери услышат стенания Райта. Да предостережет их это от злых деяний во имя алчности. Да напомним им это об их обязательствах перед приемными детьми как перед рожденными от крови и плоти своей. Этот человек позабыл об этом и поплатился своей жизнью⁷.

⁷ In Collins S. (1999). 'Reason, nature and order': The stepfamily in English Renaissance thought. *Renaissance Studies*. 13 (3): 312–324.

Для этой смешанной семьи все закончилось не лучшим образом, но листовки доказывают тот факт, что смешанные семьи признавались важной частью общества. В те времена главные переживания были связаны с правом наследования. Существовали опасения, что приемные дети начнут требовать свой кусок пирога и претендовать на фамильное серебро. Консервативно настроенные члены общества постоянно спорили по этому вопросу, как это будет во все времена, о чем бы ни зашла речь – смешанных семьях, рабстве, праве женщин участвовать в выборах, Элвисе Пресли или контроле над оружием. Без этого противостояния жизнь будет уже не такой, как мы привыкли.

Интересно, но приемные матери тоже заработали себе плохую репутацию, что соответствовало духу того времени с его женоненавистничеством. Считалось, что приемные отцы поступают милосердно. В отличие от приемных матерей, которых в эпоху английского Ренессанса распинали во многих произведениях. Вот, например, отрывок из книги «Наставления истинной христианке», написанной в язвительной манере испанским писателем по имени Хуан Луис Вивес в 1524 г.:

Понимаете ли вы, приемные матери, ... что ваша необузданная ярость и ненависть – результат вашей необратимой глупости? Почему же приемные отцы так благочестивы по отношению к женам и детям своим? Потому что отец всегда отец, и любовь его

*одинаково сильна ко всем детям на попечении его, приемным и родным*⁸.

Так что не только нуклеарная семья, но и смешанная существует уже довольно давно. Более того, люди всегда считали, что смешанные семьи представляют угрозу для общества, и обвиняли приемных матерей в недобросовестном исполнении своих обязанностей. Важно то, что по сути смешанные семьи не есть свидетельство краха «института традиционной семьи» и «семейных ценностей». Напротив, смешанные семьи так же «традиционны», как и нуклеарная семья. Смешанные семьи так же «нормальны», как и нуклеарная семья, поскольку детей в них воспитывают на протяжении вот уже многих столетий.

Создание семьи, ориентированной на нужды ребенка

Мы еще не закончили наш экскурс в историю. Осталось рассмотреть один важный вопрос, который поможет понять, почему двенадцатилетняя приемная дочь временами кричит, что ненавидит вас. А также почему вы думаете, что эта проблема должна волновать вас меньше всего. Для этого мне потребовалось написать еще одну главу, ведь нам нужно будет поговорить о коровьих лепешках, паровом двигателе и

⁸ Ibid.

О том, как двести лет назад группа представителей интеллигенции невероятно все запутала.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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