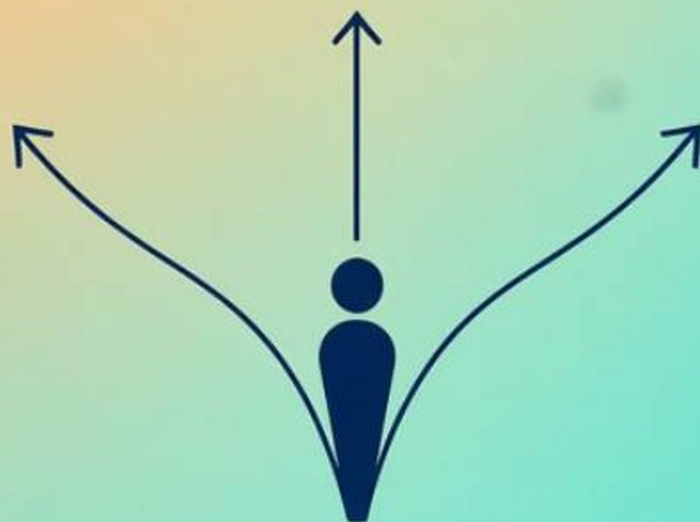


Мне 30+

И я всё ещё не знаю что будет дальше

Каля Кавеа



18+

Калия Кавеа

**Мне 30+ И я все еще не
знаю что будет дальше**

«Автор»

2026

Кавеа К.

Мне 30+ И я все еще не знаю что будет дальше / К. Кавеа —
«Автор», 2026

Тридцать плюс. Ни мужа, ни своих денег, ни ответа, куда двигаться дальше. По всем негласным правилам - опоздала. Эта книга родилась из одного простого, но неудобного вопроса: кто вообще придумал это расписание и почему я так долго жила по нему, даже не спросив разрешения его нарушить? Честный, местами смешной, местами неудобный разговор про женщину и время: про сравнение себя с чужими фотографиями в темноте, про стыд из-за денег, про любовь, которая незаметно стала экзаменом на право быть выбранной, про тело, которое всё время нужно чинить, и про тревогу, которая приходит из ниоткуда и садится рядом на кухне. Никаких обещаний, что после последней страницы станет легко. Только признание, что взрослость — это не набор готовых ответов, а способность жить рядом с тем, что пока не решено, и хотеть большего, не считая себя виноватой за то, что этого ещё нет.

© Кавеа К., 2026

© Автор, 2026

Каля Кавеа

Мне 30+ И я все еще не знаю что будет дальше

Пролог

Однажды кто-то придумал число. Тридцать. И решил, что к этому возрасту женщина уже должна была всё успеть: работу, мужа, детей, дом, спокойствие внутри себя. Мы не голосовали за это число. Никто не спрашивал нашего согласия. Но почему-то очень многие из нас несут его как долг и однажды просыпаются с ощущением, что просрочили платёж, о котором даже не подписывали договор.

Эта книга - не история о том, как я всё успела. Скорее наоборот: это книга о женщине, у которой на тридцать втором году жизни нет почти ничего из списка, который ей когда-то нарисовали. Ни мужа. Ни детей. Ни своих денег. Ни уверенности в завтрашнем дне.

Если ты сейчас смотришь на свою жизнь и думаешь, что опоздала, я хочу, чтобы ты дочитала эту книгу и хотя бы на секунду усомнилась в этом. Не потому, что я нашла ответ. А потому что, кажется, задавала не тот вопрос.

Тридцать - это не рубеж. Дальше я попробую объяснить, почему.

Глава 1. Мне 32

Резюме открыто на экране уже двадцать минут. Курсор мигает в пустом поле «сопроводительное письмо». За стеной отец включает чайник — по звуку я могу сказать, что сейчас без десяти семь. Я живу с отцом. Да я живу в родительском доме. Мне тридцать два. И я до сих пор не знаю, что написать в графе, где нужно объяснить, почему я подхожу на эту вакансию.

Три месяца я отправляю отклики, жду ответы и читаю отказы. Где-то не хватает высшего образования. Где-то - знания языка. Где-то - опыта, которого у меня нет. Каждая вакансия вроде бы говорит о разных вещах. Но постепенно все они начинают звучать одинаково: тебе чего-то не хватает. И в какой-то момент ты перестаёшь видеть в этом условия работодателя. Ты начинаешь видеть в них себя.

Как будто это уже не вакансия говорит: «Вы нам не подходите». Как будто это сама жизнь говорит: ****«Ты недостаточно хороша».** Я знаю, что это не совсем логично. Отказ работодателя - не оценка человеческой ценности. Отсутствие диплома не делает человека глупым. Три месяца без работы - не приговор. Я всё это понимаю. Но знание и ощущение - разные вещи.

Поэтому я продолжаю открывать вакансии. Отправлять отклики. Ждать. Потому что где-то внутри меня ещё есть человек, который верит, что однажды придёт письмо не со словами «к сожалению», а с какими-то совершенно другими. Но работа - это только одна часть истории. У меня нет накоплений. Нет мужа. Нет детей. Последние отношения закончились два с половиной года назад. Если перечислить всё это одним предложением, оно звучит как отчёт о невыполненных планах. Только это не был мой план. По крайней мере, не совсем. Когда-то я просто представляла, что к тридцати у меня будет жизнь. Не идеальная. Просто моя. Карьера. Накопления. Любящий муж. Дети. Я не сидела в двадцать лет с календарём, вычёркивая пункты. Мне просто казалось, что так будет — само собой, в правильном порядке, как в детстве кажется, что взрослые точно знают, как устроена жизнь. Потом мы сами становимся взрослыми и обнаруживаем: инструкцию никто не выдавал. Просто почему-то кажется, что остальные её получили. Я смотрю на женщин своего возраста и думаю: почему со мной не так? Не потому, что хочу забрать у них их жизнь. Я смотрю на неё и думаю: разве я тоже этого не заслуживаю?

Этот вопрос пугает меня сильнее, чем зависть. Зависть можно пережить. А сомнение в собственной ценности проникает глубже. Когда-то я была другой. Работоспособной, доброй, искренней. Строила планы. А потом в моей жизни произошло то, после чего я перестала узна-

вать себя. Два с половиной года назад закончились мои отношения. Не буду рассказывать эту историю подробно - не каждую вещь нужно превращать в публичную исповедь, чтобы она имела значение. Скажу только главное: человек, которого я любила, стал холоден. Я приняла решение уйти. И после моего решения он не пытался меня вернуть. Тогда я впервые по-настоящему столкнулась с одной из самых тяжёлых вещей, которые приходится принимать человеку: тебя могут оставить.

Даже если ты любила. Даже если старалась. Даже если тебе казалось, что между вами было что-то настоящее. Ты можешь оказаться той, кто остаётся. Потом было лето, когда я почти не выходила из дома. Пыталась работать, с кем-то знакомиться, продолжать жизнь так, будто внутри ничего не произошло. Но произошло. Мне казалось, что во мне что-то убили - может быть, доверие, может быть, уверенность, может быть, способность смотреть вперёд и видеть там что-то хорошее. А может быть, всё сразу. И вот прошло время. Я снова живу. Ищу работу. Разговариваю с людьми. Думаю о будущем. Я хочу семью, мужа, детей, денег, успеха. Хочу любить и быть любимой. Хочу человека, который будет моей опорой, а не просто тем, кто однажды решил меня выбрать. Не потому, что так положено. Не потому, что рядом больше никого нет. А потому что именно я — его человек.

Долго мне казалось, что признаваться в этом почти стыдно. Потому что современная женщина будто должна уметь говорить: «Мне никто не нужен». А я не хочу никому ничего доказывать. Мне нужен человек. Мне нужна работа, которая даст мне стоять на собственных ногах. Я не хочу уменьшать свои желания только потому, что пока не получила то, чего хочу. Возможно, именно здесь начинается эта книга. Не с вопроса «почему у меня ничего нет?». А с другого: **почему отсутствие всего этого заставляет меня думать, что со мной что-то не так?** Я долго считала, что тридцать - возраст, к которому жизнь уже должна определиться. Теперь мне тридцать два. И моя жизнь не определилась. Иногда это пугает. Но я начинаю задаваться другим вопросом.

Кто вообще решил, что я опоздала? Кто установил возраст, к которому женщина должна успеть полюбить, выйти замуж, родить, построить карьеру, накопить деньги и научиться быть счастливой? Почему мы так легко превращаем человеческую жизнь в список дедлайнов? И почему, если не успели его выполнить, начинаем ставить диагноз самим себе?

Я не знаю пока ответов. Но, кажется, мне пора их искать. Не только для себя. Потому что где-то сейчас есть женщина, которая тоже открывает очередную вакансию и видит: «требуется высшее образование». Есть женщина, которая возвращается в пустую квартиру после работы. Есть та, что сидит рядом с ребёнком и всё равно чувствует себя одинокой. Есть та, что очень хочет стать матерью, но пока не встретила человека, с которым хочет создать семью. Есть та, что зарабатывает больше всех своих знакомых — и всё равно считает, что недостаточно успешна. Есть женщина, которой тридцать. Тридцать пять. Сорок. Пятьдесят. И каждая из них в какой-то момент может посмотреть на собственную жизнь и спросить: **«А я точно всё делаю правильно?»** Я не знаю, правильно ли я делаю. Я не знаю, где буду работать, когда появится человек, которого я захочу назвать мужем, будут ли у меня дети. Я вообще не знаю очень многого. Но впервые мне хочется не прятать эти вопросы, а посмотреть на них. Разобрать. Понять, откуда они появились — какие из них действительно мои, а какие я когда-то просто взяла у окружающего мира. И, может быть, в конце этого пути я обнаружу простую вещь: жизнь, которая не случилась к тридцати, ещё не является несостоявшейся жизнью. Возможно, самое страшное заблуждение взрослой женщины не в том, что она чего-то не успела. А в том, что она решила: если я ещё не там, где хотела быть, значит, со мной что-то не так. Чайник за стеной уже выключился. Отец зовёт меня завтракать. Я закрываю резюме, не дописав письмо. Мне тридцать два, и я пока не знаю, куда приведёт меня эта жизнь. Но я решила хотя бы перестать делать вид, что знаю, куда должна была прийти.

Глава 2. Она уже успела

Темно. Единственный свет в комнате от экрана телефона, и я листаю его большим пальцем почти на автомате, не читая, а именно листая: одно лицо, одна квартира, один заголовок сменяет другой быстрее, чем я успеваю подумать. В темноте это работает иначе, чем днём: не отвлекает ничего вокруг, и каждая картинка попадает прямо в тебя, без фильтра. Свадьба. Новая должность. Ремонт. Ребёнок, который только научился ходить. Отпуск на море. Я не выбирала эти лица специально они просто оказались в ленте, и лента не спрашивает, готова ли я их сейчас видеть.

У меня сейчас, если говорить честно, нет почти ничего из того, что мелькает передо мной. Нет работы. Нет своих денег. Нет отношений. Ничего из этого списка я не проговариваю себе вслух сравнение происходит без разрешения, где-то в глубине, ещё до того, как я успеваю опомниться и сказать себе: «подожди, это же просто чьи-то фотографии». Мозг быстрее. Он уже успел сложить два и два: у них жизнь. У меня вот это, в темноте, с телефоном, из которого светит счастье.

И приходит мысль, которую трудно объяснить постороннему человеку, потому что со стороны она звучит нелогично: *она уже успела*.

Успела раньше. Успела больше. Успела правильно. А я -нет. Слово «уже» умеет с человеком удивительно многое. Она уже замужем, уже родила, уже купила квартиру, уже открыла бизнес, уже выглядит так, как хочется мне, уже знает, чего хочет. Как будто жизнь - это поезд по расписанию, и все женщины вокруг давно заняли свои места, а я опоздала на станцию.

Мой мозг делает это не потому, что я слабая или особенно склонна к самобичеванию. Сравнение вообще не изобретение соцсетей - оно древнее. Ещё в 1954 году психолог Леон Фестингер сформулировал простую мысль: когда человек не может объективно понять, насколько он хорош, он смотрит на других и меряет себя ими. Проблема не в самом сравнении — оно естественно и даже полезно. Проблема в количестве зеркал. Раньше женщина сравнивала себя с десятком человек — сестрой, соседкой, парой подруг. Сегодня достаточно десяти минут в темноте с телефоном, чтобы увидеть несколько сотен чужих жизней и не обычных дней, а лучших: свадьбы, повышения, преображения. Умом я прекрасно понимаю: «это всего лишь фотография». Но разум и чувства редко говорят одно и то же. Разум знает, соцсети показывают отобранное. Чувства всё равно спрашивают: «почему у меня этого нет?»

Особенно обманчиво сравнение с человеком, о котором я почти ничего не знаю. Кто-то, рассказывая о повышении, покажет весь путь - бессонные ночи, страх провала, конфликты с начальником. Незнакомка в ленте показывает только точку результата. Я вижу фотографию и не вижу бессонницы за ней, не вижу лет тренировок за красивым телом, не вижу денег, обстоятельств, генетики, которые сделали этот результат возможным. Я сравниваю свою жизнь, прожитую целиком, изнутри, со всеми её плохими днями, с чужой единственной точкой, снятой в лучшем свете. Это нечестная игра. Но я всё равно в неё играю в темноте, потому что мир вокруг постоянно отвечает на мой вопрос «я в порядке?» через других людей.

Тут есть тонкая граница, и я давно перестала её замечать. Восхищение говорит: «я тоже так хочу». Зависть говорит: «почему у неё есть, а у меня нет?» А стыд добавляет третье, самое разрушительное: «наверное, со мной что-то не так». Именно эта третья мысль превращает отсутствие результата в приговор личности: не сложилась карьера — я неспособная, не вышла замуж - со мной что-то не так, не такое тело - я недостаточно красивая. Но между результатом и ценностью человека нет знака равенства, хотя я упрямо пытаюсь его поставить каждую ночь заново.

Самое странное происходит, когда я всё-таки чего-то достигаю. Хорошая должность, наконец пришедшие деньги, отношения, о которых мечтала и кажется, сравнение должно закончиться. Оно не заканчивается. Психика привыкает к новому уровню за считанные недели, и вчерашнее достижение становится просто фоном, на котором тут же появляется следующая

планка квартира больше, тело лучше, отношения глубже. У этой лестницы нет последней ступени. Сколько денег достаточно? Какой дом достаточно большой? Если ответ на «достаточно ли я хороша» зависит от результата, то результат всегда можно увеличить, а значит, ответа не будет никогда.

Пожалуй, самая болезненная фраза в женской жизни даже не «ты недостаточно хороша», а «ты уже должна была». В ней сразу два удара: оценка настоящего и обвинение прошлого. Но у прошлого есть особенность, которую я всё время забываю: я смотрю на него из точки, которой тогда не существовало. Сегодня я знаю то, чего не знала пять лет назад. А версия меня, которая жила пять лет назад, знала только то, что знала тогда. Требовать от неё сегодняшней мудрости так же бессмысленно, как обижаться на ребёнка за то, что он не умел водить машину.

Может быть, самый честный вопрос - не «почему я не там, где она?», а «почему я решила, что её точка обязана быть моей?» Это не значит перестать хотеть. Можно смотреть на чужую жизнь и думать: «я хочу так же», учиться, вдохновляться - и всё равно не превращать её в оружие против себя. Я никогда не узнаю всей истории женщины из ленты. Фотография не знает пути. Ремонт не знает того, что было до него. Чужая жизнь никогда не знает моей - так же, как моя никогда не знает чужой.

Она действительно могла успеть раньше. У неё правда может быть больше денег, спокойнее жизнь, вся та определённости, которой мне сейчас так не хватает в темноте с этим телефоном в руках. Это может быть чистой правдой и всё равно из неё не следует, что я проиграла. Не следует, что существует единое расписание, по которому все женщины обязаны двигаться с одной скоростью. Мы сами придумали это расписание. А потом - очень удобно забыли, что придумали его сами. За вопросом «почему она уже успела?» на самом деле прячется другой, куда более важный: а что вообще я сама считаю - «успеть»?

Я до сих пор не знаю на него ответа. Но, кажется, впервые готова выключить телефон и спросить не её жизнь, а свою.

Глава 3. Я думала, что к тридцати у меня будет всё

В детстве тридцать лет казались мне почти недостижимым возрастом. Тридцать - это были взрослые люди. Они точно знали, что делают, сами принимали решения, зарабатывали деньги, покупали продукты домой. Мне казалось, что к тридцати человек становится готовой версией себя, как будто где-то существует финальная сборка, и в этом возрасте её наконец выдают.

Я никогда не думала, какой именно буду я. Просто была уверена: к этому возрасту я уже буду знать. Знать, где работаю. С кем живу. Кого люблю. Сколько зарабатываю. Как выглядит мой дом. Я не помню момента, когда придумала этот сценарий скорее всего, его никто не придумывал специально. Он просто собрался во мне постепенно: из фильмов, чужих свадеб, разговоров взрослых, школьных представлений о том, какой должна быть «нормальная» жизнь.

Сначала слышишь: «Когда вырастешь...» Потом: «Когда выйдешь замуж...» Потом: «Когда будут дети...» А потом вдруг обнаруживаешь, что говоришь это уже сама себе. Когда у меня будет работа. Когда появится муж. Когда будет своё жильё. Когда жизнь наконец станет настоящей. Самое странное я никогда не воспринимала это как давление. Я воспринимала это как будущее. Мне казалось, всё просто произойдёт по порядку: сначала одно, потом другое, потом третье.

Я не знала, что жизнь вообще не обязана соблюдать этот порядок. Что кто-то станет родителем раньше, чем найдёт себя. Кто-то построит карьеру а потом поймёт, что выбрал не ту. Кто-то в сорок начнёт профессию, о которой в двадцать даже не слышал. Ни один из этих маршрутов не официальный. Но пока живёшь внутри своей культуры и своего времени, тебе редко приходится объяснять, какой должна быть жизнь ты просто это «знаешь». Именно поэтому тридцать лет и превращаются в странную границу.

До них многое прощается. Можно искать себя, ошибаться в отношениях, жить с родителями, не зная, чего хочешь. После, те же самые обстоятельства почему-то начинают выглядеть иначе. В двадцать пять живёшь с родителями - это временно. В тридцать два - уже вопрос. В двадцать пять меняешь работу - это поиск себя. В тридцать два всё ещё ищешь и вдруг возникает ощущение, что ты что-то упустила. Возраст сам по себе ничего не меняет. Меняется только смысл, который мы ему приписываем.

Мне понадобилось время это заметить - потому что я тоже долго смотрела на тридцать как на контрольную точку. Не официальную, не объявленную кем-то, но существующую у меня в голове. И когда я её пересекла, никаких новых ответов не появилось. Наоборот вопросов стало больше.

Есть ещё одна причина, почему возраст давит так сильно: он превращает желания в сроки. Я хочу семью значит, мне нужно срочно найти мужа. Я хочу детей значит, я должна уже думать, сколько времени осталось. Я хочу денег значит, к этому возрасту их уже должно быть достаточно. Само желание перестаёт быть желанием. Оно превращается в задачу. А потом - в задолженность.

Ты уже не просто хочешь семью, ты чувствуешь, что задолжала её себе. Не просто хочешь работу чувствуешь, что должна была её уже получить. И вот здесь желание начинает причинять боль, потому что напоминает не о том, чего тебе хочется, а о том, чего ты пока не достигла. Разве желание иметь семью - проблема? Разве стыдно хотеть денег? Нет. Проблема в другом месте в тот момент, когда я перестаю говорить «я хочу» и начинаю говорить «у меня уже должно быть». Между этими фразами всего несколько слов и огромная разница. «Я хочу мужа» оставляет место для жизни. «У меня уже должен быть муж» превращает сегодняшний день в доказательство моей несостоятельности.

Мы очень любим говорить о тридцати как о возрасте, после которого всё становится сложнее - сложнее найти любовь, сложнее сменить профессию, сложнее начать сначала. В чём-то возраст действительно имеет значение - было бы нечестно делать вид, что биология и обстоятельства вообще не существуют. Но между «возраст имеет значение» и «ты опоздала» огромная дистанция. Почему мы так легко её пересекаем? Время ведь не обещало нам одинаковых результатов. Оно вообще ничего не обещало. Это мы сами придумали сделку: к определённом возрасту я должна стать определённой женщиной, а если не стала - буду считать себя неудачницей.

Иногда я думаю о той девушке, которой было двадцать. Она ещё ничего не знала о том, что будет дальше - сколько раз придётся начинать сначала, какие отношения закончатся, как трудно бывает найти работу, когда тебе кажется, что ты готова, а мир отвечает отказами. Но она точно знала одно: к тридцати всё будет хорошо. Не потому, что у неё были доказательства. Просто потому, что впереди было много времени. Мне хочется спросить её: откуда ты знала? Она бы, наверное, не ответила. Потому что в двадцать лет редко понимаешь, сколько неизвестного помещается в следующие десять. И это нормально. Ненормальным оказалось другое я продолжила требовать от себя исполнения обещания, которого никогда официально не давала.

Сейчас я пытаюсь смотреть на свою ситуацию иначе. Не легче а именно иначе. У меня действительно нет того, чего я хотела бы иметь. Это факт, и я не собираюсь превращать книгу в красивую попытку убедить себя, что мне ничего не нужно. Мне нужно. Я хочу работу, деньги, семью, мужа, детей, любовь. Я не откажусь от этих желаний только для того, чтобы научиться называться «самодостаточной». Но я больше не хочу делать из них доказательство того, что я недостаточно хороша. Можно хотеть большего и не ненавидеть себя за настоящее. Можно быть недовольной своей жизнью и всё равно не считать себя неудачницей.

Потому что если жизнь - это список, то всегда найдётся следующий пункт. Сначала муж. Потом дети. Потом квартира. Потом больше денег. И даже когда получаешь то, чего хотела, список не заканчивается — он просто обновляется. Возможно, поэтому люди получают почти

всё, о чём мечтали, и всё равно чувствуют себя недостаточно хорошими. Проблема никогда не была только в количестве достигнутого. Проблема в самой системе измерения. Я пока не знаю, как полностью из неё выйти. Но я впервые её увидела. И это уже кое-что. Возможно, самое важное открытие последних лет состоит в том, что тридцать — это не финишная черта. Это просто возраст. Всё остальное мы сами успели к нему приписать.

А если это так, мне предстоит разобраться с вопросом куда интереснее: кто вообще научил нас считать, что женщина должна успеть к тридцати и почему мы так охотно в это поверили?

Глава 4. Когда мы решили, какой должна быть женщина

За семейным столом кто-то обязательно спрашивает: «Ну а с личной жизнью что?» Обычно это тётя, или соседка, или дальняя родственница, которую видишь два раза в год. Вопрос звучит по-доброму, почти между делом, пока передают салат. Но именно из таких коротких фраз, произнесённых мимоходом за десятки лет, у меня в голове и собралась целая инструкция которую, если честно, никто мне никогда не выдавал в письменном виде.

Я обнаружила странную вещь: я уже не помню, кто именно сказал мне, какой я должна быть. Никто не садился напротив и не диктовал правила - к такому-то возрасту выйти замуж, потом родить, потом построить карьеру, при этом хорошо выглядеть и оставаться человеком, рядом с которым всем комфортно. Эти правила приходят иначе - по одному, через фразы за столом, через то, как говорят о женщинах по телевизору, через подругу, которая внезапно выходит замуж и получает статус человека, у которого жизнь состоялась, через мать, которая сама когда-то боялась не соответствовать. Никто не говорит «ты обязана» говорят мягче: «так будет лучше», «все через это проходят». И постепенно чужое представление о правильной жизни звучит настолько привычно, что начинает казаться собственным голосом.

Если посмотреть на историю женщин издавна, заметно то, что почти невозможно увидеть изнутри своей жизни: образ «нормальной женщины» никогда не был постоянным он менялся вместе с экономикой и образованием. В середине XX века в США замужних женщин в рабочей силе было около 32%; к 2008-му - уже 61%. Огромная перемена. Но интересно другое: когда женщина получила право работать, старые ожидания насчёт семьи никуда не исчезли. Появилась новая, двойная конструкция женщина работает, но дом всё равно должен быть в порядке; строит карьеру, но материнство остаётся именно её зоной ответственности. Старый сценарий не умер. Он просто научился приспосабливаться и наслаиваться поверх нового.

Раньше женщине говорили: «твоя главная работа - семья». Сегодня говорят: «ты должна иметь свою карьеру» и кажется, что это освобождение. Отчасти так и есть. Но представим женщину, которая слышит оба сообщения одновременно: будь независимой, зарабатывай, но и дети не должны страдать, и дом не должен разваливаться, и выглядеть уставшей нежелательно. Это не старый список сменился новым - это новый список вырос поверх старого. Именно поэтому современная женщина одновременно свободнее прежних поколений и перегруженнее: ей открыли больше дверей, но никто не сказал, что не обязательно проходить в каждую.

Психологи называют это интернализацией: внешнее требование постепенно становится внутренним. Взрослой женщине уже не нужно слышать «пора замуж» она сама просыпается с этой мыслью. Никто не говорит, что её тело недостаточно хорошее, она сама находит это в зеркале. Внешний контролёр становится внутренним, и это самая эффективная форма контроля: человеку больше ничего не нужно запрещать, он контролирует себя сам.

Но было бы слишком просто сказать, что все наши желания нам навязаны, так же неверно, как считать их полностью независимыми от среды. Человек не существует вне общества: мы формируем представление о хорошей жизни из того материала, что видим вокруг. Если все счастливые истории вокруг заканчиваются свадьбой, свадьба перестаёт быть одним из возможных выборов и становится логическим финалом истории по умолчанию. Нам не нужно ничего приказывать - достаточно постоянно показывать один и тот же сценарий, и знакомое очень

легко принять за естественное. Когда-то ранний брак считался нормой - норма изменилась. То, что кажется вечным, почти всегда оказывается историческим. И это знание освобождает не потому, что отменяет нормы, а потому, что возвращает право спросить: «А почему именно так?»

Почему успешная женщина должна ещё и доказывать, что не потеряла личную жизнь? Почему мужчина, который много работает - амбициозен, а женщина в той же ситуации «слишком много хочет»? Почему женщина без партнёра так часто воспринимается как человек, у которого чего-то не хватает? У этих вопросов нет одного простого ответа - именно поэтому их стоит задавать.

Данные Pew Research Center показывают знакомый парадокс: большинство людей давно считает участие женщин в рабочей силе положительным изменением и одновременно значительная часть общества всё ещё думает, что работа матери усложняет воспитание детей. Это не просто цифры. Это противоречие, которое однажды утром оказывается внутри одной конкретной женщины: она уходит на работу и чувствует вину; остаётся дома и чувствует, что теряет себя. Почти любой выбор здесь может сопровождаться ощущением, что выбран неправильный.

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.