

Руслан Глущенко



На чужих НИТЯХ

Руслан Глущенко

На чужих нитях

«Автор»

2026

Глущенко Р.

На чужих нитях / Р. Глущенко — «Автор», 2026

«Я ведь этого не выбирал». Не выбирал фразу, которая звучит в голове после каждой неудачи. Не выбирал, почему к одним людям тянет, хотя с ними плохо. Не выбирал, как говорит с собственным ребёнком, — и вдруг слышит в своём голосе голос матери или отца. Руслан Глущенко идёт по собственной жизни как по карте — от детства до двадцати лет заработков в разных странах. А рядом с каждым возрастом — исследователи, которые проверяли то же самое на тысячах семей: Берн, Боулби, Янг, Бек, Нефф и другие. Одиннадцать глав: родительские программы, стиль привязанности, ловушки, которые повторяются, отношения как зеркало и момент, когда нити переходят к нашим детям. В конце каждой главы — вопрос читателю. Здесь нет виноватых и нет семи шагов к счастью. Но однажды увидев эти нити, уже невозможно развидеть — и впервые можно услышать собственный голос.

© Глущенко Р., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Предисловие	6
От автора	7
Блок I. Детство (0–7)	8
Сюжет, написанный заранее	9
Пять голосов и двенадцать запретов	10
Стиль жизни и порядок рождения	11
Одна семья — несколько детств	12
Кем тебе сказали быть	13
Что считали в сорока двух семьях	14
Зеркало включается сразу	15
Пример: пятьсот раз	16
Почему нить не видна	17
Глава 2. Религия как ещё одна нить	18
Как Пиаже играл в шарики	19
Что передаётся на самом деле	20
Три с половиной тысячи человек и четыре поколения	21
Зеркало: награда за принадлежность	22
Пример: «потому что так нельзя»	23
Почему так больно сомневаться	24
Глава 3. Бабушки, няни, воспитатели	25
Кто на самом деле растил детей	26
Круги Бронфенбреннера	27
Одиннадцать тысяч честных и нечестных детей	28
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Руслан Глущенко

На чужих нитях

Руслан Глущенко

НА ЧУЖИХ НИТЯХ

От первого крика до собственного голоса

«Нитей не видно, пока не попробуешь пойти в другую сторону»

2026

Руслан Глущенко

На чужих нитях. От первого крика до собственного голоса

Книга о том, как в человека с первых лет жизни вписываются чужие правила — родительские, семейные, школьные, дворовые — и как взрослый может однажды отличить их от собственного голоса. Жизнь автора служит в ней картой, а исследования психологов — подтверждением.

Все истории других людей в этой книге собирательные, узнаваемые подробности изменены. Книга не заменяет консультацию специалиста.

© Руслан Глущенко, 2026

Дата первой фиксации авторского текста: 8 сентября 2026 года.

Все права защищены. Текст, структура, идеи, концепции и авторский стиль книги являются интеллектуальной собственностью автора. Никакая часть книги не может быть воспроизведена, скопирована или распространена в какой-либо форме и какими-либо средствами без письменного разрешения автора, за исключением коротких цитат в рецензиях и обзорах с указанием источника.

Предисловие

Эта книга для тех, кто однажды поймал себя на странной мысли: «Я ведь этого не выбирал». Не выбирал фразу, которая звучит в голове после каждой неудачи. Не выбирал, почему рядом с одними людьми становится тесно, а к другим тянет, хотя с ними плохо. Не выбирал, как отвечает собственному ребёнку, — и вдруг слышит в своём голосе голос матери или отца.

Здесь никто не будет тебя чинить. В книге нет семи шагов к счастью и нет обещания, что к последней странице всё изменится. Есть люди, которые годами сидели на полу рядом с детьми, ездили по чужим детским садам, записывали каждое слово в сорока двух семьях и считали, сколько раз в час ребёнок слышит «молодец», а сколько — «опять ты». За каждым выводом здесь стоит, кто именно, сколько лет и как именно это проверял.

И есть одна жизнь, по которой удобно идти от возраста к возрасту, — жизнь автора. Двор, с которого у него начинается память. Школьная компания, где он был своим и чужим одновременно. Двадцать лет заработков в разных странах. Она здесь не для того, чтобы ты сравнивал себя с ним, а для того, чтобы чужое исследование переставало быть чужим.

Виноватых в этой книге нет. Почти всё, о чём в ней говорится, завязывали люди, которые любили как умели и передавали дальше то, что когда-то получили сами. Есть только нити — и они держат до сих пор.

Эта книга не освободит тебя за одну ночь. Но, возможно, после неё ты впервые услышишь одну из своих привычных мыслей как чужой голос, который много лет повторяешь вслух. Развидеть это уже не получится. В этом и весь замысел.

От автора

Эта книга началась не с замысла, а с чужих разговоров — и с одной жизни, которую я долго не умел прочитать. С моей.

Я родился 1 февраля 1986 года. К тому времени мой отец уже превратился в тирана. Своё раннее детство я не помню совсем: психика стёрла эти годы, чтобы я мог жить дальше. Но кое-что она оставила. С самых первых лет я научился безошибочно считывать воздух в комнате — по шагам в коридоре, по тому, как поставили чашку, по длине паузы перед ответом. Это была не одарённость. Это был прибор, который ребёнку собрали обстоятельства.

Прибор никуда не делся и потом. Он просто перестал быть про отца и стал про всех. Двадцать лет я работал в разных городах и странах — стройки, цеха, заводы, чужие кухни, случайные разговоры в дороге, — и люди рассказывали мне то, чего не рассказывали близким. Я не спрашивал. Рядом со мной почему-то говорили. Я слушал, носил те маски, которых от меня ждали, и не торопился с выводами.

Остановило меня тело. В тридцать девять лет я оказался на операционном столе и почти два года не выходил из дома. Впервые за двадцать лет мне некуда было бежать — и я начал складывать вместе всё, что слышал. И увидел: люди разных стран, языков и взглядов спотыкались об одни и те же пороги — и примерно в одном и том же возрасте. Моя собственная жизнь шла по тому же кругу.

Отсюда устройство книги. Она идёт по возрастам, потому что именно так это выглядело со стороны: одни и те же узлы завязывались у очень разных людей в одних и тех же точках жизни. Сначала я это увидел. Потом пошёл к тем, кто изучал это профессионально, — и нашёл у них имена для того, что уже видел своими глазами.

Там, где этап жизни прожит мной, я начинаю с себя: двор, школа, училище, годы на заработках, отцовство. Там, где речь о механизмах, которые одинаково работают у всех, я отхожу в сторону и оставляю тебя наедине с людьми, фактами и собственной памятью. Моя жизнь здесь — не главный герой, а карта. А дальше я показываю, кто это наблюдал, считал и проверял: куда человек ходил, сколько лет смотрел, что у него получилось.

Я не рассказываю тебе, что думать. Я показываю нити — а разглядеть в них свою жизнь тебе придётся самому.

Ещё одно, и это важно. Истории других людей в этой книге собирательные. Ни одна из них не принадлежит одному человеку: в каждой смешаны несколько судеб, а все узнаваемые подробности изменены. Люди рассказывали мне это не для книги, и я не имею права ни на одну чужую жизнь. Если тебе покажется, что здесь описан твой знакомый, — это значит не то, что я его знаю, а то, что таких историй гораздо больше, чем нам кажется. Моя собственная история — единственная, которую я рассказываю так, как она была.

В книге нет ни мистики, ни обещаний чуда. И она ни на кого не нападает — ни на родителей, ни на учителей, ни на веру, ни на неверие. Почти все нити, о которых здесь пойдёт речь, завязывали люди, которые любили как умели. Задача не в том, чтобы найти виноватого. Задача в том, чтобы увидеть нить: только увиденную нить можно оставить или отпустить по собственному выбору.

Книга идёт по возрасту: от первого крика до той точки, где взрослый человек впервые может отличить свой голос от вписанных в него чужих. Сначала детство, где нити завязываются. Потом школа, где к ним добавляются защиты и маски. Юность, где они впервые решают, кого мы полюбим и кем станем. Взрослая жизнь, где они начинают отвечать нам из других людей — и где мы сами передаём их дальше, собственным детям. И наконец, выход.

В конце каждой главы стоит вопрос. Отвечать на него сразу и вслух не обязательно. Но если какой-то из них задержится в голове дольше минуты — значит, эта глава была про тебя.

Блок I. Детство (0–7)

Глава 1. Родительские программы

Я начал помнить себя в семь лет. У большинства людей первые воспоминания относятся к трём-четырёх годам, у меня — к семи. До этого в нашей квартире было то, что психика предпочла не сохранять.

Около семи лет мама добилась другой квартиры и увезла нас с братом от отца. И первое, что я помню, — новый двор. Незнакомые подъезды, знакомые ребята, соседи, которых я видел впервые. С этого места у меня начинается жизнь — не по документам, а по памяти.

Отец остался в старой квартире и с этого момента начал стремительно меняться. Человек, которого боялся весь дом, за несколько лет растерял почти всё: работа не держалась, люди отходили, он остался один и перебивался случайными подработками. А когда не хватало, приходил к маме. И она — после всего, что было, — помогала ему продуктами и деньгами.

Поэтому я вырос с очень странным знанием. Мой отец, каким я его помню, — не тиран, а слабый, несамостоятельный человек, который не может справиться со своей жизнью. Тирана помнит мой брат. Он старше меня на пять лет, и ему достался другой отец. Один и тот же человек — но двое детей получили от него два разных образа, и каждый строил себя от своего.

Я рос при живом отце, но без отца. И очень рано, ещё школьником, во мне сложился вывод, которого никто не произносил вслух: опоры нет, значит, опорой придётся быть самому. Мама справлялась с нами хорошо, и никто от меня этого не требовал. Этот вывод не был ни горьким, ни героическим. Он просто был — как погода. Но позже я ещё расскажу, сколько решений он принял за меня, пока я думал, что принимаю их сам.

Когда годы спустя я начал читать психологов, я нашёл у них имена для того, что видел в собственной семье.

Сюжет, написанный заранее

Ребёнок появляется на свет без единого мнения о себе. У него нет ни одной мысли о том, кто он такой, силен он или слаб, достоин любви просто так или должен её заслуживать. Всё это будет вписано в него другими людьми — причём задолго до того, как он сможет хоть что-то из этого оспорить.

Психиатр Эрик Берн, автор транзактного анализа, называл эту запись «жизненным сценарием». Берн был практикующим врачом: он работал в армейских госпиталях во время Второй мировой войны, потом много лет вёл групповую терапию в Сан-Франциско и слушал, как взрослые люди рассказывают о своей жизни. И раз за разом замечал одно и то же: люди живут так, будто следуют сюжету, написанному заранее, — с узнаваемыми поворотами, предсказуемыми ролями и даже с заранее известным финалом. А когда он начинал расспрашивать, откуда этот сюжет взялся, нити почти всегда уходили в раннее детство.

Его наблюдение было простым и от этого тревожным: родители не читают детям лекций о том, как жить. Они передают инструкции короткими, повторяющимися сигналами — интонацией, выражением лица, тем, на что реагируют одобрением, а на что тревогой или раздражением. Ребёнка, который плачет и слышит в ответ «не будь тряпкой», годами не спрашивают, согласен ли он с этой оценкой, — её просто раз за разом подтверждают, пока «не показывай слабость» не перестает быть чьей-то фразой и не становится, как кажется самому человеку, его собственным характером.

Пять голосов и двенадцать запретов

Ученики и последователи Берна пошли дальше и попытались составить что-то вроде словаря этих ранних инструкций.

Психолог Тайби Калер в 1975 году описал пять так называемых «драйверов» — внутренних команд, которые человек выполняет автоматически, особенно под давлением. «Будь совершенным». «Будь сильным». «Радуй других». «Старайся изо всех сил». «Поторопись». Калер заметил, что эти команды слышны буквально — в словах, в интонации, даже в позе человека. Тот, кто живёт под командой «будь совершенным», говорит длинными уточняющими фразами и боится сказать неточно. Тот, кто живёт под «поторопись», перебивает, заканчивает за других и не может дослушать. Тот, кто живёт под «радуй других», в конце каждой фразы поднимает интонацию, как будто спрашивает разрешения.

Важно, что сами по себе эти команды не злые. «Будь сильным» помогает выдержать трудное. «Старайся» помогает учиться. Беда начинается тогда, когда команда перестаёт быть инструментом и становится условием: я имею право на существование, только пока я сильный, только пока стараюсь, только пока все мной довольны.

Супруги-психотерапевты Роберт и Мэри Гулдинг, много лет работавшие с клиентами в своём институте в Калифорнии, описали и более глубокий слой — не команды, а запреты. Они выделили двенадцать таких запретов, которые ребёнок считает не из слов, а из того, как с ним обращаются. «Не чувствуй». «Не будь ребёнком». «Не будь близким». «Не будь важным». «Не думай». И самый тяжёлый — «не будь», который ребёнок может считать там, где его появление было для взрослых обузой. Ни одну из этих фраз родители, как правило, не произносят вслух. Ребёнок выводит их сам — из того, что происходит, когда он плачет, радуется, просит, спорит.

Стиль жизни и порядок рождения

Альфред Адлер, врач из Вены, сначала соратник, а потом оппонент Фрейда, добавил к этой картине ещё одну мысль: к пяти-шести годам у ребёнка складывается цельная стратегия, которую Адлер называл «стилем жизни». Это не набор отдельных привычек, а рано сформированный ответ на главный вопрос маленького человека: как мне добиться значимости и справиться с ощущением, что я маленький и слабый в мире больших и умелых взрослых? Один ребёнок отвечает на этот вопрос старанием и послушанием, другой — обаянием, третий — бунтом, четвёртый — болезнью или беспомощностью, которая тоже приносит внимание.

Адлер пришёл к этой мысли не в лаборатории, а в собственной практике. В 1920-х годах он открыл в Вене множество бесплатных консультаций для родителей и учителей прямо при школах, где разбирал трудных детей вместе с их семьями — часто при слушателях, чтобы учителя видели, как это делается. И раз за разом замечал, что дети из одной семьи ведут себя так, будто им достались разные роли в одной пьесе. Отсюда его знаменитая идея о порядке рождения: старший, вдруг потеснённый младшим, усваивает, что значимость нужно заслуживать ответственностью и правильным поведением; младший, растущий в тени уже занятых мест, ищет своё через обаяние или бунт; средний учится лавировать между ними.

Здесь нужно сказать честно: строгая проверка эту идею в её простом виде не подтвердила. В 2015 году немецкие психологи Юлия Рорер, Борис Эглофф и Штефан Шмукле проанализировали данные более чем двадцати тысяч человек из Великобритании, США и Германии и не нашли заметного влияния порядка рождения на черты характера. Устойчиво обнаружилось только одно: старшие дети в среднем чуть выше по тестам интеллекта, примерно на полтора балла, что в обычной жизни незаметно. С точки зрения науки, «характер старшего» и «характер младшего» как общий закон для всех семей не существует.

И всё же почти в каждой семье, где больше одного ребёнка, родители и сами дети уверенно узнают эти роли. Старшая, которая с шести лет «за главную» и до сих пор звонит маме первой. Младший, которому всё сходит с рук и который до сих пор шутит на всех семейных праздниках. Тысячи людей, прочитав описание Адлера, говорят: «Это про нашу семью». Как одно сочетается с другим?

Скорее всего, дело не в номере рождения как таковом, а в том, какую роль семья вручает ребёнку вместе с этим номером. Большое исследование усредняет тысячи очень разных семей — и в одной старшего делают ответственным, а в другой, наоборот, балуют как первенца, и в среднем эффект растворяется. Но в каждой отдельной семье роль вполне реальна. Её не определяет порядок рождения — её определяет фраза «ты же старший», повторённая сотни раз. Приборы, которые измеряют средние по двадцати тысячам человек, эту фразу не слышат. А ребёнок, которому её говорят, слышит очень хорошо.

Одна семья — несколько детств

В 1987 году американские генетики поведения Роберт Пломин и Дениз Дэниелс опубликовали статью с вопросом в названии: «Почему дети в одной семье так непохожи друг на друга?» Они свели вместе данные исследований близнецов и приёмных детей — тех, кто вырос вместе, и тех, кого разлучили, — и пришли к выводу, который удивил многих. По чертам характера родные братья и сёстры, выросшие под одной крышей, похожи друг на друга в основном настолько, насколько у них общие гены. Общий дом, общие родители, общий достаток добавляют к их сходству удивительно мало. Гораздо больше значит то, что у каждого ребёнка было своим: своё место в семье, свои отношения с каждым из родителей, свои друзья, свои случайности. Пломин и Дэниелс назвали это «неразделённой средой».

Позже эти выводы много уточняли, и выяснилось, что найти конкретные составляющие этой «своей» среды гораздо труднее, чем доказать, что она есть. Но главное устояло: одна семья — это не одно детство. Это столько детств, сколько в ней детей.

Для меня это не абстракция. У нас с братом был один отец — и два разных. Ему достался тиран, мне — человек, которого жалко. Мы выросли в одной семье и почти в разных мирах, и то, что в нём стало гневом, во мне стало чуткостью. К этому я вернусь в третьей главе.

А дальше — о том слое ранних инструкций, который получает каждый ребёнок в отдельности.

Кем тебе сказали быть

Есть один слой ранних инструкций, который стоит рассмотреть отдельно, потому что он глубже всех прочих: указания не о том, как себя вести, а о том, кто ты есть.

«Мужчины не плачут». «Девочки так себя не ведут». «Ты старший — значит, отвечаешь». «В нашей семье все технари». Каждая из этих фраз не обсуждает поступок — она сообщает ребёнку его природу и вытекающие из неё обязанности. И происходит это в возрасте, когда проверить сказанное нечем: у ребёнка нет ни опыта, ни словаря, ни права спросить, откуда взрослый это знает. Он просто принимает — как принимает своё имя.

Американский психолог Сандра Бем в 1970-х годах разработала опросник, который до сих пор носит её имя, и изучала, как люди усваивают представления о том, каким «положено» быть мужчине и какой женщине. В 1981 году она описала то, что назвала «схемой»: ребёнок довольно рано выстраивает для себя набор правил о том, что положено человеку вроде него, — и затем неосознанно пропускает через эту схему собственные желания, интересы и даже воспоминания, отсеивая то, что в неё не укладывается. Мальчик, которому нравится рисовать, но который усвоил, что рисование — не мужское занятие, не спорит с этим правилом и не страдает от него открыто. Он просто постепенно перестаёт замечать, что ему это нравилось.

Важно увидеть здесь именно механизм, а не спор о содержании. Любое утверждение о том, кто ты есть, полученное раньше, чем ты мог его осмыслить, впоследствии ощущается не как чьё-то мнение, а как собственная природа. И взрослому человеку предстоит одна и та же работа независимо от того, какое именно правило ему досталось: отделить то, что он выбрал, от того, что в него вложили. Именно поэтому в этой книге не будет разбора того, какие из этих правил правильные, а какие нет.

Что считали в сорока двух семьях

Всё это может показаться слишком общим, пока не увидишь цифры. В 1980-х годах двое американских исследователей из Канзаса, Бетти Харт и Тодд Рисли, сделали то, на что мало кто решался: они годами буквально записывали, что говорят родители маленьким детям. Сорок две семьи. Раз в месяц, по часу, примерно два с половиной года подряд — с того момента, как ребёнку исполнилось около девяти месяцев, и до трёх лет. Каждое слово потом расшифровывали и считали.

Их больше всего прославило число слов: к четырём годам разница между детьми из разных семей, если продолжить их расчёт, могла составлять десятки миллионов услышанных слов. Эта цифра позже вызвала споры: в 2019 году другая группа учёных, записывая речь вокруг детей иначе и учитывая всех говорящих рядом, такой разницы не нашла. Сорок две семьи — это немного, и спор о словах, скорее всего, будет продолжаться. Но для этой книги важнее другой подсчёт Харт и Рисли, куда менее известный, — и то, что в нём узнаёт любой взрослый, даже ни разу не державший в руках научный журнал. Они считали, сколько раз в час ребёнок слышит одобрение — «молодец», «правильно», «вот так» — и сколько раз запрет или упрёк: «нельзя», «перестань», «опять ты». В семьях специалистов с высшим образованием в среднем на пять запретов в час приходилось больше тридцати одобрений. В семьях, живших на пособие, — на одиннадцать запретов около пяти одобрений. Это средние цифры по группам, а не приговор отдельным семьям, но разница огромная.

Можно спорить о точных числах. Но почти каждый человек помнит, какое слово в его детском доме звучало чаще — «молодец» или «опять ты». И почти каждый родитель, если честно послушает себя один вечер, заметит, какое слово чаще звучит у него. Час за часом, день за днём, год за годом. Никто из этих родителей не садился и не решал: «я научу ребёнка, что с ним постоянно что-то не так». Они просто разговаривали так, как привыкли. А ребёнок из этого фона делал вывод о себе, который потом будет казаться ему его собственным.

Зеркало включается сразу

Здесь же, с первых месяцев, начинает работать то, что в этой книге будет называться зеркалом, — и никакой мистики в нём нет. Младенец плачет и получает либо тёплый, отзывчивый ответ, либо раздражённый, либо вовсе никакого. Этот ответ он не выбирает, но именно из повторяющегося ответа складывается его самый первый, ещё бессловесный вывод о мире: на меня отзываются — или меня терпят.

Ребёнок, привыкший получать тепло в ответ на нужду, вырастает, ожидая от мира примерно того же, — и своим спокойным поведением, которое не хватается за внимание, действительно чаще его получает. Ребёнок, привыкший к раздражённому или отсутствующему ответу, усваивает иную стратегию: становится либо тише, либо требовательнее. И тем самым, уже не желая того, начинает вызывать у окружающих именно ту реакцию, которую ожидал с самого начала. Требовательного ребёнка чаще одёргивают. Тихого чаще не замечают. И каждый из них получает ещё одно доказательство того, что понял мир правильно.

Пример: пятьсот раз

Возьмём пример, знакомый, наверное, каждому по чьей-то семье, если не по своей: мальчика, которого при любом плаче или расстройстве встречали одной и той же фразой — «мужчины не плачут».

Сама по себе фраза звучит невинно, почти заботливо — как напутствие быть сильным. Отец, который её произносит, скорее всего, сам слышал её от своего отца и искренне считает, что готовит сына к жёсткому миру. Но повторённая сто, двести, пятьсот раз в ответ на совершенно разные ситуации — разбитую коленку, отнятую игрушку, страх темноты, смерть собаки, — она перестаёт быть советом и становится правилом: то, что я чувствую, не подлежит показу. А ещё глубже: со мной, когда я чувствую, что-то не так.

Проходит тридцать лет. Взрослый мужчина искренне считает, что он просто «не склонен к драматизации». Он не может заплакать на похоронах матери и стыдится этого. Он не понимает, почему жена говорит, что с ним «как со стеной». Он не помнит ни одного из тех пятисот эпизодов, где это было выучено, а не выбрано. И если спросить его, откуда в нём эта сдержанность, он честно ответит: «Характер такой».

Почему нить не видна

Именно в этом и заключается причина, по которой сценарий так трудно увидеть изнутри: у него нет черновика для сравнения. Ребёнок не может сопоставить свой стиль жизни с каким-то «собой до программ», потому что такого «до» в его сознательной памяти просто не существует. Самые ранние воспоминания у большинства людей начинаются примерно с трёх-четырёх лет, а многие нити к этому времени уже завязаны. То, что вписано раньше, чем начинается память, воспринимается не как чужой текст, а как собственный почерк.

Это не приговор. Это просто первое, что нужно понять, прежде чем двигаться дальше: большая часть того, что ты называешь «я такой», когда-то имела автора. И этот автор — не ты.

Если бы завтра тебе нужно было отреагировать на серьёзную неудачу без единой заранее заготовленной фразы — какая фраза всё равно всплыла бы первой? Чей это на самом деле голос? И какое утверждение о том, кто ты есть, ты принял так давно, что ни разу его не проверял?

Глава 2. Религия как ещё одна нить

Мужчина за сорок, который давно считает себя неверующим, сидит в больничном коридоре, пока оперируют его жену. И вдруг ловит себя на том, что шёпотом повторяет слова молитвы. Он не учил их. Он слышал их от бабушки, когда ему было четыре года, и был уверен, что давно забыл.

Женщина, выросшая в семье убеждённых атеистов, приходит с подругой в старый собор — просто посмотреть на витражи. И не может заставить себя перешагнуть порог: внутри поднимается что-то похожее на стыд, будто она нарушает правило, которого ей никто вслух не объявлял. В детстве за столом над «бабушкиными сказками» смеялись, и она смеялась вместе со всеми.

Ни он, ни она этого не выбирали. И ни один из них не может сказать, где в этой реакции кончается он сам и начинается его детство.

Прежде чем идти дальше, стоит сразу уточнить: эта глава не о том, истинна ли какая-либо вера. Здесь не будет ни доводов за, ни доводов против. Речь пойдёт только о механизме — о том, как ребёнок усваивает религиозные или, в той же мере, нерелигиозные правила задолго до того, как способен оценить их содержание.

И этот механизм действует одинаково, в какой бы семье человек ни родился: в православной, католической, мусульманской, иудейской, буддийской — или в той, что сознательно воспитывает без веры вообще. Последнее — тоже позиция, тоже передаваемая система координат, а не её отсутствие. Ребёнок атеистов получает свою картину мира так же, как ребёнок верующих: готовой, из рук взрослых, раньше, чем может её проверить.

Как Пиаже играл в шарики

Швейцарский психолог Жан Пиаже изучал, как у детей складывается представление о правилах, самым неожиданным способом: он играл с ними в шарики. В 1920-х годах Пиаже и его сотрудники в Женеве и Невшателе садились на землю рядом с детьми разного возраста, просили научить их игре и задавали простые вопросы. Кто придумал эти правила? Можно ли их поменять? Если все договорятся играть по-другому, будет ли это настоящая игра?

Ответы детей разделились по возрасту почти как по линейке. Маленькие — примерно до девяти-десяти лет — были уверены, что правила существовали всегда, что их придумали взрослые, «папа», «старшие» или даже Бог, и что менять их нельзя. Даже если все договорятся — это будет «неправильная» игра. Дети постарше отвечали иначе: правила придумали люди, и если все согласны, их можно изменить.

Пиаже задавал детям и истории-загадки. Мальчик по имени Жан идёт на зов к обеду, открывает дверь и нечаянно разбивает пятнадцать чашек, стоявших за ней на подносе. Другой мальчик, Анри, пока мамы нет дома, лезет в шкаф за вареньем и разбивает одну чашку. Кто виноват больше? Маленькие дети чаще отвечали: тот, кто разбил пятнадцать. Намерение значило для них меньше, чем ущерб и сам факт нарушенного правила. Свою книгу об этих наблюдениях Пиаже выпустил в 1932 году и назвал раннюю стадию гетерономной моралью: правило хорошо не потому, что понятны его причины, а потому, что так сказал тот, кому нельзя не подчиниться.

Пиаже работал с небольшим числом детей, в основном из Женевы и Невшателя, и позже психологи показали, что дети умеют учитывать намерения раньше, чем он думал, если задать вопрос проще. Точные возрасты его стадий сегодня считаются условными. И всё же любой, кто хоть раз объяснял пятилетнему ребёнку, почему правило можно поменять, узнает то, что видел Пиаже: для маленького человека правило — это не договор, а закон природы.

Именно на этот возрастной фундамент ложится любая система взглядов, в которую ребёнок рождается. Не как выбранная философия, а как данность, которая просто есть — как цвет неба.

Что передаётся на самом деле

Крещение, первое причастие, обрезание, первый намаз, первый поход в храм — или, в другой семье, насмешка над «бабушкиными сказками» за праздничным столом. Всё это происходит с ребёнком, который физически не способен на осознанное согласие или несогласие.

Сразу оговорюсь: наука не подтверждает и не опровергает, что сам по себе какой-либо обряд оставляет в психике след — это вопрос веры, а не лабораторных данных. Речь здесь не об обряде, а о том, что приходит вместе с ним.

И впитывает он не столько содержание, сколько форму. Существует высшая правота. Существуют те, кто её знает и передаёт. Существует правильное поведение внутри этой структуры и неправильное — вне её. Ровно та же форма работает и в семье, где ребёнку с раннего возраста внушают строго материалистическую картину мира как единственно разумную: есть одна верная точка зрения, и её передали родители. Содержание меняется, форма остаётся.

Три с половиной тысячи человек и четыре поколения

Насколько прочно это держится, хорошо видно по одному из самых долгих исследований семей в мире. В 1970 году американский социолог Верн Бенгтсон из Университета Южной Калифорнии начал Лонгитюдное исследование поколений: он опрашивал бабушек и дедушек, их взрослых детей, затем внуков, а позже и правнуков. Всего больше трёх с половиной тысяч человек, почти за сорок лет. В 2013 году он подвёл итоги в книге «Семьи и вера».

Бенгтсон ожидал увидеть, как религия постепенно размывается от поколения к поколению. Увидел он другое: взгляды — и религиозные, и нерелигиозные — передаются в семьях удивительно устойчиво. Причём передаются не столько через проповеди и обязательные ритуалы, сколько через тепло отношений. Сильнее всего на то, примет ли ребёнок взгляды семьи, влияла не строгость воспитания, а то, насколько тёплыми были его отношения с родителями, и особенно с отцом.

И вторая неожиданность: семьи без веры передавали своё неверие детям всё успешнее с каждым десятилетием. В начале исследования меньше половины детей нерелигиозных родителей оставались нерелигиозными. К 2005 году — почти две трети.

Вывод Бенгтсона звучит просто: дети перенимают не аргументы, а принадлежность. Они остаются в той картине мира, в которой их любили.

Исследование шло в Америке, и строго переносить его цифры на другие страны нельзя. Но почти каждый, кто когда-либо спорил с родителями о вере или неверии, узнает главное: спор очень быстро перестаёт быть спором об идеях и становится разговором о том, свои мы ещё или уже нет.

Зеркало: награда за принадлежность

Зеркало здесь тоже включается рано, только не в телесной, а в социальной форме. Ребёнок, послушно выполняющий ритуал — неважно, религиозный или светский, — получает в ответ одобрение, чувство «я свой», снижение тревоги. Его хвалят, берут с собой, ставят в пример. Ребёнок, который задаёт неудобные вопросы, получает другое: неловкое молчание, раздражение, «вырастешь — поймёшь».

Это подкрепление работает независимо от истинности самих убеждений. Человеческая психика вознаграждает принадлежность как таковую. И ребёнок довольно быстро учится, какой ответ приносит тепло, а какой — холод.

Пример: «потому что так нельзя»

Пример, который встречается по обе стороны. Ребёнок спрашивает: «А почему нельзя?» — и получает в ответ не объяснение, а «потому что грех». Или, в светской версии, «потому что так не делают приличные люди». Или, в семье принципиальных атеистов, «потому что только глупые в это верят».

Усваивает он при этом не содержание запрета, а сам механизм: правильность определяется авторитетом, а не рассуждением. Повзрослев, такой человек нередко продолжает искать внешний авторитет, который скажет ему, что правильно, — просто меняет вывеску. С церковной на научную, с родительской на общественную, с общественной на модную. Он может сменить все свои взгляды на противоположные и ни разу не заметить, что сама привычка — принять готовое от того, кто громче и увереннее, — осталась нетронутой.

Почему так больно сомневаться

Отсюда понятно, почему ставить под сомнение унаследованную систему взглядов бывает так тяжело — куда тяжелее, чем должно быть, если бы дело было только в идеях. Человек, который в тридцать лет начинает сомневаться в том, во что его семья верила или не верила, рискует на самом деле не логическим спором. Он рискует тем самым ранним чувством принадлежности, которое эта система когда-то ему дала. Сомнение ощущается как предательство семьи, даже если никто в семье ничего не узнает.

Поэтому ещё раз — главное в этой главе. К двадцати-двадцати пяти годам человек обычно уже способен заметить, что многое из того, во что он верит, он не выбирал, а унаследовал — как унаследовал имя или акцент. Заметить это не значит отказаться. Кто-то, проверив, останется в вере своих родителей и будет держаться за неё уже осознанно, как за собственный выбор. Кто-то уйдёт. Кто-то придёт к вере из неверия. Эта книга не подсказывает, какой из этих выборов правильный. Она говорит только о том, что выбор становится выбором лишь тогда, когда ты видишь, что до этого момента выбирали за тебя.

Есть ли в твоей картине мира правило, которое ты никогда всерьёз не проверял — просто потому, что оно было с тобой всегда, ещё до того, как ты вообще научился проверять? И что, по-твоему, случится, если ты его проверишь — чего ты боишься потерять?

Глава 3. Бабушки, няни, воспитатели

Родители — не единственные, кто завязывает нити. У большинства людей в раннем детстве было хотя бы одно значимое взрослое лицо помимо матери и отца: бабушка, дедушка, тётя, старшая сестра, няня, воспитательница в детском саду, соседка, у которой оставляли после школы. И у каждого из них были свои правила, свой сценарий, свой стиль жизни, вынесенный из их собственного детства. Всё это тоже вписывалось в ребёнка — часто параллельно с родительскими правилами, а иногда и прямо им вопреки.

Кто на самом деле растил детей

Современному человеку кажется естественным, что ребёнка растят мама и папа. Но с точки зрения человеческой истории это скорее исключение. Американский антрополог Сара Блаффер Хрди в книге «Матери и другие», вышедшей в 2009 году, собрала антропологические данные о самых разных народах и наблюдения за другими приматами и показала: человеческие дети с самого начала росли в руках многих людей. У антропологов для этого есть специальное слово — «аллородители», то есть все, кто заботится о ребёнке помимо матери.

Ещё раньше антрополог Кристен Хоукс, много лет работавшая с народом хадза в Танзании — одними из последних охотников-собирателей на Земле, — заметила, что бабушки там приносят в семью огромную долю пищи и буквально кормят внуков, пока матери заняты младшими. Отсюда появилась так называемая «гипотеза бабушки»: возможно, сама длинная человеческая жизнь после окончания детородного возраста закрепилась потому, что бабушки помогали выжить внукам.

Для этой книги из этого следует простая вещь. Бабушка, которая «слишком балует», и воспитательница, которая «слишком строгая», — не случайные помехи в воспитании. Это нормальная, древняя часть того, как устроено человеческое детство. А значит, и нити в человеке почти никогда не бывают завязаны одной рукой.

Круги Бронфенбреннера

Американский психолог Ури Бронфенбреннер — родившийся, кстати, в Москве в 1917 году и увезённый родителями в США ребёнком — посвятил жизнь тому, чтобы показать: ребёнок развивается не в одной семье, а внутри вложенных друг в друга кругов влияния.

Бронфенбреннер не был кабинетным теоретиком. В 1960-х годах он несколько раз ездил в Советский Союз, ходил по детским садам, яслям и школам, наблюдал, как устроено воспитание в коллективе, и сравнивал это с американскими детьми. В 1970 году вышла его книга «Два мира детства: США и СССР». Он увидел, что советских детей с раннего возраста воспитывает не столько семья, сколько группа, воспитатель и коллектив — со своими правилами, похвалой за «правильное» поведение и публичным стыдом за «неправильное». А американских — всё сильнее телевизор и сверстники, при всё более занятых родителях. В 1965 году он был одним из тех, кто создал в США государственную программу помощи дошкольникам из бедных семей «Хед Старт», а в 1979 году описал свою теорию целиком в книге «Экология человеческого развития».

Самый близкий из его кругов он назвал микросистемой — это все, с кем ребёнок сталкивается напрямую, каждый день. И уже этот круг включает далеко не только родителей. Бабушка со своими представлениями о том, что можно, а что нельзя. Воспитательница со своими требованиями к дисциплине. Старший брат со своими насмешками. Каждая из этих фигур добавляет свой слой. А ребёнок, в отличие от взрослого, не может критически сравнить противоречащие друг другу требования и выбрать между ними. Он просто учится подстраивать поведение под того, кто сейчас перед ним.

Для многих, кто вырос в Советском Союзе или сразу после него, в этом описании будет много знакомого: ясли с года, детский сад на пятидневке, летом — бабушка в деревне. Три-четыре разных системы правил за один год. И каждая оставляла свою нить.

Одиннадцать тысяч честных и нечестных детей

Отсюда вырастает механизм, который позже, уже во взрослой жизни, будет ощущаться как «я в разных компаниях разный человек».

В конце 1920-х годов двое американских исследователей, Хью Хартшорн и Марк Мэй, провели одно из самых масштабных исследований детского характера в истории. Они хотели выяснить, существует ли у детей такая черта, как «честность» — устойчивая, одинаковая в любой ситуации. Почти одиннадцать тысяч школьников, в основном от десяти до четырнадцати лет, из двадцати трёх городов проходили десятки незаметных проверок: позволяли ли себе подсмотреть ответы на контрольной, приписывали ли лишние очки в игре, брали ли мелочь, оставленную на столе, говорили ли неправду, чтобы выгородить себя.

Результат удивил самих авторов. Ребёнок, который жульничал в классе, вовсе не обязательно жульничал в игре. Тот, кто брал деньги, мог ни разу не соврать на контрольной. Честность оказалась гораздо сильнее связана с конкретной ситуацией, чем с самим ребёнком: с конкретными взрослыми, конкретными правилами и конкретным риском быть пойманным.

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.