

Слова благодарности vii
Цитаты из многочисленных писем читателей ix
Предисловие к русскому изданию xi

ВВЕДЕНИЕ I

ЧАСТЬ I. КАКОВО БЫТЬ ЕДИНСТВЕННЫМ 11

1. БЫТЬ ДЛЯ НИХ ВСЕМ 17
2. СЕМЕЙНЫЕ ДРЯЗГИ 87
3. САМОВОСПРИЯТИЕ III
4. СОЦИАЛЬНАЯ ЗРЕЛОСТЬ 145
5. ВСЕГДА ОДИН 181
6. ТРЕУГОЛЬНИК: ВЫВОДЫ 221

ЧАСТЬ II. ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫЖИВАНИЮ 233

7. КАК ВЫЖИТЬ В ОТНОШЕНИЯХ 235
8. ЕДИНСТВЕННЫЙ РЕБЕНОК В РОЛИ ДРУГА 259
9. ЕДИНСТВЕННЫЙ РЕБЕНОК НА РАБОТЕ 285
10. ЕДИНСТВЕННЫЙ РЕБЕНОК
В РОЛИ ОПЕКУНА 307
11. СЕМЕЙНЫЕ ПРАЗДНИКИ 325

ЧАСТЬ III. ПАРТНЕРАМ И МОЛОДЫМ РОДИТЕЛЯМ 341

12. ПАРТНЕРЫ 343
13. СОВЕТЫ МОЛОДЫМ РОДИТЕЛЯМ
ЕДИНСТВЕННОГО РЕБЕНКА 375

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 399

Указатель 405
Сайты для единственных детей 407

ГЛАВА I
БЫТЬ ДЛЯ НИХ ВСЕМ



ГЛАВА I. БЫТЬ ДЛЯ НИХ ВСЕМ

Ключевое место в эмоциональной жизни единственного ребенка занимает напряжение: он должен быть для родителей сразу всем.

Ощущаешь колоссальную ответственность: ставки сделаны, и от меня зависит будущее семьи. Будто все яйца сложены в одну корзину.

Первая глава посвящена чувствам ответственности и вины, которые испытывает единственный ребенок, а также проблеме родительских ожиданий. Спустя много лет люди признаются: «Я должен был быть для них *всем*». Затем мы рассмотрим последствия безраздельного родительского внимания, то есть обратную сторону единственности.

Почему эти чувства особенно сильны у детей, растущих без братьев и сестер? С точки зрения социума для создания полноценной семьи недостаточно двух партнеров, живущих вместе. Мужчина редко назовет себя «семьянином», если дома его ждет только супруга. Да и женщина вряд ли захочет «уделять больше времени дому», имея в виду только мужа. Третий человек — младенец — делает из пары семью, он наследник рода. Осознание этого нередко приходит в очень раннем возрасте.

20 *Родители вложили в меня абсолютно всё. Они знали, что еще одного ребенка завести не смогут, так что мое появление искупало и разочарование матери в браке, и недовольство отца собой. Теперь, когда я появился, всё должно было наладиться.*

Единственный ребенок участвует во всем, что происходит в семье, — и, если нужно, обязан брать на себя вину. Так формируется гипертрофированное чувство ответственности; он начинает выполнять всё больше «недетских» функций. Однажды обнаруживается, что ребенок:

- ведет переговоры и пытается разрешать семейные споры и конфликты;
- постоянно находится рядом со взрослыми;
- реализует родительские амбиции — карьерные или «фамильные»;
- развлекает родных и поддерживает позитивный настрой в доме;
- опекает всех членов семьи.

Но этим список не ограничивается. Кроме внутренних ролей, есть и внешние: ребенок как бы представляет свою семью в школе, занимаясь общественной деятельностью или участвуя в публичных мероприятиях. Все эти функции он берет на себя, потому что разделить их попросту не с кем. Один из пожилых респондентов заметил:

Боже, такого никому не пожелаешь — приходится брать на себя сразу всё!

Такую сильную формулировку использовали многие, однако практически все «одиночки» вспоминали о своем детстве как о тяжком бремене.

Для родителей ты — всё, смысл их жизни. Думаю, мать и отец единственного ребенка поддаются искушению и злоупотребляют напоминаниями об этом — чтобы вызвать у него чувство вины.

Со временем, отмечали собеседники, напряжение нарастает.

Когда с тобой связаны все надежды, чувствуешь постоянное давление. В каком-то смысле сейчас его даже больше, чем в детстве. Чем старше я становлюсь, тем сильнее его ощущаю... Я с ужасом думаю, что придется полностью взять на себя заботу о них. Ребенком ничего не понимаешь, а с возрастом растет напряжение, усиливается чувство вины... Сейчас я несу ответственность за родителей — мы поменялись ролями.

Есть тут, конечно, и позитивные стороны: единственный ребенок получает безраздельное родительское внимание и значительную долю материальных благ. Возможно, из этого возникают предрассудки об избалованных детках. Приглядимся внимательнее к обеим сторонам вопроса.

ВСЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Кто примет важное решение? Кто займется организацией званого вечера? Кто составит список вещей

22 для будущего путешествия? Кто ответит за результат переговоров с дальними родственниками? Единственный ребенок! Средоточие родительских амбиций, он достигнет больших высот — и всегда будет прав.

Ключевая роль такого ребенка — создание семьи; из него часто вырастает ответственный человек с твердыми принципами. Он всегда знает, как себя вести, ибо привык быть у руля.

Мне всегда хотелось выкинуть что-нибудь эдакое, но почему-то не хватало смелости — ведь я был «благоразумным». Чувство ответственности за свои действия излишне развито, требования к себе — слишком высоки. Сейчас я понимаю, что так вели себя и родители.

Похожие чувства испытывает первый ребенок в семье, так как его постоянно просят быть «разумнее» младших, отвечать за них. Вот что сказала одна женщина, обращаясь к старшему брату:

В детстве я научилась эгоизму, а ты — самоотверженности.

Единственный ребенок может ощущать свою ответственность еще острее. Об этом — история тридцатитрехлетней женщины, в двадцать один год потерявшей брата.

Поначалу я думала, что именно гибель брата вызывает чрезмерное чувство ответственности за родителей — и вообще за всё. Постепенно мы приспособились к тому,

что его больше нет, но это чувство не уходило, став частью жизни. От того, что я не могла разделить его ни с кем, было только хуже.

Дети, не имеющие братьев и сестер, часто берут на себя функцию лидера — того, кто выполняет поставленные задачи и принимает решения. Их легко узнать в толпе, увидев вечно серьезное или озабоченное выражение лица или услышав, как часто они извиняются.

Я настоящая мать-наседка: тревожусь, как дети доберутся домой, не «перебрал» ли кто на вечеринке — и так далее. Считается, что такое поведение вызвано потребностью контролировать и управлять, но я просто забочусь о них.

Можно говорить о двух видах такого чувства.

1. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА БЛАГОПОЛУЧИЕ РОДИТЕЛЕЙ

Единственные дети часто упоминали гнетущее чувство ответственности за счастье и благополучие родителей. Присутствует ли оно в жизни тех, у кого есть братья и сестры?

Я знал, что должен хорошо себя вести, чтобы мама была доброй. Если она была в настроении, всё шло прекрасно и общая обстановка в семье оставалась ровной.

Пока я учился в университете, родители расстались. Когда папа ушел, я ощутил весь груз ответственности за маму.

Она осталась одна, и я был для нее светом в окошке. Часто отлучался из колледжа, чтобы ее навестить: ведь я единственный, кто мог что-то для нее сделать. Отец в конце концов вернулся, я же по привычке продолжал волноваться за маму. Это было тревожное время.

Несколько респондентов знали о «слабых местах» родительского брака, из-за которых один из них (чаще — мать) обращался к ребенку в поисках поддержки.

Мать слишком нуждалась во мне. Думаю, эмоциональная потребность матери в общении с ребенком зависит от того, сын у нее или дочь. Но в обоих случаях она существует.

Мать всегда манипулировала мной, чтобы я принимала ее сторону в спорах. Отец каждый раз становился козлом отпущения, и от меня требовалось обнаружить его вину и открыто выступить против. Такой ценой достигалась поддержка матери.

Я не должна была расстраивать родителей, но ответственность не ограничивалась только хорошим поведением. Каждая мелочь превращалась в проблему, так что мир в доме надо было сберечь любой ценой. Ходить на цыпочках и никого не огорчать. Кроме того, родители то и дело вступали в трехстороннее противостояние с бабушкой — она бывала очень груба с отцом, который, по ее мнению, был «недостаточно хорош» для мамы. Я наблюдала — и меньше всего хотела подливать масла в огонь.

Когда отец болел, приходилось становиться взрослой. Мать нуждалась во мне, чтобы побеседовать, поручить

некоторые дела и так далее. А мне хотелось, чтобы она сама справлялась со сложной ситуацией.

25

У отца была прободная язва желудка, но я помню, что, пока он был в больнице, приглядывать приходилось за матерью. Она не справлялась одна — и я чувствовала свою колоссальную ответственность. Мать занимала слабую и зависимую позицию — по сути, вела себя не как родитель, а как ребенок. Помню, какое негодование я испытывала из-за того, что должна во всем и всегда ее поддерживать.

Понятно, что большинство детей почувствовали бы возросшую ответственность в тяжелой ситуации. Но единственным сложнее из-за того, что им не с кем поделиться чувствами, приходится всё переживать в одиночку.

Нет никого, кому можно было бы сказать: «Представляешь, наша мать опять...» Такое чувство, что всё, так или иначе, ляжет на мои плечи. В эти моменты особенно остро ощущаешь одиночество.

Иногда чувство ответственности разрастается до того, что ребенок становится медиатором семейных отношений. Многие наши респонденты в детстве считали своим долгом помочь родителям договориться.

Мать с отцом без конца скандалили. Бывало, я брал подушку с одеялом и ложился под дверь их спальни, чтобы остановить перепалки.

26 *Таким образом, я выступал в роли переговорщика: если родители ссорились, я должен был поправить дело, это было в моей власти. В первый год после того, как они снова поженились, мать часто паковала чемоданы, и мы уезжали. Я сидел на заднем сиденье в обнимку с плюшевым мишкой и спрашивал: «А папочка не расстроится?» Всегда старался их примирить.*

Уже в раннем детстве мы узнаём, что счастье — неотъемлемый атрибут благополучной семьи. Но единственный ребенок почему-то решает, что ключ к счастью — в его руках.

К тому моменту я уже чувствовал определенную ответственность за мать, поскольку был центром ее жизни. Например, она ясно дала понять, что я не должен уезжать слишком далеко. То есть если бы я захотел путешествовать в Эдинбург... сами понимаете. Так что я уехал учиться в университет графства Эссекс — достаточно далеко, чтобы не жить дома, но иметь возможность быстро приехать, если будет необходимость.

Когда ты единственный ребенок, изначально ощущаешь чувство вины. На тебя направлено всё внимание. Теперь, когда отец болен, мои визиты к родителям, кажется, стали единственной радостью в их жизни. Но это, конечно, не помогает мне чувствовать себя звездой вечеринки. Скорее, я чувствую, что обязан их развлекать и поддерживать.

Наши респонденты часто считали себя в ответе за то, насколько удачно прошли семейные торжества:

Рождество или совместный отпуск. С таким восприятием мы сталкивались столь часто, что решили посвятить праздникам отдельную небольшую главу (см. главу II).

2. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СОБСТВЕННОЕ СУЩЕСТВОВАНИЕ

Поразительно, как много наших собеседников в детстве полагали, что на них лежит ответственность за отсутствие братьев и сестер. Это чувство нередко возникало после подслушанных разговоров взрослых.

Моя мать постоянно рассказывала, как тяжело ей далось мое появление на свет. Мне внушали, что именно из-за меня у нее больше не было детей.

Иногда взрослые прямо об этом заявляли:

В родах возникли осложнения, и никто не скрывал, что я в этом виновата. Отец до сих пор вспоминает, что роды были очень тяжелыми и мама не решилась пройти через это снова. «Пережив такое, мы больше детей не хотели...» Честно говоря, не чувствовалось, что и меня очень уж ждали.

Эта идея могла укорениться — несмотря на то, что фактических оснований не было:

По семейной легенде, я в младенчестве подхватил свинку и заразил папу, а потому они с мамой больше не смогли

Да, риск возникновения медицинских проблем при рождении единственного ребенка достаточно высок. Точнее, зависимость обратная: эти осложнения становятся причиной его единственности. Но в сознании ребенка такие сообщения вызывают неизбывное чувство вины. «Ты принес столько бед» или «с тобой было так непросто» — вот лишь выборочные мысли, с которыми наши респонденты провели первые годы жизни.

Беременность и роды дались матери чрезвычайно тяжело. Не знаю наверняка, но мне так кажется, потому что она часто говорила: «Твой отец оказался перед выбором: спасти меня или спасти ребенка?» Она без конца повторяла это, как будто ей было важно, чтобы я знал. Думаю, что всё так и было, я ей верю — но уж очень часто я это слышал.

Возможно, так зарождается комплекс вины, который позже сыграет негативную роль в психологическом опыте единственного ребенка.

По словам матери, это был не очень приятный процесс, и я, безусловно, чувствую свою вину. Тяжелыми для нее были не только роды, но и весь тот период. Опыт, через который родители прошли со мной, заставил их больше не планировать детей. Отец всегда говорил, как маме трудно пришлось в первые несколько лет. Думаю, до моего появления они хотели нескольких детей.

Я родился крупным, акушерки прозвали меня «слоненком»; полагаю, матери было очень больно. Она заставляла меня испытывать чувство вины и за это — возмутительно!

29

Бывает, что один из детей умирает. В этих критических случаях родители — по невнимательности или от отчаяния — могут не заметить, как внушают оставшемуся ребенку чувство ответственности за гибель брата или сестры.

Мне было семь, когда мой младший брат умер в возрасте двух недель, а чуть позже мать родила еще одного ребенка — мертвого. Эти дети появились — и исчезли. Отчасти я даже желал им смерти — и остро чувствовал вину. Представьте, на протяжении семи лет ты — единственный, а тут появляется брат, которого ты не особенно-то и хотел... Я очень долго чувствовал себя виноватым, думая, что каким-то образом убил его.

Давным-давно мать потеряла дочь. Помню, она часто сидела перед камином и плакала, пока я пытался играть под столом. Кажется, она так и не оправилась от горя. Мне нередко доводилось слышать: «Если бы сестра была жива, она бы поставила тебя на место!» Тогда это звучало чертовски занудно — когда тебе шесть, погибшая сестра для тебя мало что значит. Еще мать вела счет: «Сегодня твоей сестре исполнилось бы двенадцать». Постоянное напоминание о ее страданиях ложилось на мои детские плечи тяжким грузом.

30 Единственный ребенок взваливает на себя эту ношу в ответ на прямые или косвенные замечания взрослых. Неудивительно, что он «обрастает» ответственностью раньше и быстрее ровесников. Механизм примерно таков:

- постоянно находясь в окружении взрослых и в центре внимания, ребенок быстро расширяет словарный запас и на лету подхватывает модели поведения, свойственные старшим;
- перед глазами родителей постепенно возникает не по годам «зрелый» ребенок, который ведет себя гораздо «взрослее», особенно если мать и отец не видят его во время игр со сверстниками;
- закономерная реакция родителей — всё больше полагаться на ребенка, доверять ему ответственные задачи и вовлекать в принятие решений, касающихся семьи и хозяйства;
- ребенок в свою очередь становится всё более взрослым, родители полагаются на него всё сильнее — и так далее;
- вот и появился в семье «маленький взрослый».

Так как в ранние годы я был предоставлен себе, возмужать пришлось очень быстро: я всегда ощущал себя взрослым и самостоятельным.

Последствия для эмоционального развития ребенка оказываются тяжелыми: ведь под маской взрослого всё еще прячется малыш (подробнее мы поговорим об этом в главе 4, «Социальная зрелость»). Не зная