

Оглавление

Отзывы о книге	7
Благодарности.....	9
Вступление (<i>Мэри</i>)	11
Вступление (<i>Сара</i>).....	22
Глава 1. Нежные росточки на ветру	28
Глава 2. Ложное «Я», подлинное «Я»	51
Глава 3. Размышления о развитии	79
Глава 4. Тогда и теперь. 1959–2019 годы.....	117
Глава 5. Семьи: наши корни	141
Глава 6. Матери	179
Глава 7. Отцы	212
Глава 8. Развод.....	237
Глава 9. Депрессия и нанесение себе увечий	262
Глава 10. Беспокойство	289

Глава 11. Поклонение худобе	298
Глава 12. Наркотики и алкоголь	325
Глава 13. Секс и насилие	343
Глава 14. Чему я научилась, слушая девушек	385
Глава 15. Пусть распускаются тысячи цветов	401
Глава 16. Ограда на вершине холма	428
Послесловие-2019.	
Как расцвести в век разрушения	440

НЕЖНЫЕ РОСТОЧКИ НА ВЕТРУ

В детстве моя двоюродная сестра Полли была воплощением кипучей энергии. Она танцевала, занималась картингом и садилась на шпагат, играла в футбол, баскетбол и бейсбол с соседскими мальчишками, устраивала потасовки и боролась с моими братьями, гоняла на велосипеде, лазила по деревьям и ездила верхом. Гибкая и упругая, как веточка ивы, неукротимая, как львенок, Полли болтала так же активно, как двигалась. Она громогласно командовала и давала советы, визжала от радости, когда выигрывала, или громко хохотала, широко открыв рот, когда слышала хорошую шутку, спорила с детьми и взрослыми, а врагов крыла страшными ругательствами, как рабочий со стройки.

Мы придумали тайный клуб мародеров, заседания которого проходили за ее гаражом. Полли была в нем как Том Сойер. Она планировала инициации, возглавляла шпионские операции и набеги на дома с привидениями. Она продемонстрировала нам «кровавые» ритуалы братания, научила играть в карты и курить.

А потом у Полли начались месячные, и она перешла в средние классы школы. Она пыталась жить по-прежнему, но ее стали дразнить пацанкой и упрекали, что она ведет себя не как

леди. Она обнаружила, что ее друзья-мальчишки не хотят с ней больше водиться, и не ладила с девочками, которые начинали краситься и заводили романы.

Все это сбивало Полли с толку и доводило до нервной трясушки. У нее случались приступы ярости, и она отказалась общаться и с мальчиками, и с девочками. Несколько месяцев спустя она снова вписалась в компанию своих приятелей, но теперь не в роли Тома Сойера, а как послушная тихоня Бекки Тэтчер. Она стала носить модные платья и наблюдала со стороны за тем, как мальчишки захватили инициативу в классе и на игровой площадке. И снова ее приняли как свою, и она вновь стала популярной. Она плавно вплыла в наш тесный круг. Никто не обсуждал совершившуюся в ней перемену и не оплакивал утрату самого жизнерадостного человека в школе. Лишь я чувствовала, какая с ней произошла беда.

Девочки в период развития, который Фрейд называет латентным, примерно в шесть-семь лет и до начала пубертатного периода, представляют собой все что угодно, но только не латентные существа. Я вспоминаю, какой была моя дочь Сара в эти годы: она проводила химические эксперименты, показывала фокусы, играла на скрипке, исполняла главные роли в пьесах собственного сочинения, спасала диких животных и колесила по городу на велосипеде. Я думаю о ее подруге Тамаре, которая в шестом классе написала роман из трехсот страниц. Я вспоминаю себя в этом возрасте, как я прочла все детские книги в нашей городской библиотеке. Я то планировала стать великим врачом, как Альберт Швейцер, то на следующей неделе хотела стать писательницей, как Луиза Мэй Олкотт, или танцевать в Париже, как Айседора Дункан. С тех пор я никогда больше не чувствовала такой уверенности в себе и не строила столь грандиозных планов.

Со многими девочками накануне вступления в подростковый возраст одно удовольствие находиться рядом, потому что им все интересно — спорт, природа, люди, музыка и книги. Практически все главные героини проверенных временем книг о девочках принадлежат именно к этой возрастной группе: Анна из деревни «Зеленые Крыши», Гайди и Пеппи Длинныйчулок.

В этом возрасте девочки пекут пироги, разгадывают тайны и отправляются на поиски приключений. Они могут позаботиться о себе, и пока что еще на них не давит бремя заботы о других. Им начхать на необходимость быть женственными, и они могут быть пацанками, а это слово связано с такими понятиями, как мужество, владение знаниями и мастерство, презрение к авторитетам.

Они могут приспособиться к любой ситуации независимо от требований, которые предписывают вести себя в соответствии с гендерными стереотипами. В 1990-е годы девочки от семи до одиннадцати лет редко попадали к психотерапевту; им это было не нужно. Я по пальцам могу пересчитать девочек этого возраста, которые приходили ко мне на прием: Корина, ставшая жертвой физического насилия, Анна, чьи родители развелись, и Бренда, отец которой покончил с собой. Эти девочки были мужественными и стойкими. Во время одной из консультаций Бренда сказала: «Если мой папа не захотел больше париться, это его проблема». Корина и Анна злились, но не на себя, а на взрослых, которые, по их мнению, совершали ошибки. Поразительно, как мало этим девочкам нужна была моя помощь, чтобы поправиться и продолжать жить.

Специалист по садоводству Твила рассказала мне примечательную историю. Она проводила экскурсию для девушек-старшекласниц, которые пришли на образовательную ярмарку по математике и естественным наукам в ее университетском городке. Она показывала им высокую траву голубого цвета, изящные снежинки, ивы и клены. Девочки помладше наперебой задавали вопросы и толкали друг друга, чтобы все увидеть, потрогать и понюхать. А девятиклассницы вели себя по-другому. Они стояли немного поодаль. Они не прикасались к растениям и не выкрикивали вопросы. Они тихо стояли в сторонке со скучающим видом и даже с некоторым оттенком презрения к энтузиазму, который проявляли младшие девочки. Твилу заинтересовал вопрос: «*Что же произошло с этими старшими девочками? Что пошло не так?*» Она призналась: «Мне захотелось расшевелить их, сказать: “Да проснитесь же, вернитесь сюда! Эй, тук-тук, есть дома кто живой?”»

Однажды летним утром я сидела недалеко от моего любимого магазинчика с мороженым и передо мной встали мама с дочерью в ожидании, когда загорится зеленый на светофоре. Я слышала, как мать сказала: «Хватит уже шантажировать нас с отцом. Каждый раз, когда ты не получаешь то, что хочешь, ты грозишься сбежать из дома или покончить с собой. Что с тобой такое? Ты же раньше держала себя в руках и не вела себя так».

Дочь смотрела перед собой, почти не реагируя на слова матери. Сигнал светофора поменялся, и они стали переходить улицу. Я лизнула свое мороженое из вафельного стаканчика. Тут к светофору подошла другая мать с дочерью предподросткового возраста «на буксире». Они держались за руки. Дочь сказала маме: «Как все здорово. Давай весь день вот так будем гулять».

Что-то невероятно важное происходит с девушками в раннем подростковом возрасте. Словно самолеты и корабли, таинственным образом исчезающие в Бермудском треугольнике, личность девушек тонет и растворяется в толпе людей. Они терпят крушение и сторают в обществе и в процессе развития, как в Бермудском треугольнике. Они утрачивают свою стойкость и оптимизм и становятся менее любознательными и склонными к риску. Их жизнеутверждающие, энергичные и «пацанские» личности растворяются, и формируются личности, более склонные к подчинению, самокритичные и подавленные. Само их тело подает сигналы о том, как они несчастны.

В психологии есть описания этих разрушительных явлений, но объяснения отсутствуют. Девочки, которые раньше жадно глотали одно впечатление за другим, теперь тихо сидят в уголке. Такие авторы, как Сильвия Плат, Маргарет Этвуд и Оливия Шрайнер, описали этот процесс крушения личности. Дидро в письме к своей юной подруге Софи Воллан вот так жестоко описывает эту ситуацию: «Все вы умираете в пятнадцатилетнем возрасте».

В сказках отражена сама суть этого явления. Юные женщины вкушают отравленное яблоко или укалывают пальчик заколдованной отравленной иглой и засыпают на сто лет. Они блуждают где-то вдали от дома, встречая страшные опасности

на пути, а потом их спасают принцы — и девушки превращаются в пассивных и покорных существ.

История Офелии из шекспировского «Гамлета» показывает нам разрушительные силы, которые воздействуют на юных женщин. Девочкой Офелия была счастливой и свободной, но вступив в подростковый возраст, теряет себя. Когда она влюбляется в Гамлета, то живет лишь ради того, чтобы получить его одобрение. У нее нет внутренней цели, скорее она пытается соответствовать требованиям Гамлета и своего отца. Ее ценность определяется лишь одобрением со стороны мужчин. Офелия разрывается на части, стремясь всем угодить. Когда Гамлет с презрением отвергает ее за то, что она такая послушная дочь, она сходит с ума от горя. В элегантном одеянии, которое потянуло ее вниз, она тонет в потоке воды, усыпанном цветами.

Девушки осознают, что теряют себя. Одна из моих клиенток сказала: «Все лучшее во мне умерло, когда я перешла в старшие классы школы». Подростковый хаос разрушает целостность личности. Девушки разрываются на части, а их целостные «Я» мечутся под воздействием таинственных противоречий. Девушки и чувствительны, и нежны, и жестоки, и склонны к конкуренции, и поверхностны, и идеалистичны. Утром они уверены в себе, а к вечеру изнемогают от беспокойства. Они день за днем куда-то мчатся, переполненные энергией, а потом падают без сил, погружаясь в летаргический сон. Они пробуют новые роли каждую неделю: на этой неделе она хорошая ученица, на следующей — оторва, а еще через неделю — художественно одаренная личность. И они рассчитывают, что их родные смогут угнаться за всеми этими переменами.

Мои пациентки подросткового возраста в 1990-е годы были скрытными и не спешили довериться взрослым. Их легко обижал брошенный на них взгляд, когда кто-то откашливался, прочищая горло, молчал, не проявлял достаточного энтузиазма или что-то комментировал так, что это не согласовывалось с их непосредственными потребностями. Их голоса звучали приглушенно, а речь была осторожной и невнятной. У них случались резкие перепады настроения. На этой неделе они любили весь мир и всех своих родных, а на следующей всех критиковали.