

Челси Конабой

РОДИТЕЛЬСКАЯ ИНТУИЦИЯ



Нейронаука
о том,
как нас меняет
родительство

Перевод
Юлии Агаповой

Под редакцией
Дмитрия Ковпака,
к. м. н., вице-президента
Российской
психотерапевтической
ассоциации

МИО

Челси Конабой
Родительская интуиция.
Нейронаука о том, как
нас меняет родительство
Серия «МИФ Психология»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69556237

*Челси Конабой. Родительская интуиция. Нейронаука о том, как нас меняет родительство: Манн, Иванов и Фербер; Москва; 2023
ISBN 9785002140343*

Аннотация

Журналистка и мама Челси Конабой изучила результаты последних научных исследований и провела интервью со многими мамами и папами. В итоге получилась эта книга, которая изменит ваш взгляд на родительство.

Что значит быть родителем? Как работает «материнский инстинкт» и появляется ли он автоматически? Как рождение ребенка влияет на нас эмоционально, психологически и физиологически?

Готовясь стать мамой, Челси была уверена, что материнство – это радость от общения с малышом, а еще физическая усталость от недосыпа и множества дел. Однако она совсем не ожидала

тех глобальных изменений, которые произошли с ней на уровне мыслей и чувств. Изменился ее мозг.

Она изучила огромный объем научной информации и провела интервью со многими родителями. В результате получилась книга, благодаря которой вы узнаете:

- как и почему гормоны перестраивают мозг родителей;
- обратимы ли эти изменения и можно ли к ним адаптироваться;
- как избавиться от нереалистичных родительских ожиданий.

Наука о нейробиологии родительства только зарождается. И эта важная книга изменит ваш взгляд на воспитание детей.

Для кого эта книга

Для родителей.

Для всех, кто привык осознанно подходить ко всему, что происходит в его жизни, включая такой важный этап, как рождение детей, и стремится досконально во всем разобраться.

На русском языке публикуется впервые.

Содержание

Предисловие	7
Глава 1. По щелчку переключателя	16
Глава 2. Кто придумал материнский инстинкт?	65
Конец ознакомительного фрагмента.	81

Челси Конабой

Родительская интуиция. Нейронаука о том, как нас меняет родительство

Научный редактор Дмитрий Ковпак

Все права защищены.

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

MOTHER BRAIN by Chelsea Conaboy

© 2022 by Chelsea Conaboy

Published by arrangement with Henry Holt and Company,
New York

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО
«Манн, Иванов и Фербер», 2023

* * *

Посвящается моим мальчикам

Предисловие

Каково это – стать матерью?

Разумеется, у каждого свой опыт. Он зависит от конкретных обстоятельств, и обстоятельства эти у всех очень разные, причем с самого начала. Запланирована была беременность или нет? Беспокоились ли насчет нее или заволновались, когда о ней узнали? Зачат ли ребенок с партнером или без него, с участием донора? Потребовалась ли помощь врачей, или все случилось само собой? Однако родительство в целом и материнство в частности рассматриваются как нечто чрезвычайно личное. Мать – это святая, воплощение любви. Материнство – таинство, на которое не принято взирать прямо и препарировать его. Вместо этого на него смотрят со стороны. Мы приветствуем преобразующую силу ребенка: «Появление малыша меняет все», как заявляет Johnson & Johnson, однако никто не уточняет, что же именно меняется.

Для многих женщин в этом вопросе таится опасность. Чтобы ответить на него без обвиняков, придется признать, как нас трансформирует материнство, отделяя нас нынешних от той личности, которой мы были прежде, и от тех, у кого нет детей. Отделяя от мужчин. В этом контексте «измениться» чаще всего означает «нести потери». Стать забывчивой. Измотанной. Истощенной. Ограниченной рамка-

ми собственной биологии, вечно где-то на грани нравственного преступления. И, определенно, менее интересной. Лучше об этом даже не думать.

За сорок или около того недель беременности – или гораздо дольше, если считать месяцы, потраченные на попытки зачать или на переживание выкидышей, – на будущую маму обрушивается информация о том, как беременность влияет на тело: грудь, бедра, талию, на сердечную деятельность, на тазовое дно, на либидо. Мы перегружены знаниями о том, как наше поведение будет сказываться на детях, как наши решения отразятся на их развивающихся организмах, на их физическом и умственном здоровье и как оставят отпечаток на всю их последующую жизнь. Как мало при этом мы узнаем о себе. Еще меньше – о наших партнерах. Есть ли среди всей информации, которую мы впитываем, готовясь к материнству, та, что рассказывает, как родительство отражается на нас, на нашем внутреннем мире? Каково это вообще – стать матерью?

В отношении отцов этот вопрос – каково стать родителем? – кажется, вообще не рассматривается. Их опыт воспринимают как нечто написанное в примечаниях к «подлинной» истории о переходе в статус родителя – опыте материнства. Наука дает нам совершенно новый способ отвечать на такие вопросы. И даже задавать их.

Когда я впервые подступилась к этой теме, прошло четыре месяца после родов, я сидела в затерянной среди офисов

тесной комнатухе без окон: я только что вернулась из отпуска по беременности и родам, чтобы продолжить исполнять обязанности редактора в газете. Я едва нацедила примерно шестьдесят жалких граммов грудного молока, которые наполнили бы лишь одну из двух бутылочек, необходимых, чтобы завтра накормить моего ребенка в яслях. И это с учетом еще двух пробежек от моего рабочего стола в редакции до этой каморки, где были стол, стул и дверь без замка, но с нацарапанной надписью: «Не входить». Мне нужно было встречаться с журналистами и соблюдать дедлайны, а стрелка часов неумолимо двигалась к той минуте, когда мне следовало покинуть кабинет, чтобы забрать малыша из яслей. Я отчаянно нуждалась в том, чтобы мой день был длиннее, а список дел – короче. И не менее отчаянно я нуждалась в информации.

Я, будучи тревожной молодой матерью, хотела понять, что со мной происходит. Я была уверена, что мой мозг и тело претерпевают куда большие изменения, нежели те, о которых я узнала из книг и семинаров, которые должны были подготовить меня к этой реальности. Так что я выключила свой жужжавший «уа-уир-уа-уир» молокоотсос, поставила молоко в холодильник, открыла ноутбук и позвонила Питеру Шмидту.

Шмидт изучал влияние гормонов и репродуктивного здоровья на человеческое настроение и разум примерно с 1986 года. В то время врачи-шовинисты считали, что по-

послеродовая депрессия является всего лишь еще одним проявлением неудобств, которые доставляет женщинам их репродуктивная система. Феминистки беспокоились (небезосновательно), что исследователи-мужчины возводят в статус патологии их нормальные биологические процессы. А ученые – коллеги Шмидта – видели в этом состоянии «деликатный вопрос качества жизни», а не подлинную проблему в рамках народного здравоохранения. Когда я разговаривала со Шмидтом в июле 2015-го, эти барьеры в изучении родительского мозга начали рушиться, и на тот момент он был заведующим отделения поведенческой эндокринологии при Национальном институте психического здоровья.

Шмидт был первым человеком, от которого я услышала, что состояние молодой матери – это особый этап развития с долгоиграющим эффектом, во время которого все системы организма влияют на социальное поведение, эмоциональное состояние и реакции иммунной системы: «Все разительно меняется». Шмидт подтвердил мои догадки: послеродовой период обсуждается крайне ограниченно. Чтобы сделать послеродовую депрессию широко обсуждаемым вопросом, потребовались немалые усилия. Следующей трудностью, по его словам, является распространение мысли о том, сколь серьезные изменения претерпевает человек, становясь родителем, и что при этом стоит на кону.

Тогда это стало для меня откровением, хотя, признаюсь, я едва ли понимала, что он имеет в виду. Эта книга представ-

ляет результат моих попыток разобраться в вопросе — через беседы с десятками исследователей и примерно таким же числом родителей, через глубокое погружение в труды о родительском мозге человека и фундаментальные работы, посвященные животным, через критический взгляд на привычное понимание родительства и на то, как это понимание возникло.

Я рассчитывала написать эссе о моем собственном восприятии материнства как некоего этапа развития и о том, что будущие матери заслуживают более полных знаний о том, как может проходить послеродовой период. И я сделала это, но тема не отпускала. Чем больше я узнавала, тем шире она казалась. Чувствовалось, что эти исследования способны изменить не только частный опыт отдельных людей, но и то, как мы видим родительство в целом и говорим о нем, а также взгляд на многие смежные темы: на пол и гендерные роли, работу, беспристрастность науки, социальные вопросы и политику, на время, которое мы проводим с детьми и без них.

Это книга о родительском мозге, но вам следует знать, что я не являюсь ни экспертом в области родительства (что бы это ни значило), ни нейробиологом. Мой профессионализм на этих страницах проявляется с двух сторон. Во-первых, я журналист с почти двадцатилетним опытом разъяснения сложных вопросов для широкой аудитории, в частности в сфере заботы о здоровье. Во-вторых, я эксперт в вос-

питании двух моих конкретных детей, с их конкретными нуждами, совместно с моим конкретным супругом, в конкретное время и в конкретном месте. Я попыталась осмыслить научные данные в контексте собственной жизни в качестве родителя – в надежде, что мои открытия окажутся значимыми и для других.

За годы, что прошли с того разговора, который я вела со Шмидтом из каморки для сцеживания, число нейровизуализационных исследований, посвященных родительскому мозгу, значительно выросло. К тому же взгляд на технологии и методы анализа, которые используются в этих исследованиях, стал более критическим (в частности, это касается функциональной магнитно-резонансной томографии, или МРТ). Памятуя об этих спорных моментах, я старалась осветить те открытия, что были сделаны на стыке разных дисциплин либо подтверждались повторными исследованиями. Также я указывала аспекты, в которых исследование может показаться недостаточным или неоднозначным.

Наука не статична. Тему родительского мозга долго не считали достойной изучения. Сегодня мы уже можем лучше узнать ту историю, которую мозг способен нам поведать. Но, по правде говоря, подобные исследования только начинаются. Открытия в этой сфере будут следовать одно за другим – они уже идут – и будут поднимать все новые вопросы. Я постаралась указать, куда они способны завести.

Пока исследования сосредоточены на обычных цисген-

дерных гетеросексуальных женщинах, которые самостоятельно вынашивают детей. Эта ситуация тоже меняется, однако не спеша. Упоминая отдельные исследования, я называла участников эксперимента теми терминами, которые использовали проводившие его ученые. В других случаях для описания родителей я обращалась к гендерно-нейтральному языку, поскольку так будет точнее всего. Есть люди, которых нельзя определить как матерей-рожениц, однако их мозг тоже претерпевает изменения во время беременности и в послеродовой период. Вот что важно: не только те родители, что участвуют в зачатии, испытывают значительные перемены на нейробиологическом уровне, но и всякий, кто глубоко вовлечен – в плане времени и энергии – в заботу о детях.

Понятие материнского мозга не является синонимом ни женскому мозгу, ни мозгу роженицы. Это скорее мозг, «развитый в процессе проявления заботы»¹, как его назвала философ-феминистка Сара Раддик. Это мозг, вовлеченный в свойственный матери процесс поддержания жизни², который «старше феминизма», как написала Алексис Полин Гамбс в книге *Revolutionary Mothering: Love on the Front Lines* («Революционное материнство: любовь на пере-

¹ Sara Ruddick, *Maternal Thinking: Toward a Politics of Peace* (Boston: Beacon Press, 1995), 42. Здесь автор описывает материнское влияние в сопоставлении с отцовским.

² Alexis Pauline Gumbs, China Martens and Mai'a Williams, eds., *Revolutionary Mothering: Love on the Front Lines* (Oakland, CA: PM Press, 2016), 9.

довой»). «Это понятие старше и футуристичнее, чем категория “женщины”». Способность к такого рода связи – фундаментальная характеристика нашего биологического вида (и других видов тоже), которая присуща каждому. Развитие этой связи – то, что определяет родительство на практике. Эта книга является исследованием нейробиологических механизмов и жизненного опыта, которые приводят мозг в состояние материнского.

Я настоятельно рекомендую будущим и новоявленным родителям: если вам трудно, обратитесь за помощью. Ваш мозг претерпевает серьезнейшие перемены в период беременности и после родов. Трудности испытывают все, и обращаться за поддержкой нормально. Ищите ее у вашего врача в клинике или онлайн, там, где вы живете.

И последнее: эта книга не подскажет, как заботиться о ребенке или каким родителем вам стоит быть. Она не ответит ни на один вопрос из вашей истории поиска в интернете: как организовать сон, когда отдавать малыша в детский сад или как заставить дошкольника надеть зимнюю обувь, не доведя никого из присутствующих до белого каления. Я надеюсь, что наука поможет вам – как она помогла мне – понять, каким родителем вы уже являетесь и каким можете стать. Мы не запрограммированы на эту работу, мы должны для нее созреть. Как это происходит? Почему? Что это значит для нас сегодня и в долгосрочной перспективе?

Рассмотреть эти вопросы с учетом всей доступной инфор-

мации – наш долг перед самими собой и друг перед другом.

Глава 1. По щелчку переключателя

Из года в год в цветочном венке на входной двери дома, где прошло мое детство, по весне появлялось гнездо. Мама-дрозд как будто не возражала, что я наблюдаю за ней из-за стекла, хотя нас разделяли какие-то сантиметры. По крайней мере, мне так казалось. Как бы то ни было, она каждый год возвращалась сюда. И меня это радовало. Чудесно было наблюдать, как неумоимо она кладет веточку к веточке, скрепляет их липкой землей и выстилает травинками, создавая надежное местечко для красивых и хрупких голубых яиц. Ее преданность своим тощим, широко разевающим клювы птенцам выглядела безусловной. Она была внимательна и бдительна, терпелива и самоотверженна. Она точно знала, как заботиться о них, как защитить, – что и положено матерям.

Так я размышляла. Потому что именно это следует из истории, которая сквозь время передается от одного поколения другому, сохраняется в сказках и мифах, становясь частью нашего восприятия мира и самих себя. История утверждает, что каждый рожден быть мамой-птицей, ведомой материнским инстинктом, который за века превращается в нечто надежное и незыблемое, подобно гладкому кусочку красного мрамора, спрятанному в пернатой груди. Мы гнездимся. Мы кормим. Мы защищаем. Само собой.

Затем кое-что происходит. У нас появляется собственный ребенок. И становится ясно, что чудесный сюжет, казавшийся полным правды и красоты, — чушь собачья. Что-то ломается. Либо сюжет, либо мы.

* * *

У многих из нас материнский инстинкт не проявляется, — по крайней мере, так, как мы ожидали. Забота о новорожденном оказывается отнюдь не интуитивной. Нет никакого переключателя, который щелкает, когда мы обнаруживаем, что беременны, или когда ребенок является на свет. Чаще всего мы не сомневаемся в правдивости истории, согласно которой должны знать, как себя вести и что чувствовать. Истории, где ничего не говорится о том, что родительство требует целого арсенала практических навыков, которые у нас могут быть, а могут и не быть. Истории, которая пренебрегает фактами и обстоятельствами нашей частной жизни до беременности и после, которая утверждает, будто мы незаметно (разве только с некоторым недосыпом) превратимся из человека, отвечавшего прежде лишь за свое собственное выживание, в того, кто несет полную ответственность за крошечное бессловесное существо, целиком зависящее от нас в удовлетворении всех своих потребностей. Мы не сомневаемся в этой истории — мы сомневаемся в себе. Именно это произошло с Эмили Винсент.

Когда беременность подходила к концу, Винсент была уверена, что ей не захочется быть в отпуске по беременности и родам все положенные двенадцать недель. Она любила свою работу медсестры в педиатрии. Ей казалось, что по истечении восьми недель она уже будет скучать по коллегам и пациентам. Находиться дома все это время ей будет слишком одиноко. Но вот появился Уилл – и теперь она представить не могла, как сможет с ним разлучиться. Восемь недель остались позади, а ей совсем не хотелось возвращаться на полный рабочий день – ни сейчас, ни даже, возможно, по окончании двенадцатой недели. Она беспокоилась из-за яслей. Безопасно ли там? Будут ли его правильно кормить? Не станут ли надолго оставлять плачущим? Будет ли ему хорошо вне кокона защиты и заботы, который они с мужем свили для него (разумеется, с любовью, но еще с волнением и тревогой)? Среди молодых родителей все это распространенные страхи. Однако в случае Винсент они казались симптомами чего-то более серьезного. Ее работа была отражением ее личности. И теперь ее личность оказалась в кризисе.

Конечно, дело было не только в работе. Была еще Дон – малышка из фильма «На игле», чей образ – один конкретный образ – то и дело появлялся в голове Винсент, хотя она видела фильм не меньше десяти лет назад. Если вы тоже его смотрели, то знаете, о чем я говорю. Винсент предостерегала меня от просмотра. Она не хотела, чтобы эта картинка сидела у меня в голове так же, как в ее собственной. (Лучше

посмотри «Бао», советовала она, «с пачкой бумажных платков», имея в виду, точно это было какое-то противоядие, оскароносный короткометражный мультфильм студии Pixar про мальчика-пирожка с гиперопекающей, но любящей матерью.)

У Дон и Уилла нет ничего общего, кроме того, что они оба младенцы и, само собой, зависят от обстоятельств, в которых растут. Выдуманная малышка Дон умерла в Эдинбурге, заброшенная взрослыми, которые провалились в бездну своей героиновой зависимости. За Уиллом дома в Цинциннати заботливо ухаживают родители, у которых есть все условия, чтобы растить его благополучно. Тем не менее образ Дон, лежащей без движения в детской кроватке, всплывал в памяти Винсент во время дневного сна ее сына или когда она сама ложилась в постель в предрассветные часы после очередного кормления. Она повторяла себе снова и снова: «С ним все хорошо. Он у себя в кроватке. С ним все хорошо» – мантра истины против ее худших кошмаров. Она не могла объяснить, почему так происходит.

«Я понимаю, что глупо так изводить себя из-за киношной сцены, – поделилась она, когда Уиллу было около полугода. – И крайне глупо было вдруг расхотеть работать полный день». Она сказала, что ее пугают эти чувства и мысли о том, что все это значит для способности быть хорошей матерью и быть самой собой.

Элис Оволаби Митчелл тоже сомневалась в себе.

Она готовилась ко множеству возможных последствий рождения своей дочери. Она прекрасно понимала, что для нее, чернокожей женщины в Соединенных Штатах, риски осложнений, в том числе смертельных, во время беременности и после родов были гораздо выше, чем для будущих матерей с белой кожей. Ее собственная мать умерла от остановки сердца через две недели после рождения сына, когда Оволаби Митчелл была подростком. Теперь тому малышу, которого она растила вместе с мужем, исполнилось уже четырнадцать. История ее матери и ее собственная вызвали немало беспокойства. Во время беременности Оволаби Митчелл ходила на осмотры к терапевту и заручилась поддержкой нескольких доул³. Она планировала посещать группу для матерей разных национальностей в соседнем Бостоне и подобную же группу недалеко от своего дома в Квинси.

А потом Эверли появилась раньше срока: примерно на месяц опередила предполагаемую дату родов. У Оволаби Митчелл не было шанса завершить последние приготовления, чтобы спокойно оставить работу учителя пятых классов и попрощаться с подопечными. Ей никак не удавалось сместить фокус внимания на рождение ребенка. Через несколь-

³ Доула – профессиональная помощница в беременности, родах и послеродовом периоде, оказывающая женщине практическую, информативную и эмоциональную поддержку. В отличие от акушерки, не занимается вопросами здоровья матери и ребенка, поскольку обычно не имеет медицинского образования. *Прим. ред.*

ко дней после появления Эверли в США начали вводить режим самоизоляции из-за коронавируса. Молоко приходило медленно, и Оволаби Митчелл с Эверли никак не могли наладить кормление. Оволаби беспокоилась, достаточно ли ест Эверли, не ее ли собственный стресс препятствует лактации? Ее тревожило и множество угроз, которые несла для ее семьи пандемия. Встречи групп поддержки отменили. Почти все врачебные кабинеты закрылись, и по прошествии сначала шести, а затем семи и восьми недель Оволаби Митчелл не могла попасть к своему гинекологу на стандартный послеродовой осмотр.

В те первые недели одна тревожная мысль, казалось, превосходила все прочие: почему она не ощущает связи с ребенком? С рождением Эверли она ожидала прилива теплых чувств. Ждала, что влюбится с первого взгляда и что это будет очень сильная любовь, которая поможет преодолеть растерянность первых дней, заставит забыть о физической послеродовой боли и даже вынести сумятицу, связанную с пандемией. «Я ожидала автоматического переключения, но его не случилось», – сказала она мне. Она спрашивала себя: «Я уже плохая мать, раз не чувствую любви?»

Мой опыт первого материнства был иным в деталях, но все же многое из историй Оволаби Митчелл и Винсент, а также многих других молодых родителей мне знакомо. Наши ожидания от самих себя не соответствуют действительности. На многие дни и недели после рождения моего стар-

шего сына Хартли меня охватили радость и трепет. Однако я не чувствовала ни толики врожденной уверенности, определенности и ясности в своих мыслях и действиях. Наоборот, я ощущала некое бурление, безостановочный непривычный поток. Каждый из нас, кто прошел через опыт деторождения, ошеломленно осознал, что карта, которая должна была провести нас по незнакомым землям, едва ли соответствует той местности, на которой мы оказались. Там, где ожидали увидеть сушу, мы обнаружили воду и заблудились.

* * *

За первые недели и месяцы в роли матери тревога в моей голове превратилась в своеобразную неискоренимую помеху, она всегда была там. С тревогой пришло чувство вины. А с чувством вины – одиночество. Я не ощущала себя родителем, которого заслуживал мой сын, не ощущала себя матерью, которая по наитию⁴ заботится о ребенке, хотя именно это все вокруг мне предрекали. Масштабы моей жизни съезжились до кресла, в котором я кормила сына, и комнаты, где его переносная люлька стояла подле нашей кровати. Раз даже это было для меня слишком, значит, я потерпела фиаско.

⁴ «Это происходит по наитию». В классической сказке Э. Б. Уайт The Trumpet of the Swan мама-лебедь говорит своему супругу, начиная строить гнездо: «Работы немало, но, в сущности, это приятная работа».

Отнюдь не так я представляла материнство. Не как всепоглощающее состояние, не как идущее вслед за радостью опустошение. Близкие друзья с маленькими детьми уверяли, что первые месяцы действительно трудны, но станет легче, когда ребенок начнет дольше спать ночью. Однако они не упоминали об этом чувстве, которому я не могу дать точного названия, — своего рода отстраненности. Я не упоминала о нем тоже.

Даже когда прошло несколько месяцев и тревога начала понемногу угасать, оставалось ощущение, будто я оказалась в новой, сбивающей с толку реальности, где все на несколько градусов смещено от центра. Это в некотором смысле будоражило. Я осознала, что обладаю некой силой, о которой не знала раньше. Я могла стоять перед зеркалом с сыном на руках, испытывая благоговейный трепет при виде двух этих тел, осознавая, что мне удалось сотворить. А порой, стоя в очереди в продуктовом магазине позади матери с младенцем в тележке или заметив женщину, идущую на работу с такой же уродливой сумкой для молокоотсоса, как у меня, я спрашивала себя: чувствуют ли они то же самое? Знакома ли им эта повторяющаяся мелодия абсурда, все громче звучащая в голове и начинающаяся всякий раз со слов «что, если?» (Что, если этот насморк — предвестник пневмонии? Что, если я упаду, когда буду спускаться по лестнице с ним на руках? Что, если однажды он проглотит эту смертельно опасную капсулу для стирки?) Приходилось ли им безудерж-

но рыдать, читая о том, как в Средиземном море опрокинулась лодка с беженцами, или о последнем случае стрельбы в школе, или о преступлении на почве ненависти? Теперь это не просто трагические новости, а сообщения, которые где-то на подсознании заставляют переживать за чужих детей. Знакомо ли им необъяснимое противоречие между порывом выбежать из душа, чтобы успокоить плачущего за стеной ребенка, и желанием выбраться через окно в ванной, таким отчаянным в этот момент?

Я боялась, что их ответ «нет». Что я отщепенец, что мой материнский инстинкт, призванный помочь обрести равновесие в сумбуре родительства, неисправен. Или, того хуже, нечто глубоко внутри меня сломано. Отсоединено.

Книги про беременность и родительство, казалось, только и делали, что обходили молчанием вопросы, которые были у меня к себе как к матери. Впервые проблески какой-то новой мысли⁵ я нашла в подержанном экземпляре книги известного педиатра Беппи Бразелтона *Infants and Mothers: Differences in Development* («Дети и матери: различия в развитии»), первое издание которой вышло в 1969-м. Бразелтон писал, что многие молодые матери сталкиваются с эмоциональными и психологическими трудностями, что трудности эти являются нормой и «могут даже быть важной частью способности матери стать другим человеком». Вскоре я про-

⁵ T. Berry Brazelton, *Infants and Mothers: Differences in Development*, rev. ed. (New York: Dell, 1983), 44.

читала работы других авторов о материнском мозге, и, поскольку сама искатель по натуре и журналист в области здоровья по специальности, я принялась копать глубже.

Мне часто вспоминались слова Бразелтона, когда я штудировала исследования, которые подтверждали изменения объема серого вещества в мозге матери или то, что в одной статье было описано как «общая перестройка⁶ синапсов и нервной деятельности». Полвека назад Бразелтон уловил то, что сегодняшние ученые устанавливают при помощи сканирования человеческого мозга и обращения к физиологическим моделям животных: родительство формирует «другого человека».

Рождение ребенка не просто запускает долго дремавший процесс, связанный с материнским инстинктом и присущий исключительно женскому мозгу. Исследователи родительской нейробиологии начали отмечать множество вариантов того, как появление ребенка реорганизует мозг, меняя нейронные цепочки обратной связи, определяющие, как мы реагируем на окружающий мир, как воспринимаем других людей и отвечаем им, как контролируем собственные эмоции. Становление родителем меняет наш мозг – функционально и структурно – так, что это сказывается на физическом и ум-

⁶ Jodi L. Pawluski, Kelly G. Lambert and Craig H. Kinsley, Neuroplasticity in the Maternal Hippocampus: Relation to Cognition and Effects of Repeated Stress in Parental Care, ed. Alison S. Fleming, Frederic Lévy и Joe S. Lonstein, special issue, *Hormones and Behaviour* 77 (January 2016): 86–97, <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2015.06.004>.

ственном здоровье до конца жизни. Ученые обнаружили настолько значительные изменения у матерей, выносивших беременность, – к настоящему моменту это наиболее изученная группа, – что теперь признают материнство важнейшим этапом развития за всю жизнь. Они также начали отмечать, как у всех родителей, вовлеченных в заботу о своих детях, независимо от личных обстоятельств родительства мозг меняется в соответствии с интенсивностью этого опыта и сопутствующего гормонального сдвига. Родительство в самом прямом смысле перекраивает нас.

Авторы большинства книг о беременности и представители здравоохранения признают хотя бы тот факт, что уровень гормонов круто подскакивает во время беременности и родов и снижается вскоре после этих событий. Молодых мам выписывают из больниц с буклетами, которые деликатно предупреждают о послеродовой депрессии⁷ – периоде хандры и подавленности, который большинство новоявленных матерей проходят в первые недели после появления ребенка. Однако едва ли мы осведомлены, что именно запускает эта порция гормонов.

Гормональный всплеск, связанный с беременностью и родами, как бы создает срочный заказ для перестройки моз-

⁷ Michael W. O'Hara и Katherine L. Wisner, Perinatal Mental Illness: Definition, Description and Aetiology in Perinatal Mental Health: Guidance for the Obstetrician-Gynecologist, ed. Michael W. O'Hara, Katherine L. Wisner and Gerald F. Joseph Jr., special issue, Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology 28, № 1 (January, 2014): 3–12, <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2013.09.002>.

га: требует повысить его чувствительность для создания новых нейронных путей⁸, направленных на мотивацию родителей, невзирая на их сомнения в себе или нехватку опыта. Это необходимо, дабы отвечать базовым потребностям ребенка в его непростые первые дни жизни, а затем подготовить родителей к длительному периоду обучения тому, как заботиться о своем потомстве. Дети меняются так же стремительно, как погода, а потом незаметно для нас превращаются в существ, способных ходить и говорить, с целым набором физических и эмоциональных потребностей. Родители должны меняться вместе с ними. Мозг, возможности которого рассчитаны на такие перемены, становится более пластичным, более адаптивным, нежели обычно, – возможно, даже больше, чем в любые другие периоды взрослой жизни.

Физиологические перемены разительны. С помощью технологий визуализации мозга и других инструментов ученые могут четко определить и измерить новые явления в органической структуре мозга молодой матери. Они выясни-

⁸ Marina Pereira and Annabel Ferreira, *Neuroanatomical and Neurochemical Basis of Parenting: Dynamic Coordination of Motivational, Affective and Cognitive Processes in Parental Care*, ed. Alison S. Fleming, Frederic Lévy и Joe S. Lonstein, special issue, *Hormones and Behaviour* 77 (January 2016): 72–85, <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2015.08.005>; Pilyoung Kim, *Human Maternal Brain Plasticity: Adaptation to Parenting in Maternal Brain Plasticity: Preclinical and Human Research and Implications for Intervention*, special issue, *New Directions for Child and Adolescent Development* 2016, № 153 (Fall 2016): 47–58, <https://doi.org/10.1002/cad.20168>.

ли, что области, ответственные за родительство, включая те, что отвечают за нашу мотивацию, внимание и социальное поведение, заметно меняются в объеме⁹. Это сложные структурные изменения. Отдельные участки растут или уменьшаются по мере того, как мозг отвечает на стремительно преобразующиеся обстоятельства жизни молодых родителей, особенно во время беременности и в первые несколько месяцев с новорожденным. Этот процесс считается приспособлением мозга к требованиям родительства.

Исследователи выявили общую схему активности родительского мозга, что формируется со временем: сеть межнейронных связей, которые отвечают за заботу и активируются, когда родители слушают, например, запись плача своего ребенка или реагируют на фото или видео, где их чадо улыбается или грустит. След этой нейронной сети¹⁰ при-

⁹ Elseline Hoekzema, Erika Babra-Müller, Cristina Pozzobon, Marisol Picado, Florencio Lucco, David Garcia-Garcia, Juan Carlos Soliva et al., Pregnancy Leads to Long-Lasting Changes in Human Brain Structure, *Nature Neuroscience* 20, № 2 (2017): 287–96, <https://doi.org/10.1038/nn.4458>; Elseline Hoekzema, Christian K. Tamnes, Puck Berns, Erika Barbara-Müller, Cristina Pozzobon, Marisol Picado, Florencio Lucco et al., Becoming a Mother Entails Anatomical Changes in the Ventral Striatum of the Human Brain That Facilitate Its Responsiveness to Offspring Cues, *Psychoneuroendocrinology* 112 (February 2020): 104507, <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2019.104507>; Pilyoung Kim, Alexander J. Dufford and Rebekah C. Tribble, Cortical Thickness Variation of the Maternal Brain in the First 6 Months Postpartum: Associations with Parental Self-Efficacy, *Brain Structure & Function* 223, № 7 (September 2018): 3267–77, <https://doi.org/10.1007/s00429-018-1688-z>.

¹⁰ Alexander J. Dufford, Andrew Erhart и Pilyoung Kim, Maternal Brain Resting-State Connectivity in the Postpartum Period, in *Papers from the Parental Brain 2018*

сутствует, даже когда мать не делает ничего особенного, лежа в сканере МРТ и позволяя своим мыслям беспорядочно блуждать. Забота о ребенке влияет на то, что исследователи называют функциональной архитектурой мозга – структурой, в рамках которой протекает мозговая активность. Примечательно, что перемены эти длятся¹¹ не только недели или месяцы после родов, но и, возможно, десятилетия спустя, в течение всей жизни человека – гораздо дольше того периода, который мы воспринимаем как детские годы нашего ребенка.

В целом наука предполагает, что перестройка родительского мозга – это гораздо больше, чем просто «перестановка мебели», необходимая, чтобы освободить пространство для еще одной роли в суматохе жизни. Родительство двигает несущие стены. Совершенствует всю планировку. Влияет на то, как в помещении падает свет.

По мере того как я углублялась в вопрос, мое беспокойство понемногу унималось. Появление ребенка меняет мозг. Не у одной из пяти рожениц, которая страдает от послеродовой депрессии или тревожного расстройства, а у всех. Всех матерей. Мне казалось, что меня унесло в открытое мо-

Meeting, Toronto, Canada, July 2018, special issue, Journal of Neuroendocrinology 31, № 9 (September 2019): e12737, <https://doi.org/10.1111/jne.12737>.

¹¹ Edwina R. Orchard, Phillip G. D. Ward, Sidhant Chopra, Elsdon Storey, Gary F. Egan and Sharna D. Jamadar, Neuroprotective Effects of Motherhood on Brain Function in Late Life: A Resting-State fMRI Study, Cerebral Cortex 31, № 2 (February 2021): 1270–83, <https://doi.org/10.1093/cercor/bhaa293>.

ре материнства, и эта информация стала для меня якорем. Смятение, что я испытывала, может быть нормой, неотъемлемой частью переориентации мозга, необходимой для роли родителя. Это пробудило массу новых вопросов: что еще я упустила? Как именно меняется мозг и как это способно повлиять на мою жизнь? А еще: почему я не знала об этом раньше?

История, которую рассказала мне наука, была определенно не о женщине, наделенной волшебной силой материнской любви, благодаря которой эта женщина рефлекторно реагирует на каждую потребность своего ребенка, беспрекословно принимает свое жертвенное положение и подключается к источнику мудрости из разряда «матери виднее». Подобное видение, как мне вдруг стало ясно, имело такое же отношение к материнству, как «однажды ты встретишь своего принца» из диснеевских сказок – к свиданиям и браку.

Напротив, наука говорит о том, что стать родителем означает оказаться под лавиной. Мы перегружены всевозможными раздражителями, которые исходят от меняющегося тела и меняющегося уклада жизни; от гормонального всплеска во время беременности, родов и грудного вскармливания; от наших детей с их молочным запахом, крошечными пальчиками, гулением и непрерывными нуждами. По сути, попросту жестоко быть настолько поглощенными всем этим, преодолеваемыми по всем фронтам, подобно скале на берегу океана, подверженной воздействию и волн, и течения,

и солнца, и ветра. Некоторые исследователи называют это средовыми трудностями¹² родительства. Вся новая входящая информация, которую мозг должен воспринять – неожиданно и разом, – может дезориентировать и вызвать напряжение. Но в этом есть смысл.

Такой поток раздражителей принуждает нас заботиться о ребенке, который находится в максимально уязвимом состоянии, поскольку родительская любовь не является ни автоматической, ни безусловной. Получается, что мозг работает, дабы поддерживать жизнь новорожденного, пока в процесс не включится наше сердце. Мозг превращает нас в беспокойных, даже одержимых опекунов, в то время как многие из нас не обладают никакими навыками по части ухода за детьми. Даже если бы на этом все заканчивалось, родительский мозг уже был бы достоин восхищения. Но это лишь начало.

Ученые принялись отслеживать, как нейронная перестройка, вызванная появлением ребенка, влияет на поведение человека, его способ пребывания в мире, его жизнь в целом. Спросите любого исследователя, что науке известно на сегодняшний день, и вам наверняка ответят: «Почти ничего». Работа в этом направлении только начинается. Однако открытия, которые уже сделаны к этому моменту, и возни-

¹² Edwina R. Orchard, Phillip G. D. Ward, Sidhant Chopra, Elsdon Storey, Gary F. Egan and Sharna D. Jamadar, Relationship between Parenthood and Cortical Thickness in Late Adulthood, PLoS ONE 15, № 7 (July 28, 2020): e0236031, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236031>.

кающие в связи с ними вопросы весьма значимы сами по себе. Для меня изучение этой темы было подобно наблюдению за своим отражением в витрине магазина, который выходит на многолюдный тротуар, – я увидела возможность распознать себя.

Исследователи, изучающие женщин, обнаружили, что молодые матери иначе воспринимают социальные и эмоциональные сигналы и отвечают на них, причем это касается взаимодействия не только со своими детьми¹³, но и со своими партнерами и прочими взрослыми. Меняется их способность управлять собственными эмоциями¹⁴, помогая им оставаться спокойными – до некоторой степени – в присутствии кричащего ребенка (или упрямого дошкольника, или недовольного подростка), чтобы спланировать дальнейшие действия. Хотя большинство женщин испытывают¹⁵ подлинное – однако временное – ухудшение памяти во вре-

¹³ Shir Atzil, Talma Hendler, Orna Zagoory-Sharon, Yonatan Winetraub and Ruth Feldman, Synchrony and Specificity in the Maternal and the Paternal Brain: Relations to Oxytocin and Vasopressin, *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 51, № 8 (August 2012): 798–811, <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.06.008>; Shir Atzil, Talma Hendler and Ruth Feldman, The Brain Basis of Social Synchrony, *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 9, № 8 (August 2014): 1193–202, <https://doi.org/10.1093/scan/nst105>.

¹⁴ Helena J. V. Rutherford, Norah S. Wallace, Heidemarie K. Laurent and Linda C. Mayes, Emotion Regulation in Parenthood, *Development Review* 36 (June 2015): 1–14, <https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.12.008>.

¹⁵ Pereira and Ferreira, Neuroanatomical and Neurochemical Basis of Parenting, <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2015.08.005>.

моя беременности и после родов, в определенных ситуациях материнство признали состоянием, которое способствует целенаправленному регулированию поведения, влияя на способность женщины планировать свои действия и переносить внимание между задачами. Хотя на сегодняшний день результаты изысканий неоднозначны, небольшое число исследований говорит о том, что материнство способно улучшать когнитивные функции¹⁶ в более поздние годы жизни.

Вопросы, стоящие на передовой этой области, носят неотложный и, как бы это ни озадачивало, базовый характер. Наука пренебрегала темой родительства, рассматривая ее скорее как нравственный предмет и мягкое право¹⁷ природы, нежели как вопрос, достойный тщательного изучения. Долгое время¹⁸ считалось, что человеческое материнское поведение – за рамками беременности и грудного вскармливания – целиком обусловлено социальными и индивидуальными факторами с незначительным участием физиологии. Между тем родительство включает в себя все это: психологию и нейробиологию, перемены в образе жизни и в себе.

Сегодня ведущие исследователи в этой области – при-

¹⁶ Orchard et al., Neuroprotective Effects of Motherhood, <https://doi.org/10.1093/cercor/bhaa293>.

¹⁷ Мягкое право (англ. Soft law) – набор правил и руководств, юридическая сила которых находится на этапе обсуждения. *Прим. пер.*

¹⁸ J. S. Rosenblatt, Psychobiology of Maternal Behavior: Contribution to the Clinical Understanding of Maternal Behaviour among Humans, supplement, Acta Paediatrica 83, № s397 (June 1994): 3–8, <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.1994.tb13259.x>.

мечательно, что большинство из них женщины, – признают это и стремятся найти ответы, которые способны привести к далеко идущим результатам. Почему изменения в мозге, направленные на превращение родителей в мотивированных опекунов, вместе с тем делают их уязвимыми – настолько, что это может помешать достижению той же самой цели? Как репродуктивная история отдельного человека, даже того, у которого нет детей, влияет на его здоровье в долгосрочной перспективе? Как меняющие мозг болезненные зависимости взаимодействуют с меняющим мозг родительством? Влияют ли изменения в мозге, которые сопровождают беременность, на эффективность антидепрессантов в послеродовом периоде? Как травма, во всех ее формах, включая чрезвычайно частые случаи выкидышей и происходящие при родах повреждения, влияет на послеродовое состояние и психическое здоровье в будущем? «Мамский мозг»: кроме шуток, что в действительности происходит с когнитивной функцией женщины, когда у нее появляется ребенок? Как обстоят дела с ее творческими способностями и эмоциональным состоянием? Как деторождение сказывается на ее жизни, помимо способности быть родителем?

Я поняла, что тема родительского мозга значима не только на курсах подготовки к родам или в первые недели после появления малыша, когда мать и ребенок осваиваются дома. Это тема, в которой должны разбираться бабушки и дедушки, представители власти, специалисты здравоохра-

нения, адвокаты, все работающие родители и их руководители, а также любой человек, который задумывается, хочет ли он быть родителем, и ищет источники информации (помимо мифов), которые помогли бы ему принять решение. Эта наука способна повлиять на то, как распределяются роли мужчины и женщины дома и на работе, на охрану репродуктивных прав, на переосмысление отношений между родительством и жизнью в обществе. По меньшей мере мы станем иначе рассказывать о собственном родительском опыте и об окружающем нас мире. Истории эти отчаянно ждут, чтобы их переписали. Истории о духовном мире мамы-дрозда или о моей беспомощности.

Наука выявляет нечто важное – то, чего явно не хватает в старой сказке про материнский инстинкт: категорию времени. Становление матерью, родителем – это процесс. Если прежде нам не доводилось всецело брать на себя заботу о другом уязвимом человеке, способность быть родителем не является предопределенной. Она растет. Рост этот может оказаться болезненным и стремительным. А еще он может длиться долго. На то, как это будет происходить, влияет множество разнообразных факторов. Как изменятся наши ожидания – по отношению к себе и по отношению к другим, – если мы сможем взглянуть на эту основополагающую истину?

На самом деле мы знали это давным-давно. Многие люди, прошедшие родительскую трансформацию, восприняли ее, как и следовало. Поколение за поколением эрудированные феминистки озвучивали многое из того, что мы слышим о материнстве сейчас: в частности, что воспринимать материнский инстинкт как нечто встроенное, универсальное и неотъемлемое для женской самоидентификации – ошибка. В начале 1960-х чуткий исследователь из Ратгерского университета вместе с коллегами развил выводы, которые получил, изучая домашних котят, и дополнил свою работу доказательствами.

Было что-то незаурядное в том, как Джей Розенблатт большую часть своей научной карьеры изучал психобиологию материнского поведения млекопитающих – во всей ее полноте, – параллельно принимая пациентов в качестве психоаналитика. Кроме того, он был художником¹⁹ и во время Второй мировой войны занимался созданием камуфляжа – своеобразный намек на способность видеть то, что скрыто.

Десятилетиями многие из коллег Розенблатта и большинство его предшественников наблюдали за поведенческими паттернами самок разных биологических видов –

¹⁹ Jay S. Rosenblatt – Obituary, Legacy, in New York Times, February 19, 2014, <https://www.legacy.com/amp/obituaries/nytimes/169759170>.

за их склонностью даже при первом опыте материнства вить гнезда, кормить и защищать свое потомство – и находили эти паттерны настолько единообразными, настолько присущими именно самкам, что решили, будто поведение это является врожденной характеристикой для женского пола. Материнское поведение «бесспорно интуитивно»²⁰, писал в 1937 году Фрэнк Бич – младший, основатель поведенческой эндокринологии. Этот взгляд был широко распространен. «Исследователи, наблюдающие за материнским поведением крыс, классифицировали его – безо всяких исключений – как врожденное», – указывал он. «Врожденное» – как противопоставление «выученному», «приобретенному». То есть врожденное.

Какое-то время новорожденным приписывали схожую статичность, видя в них создания, которые растут и совершенствуют моторные навыки, но никак не развиваются в социальном плане, пока не выходят из стадии новорожденности. Авторы одного исследования 1950 года²¹ отслеживали развитие щенков и отмечали, что способность собак к обучению в первые недели жизни «должно быть, чрезвычайно

²⁰ Frank A. Beach Jr., The Neural Basis of Innate Behavior. I. Effects of Cortical Lesions upon the Maternal Behavior Pattern in the Rat, *Journal of Comparative Psychology* 24, № 3 (1937): 393–440, <https://doi.org/10.1037/h0059606>.

²¹ J. P. Scott and Mary-Vesta Marston, Critical Periods Affecting the Development of Normal and Mal-Adjustive Social Behavior of Puppies, *Pedagogical Seminary and Journal of Genetic Psychology* 77, № 1 (1950): 25–60, <https://doi.org/10.1080/08856559.1950.10533536>.

ограничена». То же, по их мнению, относилось и к людям. На заре новой жизни, казалось, мать и ребенок действовали почти по одному лишь наитию.

У инстинкта всегда было довольно пространное определение. В целом его воспринимали как поведенческие особенности, которые представители некоего вида – все как один – демонстрируют, хотя никогда этому не учились: подобно регулярным перелетам птиц по миграционным путям или определенным ролям пчел в постройке улья. Психологи, создававшие теорию инстинкта в конце девятнадцатого – начале двадцатого веков, часто спорили об определении этого понятия или о его механизмах. К началу 1950-х годов австрийский этолог Конрад Лоренц и другие распространили идею о том, что поведенческие паттерны, характерные для конкретных видов, проявляются через унаследованные, машиноподобные механизмы в центральной нервной системе. Широко известен описанный Лоренцем процесс импринтинга, когда едва вылупившиеся птенцы определенных видов привязываются к первому движущемуся объекту, который видят, – обычно к своим родителям, но в некоторых случаях к представителям других биологических видов или к неодушевленным предметам, находящимся в движении. Наблюдения Лоренца за птицами, для которых объектом импринтинга сделался он сам, стали основой для его теории инстинкта на протяжении всей жизни, особенно в отношении связей между матерью и ребенком.

Лоренц верил, что инстинктивное поведение²² – это результат унаследованных импульсов, которые накапливаются в особых участках мозга до тех пор, пока животное не сталкивается с определенным раздражителем, запускающим запрограммированные действия. В своей книге *The Nature and Nurture of Love: From Imprinting to Attachment in Cold War America* («Природа и питающая сила любви: от импринтинга до привязанности в Америке времен холодной войны») специалист по истории науки Марга Виседо поясняет, что Лоренц часто использовал метафору замка и ключа для описания интуитивного поведения и соответствующих стимулов, которые его запускают. «Форма бородки ключа, – писал он, – predetermined». Для Лоренца инстинктивное поведение матери и ребенка являлось сложной системой подобных замков, тяжелая связка ключей к которым была выкована давным-давно.

В научной деятельности и письменных трудах Лоренца есть много аспектов, которые оказались важны для иссле-

²² Marga Vicedo, *The Nature and Nurture of Love: From Imprinting to Attachment in Cold War America* (Chicago: University of Chicago Press, 2013), 58; Konrad Z. Lorenz, *The Companion in the Bird's World*, *Auk* 54, № 3 (July 1937): 245–73, <https://doi.org/10.2307/4078077>; Konrad Lorenz, *Studies in Animal and Human Behaviour*, trans. Robert Martin (Cambridge, MA: Harvard University Press, 1970), 1:244, <https://archive.org/details/studiesinanimalh01lore>. Лоренц не первым использовал эту метафору. К тому времени, когда он написал указанную выше статью, фраза уже стала своего рода клише среди людей, изучающих инстинкт и мотивацию. Уильям Джеймс использовал ту же метафору в своих «Основах психологии» в 1890 году.

дователей поведения разных биологических видов. Он стал одним из трех²³ этологов, награжденных в 1973 году Нобелевской премией, которую получил за работу по импринтингу и более общей теме, касавшейся участия генетики в формировании поведения. Некоторые из коллег²⁴ посчитали награждение неуместным, учитывая, что Лоренц в 1938-м вступил в нацистскую партию, – решение, о котором, по его более позднему признанию, он жалел. Партия использовала его теории поведения, чтобы поддерживать свою расовую идеологию и оправдывать политику, которая препятствовала распространению «социально негодного человеческого материала». Тем не менее в современной литературе о родительском мозге цитируют его основополагающее исследование о том, как социальные связи встроены в биологию, и особенно его теорию младенческого обаяния, вызывающего мощный отклик в мозге взрослого.

Лоренц предполагал²⁵, что особенности, которые делают ребенка очаровательным, – большая голова, пухлые щеки, неловкие движения и тело, напоминающее мягонькую сдобную булочку, – запускают инстинктивное желание, особен-

²³ 3 Behavioral Science Pioneers Win Nobel Prize for Medicine, New York Times, October 12, 1973, <https://www.nytimes.com/1973/10/12/archives/3-behavioral-science-pioneers-win-nobel-prize-for-medicine-3.html>.

²⁴ Walter Sullivan, Questions Raised on Lorenz's Prize, New York Times, December 15, 1973, <https://www.nytimes.com/1973/12/15/archives/question-raised-on-lorenzs-prize-scientific-journal-here-cites.html>.

²⁵ Vicedo, Nature and Nurture of Love, 58–62.

но сильное у женщин, взять младенца на руки. Эту догадку подтверждала и реакция его собственной дочери на симпатичную куклу. Более позднее и скрупулезное исследование породило идею, что внешняя привлекательность оказывает мощное измеримое влияние на человеческий мозг. Правда, современные представления несколько отличаются от гипотезы Лоренца, и, к счастью, их авторы меньше полагаются на распространенное мнение, будто девочки автоматически воспринимают кукол подобно тому, как женщины – младенцев.

Однако непреклонность, с которой Лоренц определил понятие инстинкта, отделяя его от человеческого окружения и опыта, считая встроенным в организм подобно внутреннему органу, оказалась губительной для матерей. Работа Лоренца захватила общественное сознание. И вот в 1955-м он уже появился на страницах журнала *Life*: с голым торсом²⁶, в пруду, общается со своими гусятами, а ниже – заголовок: «Приемная мать-гусыня». У него появились последователи²⁷ из числа специалистов по детскому развитию, которые видели в его теориях подтверждение собственным зарождавшимся идеям о связи и привязанности между человеческими детьми и их матерями. Виседо отмечает, насколько самоувереннее становился Лоренц по мере развития своей карье-

²⁶ An Adopted Mother Goose: Filling a Parent's Role, a Scientist Studies Goslings' Behavior, *Life*, August 22, 1955, 73.

²⁷ Vicedo, *Nature and Nurture of Love*, 60–64.

ры, несмотря на растущую критику со стороны его коллег, изучающих поведение животных, – а может, и благодаря ей. Если раньше он лишь предполагал, что такого же рода механический импринтинг, какой он наблюдал у гусей, может быть свойственен и человеческим детям, то в более поздние годы он стал позиционировать это допущение как факт, причем такой, который, стоило им пренебречь, грозит человечеству вымиранием. Он заявлял, что матери проводят слишком мало времени²⁸ со своими детьми, нарушая тем самым «генетически обусловленное социальное поведение». В результате в 1977 году он сказал в интервью для New York Times²⁹, что «способность к созданию личных связей утрачивается», а в человеческом обществе все больше насилия и преступности. По мнению Лоренца, матери должны дей-

²⁸ Имеет смысл обратиться к цитате, которую приводит Виседо, в более полном контексте, чтобы понять, насколько недвусмысленно Лоренц взваливает ответственность за общественные невзгоды на плечи родителей: «Нет никаких сомнений, что упадок генетически обусловленного поведения угрожает нам особо ужасающей формой апокалипсиса. Однако даже такую опасность легче отразить, чем другие... Чтобы предотвратить генетический упадок и крах человечества, все, что нам требуется, – следовать совету из старой еврейской притчи, что я рассказал ранее. Когда вы ищете жену или мужа, не забывайте о простом и очевидном требовании: она должна быть хорошей, и он – не в меньшей степени». Konrad Lorenz, *Civilized Man's Eight Deadly Sins* (New York: Harcourt Brace Jovanovich, 1974).

²⁹ Vicedo, *Nature and Nurture of Love*, 216–19; Paul Hofmann, *Nobel Laureate Watches Fish for Clues to Human Violence*, New York Times, May 8, 1977, <https://www.nytimes.com/1977/05/08/archives/nobel-laureate-watches-fish-for-clues-to-human-violence.html>.

ствовать сообразно своему врожденному инстинкту, иначе они ставят под угрозу весь человеческий вид.

Сегодня ученые отвергли исключительно одностороннее влияние генетики на поведение. Наше понимание мозга – как сложной сети реакций, сформированных, кроме прочего, частным опытом, физиологией и социальным окружением, – более не может довольствоваться упрощенной теорией, согласно которой некая энергия накапливается в конкретном нервном центре в ожидании конкретного предопределенного события. И тем не менее многое из воззрений Лоренца относительно неизменности материнского инстинкта закрепилось.

Часто будущие родители ожидают, что в первые секунды встречи со своим новорожденным почувствуют переполняющее их тепло, что рассматривание лица ребенка вызовет в них своего рода автоматическую всепоглощающую любовь, о которой им твердили долгое время. И как много среди нас тех, кого озадачили чувства, появившиеся на самом деле. Потрясение или грусть. Неопределенность. Любовь с примесью страха. Радость с примесью ужаса. Если что-то идет не так во время беременности или в начале жизни ребенка, если мы испытываем трудности или если другие факторы стресса – скажем, натянутые отношения, финансовые вопросы или пандемия – вмешиваются в послеродовой опыт так, как мы не могли и предположить, нам может показаться, будто мы уже потерпели фиаско. Голос Лоренца эхом отдает-

ся в каждом мучительном внутреннем диалоге о том, как соблюсти баланс между заботой о ребенке и карьерой. Он тут как тут, когда мы безуспешно пытаемся унять плачущего новорожденного в смутные предрассветные часы, вопрошая, что не так с нами, или с ребенком, или с нашей привязанностью. Как могло случиться, что ключ не подошел к замку?

* * *

Джей Розенблатт смотрел на вещи иначе. На Розенблатта повлиял зоопсихолог Теодор Шнейрла, который отвергал идеи Лоренца о наитии и инстинкте. Шнейрла верил³⁰, что развитие индивида, даже на самых ранних этапах жизни, зависит не только от генно-обусловленного созревания, но и от всего опыта этого индивида в более широком смысле. Развитие, говорил он, происходит постепенно, когда одна фаза жизни воздействует на другую, в результате чего эффекты разного рода раздражителей, включая генетику и среду, оказываются «неразрывно связаны». Сегодня этот подход берется за основу: совокупность средовых факторов индивида сказывается на экспрессии генов, то есть определенный набор генов (генотип) может проявиться в разнообразных характеристиках и вариантах поведения (фенотип) в за-

³⁰ Т. С. Schneirla, Behavioral Development and Comparative Psychology, Quarterly Review of Biology 41, № 3 (September 1966): 283–302, <https://doi.org/10.1086/405056>.

висимости от условий.

Эта теория была бы верна, если бы даже те млекопитающие, которым несколько дней от роду, все более целенаправленно реагировали на свое окружение. Объединившись, Розенблатт и Шнейрла взялись изучать поведение котят³¹, фиксируя их нормальные паттерны эффективного сосания молока и отлучения от груди. Затем они провели эксперимент, изолируя некоторых котят из помета на определенные периоды и помещая в садок со своего рода искусственной матерью – инкубатором с ворсистой площадкой, на которой котенок мог сосать молочную смесь. Те, кого изолировали в первую неделю жизни, быстро привыкли кормиться при помощи инкубатора, однако затем, вернувшись в свой помет, с трудом определяли физическое местоположение матери и едва могли найти сосок. Котята, изолированные чуть позже, легче обнаруживали мать, но затем тыкались носом по всему ее телу, включая морду, в поисках источника молока. Те, кого отсаживали после пяти недель, проведенных в помете, по возвращении испытывали другие трудности.

В отсутствие части потомства кошка становилась более подвижной, а оставшиеся при ней котята проявляли больше активности, чтобы кормиться. Вернувшимся котяткам трудно

³¹ Jay S. Rosenblatt, Gerald Turkewitz and T. C. Schneirla, Development of Suckling and Related Behavior in Neonate Kittens, in *Roots of Behavior: Genetics, Instinct, and Socialization in Animal Behavior*, ed. Eugene L. Bliss (New York: Hafner, 1968), 198–210, <https://archive.org/details/rootsobehaviorg0000blis>.

было поспевать за своими братьями и сестрами. Их не было, когда порядки в помете поменялись, и они не смогли адаптироваться. В изоляции у котят не было возможности учиться добывать пищу в группе, а также считывать подсказки от живой мурлычущей матери, особенности роста шерсти и запах которой могли бы стать для них подспорьем. Они не могли развиваться типично – поэтапно и в соответствии с окружением, – как это делали другие котята из помета.

Эксперименты Розенблатта с котятами пролили свет и на материнское поведение: животное, ставшее матерью, отнюдь не было подобно колышку, воткнутому в землю и бездействующему, в то время как вокруг него движутся подрастающие малыши. Оказалось, что это организм, который развивается и меняется вместе с ребенком. В 1958 году Розенблатт примкнул к Институту изучения поведения животных, основанному Дэниелом Лерманом в Ратгерском университете. Несколькими годами ранее, когда Лоренц набирал популярность в Соединенных Штатах, Лерман опубликовал критический анализ³², где назвал многие из заключений Лоренца относительно человеческого поведения «откровенно поверхностными». Розенблатт и Лерман вместе провели серию исследований с участием лабораторных крыс, описав природу материнского поведения совершенно иначе, нежели это

³² Daniel S. Lehrman, A Critique of Konrad Lorenz's Theory of Instinctive Behavior, *Quarterly Review of Biology* 28, № 4 (December 1953): 337–63, <https://doi.org/10.1086/399858>.

сделал Лоренц.

Прежде чем лабораторная крыса впервые беременеет, она практически равнодушна к малышам. Когда же у нее появляется потомство, повадки ее быстро меняются. Она демонстрирует поведение, типичное для всего ее биологического вида. Крыса строит гнездо. Она вылизывает крысят и склоняется над ними для кормления. Если находит кого-то из малышей за пределами гнезда, возвращает его на место. Она способна делать все это сразу после рождения крысят. Однако Розенблатт и Лерман заметили: если забрать потомство из гнезда вскоре после рождения, такие повадки у матери быстро исчезают. Даже если позже на время дать матери приемных детенышей³³, она, скорее всего, не станет о них заботиться. Гормоны и физиологические изменения, вызванные беременностью и родами, провоцируют материнское поведение. Но чтобы поведение это оставалось устойчивым³⁴,

³³ Крысы проявляют материнскую заботу неизбирательно, то есть заботятся даже о тех детенышах, которых не рожали.

³⁴ Jay S. Rosenblatt and Daniel S. Lehrman, *Maternal Behavior of the Laboratory Rat*, in *Maternal Behavior in Mammals*, ed. Harriet Lange Rheingold (New York: Wiley, 1963), 8–57. В введении к *Maternal Behavior in Mammals* редактор Харриет Рейнголд рассказывает, сколько трудов стоило выбрать заглавие книги и почему она считает слово «материнский» применимым к матерям млекопитающих и другим членам этого класса, проявляющим заботу о потомках. Я также считаю ценным разделение между материнским поведением и проявлением любви, поскольку это скрытое указание на то, что матери могут действовать и действуют в собственных интересах и что это тоже является частью материнского поведения: «Хотя у млекопитающих наиболее внимательными по отношению к детенышам являются биологические матери, эпитет “материнский” в заглавии этой

«обязательно присутствие малышей», в 1963 году писали Розенблатт и Лерман в своей работе, ставшей знаковой публикацией в этой области. Иными словами, деторождение запускало процессы, но для полноценного развития в роли матери было необходимо взаимодействие с потомством. Требовалось время.

Розенблатт и Лерман продолжили разными способами доказывать, что поведение матери и ребенка носит не фиксированный, а гибкий характер. Развитие одного отвечает нуждам и повадкам другого. Изъятие детенышей из гнезда в определенный момент послеродового периода или замена собственного потомства матери на приемных детенышей другого возраста меняют поведение крысы. Например, когда детенышей постарше подсаживали к молодой матери-крысе, приемная мать уделяла крысятам больше внимания, нежели им обычно требуется в этом возрасте, и их развитие зна-

книги используется в универсальном смысле и отнюдь не исключает других членов класса, которые взаимодействуют с молодым поколением. “Родительская забота”... используется как альтернатива. Однако у млекопитающих за детенышами ухаживают не только мать и отец, но часто и другие члены группы: самцы наравне с самками, подростки наравне со взрослыми. Далее, на условиях многих из приведенных здесь исследований были исключены практически все, кроме матери и ее отпрысков. Термин “материнская забота” – настолько частотный, что просочился в это предисловие, – был отвергнут в качестве заголовка из-за того, что подразумевает беспокойство о нуждах детенышей и имеет антропоморфный оттенок. Более того, он противоречит тем действиям матери, которые отделяют ее от потомства, – например, когда она отстраняется от детенышей и причиняет им вред. Мы выбрали “материнское поведение”, означающее поведение матери и тех, кто заменяет ее во взаимодействии с потомством».

чительно замедлялось. Исследователи выяснили, что крыс-мать является отнюдь не готовым замком, к которому должен подойти ключ. Она тоже росла и менялась.

В 1967-м Розенблатт³⁵ опубликовал результаты исследований, которые еще больше пошатнули популярное в то время видение материнства. Практически случайно³⁶ он вместе с коллегами в Институте изучения поведения животных обнаружил, что девственные самки крыс принимают заботиться о детенышах, если проводят с ними достаточно много времени. Через десять или более дней жизни рядом с детенышами практически все самки-девственницы, за которыми наблюдали ученые, брались строить гнезда и даже склоняться над крысятами для кормления, хотя молоко у них не вырабатывалось. То же делали и самцы, которые за пределами лаборатории, как правило, не заботятся о потомстве. Проводя достаточно времени с крысятами, самцы начинали вылизывать детенышей, возвращать в гнездо и даже склоняться, пытаясь покормить, – практически в той же степени, что и самки-девственницы.

Определенно, гормоны, которые вырабатывает организм

³⁵ J. S. Rosenblatt, Nonhormonal Basis of Maternal Behavior in the Rat, *Science* 156, № 3781 (June 16, 1967): 1512–14, <https://doi.org/10.1126/science.156.3781.1512>.

³⁶ Jay S. Rosenblatt, Views on the Onset and Maintenance of Maternal Behavior in the Rat, in *Development and Evolution of Behavior: Essays in Memory of T. C. Schneirla*, ed. Lester R. Aronson, Ethel Tobach, Daniel S. Lehrman and Jay S. Rosenblatt (San Francisco: W. H. Freeman, 1970), 496, <https://archive.org/details/developmentevolu00aron>.

крысы в связи с деторождением, ускоряют развитие материнского поведения. Между тем такое же поведение может развиваться и при отсутствии этих гормонов, причем независимо от пола особи. «Таким образом, – заключил Розенблатт, – материнское поведение – базовая характеристика крыс»³⁷. И не одних только самок. Всех крыс. Розенблатт выяснил, что стремление заботиться о потомстве, присматривать за ним и защищать является фундаментальной чертой всего биологического вида.

Родители-люди и родители-крысы не одинаковы. У мозга двух этих видов общая структура, характерная для млекопитающих, и одни и те же структурные элементы³⁸, однако во многом они различаются. Например, человеческая кора

³⁷ Rosenblatt, Views on the Onset and Maintenance of Maternal Behavior in the Rat, 498. Мне хочется думать, что Розенблатт и будущая судья Верховного суда Рут Бейдер Гинзбург были приятелями. Она преподавала в Ратчерском университете в то же время, когда Розенблатт публиковал там свой знаковый труд о родительском поведении крыс. Я представляю, как они обсуждали свои теории о том, как «старые представления» о гендерной принадлежности влияют на науку и закон. Я не нашла никаких подтверждений их дружбе, но похоже, что они вращались в одних кругах. Розенблатт плотно работал с Лерманом, а жена Лермана, Дороти Диннерштейн, была психологом и феминисткой. Диннерштейн написала *The Mermaid and the Minotaur* («Русалка и Минотавр») – крупную работу о социальных и психологических последствиях преимущественно женского воспитания детей. В 1971-м, в тот же год, когда Гинзбург основала Проект по правам женщин (Women's Rights Project) при Американском союзе защиты гражданских свобод, Диннерштейн с коллегой подали жалобу на Ратчерский университет, обвиняя его в неравноправном положении женщин-преподавателей.

³⁸ Lisa Feldman Barrett, *Seven and a Half Lessons about the Brain* (Boston: Houghton Mifflin Harcourt, 2020), 19–22.

головного мозга сложным образом испещрена извилинами, в то время как у крыс она гладкая. Грызуны в значительной мере полагаются на свое обоняние и обладают крупной обонятельной луковицей, которая у людей развита относительно слабо. Материнское поведение лабораторных крыс проявляется в довольно предсказуемых паттернах, среди которых вылизывание потомства – один из значимых аспектов, который становится особенно ярко выраженным примерно на четвертой неделе после родов. Крысы могут беременеть и производить потомство раз за разом в течение всего года. У людей формирование материнского поведения растягивается на годы, а часто и на десятилетия и может включать одновременную заботу о нескольких детях разных возрастов, потребности которых значительно разнятся. Человеческое родительство отличается от семьи к семье, от поколения к поколению и подвержено влиянию множества социальных, политических и экономических факторов. Попросту провести аналогию между человеческим поведением и открытиями Розенблатта, которые он совершил при наблюдении за крысами, значило бы повторить ошибку Лоренца.

Положения, которые Розенблатт с коллегами выдвинули в начале 1960-х и дополнили в последующие годы, остаются справедливыми на протяжении десятилетий всевозможных исследований разных видов млекопитающих. Благодаря этим революционным трудам и способности обучать других сегодня многие считают Розенблатта «отцом науки о ма-

теринстве»³⁹. За последние тридцать лет практически каждая научная работа, посвященная родительскому мозгу человека, написана с участием одного из учеников Розенблатта или учеников его учеников. Эти работы подтверждают⁴⁰ идею о том, что все матери среди млекопитающих претерпевают весьма схожие психологические перемены в процессе беременности, родов и лактации, а также что гормоны, вызывающие эти изменения, подготавливают мозг с особым вниманием относиться к своим детям, которые рождаются с собственным набором генов и чувством принадлежности.

Затем доминирующее влияние начинает оказывать ребенок, который на длительный срок становится мощным раздражителем, вызывающим значительную перестройку мозга своей матери. Это нужно, чтобы помочь ей найти баланс между потребностями малыша и своими собственными, даже когда потребности эти непрестанно меняются. Дети и родители, давшие им жизнь, совместно развиваются на нейронном уровне не только в соответствии со своими генами и окружением, но и реагируя друг на друга. При этом каждый новый этап основывается на предыдущем, и процесс этот

³⁹ Alison S. Fleming, Michael Numan and Robert S. Bridges, *Father of Mothering*: Jay S. Rosenblatt, *Hormones and Behavior* 55, № 4 (April 2009): 484–87, <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2009.01.001>.

⁴⁰ Joseph S. Lonstein, Frédéric Lévy and Alison S. Fleming, *Common and Divergent Psychobiological Mechanisms Underlying Maternal Behavior in Non-Human and Human Mammals*, *Hormones and Behavior* 73 (July 2015): 156–85, <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2015.06.011>.

не заканчивается ни через шесть недель после родов, ни после отлучения от груди, ни когда ребенок начинает ходить или отправляется в детский сад. Этот процесс не заканчивается. Такого рода развитие, интенсивное с самого начала и обоюдное, может быть совсем не похожим на то, что матери испытывали раньше, – как минимум потому, что были по другую сторону этого процесса. И это касается не только матерей.

По следам Розенблатта сегодняшние ученые прояснили, что «материнское поведение» на самом деле базовая характеристика человека, причем отнюдь не только женская. Наблюдения за отцами⁴¹ показали, что мозг мужчин, которые регулярно заботятся о своих детях, меняется практически так же, как мозг рожениц. Изменения эти отчетливы в тех отделах мозга, которые отвечают за эмоции отцов, их восприятие и ответ на сигналы извне. Исследователи полагают, что подобные перемены происходят у других небιологических и не участвовавших в беременности и родах родителей, а также у всех, кто интенсивно заботится о другом человеке.

Определенно, для родителей, которые не вынашивают детей, в ситуации есть свои отличия, по крайней мере вначале.

⁴¹ Eyal Abraham and Ruth Feldman, The Neurobiology of Human Allomaternal Care: Implications for Fathering, Coparenting, and Children's Social Development, in *Evolutionary Perspectives on Non-Maternal Care in Mammals: Physiology, Behavior, and Developmental Effects*, ed. Stacy Rosenbaum and Lee T. Gettler, special issue, *Physiology & Behavior* 193, part A (September 1, 2018): 25–34, <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2017.12.034>.

Ни беременности. Ни лактации. Однако и они могут испытывать заметные перемены гормонального фона в связи с родительством, и ученые верят, что этот гормональный сдвиг вкупе с заботой о ребенке – с погружением – запускает создание универсальной системы опеки, которая имеет глубокие последствия для нашего восприятия внутрисемейных связей. Если ориентироваться на структуру мозга, родителей определяют внимание и забота, которые они оказывают.

Ранние труды Розенблатта кажутся мне новаторскими даже сегодня. Полагаю, причина в том, что значимая часть исследований, которые подарили мне ощущение трепета и облегчения в собственном материнстве, восходят к его работе, продланной шесть десятилетий назад. Его изыскания так элегантно разрушили понятие механического материнского инстинкта и стандарты гендерных ролей, построенные на этой лжи! Согласно сделанным им выводам, обретение статуса родителя само по себе является встряской и влечет за собой фундаментальные непрекращающиеся изменения. Процесс этот может быть прерван травмой, стрессом или разными препятствиями, однако, в отличие от негибкого инстинкта, он может быть восстановлен и перенаправлен в нужное русло. Я размышляла: видел ли это в том же ключе Розенблатт, который умер в 2014 году? Считал ли сам свою работу новаторской? Считал ли ее феминистской?

«В некоторой степени», – полагает Элисон Флеминг, которая получила докторскую степень под руководством Розен-

блатта в 1972-м, а затем четверть века управляла собственной лабораторией при Университете Торонто в Миссиссоге. Результаты экспериментов Розенблатта с самцами крыс были опубликованы в то время, когда люди, вовлеченные в движение за права женщин⁴² (в том числе и некоторые мужчины, желавшие более глубокой вовлеченности в отцовство), требовали радикального пересмотра культурных норм и общественного порядка, чтобы добиться равноправия в воспитании детей. Некоторые опирались на исследования Розенблатта в качестве подтверждения своей позиции, чтобы иметь возможность сказать: «Видите, отцы тоже родители». Так пояснила мне свои слова Флеминг. Но если намерения Розенблатта были отнюдь не политическими, именно такими они стали для его коллег.

Розенблатт и Лерман верили, что мнение Лоренца относительно инстинкта было «полностью ошибочным». «Материнское поведение – не фиксированная поведенческая модель, – продолжала Флеминг. – Это не механическое событие, которое происходит автоматически. У него есть свое развитие. И это был важный политический момент в теории Джея». Важным он стал и для Флеминг.

У Флеминг уже есть масса научных работ, число которых продолжает увеличиваться, ведь она, будучи на пенсии, публикует результаты сегодняшних исследований, сле-

⁴² Kirsten Swinth, *Feminism's Forgotten Fight: The Unfinished Struggle for Work and Family* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2018), 42–69.

ланных совместно с ее учениками. Я слышала, что Флеминг называют «матерью теории материнства», и тогда выходит, что Розенблатт – дедушка этой научной области. Она изучила особенности материнского поведения кормящих лабораторных крыс и женщин, впервые ставших матерями, выяснила роль кортизола и других гормонов, отследила связь между поведением и изменениями в нейронной сети. Говоря о том, что мотивирует ее в работе, она рассказывает про своих дочерей.

Мать самой Флеминг работала в ООН и была яркой ролевой моделью умной и независимой женщины, далеко не опекающей. Немалую часть своего детства Флеминг прожила отдельно от матери. Когда Флеминг забеременела первым ребенком в 1975 году, по ее словам, у нее не было ожиданий насчет любви с первого взгляда. Просто перед ее глазами не было такой модели. И любви с первого взгляда не случилось. Но в процессе материнства у нее появилась сильная связь с дочерью, которой она стала «совершенно одержима», как и другими своими детьми впоследствии. «Я искренне верю в опыт», – сказала она мне.

Опыт имеет значение. Это антитезис мнению Лоренца. Конечно, биология в родительстве тоже важна: и гормональный всплеск во время беременности и родов, и типичные для конкретного вида модели реагирования на эти события. В 2015 году Флеминг и два других⁴³ ведущих научных со-

⁴³ Lonstein, Lévy and Fleming, Common and Divergent Psychobiological

трудника провели сопоставительное исследование, в котором участвовали как люди, так и другие млекопитающие. Человеческое поведение глубоко связано с языком и культурой, что делает нас уникальными на фоне всех млекопитающих. Но, по мнению Флеминг, это не значит, что биологическая подоплека материнства менее важна для людей. Это лишь означает, что все условия жизни человека – физическое окружение, отношения с другими людьми, культурные влияния и внутренние ожидания вкупе с другими факторами – влияют на биологические процессы сильнее, нежели в случае крыс. Как считает Шнейрла, психологический опыт родительства и нейробиологическая трансформация, которую он включает, неразрывно связаны. Если мы обесцениваем первый и вовсе игнорируем вторую, как мы вообще можем осознать себя в качестве родителей, в качестве людей?

Если нам посчастливится отречься от старой сказки про материнский инстинкт, появится тот, кто поможет нам найти свой путь. Элис Оволаби Митчелл призналась близкой подруге, что ей не удастся наладить связь с маленькой Эверли, и подруга ответила как раз то, что нужно было услышать Оволаби: это нормально. Пой ей, посоветовала подруга. Смотри ей в глаза. Держи ее руку, пока кормишь грудью. Через некоторое время, по словам Оволаби, она почувство-

вала, что Эверли стала ей доверять. Так, вместо беспокойства она начала чувствовать радость. «Мы узнаём друг друга», — сказала она.

* * *

Как выяснилось, писать о материнском мозге, находясь в окопах едва начавшегося материнства, трудно. Моим сыновьям было два и четыре года, когда я принялась за эту книгу. Долгими днями я сидела за столом, где писала и переписывала одно и то же предложение, глядя перед собой мутными после беспокойной ночи глазами, не в силах сфокусироваться на механизмах материнской мотивации, к тому же отдавая себе отчет, что время идет и вскоре мне нужно поднять младшего после дневного сна и бежать за его братом в детский сад. А когда разразилась пандемия коронавируса, меня чересчур отвлекали нависшая угроза и мальчишки, рычавшие, как динозавры, прямо за дверью моего крошечного домашнего кабинета. Иногда по утрам я теряла терпение, а позже рыдала за столом, читая, как материнский контроль эмоций формирует у детей систему межнейронных связей для регулирования их собственных.

В лучшие времена мне выпадал шанс поговорить с кем-то вроде Джоди Павлуски, которая изучает нейробиологию материнского психического здоровья в Университете Ренн I во Франции. В первую очередь она занимается грызуна-

ми, но также записывает подкаст Mommy Brain Revisited («Еще раз о материнском мозге»). В 2020-м она взялась консультировать женщин-матерей, и это оказалось очень кстати. Наши многочисленные беседы по телефону и переписка в интернете – о любом аспекте исследования, который интересовал меня в тот или иной день, – часто ощущались как психотерапия. Мы обсуждали ожидания со стороны общества по отношению к роженицам и то, что известно нейробиологам об истинном опыте материнства. «Это нормально, если день иногда не заладится», – говорила она мне. Или: «Ты учишься по ходу дела». Практически в любом другом контексте в этих словах для меня было бы мало смысла, как в тех расхожих фразах, которые говорят, чтобы подбодрить. Однако из ее уст они звучали иначе. Они звучали как правда.

Павлуски и ее соавторы Крейг Кинсли и Келли Ламбер опубликовали литературный обзор⁴⁴ в журнале *Hormones and Behavior* за январь 2016 года, где писали о матерях так, как мне нигде больше не встречалось. Материнский мозг, писали они, – «это чудо направленных изменений», формирующих жизнь матери далеко за рамками воспитания детей. Мозг делается пластичнее и «сложнее» благодаря «эндокринному цунами, сопровождающему беременность», «обогащающему опыту» материнства как такового и долгой истории эволюции. Беременность, по словам авторов, отмечает

⁴⁴ Pawluski, Lambert and Kinsley, *Neuroplasticity in the Maternal Hippocampus*, <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2015.06.004>.

«эпоху развития столь же значимую, как период сексуальной дифференциации и полового созревания».

Помню, впервые прочитав эту строку, я подумала: «Ого, беременность столь же значима, как пубертат?!»

Сегодня родители и учителя знают о подростках гораздо больше, чем в те времена, когда я сама была одним из них и росла в консервативной семье из пригорода. От меня постоянно ждали, что я буду хорошей девочкой, а я чувствовала, будто постоянно складываюсь и раскладываюсь, подобно гадалке-оригами, вопрошая, кем я стану, и боясь, что никогда не смогу соответствовать этому образу. В нашей культуре есть целый список персонажей-подростков, неуклюже прокладывающих путь к взрослению или маскирующих внутреннюю сумятицу мятежом либо безмолвием. И сегодня наука о подростковом мозге⁴⁵ вышла в массы, на благо самим тинейджерам и взрослым, которые заботятся о них. Стали возникать кампании, направленные на охрану психического здоровья и предотвращение наркотической зависимости. Появилось национальное движение в пользу более позднего начала школьных уроков, чтобы подростки получали больше сна, который требуется их меняющемуся мозгу. В некоторых школах директора и психологи начали по-другому воспринимать вопросы дисциплины и поддержки учеников, ис-

⁴⁵ The Teen Brain: 7 Things to Know, National Institute of Mental Health, издание 2020 года, <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/the-teen-brain-7-things-to-know/index.shtml>.

пытающихся стресс. Для родителей и подростков наука стала⁴⁶ своего рода механизмом, который помогает пробраться сквозь сумятицу переходного возраста, который, как мы теперь знаем, длится дольше, чем считалось ранее. Иными словами, мы видим, что взросление требует времени.

Очень долго гормональный всплеск, связанный с деторождением, воспринимался как нечто такое, что нужно пережить, и вскоре уровень гормонов вернется к норме. Мы ждем, что родители вернуться к себе прежним, останутся теми, кем всегда были. Более того, что они станут более цельными, в то время как их организм рассыпается на части, а мозг меняет форму. Мы не говорим подросткам переждать пубертат, будто это какой-нибудь короткий ливень. На деле мы ведем себя как раз наоборот. Если мы относимся к происходящему осознанно, то признаем их взросление и радуемся ему. Мы направляем подростков и сочувствуем им в трудные минуты. Мы отмечаем вехи из взросления в школах, на спортивных площадках и в церквях, чтобы иметь возможность встать и сказать: «Погляди на себя! Посмотри, как ты рас-

⁴⁶ Фрэнсис Дженсен, нейробиолог, которая совместно с Эми Эллис Натт написала *The Teenage Brain: A Neuroscientist's Survival Guide to Raising Adolescents and Young Adults*, New York: Harper, 2015 (издана на русском языке: Дженсен Ф. Э., Натт Э. Э. Мозг подростка. Спасительные рекомендации нейробиолога для родителей тинейджеров. М., 2021. Прим. ред.), часто рассказывает ученикам старших классов о работе их мозга. «Подростки стремятся понять себя, – сказала она в интервью журналу Time. – Думаю, разговоры на эту тему дают им больше озарений». Alexandra Sifferlin, *Why Teenage Brains Are So Hard to Understand*, Time, September 8, 2017, <https://time.com/4929170/inside-teen-teenage-brain/>.

тешь и меняешься. Я так тобой горжусь!»

Для молодых родителей нет пути назад, но глубинные перемены, которые они испытывают, часто остаются нераспознанными. Когда Павлуски проговаривала великодушные утверждения насчет материнства и призывала быть добрее к себе, она вовсе не изрекала банальности. Она доносила то, о чем знала благодаря своим исследованиям. Родительство – период фундаментальных перемен в мозге, «эпохальное событие», как она его нарекла. В СМИ и массовой культуре мы все больше говорим о многообразии эмоций, сопровождающих этот период. Мы упоминаем не только блаженство. Это замечательно. «Порой, – говорит Павлуски, – когда люди готовы признать, что их мозг меняется физически, это помогает – нет, не оправдаться – придать больше веса своим чувствам».

Родительство – стадия развития, которая требует времени. Между тем теория, согласно которой в каждой женщине живет мать, ожидающая появления своего ребенка, еще прочно сидит в наших культурных взглядах на материнство. Как будет видно из [следующей главы](#), догма удерживает это убеждение на прежней позиции, несмотря на то что наука показала, насколько оно устарело. Вышло из срока годности. Было развенчано. Семьдесят лет исследований предлагают по-новому взглянуть на этот вопрос, по-настоящему признавая перипетии родительства и встречая его как время, полное скрытых сил и возможностей. Давайте сядем в круг

и скажем все вместе: «Погляди на себя! Посмотри, как ты растешь и меняешься. Я так горжусь тобой!»

В июле 2018 года⁴⁷ мою статью об изучении материнского мозга и моем собственном переходе к новому этапу опубликовали в воскресном выпуске газеты The Boston Globe. Я получила множество писем от читателей, которые признавались, что статья помогла им понять, через что они проходят в послеродовой период и далее. Среди них была и Эмили Винсент, медсестра в педиатрии и молодая мать. Сестра ее мужа отправила ей копию статьи из журнала The Week с вопросом: «Ты это видела?» Позже Винсент сказала мне, что статья позволила ей осознать: беспокойство, которое она испытывала насчет своего возвращения к работе, не было беспочвенным эмоционированием. Равно как и вездесущий образ малышки Дон. Все это являлось частью физиологической реакции, которая несет свой смысл. «Я не глупая, не сумасшедшая, раз испытываю эти эмоции, — сказала она. — Важно прочувствовать их и отвести им свое место, но стыдиться их ни к чему».

Уилла отдали в ясли. Винсент вернулась на работу, на чуть более короткий день, где начала гораздо больше понимать родителей, с которыми имела дело, и сочувствовать

⁴⁷ Chelsea Conaboy, Motherhood Brings the Most Dramatic Brain Changes of a Woman's Life, Globe Magazine, Boston Globe, July 17, 2018, <https://www.bostonglobe.com/magazine/2018/07/17/pregnant-women-care-ignores-one-most-profound-changes-new-mom-faces/CF5wyP0b5EGCcZ8fzLUWbP/story.html>.

им — особенно тем, кого одолевала тревога. Частично это удавалось ей благодаря новообретенной сосредоточенности, которую она ощущала, наладив свои дела дома. Не всегда было легко, но понимание того, что ее мозг подстраивается к новым условиям, помогая ей заботиться о себе и одновременно о ее драгоценном малыше, помогало ей чувствовать гордость. Она лучше осознавала происходящие изменения. Она замечала, каким человеком становится.

Глава 2. Кто придумал материнский инстинкт?

Примерно тогда же, когда Мими Найлз стала молодой матерью, у женщины, что жила этажом выше в многоквартирном доме в Нью-Йорке, появилась двойня. Они пересекались то в холле, то на улице, и Найлз спросила соседку, как та справляется. Найлз помнит, как услышала в ответ: «Замечательно. Я так счастлива».

Найлз была потрясена. Она отнюдь не чувствовала себя замечательно. Она мало спала и много рыдала. Ей с трудом удавалось понять, чего хочет ее дочь. Она рожала дома с помощью акушерки. Она кормила грудью, практиковала совместный сон и как можно чаще носила ребенка в слинге. Она выросла в индусской общине, где приветствовали боль и страдания как основу жизни, а мать то и дело рассказывала ей истории о своей акушерской практике в Индии до того, как они с мужем переехали в Нью-Йорк. Найлз готовилась сама стать акушеркой. Открытие, связанное с тем, что материнство – такая сложная штука, в равной степени поразило и разозлило ее. Она ждала совсем другого.

Приподнятое настроение соседки наверняка только маска, думала Найлз. Как это может быть правдой? «Ерунда, – говорила она сама себе, – это состояние мучительно». Од-

нако и в тот момент, и позже Найлз чувствовала, что таким ощущениям – неудовлетворенности и мучению – нет места в общественном видении материнства. К тому времени, когда ее дети стали подростками, Найлз уже больше десяти лет заботилась о роженицах в бруклинском Woodhull Medical Center. Она получила докторскую степень как медсестра и начала изучать вопрос обособленности рожениц и того, как акушерская практика способна наилучшим образом служить маргинализированным социальным группам. Найлз поделилась со мной, что видит роды и родительство как процесс преобразования – трудный и мощный, как возможность осознать полноту возможностей твоего тела и твоего умения строить отношения. Именно это она говорит всем беременным, всем пациентам и всем друзьям. Но ей также известно, что это преобразование часто ограничено культурными ожиданиями, сосредоточенностью на материнской способности уложить ребенка спать, делать все, чтобы он был тихим и довольным, при этом самой хорошо выглядеть и хорошо себя чувствовать – чувствовать себя «замечательно». Важно, чтобы у тебя был «хороший ребенок» и чтобы все связанное с ним делалось независимо, в рамках конкретной семьи.

«Неужели за машиной прячется волшебник? – сказала Найлз. – Потому что это кажется неестественным. Эта мысль не оставляет меня».

В некотором смысле за машиной действительно прячется

волшебник – человек за ширмой. На самом деле множество людей.

Возьмем, к примеру, Чарлза Дарвина – в данном случае не первого и не последнего человека за ширмой, но вожака стаи. Образ матери имел на его жизнь сильное влияние⁴⁸: его собственная умерла, когда ему было восемь, а всю его взрослую жизнь рядом была Эмма, его жена и мать их десяти детей. Он считал ее побудительной силой, человеком, который подтолкнул его в 1859 году опубликовать его эпохальный труд «О происхождении видов». Трудно понять, почему при таких условиях Дарвин отводил столь малую роль матерям, когда дело касалось их места в его научной теории и среди социальных существ, которых он изучал.

Теория эволюции перевернула мировой взгляд на человеческую природу и вопросы половой принадлежности. Дарвин исследовал, как половой отбор формирует будущее биологических видов, но практически полностью игнорировал родительскую роль, когда выбор партнера уже принес свои плоды. Вместо этого в рамках своей революционной работы он систематизировал древние идеи о подчиненном положении женщин, предназначение которых заключается в вынашивании потомства и безусловном самопо-

⁴⁸ Darwin's Women, Darwin Correspondence Project, University of Cambridge, YouTube video, 19:45, posted September 8, 2013, Cambridge University, <https://www.youtube.com/watch?v=9qZxa3WjZQg&t=595s>.

жертвовании. «Какое сильное чувство⁴⁹ внутреннего удовлетворения должно понуждать птицу, полную энергии, день за днем высидывать яйца», – писал он в «Происхождении человека». Забудьте про голод, который она испытывает, про тревогу из-за количества ртов, которые ей придется кормить, про хищников, от которых нужно отбиваться. Забудьте про вызванное бесконечной неподвижностью ощущение слабости в том месте, где крыло соединяется с телом.

За долгую историю идеализирования материнства мысль о том, что самоотречение и нежность, которых ребенок требует от взрослых, встроены в биологию женщин – и только женщин – относительно нова. Ее пестовали мужчины, которые укореняли образ матери такой, какой она должна быть, отводя всеобщее внимание от того, какой она является на самом деле. Они еще называли это наукой. Сегодня мы обладаем более широким, более великодушным пониманием того, что значит быть родителем и кто способен играть эту роль, однако идея, что материнский инстинкт – это научный факт, разрослась и пустила корни повсюду. И это невзирая на все старания феминисток опровергнуть подобные убеждения с того самого момента, когда их стали обсуждать в обществе. Наследие идеи материнского инстинкта продолжает формировать политические и личностные взгляды на то,

⁴⁹ Charles Darwin, *The Descent of Man, and Selection in Relation to Sex* (repr., London: Penguin Classics, 2004), 128. (Дарвин Ч. «Происхождение видов и половой отбор». Прим. пер.)

что матери делают и что чувствуют. Что им следует делать и что следует чувствовать. Оно диктует также, как должен действовать всякий человек, вовлеченный в воспитание ребенка (включая тех, кто его не вынашивал), оно формирует мотивацию людей, создающих законопроекты, которые, в свою очередь, влияют на молодые семьи.

Нередко в некоторых частностях мы воспринимаем материнский инстинкт как пережиток прошлого, однако отринуть его целиком трудно. Мы видим подтверждение ему в той сильной любви, которую матери испытывают к своим детям, в желании наводить уют, когда близятся роды. Поколение за поколением матери заботились о детях. Нечто подталкивает их делать это. Если не присущий женщине инстинкт, тогда что? Идея материнского инстинкта удобна. Она романтична и полна умиротворения, она обещает любовь с первого взгляда и уверенность в естественном ходе вещей, а это успокаивает перед лицом неизвестности. Даже мысль о том, что это врожденное стремление может подорвать женщину, оставив ей лишь «мамский мозг», кажется неприятной, но правдой.

Именно так теория материнского инстинкта и призвана работать: использовать трудные эмоции женщины, связанные с собой, детьми и обществом, чтобы заставить ее соответствовать определенной модели. Это классический случай дезинформации. Идея, наделенная иллюзией правдоподобности, повторяется снова и снова, несмотря на очевид-

ность обратного, пока вера в нее не становится автоматической. Чтобы понять, насколько важно переписать историю о становлении матерью, понять, насколько фундаментально и необходимо изучение родительского мозга, нужно осознать, как сильно укоренились в нас старые представления – глубоко ошибочные, основа которых лежит не в науке, а в предубеждениях.

* * *

Может показаться, будто матерей почитали все то время, что человечество воспроизводит потомство: мать – королева дома, хранительница семейного очага, создательница печенья с шоколадной крошкой. Но так было не всегда. Большую часть истории, о которой мы имеем представление, социальный статус матери повышался и понижался в зависимости от того, каким методом – кнутом или пряником – власть имущие предпочитали регулировать роль женщины. В некоторых сообществах матерей запирали в домах, не приветствовали их появление в общественных местах и участие в политике, в то время как в других считали воплощением лучших черт человеческой природы. В книге *The Myths of Motherhood: How Culture Reinvents the Good Mother* («Мифы о материнстве: как культура заново формирует образ хорошей матери») психолог Шари Тюрер отметила, как утробу поочередно то превозносили в качестве источника плодови-

тости и обновления, то низводили до простого сосуда для отцовских наследников и считали причиной истерии. Кормление грудью представляли то как источник женской силы, то как задачу, которую те, кто мог себе это позволить, предпочитали перепоручить кормилице – выбирал ее и оплачивал ее услуги отец ребенка, чтобы мать могла либо снова зачать, либо вернуться к своим светским обязанностям. Материнская любовь как таковая воспринималась либо как удушливая и вредоносная, либо как чистая и святая.

Современные взгляды на материнство сформировались образами двух женщин. Одна из них – Ева⁵⁰, первая женщина, созданная из ребра Адама и съевшая запретный плод, тем самым она навлекла страдания на всех будущих представителей человечества. Вторая – Дева Мария, невольная участница великого чуда, ставшая наиболее добродетельным символом материнства из существующих; при этом ее собственная жизнь и ее поступки полностью подчинялись величю ее материнской любви. Меня воспитали в духе католицизма, и я часто задаюсь вопросом, что было бы, если бы в Библии Марии отвели место для ее собственной точки зре-

⁵⁰ Carol Meyers, *Rediscovering Eve: Ancient Israelite Women in Context* (Oxford and New York: Oxford University Press, 2012), 63–65. Большой части современных представлений касательно истории Евы (например, что она была соблазнительницей, обманувшей Адама, и что ее поступки привели к «падению» человечества) в действительности нет в Книге Бытия – все это пришло из более поздних текстов-интерпретаций. Подобные разночтения «сами по себе стали каноническими» – с серьезными последствиями, пишет Майерс.

ния. Как изменилась бы религия, какова была бы расстановка сил – в моей семье и мировой истории в целом?

Для многих женщин Дева Мария является источником уверенности, наставником в материнстве. Однако история Марии – недостижимого идеала добродетели – вкупе с историей Евы – образа извечной подчиненности – создала нравственную модель материнства, которая лишает воздуха и не прощает ошибок. Эта модель сделала женщин собственностью их мужей и лишила элементарных прав. Она же позволила подвергать женщину бичеванию и обвинению в ведьмовстве, если та не могла иметь детей, или обрекала на жизнь, сплошь состоящую из беременностей и грудного вскармливания, если женщина была плодовита. Она связывала судьбу женщины – в этом мире и в загробном – с ее репродуктивными возможностями и тем, насколько женщина соответствовала недостижимому идеалу.

Между тем в разные времена и в разных культурах религиозный статус матери не был целиком самоограничительным. От древнего Израиля⁵¹ до первых американских колоний женщины воспринимали свои трудности, связанные с беременностями и воспитанием детей, как судьбу, божественное предначертание. Однако напрасно женщин идентифицировали столь однозначно, столь узко. Дом в то вре-

⁵¹ Laurel Thatcher Ulrich, *Good Wives: Image and Reality in the Lives of Women in Northern New England, 1650–1750*, reissue ed. (New York: Vintage, 1991), 239; Meyers, *Rediscovering Eve*, 121–25.

мя был местом и для производства, которое позволяло семье зарабатывать деньги, и для политики, и для обучения, и для религиозной деятельности. Будучи хранительницами очага, женщины выходили далеко за рамки исключительно материнских обязанностей.

У белых женщин⁵² в колониальной Америке было слишком много детей. Женщинам и их семьям постоянно угрожали болезни и голод, так что мать не могла целенаправленно заботиться о ком-то одном. «Материнство подразумевало скорее обширную ответственность за целый комплект детей, нежели сосредоточенное посвящение себя конкретному ребенку», – писала обладательница Пулицеровской премии, историк Лорел Тэтчер Ульрих в своей книге *Good Wives: Image and Reality in the Lives of Women in Northern New England, 1650–1750* («Хорошие жены: образ и реальность в жизни женщин на севере Новой Англии в 1650–1750-е годы»). Материнство было «скорее экстенсивным, чем интенсивным». К тому же приходилось заниматься другими важными делами: готовить хлеб, сыр и пиво, ухаживать за садом, поддерживать огонь для готовки и обогрева, присматривать за слугами и помогать соседям, когда у тех рождался ребенок или нагрянут тяжелые времена. Женщины давали советы своим мужьям⁵³ по части политики и участвовали в типично мужской работе в качестве «мужезаместителей»

⁵² Ulrich, *Good Wives*, 157.

⁵³ Ulrich, *Good Wives*, 238–40.

или подручных в деловых вопросах, что вкупе, как писала Ульрих, наделяло их властью, которую историки часто недооценивали.

Конечно, история материнства не линейна. Пока белые «мужезаместители» разводили огонь, другие женщины, живущие на земле, ставшей Соединенными Штатами, испытывали на себе нравственные принципы, применяемые к их опыту материнства, совершенно иначе.

Среди коренных жителей⁵⁴ Северной Америки роль матери разнилась до такой степени, что ей невозможно дать простого определения, однако зачастую она ассоциировалась с властью и признанием, а материнское тело считалось синонимом созидания (когда-то такое благоговение испытывали все ранние человеческие сообщества на земле). Начнем с того, что многие аборигены не рассматривали половую принадлежность как нечто устойчивое и категорическое – и многие не делают этого до сих пор, – следовательно, гендерные роли были в целом более гибкими и имели равную ценность. Некоторые выбирали своего вожака среди матерей племени, писала в своем эссе *Giving Life to the People* («Подарить людям жизнь») Ким Андерсон, изучающая быт коренных жителей. Когда белые христианские колонизаторы захотели избавиться от местного населения или ассимили-

⁵⁴ Kim Anderson, *Giving Life to the People: An Indigenous Ideology of Motherhood*, in *Maternal Theory: Essential Readings*, ed. Andrea O'Reilly (Bradford, Canada: Demeter Press, 2007), 761–81.

ровать его, они целились в семьи. Детей забирали у родителей и отправляли в закрытые школы, где девочек учили навыкам ведения домашнего хозяйства, а мальчиков – работе на ферме и торговле. Этот процесс, включая насильное отделение от семьи, осуществляли в основном белые женщины⁵⁵. Многие из тех детей так и не вернулись⁵⁶. Женщин лишили их ореола духовных лидеров. Традиционные ритуалы, воспевающие материнство, ушли в тень. «“Бог-отец” взял верх над “матерью-созидательницей”», – писала Андерсон.

Чернокожим женщинам, ставшим рабынями⁵⁷ в колониях и молодой Америке, не давали передышки от тяжелого труда после рождения детей. Кроме того, положение усугублялось тем, что они часто рожали от своих порабощателей и насильников, а затем наблюдали, как их детей продают или вынуж-

⁵⁵ Margaret D. Jacobs, *Maternal Colonialism: White Women and Indigenous Child Removal in the American West and Australia, 1880–1940*, *Western Historical Quarterly* 36, № 4 (Winter 2005): 453–76, <https://doi.org/10.2307/25443236>.

⁵⁶ Amanda Coletta and Michael E. Miller, *Hundreds of Graves Found at Former Residential School for Indigenous Children in Canada*, *Washington Post*, June 24, 2021, <https://www.washingtonpost.com/world/2021/06/23/canada-cowessess-residential-school-graves/>; Brad Brooks, *Native Americans Decry Unmarked Graves, Untold History of Boarding Schools*, *Reuters*, June 22, 2021, <https://www.reuters.com/world/us/native-americans-decry-unmarked-graves-untold-history-boarding-schools-2021-06-22/>.

⁵⁷ Marie Jenkins Schwartz, *Birthing a Slave: Motherhood and Medicine in the Antebellum South* (Cambridge, MA: Harvard University Press, 2006), 13–31; Angela Y. Davis, *Women, Race & Class* (New York: Random House, 1981), 15. (Книга Анджелы Дэвис издавалась на русском языке под названием «Женщины, раса, класс». Прим. ред.).

дают работать наравне с матерью под страхом наказания розгами. К ним относились как к «племенному скоту» и продавали как коров. Это было особенно характерно для 1820-х годов и периода после них, когда производство хлопка на юге распространилось западнее, частично для того, чтобы обеспечить развивающуюся текстильную промышленность Новой Англии. К тому моменту конгресс уже запретил участие США в международной работорговле, поэтому имеющиеся рабыни были единственным средством для увеличения масштабов рабочей силы, и женщина, показавшая себя плодотворной матерью, ценилась на аукционе гораздо выше прочих. Тем не менее в рамках своих семей матери оставались создательницами домашней жизни, которую они часто строили наравне с мужчинами, писала Анджела Дэвис в книге «Женщины, раса, класс». В противовес окружению, призванному превратить их во второсортное стадо рабочих единиц, писала Дэвис, они создавали большие семьи, поддерживали традиции и организовывали восстания.

С конца восемнадцатого и весь девятнадцатый век два значимых события влияли на идеал материнства, существовавший среди белого населения в Северной Америке и Европе. И это влияние вызвало далеко идущие последствия для всех матерей. Одно из этих событий было спровоцировано Дарвином. Но до того грянула промышленная революция. Она изменила суть домашнего уклада⁵⁸ и тем самым чрезвычай-

⁵⁸ Meyers, *Rediscovering Eve*, 52, 121; Elinor Accampo, *Blessed Motherhood*,

чайню повлияла на роль женщины. Индустриальная экономика погнала людей с ферм на фабрики. Она отделила работу от дома, общественную жизнь от частной. Дом уже не был местом экономического производства, он стал местом потребления. Дом стал священным⁵⁹, «местом, “где пребывает душа”, а также, в своем высшем проявлении, очагом близости, умиротворения, непосредственности и незыблемой преданности людям и принципам за рамками своей самости», писала Тюрер. Важность этого места росла по мере того, как капитализм направлял работу⁶⁰ и политику на достижение личного первенства и создавал карьерную лестницу для человека, «который сделал себя сам». Семья рассматривалась как опора для такого рода саморазвития. «Та обстановка, в которой преобладали взаимная связь, неподвластная вычислениям обоюдность и обмен подарками, место, где люди учились сдерживать свои честолюбивые общественные устремления и соревновательность с учетом частных интересов членов семьи», – писала историк Стефани Кунц в книге *The Way We Never Were: American Families and the Nostalgia Trap* («Какими мы никогда не были: амери-

Bitter Fruit: Nelly Roussel and the Politics of Female Pain in Third Republic France (Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2006), 3; Shari L. Thurer, *The Myths of Motherhood: How Culture Reinvents the Good Mother* (Boston: Houghton Mifflin Harcourt, 1994), 183.

⁵⁹ Thurer, *Myths of Motherhood*, 184.

⁶⁰ Stephanie Coontz, *The Way We Never Were: American Families and the Nostalgia Trap* (New York: Basic Books, 1992), 52–53.

канские семьи и западня ностальгии»). Женщина защищала это убежище от всего, что могло пойти не так во внешнем мире. Ее нравственный долг стал значимее, в то время как роль в обществе стала незаметной.

Эпоха Просвещения⁶¹ и гендерная дифференциация, к которой она привела, уже заложили фундамент подобного разделения сфер влияния. Детей впервые начали считать детьми, а не уменьшенной копией взрослых, и они вдруг стали полны не первородного греха, а потенциальной добродетели. Им требовались любовь и забота, к которым женщины, как было принято думать, склонны от природы. Мужчины и женщины были различны. Женщины – источник нравственности и стабильности, связанной с предсказуемым циклом способности к зачатию. Материнство считалось центром их существования. Отклонение от этой роли⁶² воспринималось как нарушение естественного хода вещей. Так что мужчины ходили на работу, чтобы получать деньги на покупку товаров, которыми когда-то они обменивались или которые раньше производили вместе со своими женами. А женщины оставались дома.

Многие, правда, этого не делали. Заинтересованные в стабильной зарплате и привлеченные возможностью поддержи-

⁶¹ Thurer, *Myths of Motherhood*, 195–98; Kimberly A. Hamlin, *From Eve to Evolution: Darwin, Science, and Women's Rights in Gilded Age America*, reprint ed. (Chicago: University of Chicago Press, 2015), 6–7.

⁶² Accampo, *Blessed Motherhood, Bitter Fruit*, 3.

вать свои семьи, молодые свободные женщины отправлялись работать в города, где росло число фабрик. Замужние тоже шли работать, хотя историки часто упускают и умаляют их вклад в общую рабочую силу. Внимательное ознакомление⁶³ с данными переписи в Англии показало, что от одной трети до половины всех работающих женщин в Лондоне конца девятнадцатого века составляли замужние или вдовы, и схожие цифры были характерны для более удаленных от центра городов.

Отдельно экономист Клаудия Голдин⁶⁴ рассмотрела тенденции в сфере труда в семи южных городах США, которые быстро росли после официальной отмены рабства. Исследовательница обнаружила, что более трети замужних чернокожих женщин работали в 1880 году, – эта цифра примерно в пять раз больше, нежели среди замужних белых. Число работающих чернокожих матерей с маленькими детьми также было высоко, даже по сравнению с числом белых матерей, находившихся в том же материальном положении. Голдин относила это различие на счет множества факторов, включая тот, что для черных женщин зарабатывание денег было не постыдным, а необходимым занятием, подстраховкой на случай разного рода непредвиденных обстоятельств,

⁶³ Edward Higgs and Amanda Wilkinson, *Women, Occupations and Work in the Victorian Censuses Revisited*, *History Workshop Journal* 81, № 1 (1977): 87–108.

⁶⁴ Claudia Goldin, *Female Labor Force Participation: The Origin of Black and White Differences, 1870 and 1880*, *Journal of Economic History* 37, № 1 (1977): 87–108.

с которыми белым не приходилось сталкиваться. Например, с неравноправием в обеспечении жильем и с тем, что мужчины в семьях чернокожих женщин испытывали на рабочих местах еще большую дискриминацию, чем они сами.

Викторианское представление о женщине как о «домашнем ангеле»⁶⁵ для многих отнюдь не было реальностью. Ни в Лондоне тех времен, ни где бы то ни было еще. Кунц пишет, что в Соединенных Штатах семьи среднего класса значительную часть девятнадцатого века уделяли больше времени воспитанию детей, — в частности, потому, что могли позволить себе нанимать помощников, обычно молодых иммигрантов. Во всякой семье среднего класса⁶⁶

⁶⁵ Coventry Patmore, *The Angel in the House* (London: Cassel and Co, 1887).

⁶⁶ Coontz, *The Way We Never Were*, 11–12.

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.