

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	7
ВВЕДЕНИЕ	14
1. ДЕТСТВО, КОТОРОГО У ВАС НЕ БЫЛО	28
Опросник 5С	44

САМОДОВЕРИЕ

2. ДОВЕРИЕ К СЕБЕ И РЕБЕНКУ	53
Кризис доверия	56
Доверие к себе	60
Сказано — сделано	62
Доверяйте ребенку — и заслужите его доверие	65
Доверие в действии	74
Утраченное доверие	75

САМОУВАЖЕНИЕ

3. РЕБЕНОК — НЕ КОПИЯ РОДИТЕЛЕЙ	87
Ребенок как лидер	87
Видеть себя в ребенке	93
Самоуважение как вызов	104
Уважение без притворства	109

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

4. ЧЕМ ПЛОХА ГИПЕРОПЕКА	117
Основы формирования самостоятельности	123
Невмешательство (по возможности)	132

Плоды самостоятельности	143
Устаревшие родительские взгляды	148
5. ПРИВИВАЯ ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТЬ	153
Целеустремленность можно привить	164
Учимся давать отпор	168
Целеустремленность и благополучие	172

СОТРУДНИЧЕСТВО

6. СОТРУДНИЧЕСТВО ВМЕСТО ДИКТАТУРЫ	181
Работать с детьми, а не против них	191
Путь к сотрудничеству	194
Сотрудничество и дисциплина	201
Сотрудничество в реальном мире	208
7. ДЕЛА ВАЖНЕЕ СЛОВ	213
Пристальный взгляд	218
Я — не лучший пример для подражания.	
Мои дальнейшие действия? (Кстати, а кто тогда лучший?)	227
Гибкость в исполнении решений	229
Важнейший аспект родительского поведения	230

СЕРДЕЧНОСТЬ

8. СЕРДЕЧНОСТЬ ЗАРАЗИТЕЛЬНА	243
Прививая доброту	254
Сильнейшее проявление доброты	258
Когда добрым быть тяжело	261
9. НАУЧИТЬ НЕРАВНОДУШИЮ	271
Чувство долга	278
Служение не на словах, а на деле	289
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	298
БЛАГОДАРНОСТИ	306

ПРЕДИСЛОВИЕ

КОГДА МЫ УЗНАЛИ, ЧТО МАМА выпускает книгу, то решили, что именно нам, ее детям, следует написать предисловие о том, каково это, когда твоя мама — «мадам WOJ». WOJ — всего лишь ласковое прозвище, придуманное учениками нашей мамы десятилетия назад; но оно закрепилось и за ней, и за ее методикой, основанной на самоуважении, самодоверии, самостоятельности, сотрудничестве и сердечности — универсальных ценностях, о которых вам расскажет эта книга.

Наша жизнь полна сюрпризов, от карьеры в Google, YouTube, 23andMe и Медицинском центре Калифорнийского университета в Сан-Франциско до весьма нетривиальной задачи — вырастить собственных детей, а их у нас на троих аж девять. Во всякой судьбе есть черные и белые полосы, взлеты и падения, и способность человека приспособливаться и процветать в любой ситуации во многом зависит от его родителей.

Когда мама рассказала нам о книге, мы прошерстили свои дневники со времен начальной школы и до окончания вузов. Мама — журналист до мозга костей — считала полезным вести записи во всех поездках, особенно после переезда во Францию в 1980 году. Хотя в дневниках полным-полно дурацких рассказов о драках и плохом поведении, там раскрываются и важнейшие темы: самостоятельность, финансовая ответственность, готовность действовать, открытость, бесстрашие, умение ценить жизнь.

Одна из величайших радостей — осознание самостоятельности. Родители научили нас верить в себя, в свою способность принимать решения. Они доверяли нам и возлагали на нас большую ответственность с самого раннего детства. Мы ходили в школу пешком без сопровождения взрослых, катались по всей округе на великах, тусовались с друзьями и подругами. Мы росли уверенными в себе — и наши родители лишь укрепили эту уверенность, прислушиваясь к нашим взглядам и мыслям. Никогда ни мать ни отец не отмахивались от наших доводов лишь потому, что мы были детьми. Сколько бы нам ни было лет, родители всегда внимательно нас выслушивали; мы учились у них, а они — у нас. В результате мы умели отстаивать свою точку зрения, но в то же время прислушиваться и осознавать собственную неправоту.

В десятом классе Энн поговорила в нашем храме с одним из взрослых об отношениях между родителями и детьми — и ее собеседник был как минимум удивлен, ведь он заявлял, что дети должны слушать, а не говорить. Энн же пояснила: у нас в семье, хоть мы и спорили порой, родители всегда уважали наше мнение; от нас не отмахивались фразами вроде «Нет, ведь я твоя мама». Позже Энн напишет в своем дневнике, сколь благодарна родителям за то, что те не давили авторитетом. Конфликты в семье были редки. Ссоры случались, но до рукоприкладства никогда не доходило. И потому мы невероятно благодарны родителям за то, что уже в раннем детстве мы почувствовали самостоятельность.

А какая же самостоятельность без финансовой свободы? И речь тут не идет о больших деньгах, скорее об осторожном обращении со средствами, о тщательном взвешивании всех «за» и «против» при покупке той или иной вещи. Когда дело доходило до сбережений и трат, родители демонстрировали железную волю. Оба выросли в семьях иммигрантов и постоянно рассказывали о том, как легко люди тратят деньги на ненужные им вещи, а потом не могут купить необходимое. Тому, насколько важно уметь пользоваться деньгами,

жизнь учила их — и нас — каждый день. Мы порой ужинали в ресторанах и кафе, но не заказывали напитки или закуски. Отправляясь в магазины за продуктами, мы вырезали купоны и шерстили местные газеты на предмет скидок. Однажды мама принесла домой неоткрытую упаковку с едой из самолета, оставшуюся с последней командировки, и накрыла на стол. О, получился незабываемый ужин для Энн и ее маленьких подруг!

Уже в начальной школе мама показала нам таблицу для расчета сложных процентов на прибыль, и мы приняли решение экономить хотя бы пару тысяч долларов в год. Мы обзавелись кредитными картами и чековыми книжками еще до того, как научились водить машину, ведь мама прививала нам эту требующую серьезной дисциплины привычку — ежемесячно платить по кредитной карте и сводить баланс по чековым книжкам. Еще будучи детьми, мы с подачи родителей занялись чем-то вроде малого бизнеса: у соседа росло весьма плодоносное лимонное дерево, и мы торговали лимонами; за годы мы реализовали столько цитрусовых, что соседи стали называть нас «лимонницами». Сьюзен продавала «пряные веревки»; так она называла тесьму, в которую вплетала различные пряности, — ее вешали на кухне; уже в шестом классе Сьюзен зарабатывала сотни долларов. Это была ее идея, но мама покупала все необходимые ингредиенты и помогала Сьюзен в сбыте. Мы ходили по домам и торговали печеньем, испеченным девочками из скаутских отрядов, в огромных количествах. А когда становилось действительно скучно, мы упаковывали старые игрушки и пытались продать их соседям. Порой даже удавалось!

В нашей семье первоочередными статьями расходов были туризм и образование, на все остальное денег выделялось по минимуму. Скажем больше: отец носил одну пару сандалий в течение шестидесяти лет. В путешествиях мы останавливались в самой дешевой гостинице, причем всегда пользуясь скидочными купонами. Тратить деньги — значит совершить осознанный выбор. Мы никог-

да не были богатыми, однако благодаря грамотным финансовым решениям могли позволить себе все, чего нам хотелось.

Наша мама никогда не переносила дела на потом, никогда ни на что не жаловалась. Если что-то можно сделать сегодня, зачем откладывать на завтра? Она научила нас стирать белье, прибираться, пылесосить, разговаривать по телефону и делать зарядку одновременно, успевая все менее чем за час. Нам не встречалось более никого, кто мог бы похвастаться КПД как у нашей мамы. Благодаря ее наставлениям мы поняли, насколько легко на самом деле взять и сделать что-то, а не откладывать в долгий ящик; как прекрасны выходные, когда домашние задания выполнены в пятницу, а не портят настроение, пока не сядешь за них наконец в воскресенье.

Мамин подход был в первую очередь направлен на формирование навыков, иногда ей приходилось использовать метод пряника. Сьюзен до сих пор помнит свою дурную привычку грызть ногти. Мама пообещала подарить кролика за отказ от нее. Шесть недель Сьюзен старалась не грызть ногти (мама сказала, этого времени достаточно для избавления от дурных привычек), и мама купила... крысу: продавец зоомагазина убедил ее, что лучше держать крысу, чем кролика. На самом деле она тогда купила сразу трех крысят: Снежка, Полночь и Блестку.

Наша мама — настоящий экстраверт. Она действительно любит проводить время с разными людьми, с ней приятно и легко общаться, ведь она открыта, всегда готова узнать новое. Наша мама — предприниматель от природы; никакие новшества ей не чужды. Она успешно внедряла новейшие технологии в уроки и учебные планы по мере процветания и расширения влияния Силиконовой долины; наша мама любит инновации. Она все время учится чему-то у своих учеников и этим заслужила их доверие и уважение, ведь мама верит в их видение мира — и пожинает плоды такого подхода. Взрослые неохотно меняют привычки, и поэтому им трудно работать с подростками. А вот наша мама — сама уже «пенсионер-

ка»! — совсем другая, и ученики вьются стайкой вокруг нее. Они знают: она уважает учеников и будет поощрять их идеи и мысли, каким бы сумасбродством те ни казались. Порой кажется, она даже предпочитает безумные затеи!

Мама разменяла восьмой десяток, но она все еще полна сил и поражает нас, засиживаясь до полуночи со школьниками над их газетой. Одна из ее сильных сторон как учителя и родителя в том, что мадам Woj пытается понять ученика как личность и апеллирует к его интересам, чтобы удачно замотивировать, а не заставить заняться чем-либо. Когда кто-то из нас приходил домой и говорил: «Мне не нравится этот предмет», она всегда спрашивала нас: «Почему?» Всегда старалась разобраться в происходящем: нужен ли репетитор? Или мы не в ладах с учителем или другими учениками? Выслушав ответ, мама пыталась найти подходящее решение. Аналогичным образом она подходила к нашим хобби. Энн полюбила кататься на коньках — мама ее поддержала. Джанет сосредоточилась на африканистике, а Сьюзен — на искусстве; мама пришла на помощь и им. Она вдохновляла нас книгами, интересными статьями, беседами и уроками.

Мама всегда позволяла ученикам самостоятельно выбирать тему для школьной газеты и отстаивать свою точку зрения. Когда мы сегодня с ней обсуждаем вопросы воспитания детей, она напоминает нам: нельзя заставлять ребенка, нужно его мотивировать.

Хотелось бы еще рассказать, какая наша мама бесстрашная. Особенно если это касается справедливости. Она первой из присутствующих укажет на «голого короля». Мама не побоится выразить свое мнение, защитить слабого, нарушить статус-кво. Идеальные качества в контексте журналистики и свободы прессы. Джанет вспоминает: как-то мы стояли в очереди в магазине и нам попытались продать некачественный товар; конечно, мы попросили вызвать администратора, пригрозив в противном случае «подать заявление в Калифорнийское ведомство по защите прав потребителей».

Мама всегда говорила: «Если не высказаться или не пожаловаться, с кем-то еще произойдет то же самое». Еще одно воспоминание от Джанет: мама как-то поспорила с педиатром, собирающимся выписать антибиотики. «Они действительно нужны? Можно я сама загляну дочери в уши?»

Мама не боялась ни традиций, ни властей предрержащих. С другой стороны, порой было не очень приятно слушать, как она говорит учителям, родителям наших друзей, нашим парням и т. д. все, что думает. Никто из нас не может даже представить ситуацию, в которой мама постеснялась бы высказать свое мнение. Она не испытает угрызений совести, откровенно поговорив с министром образования о ситуации в образовательной системе. Только так можно научить молодежь следовать за мечтой или увлечением, не отступая и не страшась. Мы считаем, верность и увлеченность были заложены в нас мамой с ее твердым намерением никогда не сдаваться.

Наконец — и это, пожалуй, важнее всего, — мама научила нас любить жизнь. Она порой ведет себя как ребенок. Постоянно шутит. Редко придерживается формальностей. Мама привыкла ломать стереотипы. Она любит хорошо провести время. Вы знаете, как она познакомилась с нашим отцом? Она столкнулась с ним лоб в лоб, катаясь в картонной коробке по лестнице в общежитии в Беркли. Нас несколько раз выгоняли из ресторанов, потому что она (не ее дети! она!) вела себя плохо! В возрасте 75 лет мама узнала о существовании Forever 21¹ и решила одеваться там. Лет десять назад она позвонила Энн из Нью-Йорка, где гуляла в компании толпы своих старшекласников-журналистов, и сказала: «Энн! Мы тут нашли, где можно арендовать лимузин по акции, и теперь катаемся по городу, высунув головы наружу! В какой клуб пойти? Хотим танцевать!»

¹ Магазин молодежной одежды в Нью-Йорке. — Прим. ред.

Мама — настоящая искательница приключений и исследователь. Студенты любят ее за удачное сочетание серьезности и творческого характера. Она очень тщательно готовится к урокам журналистики, но ученики могут заниматься на велотренажерах, слушая ее наставления, — и ее это не смутит. Мы сидим и пишем предисловие, а мама только что выложила свои фотографии в костюме хот-дога, сделанные в сетевом супермаркете. Пусть мы и не покупаем одежду в Forever 21 (слишком уж молодежно для нас), но благодаря маме мы научились ко всему относиться положительно, находить моменты счастья каждый день.

Мы — три сестры — первые ласточки маминого подхода к воспитанию детей, но после нас были тысячи учеников, занимавшихся по ее курсу журналистики. Мы ездим по миру и везде встречаем людей, которые говорят: «А знаете, ваша мама реально изменила мою жизнь. Она верила в меня». Ее влияние не ограничивается учебной аудиторией. Нет, она продолжает формировать людей всю их жизнь. Мы гордимся матерью и хотим сказать ей: «Спасибо, мама, что воспитала нас!»

Сьюзен, Джанет и Энн Войджицки

ВВЕДЕНИЕ

ПЕДАГОГАМ И РОДИТЕЛЯМ Нобелевских премий не дают, а зря. Вырастить ребенка и воспитать его — что может быть важнее для общества? Воспитание формирует не только отдельную личность, но и весь социум.

У каждого родителя с его чадом связаны разные мечты и надежды. Все хотят, чтобы дети выросли здоровыми, счастливыми и успешными. И боятся примерно одного и того же: будет ли ребенок в безопасности? найдет ли он(а) себя и цель в жизни? сможет ли не заблудиться, не потеряться в мире, где изо дня в день усиливается конкуренция — и вражда? Я помню, как эти невысказанные, по большей части даже неосознанные страхи заполнили родильный зал, когда я взяла в руки старшую дочь. Я лежала на больничной койке, а Сьюзен — у меня на груди. Медсестра завернула ее в розовое одеяльце и надела на маленькую головку крошечную желтую вязаную шапочку. Стэн, мой муж, сидел рядом. Оба вымотались, но в то же время были на седьмом небе от счастья. Я полюбила дочь с первого взгляда, и во мне разгорелось первобытное желание защитить ребенка, обеспечить ему достойную жизнь, сделать все возможное, чтобы Сьюзен добилась успеха.

Однако вскоре восторг сменился вопросами и сомнениями. Я не знала, как правильно держать младенца на руках, как менять подгузники. Я ушла в декрет лишь за три недели до родов, потому времени на освоение этих премудростей у меня толком и не

было. Я и не знала наверняка, к чему мне нужно готовиться. Акушер-гинеколог посоветовала не беспокоиться лишней раз хотя бы в течение шести недель после родов. Друзья и коллеги дали множество противоречивых советов. Мне говорили, роды — это долго и мучительно, кормить грудью трудно и некомфортно, а бутылочки со смесью — лучший вариант. Я прочитала несколько книг по вопросам питания для взрослых (в то время о детской диете почти ничего не писали), купила кроватку, немного одежды, маленькую пластмассовую ванночку. И вот Сьюзен у меня на руках, волосы цвета персика взъерошены, и огромные голубые глаза словно говорят: все-то ты знаешь!

Когда я готовилась к выписке из роддома, меня охватило настоящее беспокойство. Дело было в 1968 году. В те времена в американских больницах мамочки лежали по три дня после родов. Нынче выписывают уже через два дня. Не знаю даже, как современные матери справляются. «Можно еще один денек полежать? — умоляла я медсестру, полная стыда и отчаяния одновременно. — Я ведь даже не знаю, как ухаживать за ребенком». На следующий день медсестра устроила мне ускоренный курс по уходу за младенцем, в том числе научила — слава богу! — менять подгузники. Это были даже не одноразовые подгузники, а скорее тканые пеленки на булавках. Медсестра меня предупредила: нужно всегда проверять, чтобы булавка была закрыта, иначе ребенок может уколется. Услышав плач Сьюзен, я в первую очередь проверяла булавки. Грудное вскармливание в те дни было не в моде, и все же я твердо решила кормить грудью, а потому медсестра показала, как правильно приложить малышку, поддерживая ее тельце предплечьем. Ребенок должен «вцепиться» как следует, ведь только так молоко попадает в рот. Добиться правильного положения, однако, не так уж просто; иногда я просто обрызгивала мою бедную дочурку с ног до головы. По плану кормить ее следовало раз в четыре часа, и я решила следовать графику, насколько смогу. «Еще не забывайте обнимать

ребенка», — посоветовала медсестра напоследок. А потом мы со Стэном остались без посторонней помощи.

Как и всякая мать, я в своей дочери видела надежду: на лучшую жизнь, на будущее, на то, что когда-то она изменит мир. Каждый из нас хочет для детей счастья, способностей и энтузиазма. Мы все желаем вырастить успешных детей, чья жизнь наполнена смыслом. Именно эти чувства переполняли меня, когда родилась Сьюзен, а потом и Джанет с Энн. Я знаю точно: я не одна; подобные чаяния посещают родителей во всем мире, независимо от их происхождения. Я уже долго работаю учителем — и порой моя работа весьма необычна; я езжу на педагогические конференции по всему миру. Встречаясь с министром образования Аргентины, ведущими мыслителями Китая или обеспокоенными родителями из Индии, могу сказать лишь одно: все хотят найти ключ к счастью и успеху детей, узнать, как природный дар ребенка поможет ему изменить мир к лучшему. К сожалению, точного ответа нет. Специалисты по воспитанию уделяют основное внимание таким важным аспектам, как здоровый сон, питание, построение отношений и формирование дисциплины, но при этом зачастую ограничиваются весьма узко направленными предписаниями. Родителям же нужны не только уроки по уходу и кормлению, пусть это и важно. В действительности же большинству из нас необходимо привить детям ценности и навыки, которые помогут им преуспеть во взрослой жизни. Мы постоянно сталкиваемся со значительными культурными переменами, в том числе обусловленными появлением новых технологий; порой технический прогресс в корне переламинает все наши представления о воспитании.

Как же нашим деткам найти себя в эпоху роботов и искусственного интеллекта? Преуспеют ли они по итогам технической революции? Эти страхи знакомы родителям по всему миру. Нас сбивает с толку бешеный ритм перемен, но мы хотим, чтобы дети не отста-

вали от прогресса. Семьям и школам приходится адаптироваться, а как это сделать? Никто не знает. И более того, мы и понятия не имеем, как сохранить важнейшие ценности и вырастить успешных детей.

Матерям свойственно сюсюкать с детьми, разговаривать неестественно тонким голоском и простыми словами. Это не про меня. Я поверила в дочерей, а они — в меня.

Я все это пережила, еще будучи молодой мамой. Проблемы, конечно, тогда были совсем другими, но поверьте, решать их все равно было непросто. Я, естественно, учитывала те крохи информации и советы, что мне удавалось найти, но по большей части полагалась на себя. Быть может, дело было в моей профессии (журналист, специализирующийся на расследованиях) или в недоверии к властям, уходящем корнями глубоко в детство, однако я была полна решимости во всем разобраться сама. Так у меня возникли собственные мысли насчет того, в чем именно нуждаются мои дети, и я придерживалась этого мнения независимо от взглядов других людей. Результат многим показался весьма своеобразным, а то и просто странным. Я с самого начала общалась с дочерьми так, словно они взрослые. Матерям свойственно сюсюкать с детьми, разговаривать неестественно тонким голоском и простыми словами. Это не про меня. Я поверила в дочерей, а они — в меня. Я никогда не подвергала их опасности, но и не мешала им наслаждаться жизнью со всеми ее радостями и горестями, идти на осознанные риски. Когда мы жили в Женеве, я отправляла Сьюзен и Джанет в магазинчик у дома за хлебом; пусть одной было пять лет, а второй — четыре года, они вполне могли купить хлеб самостоятельно. Я с самого начала уважала их индивидуальность.

Я тогда выдвинула теорию: важнейшие в жизни человека годы — младенчество и раннее детство, примерно до пяти лет, и пыталась научить дочерей как можно большему уже в этом возрасте. Мне хотелось в первую очередь вырастить самостоятельных детей, из которых потом получатся сильные, независимые взрослые. Я подумала: если они научатся думать и принимать разумные решения без моей помощи, то справятся с любыми проблемами на жизненном пути. Позже мои мысли подтвердятся многочисленными исследованиями, но тогда я об этом еще не знала. Я просто прислушивалась к интуиции, опираясь на свои ценности и опыт школьного учителя.

Странно осознавать, что ты — «знаменитая» мать, а фото твоей семьи красуется на обложках журналов. Я, конечно, не пытаюсь присвоить достижения дочерей, однако все три добились серьезных успехов. Сьюзен стала генеральным директором YouTube, Джанет — профессором педиатрии в Калифорнийском университете в Сан-Франциско, Энн — сооснователь и генеральный директор 23andMe¹. Дочери поднялись на верхнюю ступень карьерной лестницы в традиционно «мужских» профессиях с весьма серьезной конкуренцией благодаря верности увлечениям и привычке мыслить самостоятельно. Наблюдать, как мои дети странствуют по миру и преображают его, — это ли не лучшая награда? Особенно отратно наблюдать за тем, как они работают — а порой и конкурируют — с другими людьми; каждая пытается найти решение общих проблем, не заостряя внимание на своем статусе единственной женщины в коллективе. Ведь и я занималась подобным тридцать шесть лет своей карьеры преподавателя журналистики в старшей школе². У меня каждый семестр собирается поток примерно в шестьдесят

¹ Биотехнологическая компания, предоставляющая частным лицам информацию о предрасположенности к наследственным заболеваниям, а также другую информацию об их геноме. Название происходит от количества пар хромосом (23) в ядрах клеток здорового человека. — *Прим. ред.*

² Здесь и далее в соответствии с американской шкалой старшей школой именуются 9–12 классы общеобразовательной школы. — *Прим. перев.*

пять студентов, от десятиклассников до без пяти минут выпускников, и с самого начала я стараюсь относиться к ним как к профессиональным журналистам. Они работают в группах и сдают проекты строго в срок. Я помогаю по мере необходимости, но уже давно поняла, что лучший способ подготовить ученика к сложностям настоящей журналистики и взрослой жизни в целом — проектная работа в команде. Бывших учеников, добившихся успеха благодаря моему педагогическому подходу, уже насчитывается не одна тысяча; я до сих пор с ними переписываюсь на Facebook, даже с теми, кто выпустился еще в 80-х. Они многого достигли и стали удивительными людьми. Мне повезло быть учителем многих молодых талантов; среди них — первый главный редактор нашей студенческой газеты Крейг Вон, теперь работающий психологом в Детской клинике Стэнфорда; Гэди Эпштейн, медиаредактор журнала Economist; Джереми Лин, выпускник Гарварда и защитник команды Atlanta Hawks; Дженнифер Линден, профессор неврологии в Лондонском университетском колледже; Марк Берман, член законодательного собрания штата Калифорния от округа, в состав которого входит Пало-Альто; и Джеймс Франко — известный актер, писатель и режиссер, удостоившийся множества наград.

Я выпустила не одну сотню учеников, и все они говорили мне, как моя вера в них и ценности, вложенные мною, помогли им найти себя и стать собой. Мои дочери добились успеха в технологиях и здравоохранении, мой курс журналистики был признан на национальном и международном уровнях, и тогда люди заметили: я чем-то отличаюсь от остальных. Мой подход к воспитанию детей, мою преподавательскую методику отметили как возможное решение проблем XXI века и захотели узнать об этом больше. Родители постоянно просят совета, порой даже умоляют рассказать о стратегиях воспитания дочерей, чтобы добиться такого же успеха в отношении собственных детей. От учителей я слышу один и тот же вопрос: как