

Мне некогда!

Автор:

[Бриджид Шульте](#)

Мне некогда! В поисках свободного времени в эпоху всеобщего цейтнота

Бриджид Шульте

Эта книга – история исследований нашей сверхзанятости и безумного ритма жизни. Бриджид Шульте изучила рабочие места и семьи в разных уголках мира, побеседовала с неврологами и социологами и написала книгу, которая заставит вас всерьез задуматься о том, как вы тратите самый ценный и невозполняемый ресурс – время. Особенно книга важна для родителей.

На русском языке публикуется впервые.

Бриджид Шульте

Мне некогда! В поисках свободного времени в эпоху всеобщего цейтнота

Brigid Schulte

Overwhelmed

Work, Love and Play When No One Has the Time

Издано с разрешения автора и Brigid Schulte c/o The Ross Yoon Agency

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

© Brigid Schulte, 2014

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2015

* * *

Лайаму и Тессе, пусть ваши горизонты всегда будут ясными и широкими,

и Тому, всегда

Часть первая

Конфетти времени

Глава 1

Проверка временем

Время – душа этого мира.

Пифагор

Вторник. На часах чуть больше десяти утра. Я подъезжаю к Колледж-Парку в Мэриленде. Горит лампа проверки двигателя. Наклейка на лобовом стекле напоминает, что срок уплаты налога на машину давно прошел. Мобильный телефон, по которому я только что говорила с одним из учителей моих детей, провалился между сиденьями. И, судя по всему, я опоздала.

Со скрипом въезжаю на переполненную парковку Университета Мэриленда и поднимаюсь все выше, до тех пор, пока не нахожу место на верхнем ярусе. Ладони потеют. Дыхание учащается. Сердце бьется все сильнее, и к горлу подкатывает тошнота. Я перевожу рычаг коробки передач в положение «парковка», торопливо забираю карточку из паркомата и бегу вниз по лестнице.

Только позже, вспоминая этот безумный день, я ловлю себя на мысли, что небо тогда было насыщенного «осеннего» темно-голубого цвета, а листья уже покраснели. Но сейчас мне не до этого: гормоны стресса пульсируют вместе с кровью по всему телу, и все, что я вижу, – это узкий, вызывающий головокружение туннель. Потому что меня переполняет страх.

Больше года я избегала этого дня. Сегодня мне предстоит встреча с Джоном Робинсоном, социологом, который более половины столетия посвятил изучению того, как люди тратят самый ценный и невозобновляемый ресурс – время. Первым из социологов в США Робинсон стал собирать подробные дневники времени, подсчитывая, как среднестатистические люди час за часом проводят среднестатистические дни, и публиковать научные труды, посвященные выводам о том, как мы проживаем свои жизни. За его новаторскую работу коллеги прозвали Джона Робинсона «папа Время». И вот папа Время уговорил меня завести собственный дневник.

Он сказал, что его исследование доказывает, что у меня – женщины, которая буквально разрывается на части между напряженной работой штатного корреспондента The Washington Post и образом заботливой матери, приносящей в детский сад индейку на День благодарения и одновременно готовящей слайды для показа в пятом классе, есть тридцать часов свободного времени в моей обычной неделе.

Сегодня он разберет мой ежедневный тайминг до мельчайших подробностей и покажет, где находится все свободное время. Я чувствую себя жуком, приколотым к бумажке, который уже готов к тому, что его скоро препарируют и увидят все внутренние проблемы.

Моя жизнь рассеяна, разбита на мелкие куски, и все это изматывает до предела. Я всегда берусь за несколько занятий одновременно и чувствую, что ничего не могу сделать достаточно хорошо. Я всегда и везде опаздываю, стараясь в спешке успеть одно, другое, третье дело до того, как захлопну за собой дверь. Целые часы испаряются из моей жизни, пока я стараюсь сделать то, что мне нужно. Но как только я заканчиваю что-нибудь, спросите меня, зачем я это сделала или почему это казалось мне таким важным, – я не смогу найти ответ. Я чувствую себя Черной Королевой из «Алисы в Зазеркалье»: бегу со всех ног и никуда не могу добежать. А сплю при этом обычно всего лишь по четыре-пять часов. Знаете, это похоже на сон, который я вижу время от времени: будто я бегу марафон в лыжных ботинках.

К тому же с того момента, как родились мои дети, я не припомню, чтобы у меня когда-либо был обычный день.

Однажды утром сын показал на мне прием тхэквондо, когда я пришла его разбудить. Он пнул меня так, что я пролила кофе на книги, стоявшие в его книжном шкафу. Я стала быстро вытирать страницы, чтобы они не слиплись и вся библиотека не пропала. Конечно, из-за этого я опоздала на работу и мои планы пошли прахом. У моей сестры Мэри тоже бывают похожие дни. Она называет их бестолковыми.

Был еще день, когда мой муж Том опять был за границей, и я опоздала в школу на родительское собрание, на котором хотела обсудить с учителями, почему у нашего десятилетнего сына, который знает о Второй мировой войне больше, чем я когда-либо узнаю сама, настолько плохая успеваемость в пятом классе. Мне пришлось взять с собой нашу второклассницу в пижаме и тапочках, потому что она была больна и сидела дома. Во время встречи я нервно поглядывала на часы, поскольку мне нужно было срочно закончить тяжелый репортаж о студенте-выпускнике, которому отрубили голову в кафе.

А еще помню случай, когда работа так меня довела, что в ответ дочери, которая просто спросила меня, смогу ли я поехать с ней на экскурсию за город, я резко сказала: «Нет!» Я заявила ей, что мы уже раньше ездили вместе и я не могу ездить с ней на каждую экскурсию. Ее большие серо-голубые глаза стали наполняться слезами. Мне перестало хватать воздуха. И я спросила себя: «А ты вспомнишь в конце своей жизни, какое у тебя было задание по работе в этот день? Да-да, то самое задание, которое ты сейчас считаешь таким срочным и

важным. Или ты вспомнишь чудесный день на природе, проведенный с дочкой, которая мучается необъяснимыми болями в желудке, у которой и так отношения с другими детьми не очень складываются после того, как ее лучшая подруга переехала, и которая хочет больше времени проводить с тобой?» И мы поехали вместе. Я провела с дочкой три часа на природе, иногда заглядывая в смартфон с чувством вины. А вернувшись домой и уложив ее спать, просидела еще четыре часа за работой.

Я пекла пирожные-валентинки до двух часов ночи, а потом до четырех утра писала статьи: все спали, ничто меня не отвлекало, и время не разлеталось на мелкие кусочки, давая мне возможность сконцентрироваться на работе. Я вспомнила, в каких условиях мне приходилось брать интервью: сидя на полу в коридоре детской стоматологии, в учительском туалете во время школьных праздников, в машине между уроками, на траве стадиона, быстро отключая микрофон на своем телефоне после каждого ответа, чтобы в трубке не были слышны крики на футбольной площадке.

Мой список дел никак не заканчивается. На протяжении двадцати лет я веду семейный бюджет. Корзина белья для стирки стала такой огромной, что можно запросто сделать из нее бассейн для дочки.

На работе я вечно занята тем, что договариваюсь с другими родителями, кто повезет детей на балет или в музыкальный кружок. Дома я постоянно читаю электронную почту, пишу ответы, планирую интервью и готовлю материал для статей. Все время отвечаю: «Я сейчас!» Слышу, как моя дочка качает куклу и, подражая мне, говорит: «Дай мне еще минутку!» А потом она клеит мне на лоб желтые стикеры, пока я сижу за компьютером, чтобы напомнить, что я должна подняться к ней в комнату и рассказать сказку на ночь.

Мои коллеги из редакционного отдела могут рассказать о каждом дедлайне, который я сорвала. Мой сын Лайам однажды перечислил мне все школьные мероприятия и концерты, в которых он принимал участие и на которые я не пришла. Да что там говорить, если я даже нашему коту Максиму не могу уделить ни минутки. Я спросила продавцов в зоомагазине, что нужно сделать, чтобы он перестал царапать когтями ковры. И знаете, что мне ответили?

– Он думает о том, что вы его мама. Он таким образом показывает вам, что ему нужно больше внимания, – сказала продавщица. – Неужели вы не можете найти время и играть с ним каждый день?

– Может быть, лучше просто облить его водой?

Ночью я часто просыпаюсь в панике по поводу тех вещей, которые мне нужно сделать или которые я не успела сделать. Я беспокоюсь, что на том свете я осознаю, что вся моя жизнь утонула в безумном потоке ежедневной рутины. Однажды моя сестра Клэр сказала, что в момент улыбки наш мозг выделяет какое-то вещество, которое помогает успокоиться. Я попробовала улыбаться. В четыре утра. В кровати. В темноте.

Это не помогло.

В принципе, я знаю: кто мы такие, зависит от того, как мы проводим свое время, неважно, десять минут или час. Не зря ведь на машинах делают надписи вроде «это моя жизнь, и она у меня одна». Древние римляне говорили «время летит». Буддисты учат пользоваться моментом. Каждое утро я просыпаюсь с благими намерениями: хорошо выполнить редакционное задание, провести больше времени с детьми, как можно меньше есть смеси из сухофруктов и орехов, перестать трогаться с места, забыв кошелек на крыше машины... Но кто-нибудь из детей обязательно сделает что-то не так, заболеет няня, протечет кран на кухне, что-нибудь не сложится с новой статьей – и все опять будет по-старому.

Я быстрым шагом иду по кампусу Университета Мэриленда. Такое ощущение, будто наступил Судный день. Я очень надеюсь, что все эти записи обрывков моего времени приведут к хорошему результату и смогут изменить мою жизнь к лучшему. Но чем ближе я подхожу к зданию, в котором работает Робинсон, тем больше чувствую страх, что беспорядок, который я обычно прячу за красивым фасадом с помощью дружеских улыбок и профессионального вида, выльется наружу.

– Простите за опоздание, – говорю я, задыхаясь.

Робинсон только пожимает плечами в ответ. Он, и скоро я это пойму, не слишком привязывается к тому, что показывают часы. Ему семьдесят четыре года. Высокий, худой и немного сутулый, он одет в брюки цвета хаки, ярко-желтую рубашку-поло и удобные ботинки. Его длинные растрепанные седые волосы зачесаны под битлов. Робинсон заводит меня в конференц-зал и говорит, что так будет лучше, чем сидеть в его кабинете (скоро я пойму, почему это так).

Мы садимся. Я достаю из рюкзака две маленькие черные записные книжки, исписанные неразборчивым почерком. Робинсон полтора года назад уговорил меня подробно записывать, как я трачу свое время. Я тогда участвовала в эксперименте The Washington Post. Была поставлена задача создать внутреннюю рабочую группу, чтобы выяснить, почему так мало женщин читают газеты. Как пошутил один редактор-мужчина: «Может быть, нанять им всем нянь?» Но проблема на самом деле нешуточная: раньше женщины составляли самый преданный круг подписчиков газет. Сегодня же, кажется, только у женщин пенсионного возраста есть время для этого. Мы поговорили с представительницами прекрасного пола от восемнадцати до сорока девяти лет и услышали ответы, подобные следующему: «Я обычно читаю газету в полночь, перед сном. У меня нет времени на чтение по утрам. Я выполняю всю работу по дому. Я оплачиваю счета, выношу мусор. В машине у меня целая химчистка. Так что по утрам, когда муж читает газету, я нахожусь в постоянном движении: отвожу дочерей в школу и сама готовлюсь к работе. Мужчины же на все смотрят иначе. Они могут спокойно читать газету, когда вокруг них вырастает гора грязного белья. А я – нет».

Одна из женщин призналась, что отменила подписку, когда гора непрочитанных газет слишком явно напоминала, что у нее скопилась куча дел, которые она не успевала вовремя выполнить: «Эти газеты стали еще одной причиной, почему я начала чувствовать себя хуже».

Большинство женщин в нашей редакционной внутренней рабочей группе воспитывают детей или ухаживают за престарелыми родственниками. Мы с трудом урываем кусочек свободного времени, чтобы прочитать газету, которую сами и делаем. Скоро нам стало понятно, почему маркетологи называют нашу демографическую группу «семьи, живущие в бешеном ритме». Моей задачей было собрать данные об использовании времени, чтобы показать, насколько женщины, а особенно матери, заняты и насколько им не хватает этого ресурса. Не зная, с чего начать, я набрала в поисковике запрос «нехватка времени у женщин». В ответ он выдал имя Джона Робинсона.

Я набрала его номер и сказала, что, по нашему мнению, женщины испытывают колоссальную нехватку времени, чтобы прочитать свежую газету.

– Ерунда, – прервал меня Робинсон. И продолжил: – У женщин есть время. У них есть как минимум тридцать часов свободного времени в неделю. Не так много, как у мужчин, конечно, но все же намного больше, чем в шестидесятые годы. И

это несмотря на то, что женщины стали больше работать вне дома[1 - Brigid Schulte. The Test of Time: A Busy Working Mother Tries to Figure Out Where All Her Time Is Going // Washington Post, January 17, 2010.][1 - Примечания, не заключенные в квадратные скобки, – авторские библиографические примечания.].

Я прищурилась. Ничего не скажешь, жестко ответил. Как будто гвоздь в стену забил.

Я постаралась быстро вспомнить все, что могла, из прошедшей недели. Я не ложилась спать черт знает до какого часа, помогая сыну доделать домашнее задание. Я взяла отгул за работу в выходные, но, вместо того чтобы заниматься заполнением налоговой декларации, провела время за чисткой плиты и разговором с техподдержкой в попытке выяснить, почему все иконки на экране компьютера превратились в вопросительные знаки. Единственное, что я с натяжкой смогла назвать свободным временем, было наше традиционное пятничное посещение пиццерии и кинотеатра, час пятнадцать в зале для йоги в субботу с утра и семейный ужин с детьми у друзей. Да, еще каждый вечер я находила по несколько минут для того, чтобы почитать книгу, не останавливаясь на одном и том же абзаце. Но тридцать часов?

– Не знаю, о чем вы говорите, – я даже повысила голос, – но почему-то у меня нет тридцати часов свободного времени в неделю!

– А я утверждаю, что есть, – ответил Робинсон. – Давайте мы вместе исследуем, как вы его тратите, и я вам покажу, где находится все ваше свободное время.

Я отложила наше общение с ним на несколько месяцев. Часть меня хотела доказать Робинсону его неправоту. Некоторые дни я была настолько загруженной, что едва могла дышать. Но, честно сказать, я испытывала больше страх, чем гнев. А если папа Время окажется прав? Если я и правда расточительно отношусь к своему времени? Не пользуюсь тем ценным моментом, о котором говорят буддисты. Трачу впустую свою «единственную жизнь». Если у меня на самом деле есть эти тридцать часов, но я просто слишком напряжена, неорганизована, нервничаю или со мной происходит что-нибудь, что мешает мне это заметить?

Честно скажу, я никогда не дружила со временем. Подруга однажды взяла мои часы, когда мы после окончания колледжа путешествовали по Азии, и специально установила стрелки на десять минут вперед, чтобы мы не опоздали на поезд. А когда я поспешно дописывала семь курсовых работ перед экзаменами, мой приятель только качал головой: «Ты, моя дорогая, тратишь свое время так, как будто у тебя на него скидка». Ребенком я постоянно выбегала из дома с обувью и зубной щеткой в руках, чтобы не опоздать в школу или церковь.

Начав работать и родив детей, я стала успевать еще меньше. Я удивлялась: что со мной не так? Может быть, другие люди просто более организованны, лучше концентрируются на важных вещах, более ответственно относятся к тому, чтобы делать карьеру, быть хорошими родителями, успевать со стиркой, и живут счастливо, пользуясь своим свободным временем, которое у них есть в изобилии?

Я спросила друзей. Те спросили своих друзей. Я интересовалась этим вопросом на форумах и в социальных сетях: «Ищу мамочек со свободным временем». Мне писали в ответ: «Если вы найдете такую, я бы поместила ее в музей, где-нибудь рядом со снежным человеком, единорогом, русалкой и честным политиком. Думаю, что свободное время есть только у тех мамочек, которые могут позволить себе прислугу. Мне удастся проводить пять часов в неделю в спортзале, но не думаю, что это свободное время. Просто это получается дешевле, чем ходить к психотерапевту».

Одна моя подруга насчитала пятнадцать часов свободного времени в неделю. Другая, работающая психотерапевтом в Нью-Йорке, с грудным ребенком и умирающей свекровью на руках, не стала даже пытаться делать такие расчеты. Она написала по электронной почте: «О свободном времени у женщин лучше знают мормоны или в гареме. Я так устала, что даже писать тяжело». А подруга Марсия напомнила мне, что наши мужья регулярно встречаются на пивных тусовках, а все наши попытки организовать «вечеринку мамочек» не увенчались успехом. Все были заняты. Она рассказала, что если даже ей иногда удастся посидеть где-нибудь с подругами, то домашние одолевают звонками с вопросами, что им нужно делать или где находятся какие-нибудь вещи.

«Я чувствую, что я все время на ногах. Некогда присесть, кроме как пока еду в машине», – сказала мне мать двоих детей, которая недавно уволилась из адвокатской конторы.

Другая мама сказала мне: «Если бы у меня появилось хотя бы немного свободного времени, я бы сразу задала себе вопрос: “А ничего ли я не забыла сделать?” Ну не могу я просто так сидеть и отдыхать. Мне нужно что-то делать, потому что я всегда чем-то занята».

Я прочла, что некоторые социологи считают, будто жалобы на нехватку времени на самом деле всего лишь нытье молодых избалованных яппи. Тогда я попросила подругу, работающую с семьями иммигрантов с низкими доходами, устроить мне встречу с ними на одном из их ежемесячных вечерних собраний. Группа из почти пятидесяти человек собралась в кафетерии местной школы. Я интервьюировала членов сообщества иммигрантов, переходя от стола к столу, и они рассказывали мне, как им приходится совмещать по две-три низкооплачиваемые работы, чтобы платить за аренду. Они живут в квартирах по две, а иногда и три семьи. Они не могут позволить себе нанимать нянь, поэтому их детей постоянно нянчат то бабушки, то соседи. Чьи-то дети сидят целыми днями перед телевизором, а иногда родители берут их с собой на работу. Родители беспокоятся из-за невыполненных домашних заданий, но не могут даже подумать о том, чтобы попросить отгул и посидеть с больным ребенком или пойти на родительское собрание в школу. Встав перед группой, я спросила, есть ли здесь те, у кого постоянно скапливаются дела в таком объеме, что невозможно успеть сделать все, что нужно. Все подняли руки. Потом я спросила, бывает ли у них время для отдыха или просто свободное время. Воцарилась тишина. Одна из женщин сказала мне по-испански: «Наверное, когда я в церкви. Или когда сплю».

И чем больше я стала задумываться о проблеме свободного времени, тем больше стала осознавать, что убегаю от нее, как будто я жду какого-то переломного момента: если бы я только смогла убрать все сорняки с газона, постричь этот надоедливый бамбук, заточить карандаши, сделать задания по математике, убрать все игрушки, ракушки, камни, амулеты из акульих зубов и одежду в детские шкафы, купить больше еды коту, починить кофеварку, закончить статью, оплатить счета, заполнить все документы, сделать все звонки и отправить подарок на свадьбу, которая была уже пять месяцев назад, вот тогда я спокойно села бы и почитала книгу. Это как если бы свободное время можно было заработать. Даже когда мне кажется, что у меня есть некоторое количество свободного времени, то оно пролетает так быстро, что я даже не понимаю, что с ним делать. Поэтому я просто перехожу к следующему пункту своего плана на день.

Я вспоминаю детские годы. Тогда я часами пропадала в своих выдуманных мирах, играла со стеклянными шариками, или с конструктором, или в куклы, или просто гуляла в лесу рядом с нашим домом в Орегоне. Я помню, как играла на пианино и долгими часами читала книжки, лежа поперек кровати. Но я также помню, как в дверном проеме появлялась мама с корзиной белья для стирки в руках и устало говорила мне: «Хотела бы я, чтоб у меня хватало времени на все это».

Может быть, я каким-то образом впитала в себя мысль, что повзрослеть и стать матерью означает перестать тратить время на те вещи, которые раньше приносили удовольствие?

Я беседовала с мамами, которые говорили, что любят праздники, но в то же время боятся их. Они ждут отпуска, но теряются при его наступлении. «Слишком много дел», – говорят они. И даже если внешне все выглядит отлично: они ходят в бассейн, катаются на велосипедах всей семьей, – то внутренняя сторона их жизни показывает только одно – вечную занятость. Даже в отпуске мамы продолжают думать, кто и как отвезет детей на занятия. Они продолжают беспокоиться о несделанных уроках, продуктах, которые нужно купить, да и вообще о том, чтобы все были довольны и счастливы. Это требует эмоциональных сил. Можно сказать, что их мозг работает постоянно и никогда не отключается.

Я думаю об утомленной работающей маме, которую Тина Фей сыграла в «Безумном свидании»[2 - «Безумное свидание» (англ. Date Night) – комедия режиссера Шона Леви (2010). Главные герои фильма – супруги Фостер – хотят реанимировать отношения, которые стали рутинной, но сталкиваются с массой трудностей.]. Ее фантазия о свободном времени? Быть абсолютно одной в номере отеля, лежать в кровати с чистыми простынями и пить диетическую газировку.

Конечно, это совсем не то, что говорили о свободном времени некоторые древнегреческие философы. Они считали, что жизнь, посвященная удовольствиям, – это высшая цель человека. Греки утверждали, что подлинное наслаждение, свободное от забот рабочих будней, не только освежает душу, но и способно полностью ее раскрыть. Только в этом случае, говорили они, человек может почувствовать себя по-настоящему человеком[2 - Benjamin Kline Hunnicutt. Leisure and Play in Plato's Teaching and Philosophy of Learning // Leisure Sciences 12 (1990): 211–227. Hunnicutt, интервью автора, October 21, 2009.]. Однажды я

увидела свою дочь Тессу, которая сидела в кресле, улыбалась и обнимала себя обеими руками. «Я люблю чувствовать свою душу, – сказала она. – А ты?»

Честно признаться, в большинстве случаев у меня просто не хватало на это времени. Если, как сказал Овидий, «в удовольствии своем мы познаем, кто мы есть», то кем была бы я в таком случае? Не то чтобы я не хотела освежить свою душу, я просто всегда была слишком занята для этого.

– Ну, – сказал мне Бен Ханникатт, научный сотрудник кафедры изучения досуга Университета Айовы, в ответ на такое признание, – это один из семи смертных грехов.

Однажды утром я позвонила ему, чтобы спросить о проблеме свободного времени, и услышала, как он играет дивертисмент Моцарта. Он рассказал, как за день до моего звонка пошел на послеобеденную полуторачасовую прогулку с женой и внучкой, и со смехом декламировал стихотворение, которое они написали об этой прогулке. Когда я позвонила ему, он готовился к вечеру, на котором должна была выступить его музыкальная группа. Бен точно не знает, сколько часов он тратит на приятные занятия, но он определенно находит на них время каждый день.

Я все еще была ошеломлена его замечанием.

– Быть занятым – это грех? – спросила я.

– В Средние века у греха лени было две ипостаси, – ответил Бен и продолжил: – Первая – паралич, неспособность что-либо делать, это можно назвать ленью. С другой стороны, было то, что называется духовной ленью, – бессмысленное времяпрепровождение, бездумная беготня. Ощущение того, что «я иду, не зная куда, но, клянусь богом, я спешу изо всех сил, чтобы туда прийти».

Ханникатт считает, что люди в современном мире настолько заняты, что утратили способность даже представлять себе, что такое удовольствие. Он посоветовал мне прочитать «Песнь большой дороги» Уолта Уитмена[3 - Уолт Уитмен (1819–1892) – американский поэт, публицист, реформатор американской поэзии, автор нескольких поэтических сборников.], где поэт призывает читателя отправиться в путь, и «пусть бумага останется на столе неисписанная и на полке

нераскрытая книга, инструменты – в твоей мастерской, а деньги – незаработанными!».

Но все, что у меня получилось вообразить, – это дом, в который придут судебные приставы, если «ипотека останется невыплаченной», и лица двух расстроенных детишек, бегущих за мной по большой дороге с криками: «Мама! Мамочка! Вернись!»

– Ну, хорошо, – Бен продолжал настаивать, – как, по-вашему, выглядит свободное время?

Я подумала: «День, когда я лежу дома и болею».

Я стала записывать все, что касается моего времени, в маленькие черные блокноты и обнаружила, что то, как я его трачу, совсем не укладывается в шаблон, который Джон Робинсон дал мне. Его таблица выглядела довольно просто: на вопрос «что вы сегодня делали?» дается одиннадцать вариантов ответов, вроде «была на работе», «спала», «занималась домашними делами» и «у меня было свободное время». Но мне показалось, что каждое действие плавно перетекало в другое. И так как я привыкла всегда делать несколько дел одновременно, в таблицу Джона Робинсона пришлось добавить еще один вариант ответа – «все остальное».

В отчаянии я позвонила Робинсону. В это время я была на работе. Ела обед прямо за рабочим столом. Я говорила с ним по одной линии, вторая в это время была в режиме ожидания: по ней я разговаривала с аптекой по поводу рецепта лекарства для сына. На одном мониторе была моя статья, а на втором я просматривала сайт Госдепартамента, пытаюсь понять, как можно получить свидетельство о смерти родственника, который умер в Китае.

– И как мне, черт возьми, классифицировать это время? – спросила я. – Работа, домашние обязанности, уход за детьми, решение проблем с родственниками? Или все вместе?

Робинсон велел мне просто продолжать вести дневник, а там уж он разберется сам.

Мои маленькие черные записные книжки после этого стали вбирать все крики души, ведь я записывала не только то, чем я занималась в каждый отдельный момент времени, но и то, что я чувствовала в это время.

Сидя в университетском конференц-зале с Робинсоном и нервно вцепившись в свои дневники, я почувствовала сковывающее ощущение неполноценности. Хотелось бы мне, чтобы записи показали, как рано я ложусь спать, как регулярно чищу зубы, хорошо выполняю свою работу, никогда не повышаю голос на детей и помогаю им делать разные интересные поделки. Хотела бы я показаться мудрой и ответственной – таким примером для подражания молодым девушкам, а вовсе не наоборот. А вместо этого мои дневники изрядно потрепаны и небрежно заполнены. Больше чем за год я побывала с ними везде: на хоккее и бейсболе, соревнованиях по спортивной борьбе, на соседских вечеринках, в походах девочек-скаутов, на занятиях по игре на флейте и барабане, на уроках балета... Одну записную книжку пришлось сушить. Я носила их с собой, когда ходила за покупками или выпить чашку кофе в кафе, где однажды с завистью записала: «Кто все эти люди, которые вот так спокойно сидят и пьют кофе посреди бела дня?»

Записные книжки исправно фиксируют мои переживания по поводу поздней оплаты счетов или времени, потраченного на телефонный кризис-менеджмент из-за того, что я опять с чем-то затянула. В них можно прочесть об утомительных часах ожидания телефонного мастера, специалиста по ремонту кабеля, сантехника или мастера по ремонту посудомоечных машин (а он в последний раз так плохо ее отремонтировал, что мы решили, что проще купить новую). Дневники содержат записи о тех днях, когда я не могла воспользоваться душем или надевала спортивную одежду, чтобы заняться фитнесом, но так и не сумела добраться до спортзала.

Я даже написала в одном блокноте о сеансе гаданий на картах Таро, куда меня позвали друзья во время соседской вечеринки, посвященной Хэллоину.

Карта духа: застой. Хм... Вы что-то ищете и чувствуете себя при этом озадаченной. Возьмите другую карту и посмотрите, что можно сделать.

Неудача.

Ох! Возьмите еще одну.

Отшельник.

Вам нужно некоторое время для того, чтобы успокоиться. Что вы можете сделать, чтобы найти время для этого? Может быть, вам нужно раньше вставать?

Следя за своим временем, я точно узнала, сколько минут требуется, чтобы разбить сердце, – семь. Ровно столько потребовалось моей дочери, чтобы однажды вечером с гневом и слезами сказать мне, пока я стригла ей ногти в ванной, что я всегда сижу за компьютером и никогда не уделяю ей достаточно времени. И что она станет учительницей, когда вырастет: «По крайней мере, я тогда смогу находить время на общение со своими детьми».

Сидя в конференц-зале и положив руку на мои маленькие черные записные книжки, я думаю о конфетти. Именно так я ощущаю свою жизнь. Конфетти времени – большое облако хаотично движущихся мелких разноцветных обрезков цветной и блестящей бумаги. И разве можно измерить эту кучу конфетти?

Джон Робинсон озадаченно смотрит на меня.

Я задерживаю дыхание и неохотно подталкиваю к нему по столу свои дневники. Он с прищуром смотрит на записи, сделанные быстрым и неразборчивым почерком.

– Что это за слово?

Я смотрю на запись.

– Паника, – отвечаю я. – Проснулась с чувством паники.

Я зачитываю отрывок записи, датированной 16 сентября.

2–4 часа утра. Пытаюсь дышать. Обнаруживаю, что беспокойство возникает в середине грудной клетки в виде жгучей боли. Страх – на уровне живота. Ужас – чуть ниже. Беспокоюсь по поводу денег. Злюсь на себя из-за того, что мы не хотим или не можем понять свои проблемы. Беспокоюсь из-за того, что не провожу достаточно времени с детьми. Они так быстро растут, а я нахожусь где-

то в стороне.

Будильник звонит в 6 утра. Встаю. Слава богу. Натягиваю теплое стеганое одеяло на кровать, оно смялось, но осталось чистым и еще долго будет меня греть.

Робинсон вздыхает:

– У вас есть что-нибудь, кроме этого потока сознания?

Джон Робинсон десятки лет проникает в самую суть людей. Узнавая, как люди проводят 1440 минут в сутки, он выработал некоторые очень четкие суждения о человеческом поведении. Робинсон утверждает, что, несмотря на то что наши современники чувствуют, будто работают более напряженно, чем когда-либо ранее, на самом деле это не так. На основании изученных дневников он утверждает, что в среднем время, потраченное на работу людьми во всем мире, осталось прежним или даже уменьшилось в течение последних сорока лет. У всех есть больше свободного времени, чем они считают, говорит Робинсон[3 - John P. Robinson and Geoffrey Godbey. Time for Life: The Surprising Ways Americans Use Their Time (University Park: Pennsylvania State University Press, 1997), 95.].

Он утверждает, что мы склонны преувеличивать количество часов рабочего времени, чтобы продемонстрировать собственную важность. Исследования Робинсона показывают, что мы спим больше, чем сами считаем. Мы слишком много смотрим телевизор. И мы не настолько сильно заняты, как это нам кажется. Постоянные переработки? Матери, которые после работы заступают на «вторую смену» домашней работы и воспитания детей? Дети, слишком загруженные учебной работой? Ни у кого нет свободного времени? Неправда. Неправда. И еще раз неправда[4 - Там же, 43-56, 82-153.].

Если мы не хотим иметь свободное время, говорит Робинсон, то это лишь наша собственная ошибка. Он сказал мне: «Время – это предлог. Удобное оправдание. Если вы говорите “у меня нет времени”, то это просто более удобный вариант ответа “я лучше займусь чем-нибудь другим”. Свободное время – вот оно, здесь. И как с ним поступить – исключительно ваше дело».

Робинсон не ставит под сомнение то, что люди чувствуют, что у них очень мало времени, и поэтому вечно куда-то торопятся. Но он единственный, кто смог

найти способ измерить это восприятие: его «шкала цейтнота» – знаменитая анкета, состоящая из десяти вопросов, – используется исследователями во всем мире. Один из вопросов звучит так: «Не чувствуете ли вы, что ваш(а) супруг(а) больше не знает вас?» Другой вопрос: «Есть ли у вас время на развлечения?» Его исследования показали, что женщины в большей степени чувствуют кризис времени[5 - Там же, 236–238. см. с. 237 для «шкалы цейтнота»].

– Принято думать, что люди не в состоянии контролировать огромный поток происходящего, – сказал мне Робинсон, – но если вы взглянете на дневники, то не увидите подтверждения этому. Я не говорю, что люди ленивы, но цифры, которые называют они и которые показывают дневники, сильно расходятся. Вот где парадокс. Если вы скажете кому-нибудь о тридцати-сорока часах свободного времени в неделю, вам просто не поверят.

В книге *Time for Life* («Время для жизни»), написанной в 1997 году, Робинсон приравнивает поведение современных людей к бесцельной возне муравьев, когда на их муравейник кто-то наступил. Необдуманная суета заставляет нас чувствовать нехватку времени, которая, по его словам, «не приводит к смерти, а, скорее, как говорили древнегреческие философы, не позволяет начать жить»[6 - Там же, 34.].

Занятие Робинсона, а именно наблюдения за тем, как люди тратят свое время, – это не что-то новое, за ним вековая история. Если говорить о прошлом человечества, люди всегда ориентировались на восход и закат солнца, и им нужно было успеть закончить все дела до наступления темноты. Приливы и отливы, смена времен года – человеческое поведение в этих условиях выглядело естественным. Но с появлением часов и приходом индустриальной эры исследования эффективности рабочего времени для повышения производительности ручного труда стали очень популярны[7 - Pauline Maier et al. *Inventing America* (New York: W. W. Norton, 2003), 693–694.]. Время превратилось в деньги. Теперь его можно было заработать и потратить – с пользой или без нее. В 20-х годах прошлого столетия Министерство сельского хозяйства США изучило, как жены фермеров распоряжаются своим временем, и дало рекомендации, как проводить его более эффективно. Бывший СССР – это первая страна, в которой широко использовался учет рабочего времени для измерения эффективности деятельности колхозов и производительности труда как часть централизованной плановой экономики[8 - GPI Atlantic, *Developing a Community Genuine Progress Index: Materials for Community Development Planners*, vol. 2, Appendix 3: Time Use & Health, 2003, 234–268 //

www.gpiatlantic.org/pdf/communitygpi/vol2appendix03.pdf

(<http://www.gpiatlantic.org/pdf/communitygpi/vol2appendix03.pdf>). См. также Jonathan Gershuny. *Time-Use Surveys and the Measurement of National Well-Being* (Oxford: University of Oxford, Centre for Time Use Research, 2011).].

Джон Робинсон начал проводить свои исследования в 60-х годах XX века. В 1972 году он принял участие в революционном проекте по сбору информации о том, как люди тратят время, который охватывал двенадцать экономически развитых стран. Именно тогда он понял, что человеческие представления о времени могут быть и убедительными, и абсолютно неверными. Было принято считать, что американские домохозяйки, со всей их экономящей время современной бытовой техникой, должны быть избавлены от тяжелой работы по дому. Однако изучение дневников показало, что они проводили ровно столько же времени за домашней уборкой, сколько женщины в Болгарии, не имеющие таких бытовых приборов[9 - Робинсон, интервью с автором по телефону, электронной почте и лично в Колледж-Парк, Мэриленд, с 2009 по 2011 год. Также Alexander Szalai, ed. *The Use of Time: Daily Activities of Urban and Suburban Populations in Twelve Countries* (The Hague: Mouton, 1973).].

Углубившись в эту тему, Джон начал самостоятельные исследования. Одно из них было заказано крупной телекоммуникационной компанией, руководство которой хотело выяснить, сколько времени ее сотрудники тратили на телефонные разговоры (как выяснилось, очень много). В 90-х годах Агентство США по охране окружающей среды решило узнать, как много времени люди проводят вне дома (эта информация была нужна для разработки нового стандарта чистоты воздуха в закрытых помещениях), и наняло Джона для этой работы. Оказалось, очень мало: около 8 % всего времени[4 - Статистические данные в этой книге отображают положение дел в США, если не указано иное. В какой-то мере их можно считать усредненными и применимыми по отношению к европейским странам.][10 - John P. Robinson and Geoffrey Godbey. *Time for Life*, 323. Ознакомиться с методологией сбора данных для расширенного Национального исследования сценариев жизнедеятельности людей (NHAPS) можно в работе J. Robinson & J. Blair. *Estimating Exposure to Pollutants Through Human Activity Pattern Data: The National Micro-Environmental Activity Pattern Survey // Annual Report, Survey Research Center* (College Park: University of Maryland, 1995). См. также *The National Human Activity Pattern Survey (NHAPS): A Resource for Assessing Exposure to Environmental Pollutants // Journal of Exposure Analysis and Environmental Epidemiology* 11 (2001): 231–252, doi:10.1038/sj.jea .7500165 (<http://dx.doi.org/10.1038/sj.jea%20.7500165>).]. Но все же большинство людей сомневалось в ценности изучения времени. И даже в 70-х и 80-х годах прошлого

столетия, когда Робинсон работал на Национальный научный фонд США, по его словам, эти исследования считались пустой тратой денег налогоплательщиков.

Однако постепенно Робинсон и другие ученые смогли доказать, что дневники времени могут дать такое описание шаблонов человеческого поведения, которое невозможно получить с помощью других исследований и экономических показателей. Тогда ученые и чиновники в разных странах стали собирать данные и изучать их в рабочем порядке. Сегодня Международная ассоциация исследований использования времени насчитывает более 1200 активных членов и собирает данные более чем в ста странах мира[11 - International Association for Time Use Research // www.iatur.org/ (<http://www.iatur.org/>).]. Начиная с 2003 года экономисты Бюро трудовой статистики США проводят масштабное исследование использования времени, ежегодно затрачивая 5 млн долларов и опрашивая свыше 124 тысяч респондентов. И все это только для того, чтобы понять, как люди тратят свое время[12 - Bureau of Labor Statistics. American Time Use Survey // www.bls.gov/tus/ (<http://www.bls.gov/tus/>).]. Изучение времени – не точная наука. Участники опроса домохозяйств, проводившегося Бюро переписи в течение восьми месяцев, звонили социологам и рассказывали, как они провели предыдущие двадцать четыре часа, начиная с полуночи. Затем, опираясь на полученные данные, исследователи составляли общие статистические отчеты за неделю, состоявшую из «типичных» дней, как если бы каждый вторник был похож на каждый четверг, а «тяжелые» понедельники не отличались от «веселых» пятниц. По словам Робинсона, ведение более длительных дневников дало бы более точные результаты, но эта задача представляла бы для респондентов значительную сложность, и ее никто бы не выполнил. Социологи собирают такие хронометрические данные, чтобы понять наш образ жизни, узнать, как мы работаем, насколько приближаемся к гендерному равенству и сколько времени тратим на отдых и развлечения.].

Некоторые выводы очевидны: матери, даже работающие вне дома, делают домашние дела и ухаживают за детьми в два раза больше, чем отцы[13 - Suzanne M. Bianchi, John P. Robinson, and Melissa A. Milkie. *Changing Rhythms of American Family Life* (New York: Russell Sage Foundation, 2006), 53–58.]. Даже если бы я этого не знала на интуитивном уровне, этот феномен нашел свое отражение в моих записях: «Суббота 9:00–10:30 утра. Навожу порядок после вечеринки в честь одиннадцатого дня рождения сына. Муж курит сигару на заднем дворе». Также результаты исследований показывают различие в жизненных ценностях и культурных особенностях в разных странах: Робинсон выяснил, что больше всего времени на прогулках проводят в Испании, отдыхают в Италии и Словении, смотрят телевизор в Болгарии, а в США проводят за

компьютером и в уходе за детьми и престарелыми родителями гораздо больше времени, чем в других странах[14 - John P. Robinson. Time Use and Qualities of Life // Social Indicators Research: Special Issue (IATUR Conference, Washington, D.C., 2007).].

То, что раньше было предметом исследований, теперь ставится на повестку дня в политике. Экономисты, ратующие за феминизм, годами твердят, что неоплачиваемая работа по дому и уходу за детьми, так называемые женские обязанности, могут быть объективно оценены. Они говорят, что женский труд в течение столетий освобождал мужчин, давая им сосредоточиться на работе, что позволяло экономике, да и всей цивилизации, стремительно набирать обороты. Если время – это деньги, говорят экономисты, то документальная оценка того, сколько времени женщины тратят на уход за детьми, престарелыми и больными родственниками, на то, чтобы отвезти детей в школу, помочь им с уроками, собрать грязные носки, вымыть посуду и так далее, может быть единственным фактором, определяющим ценность этой работы[15 - Kristen Gerancher. The Economic Value of Housework: New Survey to Track Women-Dominated Labor // CBS.MarketWatch.com, 2001 (Washington, D.C.: Center for Partnership Studies, 2012) // www.partnershipway.org/learn-more/articles-by-riane-eisler/economics-business-organizational-development/the-economic-value-of-housework (<http://www.partnershipway.org/learn-more/articles-by-riane-eisler/economics-business-organizational-development/the-economic-value-of-housework>)]. Также Janet C. Gornick and Marcia K. Meyers, eds. Gender Equality: Transforming Family Divisions of Labor // the Real Utopias Project, vol. 6 (New York: Verso, 2009).]. В 2012 году Колумбия стала первой страной, закрепившей на законодательном уровне оценку неоплачиваемой работы женщин по дому в Системе национальных счетов[5 - Система национальных счетов – система макроэкономических показателей, применяемых для измерения общественного продукта, национального дохода и других макроэкономических переменных (например, валового внутреннего продукта, национального сбережения, конечного потребления и др.)][16 - www.iatur.org (<http://www.iatur.org/>). В 1995 году Всемирная конференция ООН по положению женщин призвала национальные и международные социологические службы измерять неоплачиваемый женский труд и отражать его денежный эквивалент в ВВП. По состоянию на 2013 год мало что изменилось. См. также www.levyinstitute.org/pubs/wp_541.pdf (http://www.levyinstitute.org/pubs/wp_541.pdf).].

В конференц-зале Университета Мэриленда Робинсон говорит, что записи в моих маленьких черных блокнотах невозможно прочесть, и возвращает их мне,

подталкивая по столу. Он не берет их в работу. Говорит, что я должна распечатать их содержание и проанализировать сначала сама. Но это такой трудоемкий процесс, что я смогу закончить его только через неделю.

Я вытаскиваю распечатки своих наблюдений с 29 сентября по 5 октября. Робинсон берет их, достает желтый маркер и начинает вылавливать оттуда мое свободное время. Он отмечает каждый шаг, каждую утреннюю зарядку в 6 утра под DVD, которую я делаю с выключенным звуком, чтобы не разбудить детей, каждое занятие в зале йоги. Отдых.

- Делать упражнения - это отдых? - спрашиваю я. - Мне кажется, что это что-то обязательное.

Вообще-то мне потребовалось девять лет, препарат против дерматита, вызванного стрессами, и четырнадцать лишних килограммов, чтобы понять, как втиснуть физические упражнения на первое место в моем ежедневном плане.

- Зарядка - это отдых.

Он выделяет маркером чтение газеты.

- Но это моя работа!

- Чтение - это отдых.

Он находит один час в ночь на среду, когда я сидела за компьютером, играя в нарды (хорошо, поймал!), скачивая фотографии и отправляя их родственникам, отвечая на письма и делая запросы в клининговые компании для уборки в доме моих друзей Джеффа и Молли. Джефф болен раком желудка, а Молли занята работой, чтобы прокормить семью и спасти мужа. Противно скрипит маркер.

Лежу в кровати в течение двадцати минут свыше положенного, слушаю радио, пытаюсь найти силы встать с кровати. И это отдых.

- Что? Я пыталась встать! Ничего, что это что-то между сном и уходом за собой?

- Слушать радио - это отдыхать.

Пицца и поход в кино с детьми в пятницу. Посещение с детьми моей заболевшей подруги. Разговор с приятелем по мобильному телефону во время ремонта детского велосипеда в мастерской. Отдых, отдых, отдых...

Для Джона Робинсона и его желтого маркера воскресенье, 4 октября, – это день, полностью посвященный отдыху.

Вот как это было: с утра я сидела с Джеффом, чтобы Молли и их дети смогли пойти в церковь. Затем я подъехала к дому, чтобы отвезти дочь на пробы в балет «Щелкунчик», – она очень давно об этом просила. Времени оставалось мало, но она была еще не готова. Муж сказал, что они не смогли найти балетное трико.

– ОНО В СУШИЛЬНОЙ МАШИНЕ! – закричала я. – Я СКАЗАЛА ТЕБЕ ПЕРЕД ТЕМ, КАК УЙТИ!

После того как мы нашли балетное трико, я с трудом довезла дочь на пробы вовремя. На обратном пути наша машина заглохла. Я съехала на обочину и позвонила в техпомощь. Машину техпомощи мы ждали два часа. В это время мы с дочкой играли в «крестики-нолики» и «виселицу».

Скрипит маркер.

– Ну подождите, – говорю я. – Ждать техпомощь на дороге – это отдых?

– А! Вы же играли с дочкой, – Робинсон поправляет сам себя, – тогда это будем классифицировать как «занятия с детьми».

– А если бы я была в машине одна, это было бы отдыхом?

– Определенно, да.

Но Робинсон не отметил последние и самые лучшие десять минут того дня. После вечерней детской сказки я пошла проверить, как засыпает мой одиннадцатилетний сын. Это ежевечерний ритуал и самый любимый момент уходящего дня. Домашние задания уже сделаны, работа по дому окончена, и энергия сумасшедшего дня проходит – наступает ночь. Я прилегла рядом с ним,

и он уткнулся в мое плечо.

– Мама, а если бы у тебя были сверхспособности, что бы ты сделала? – спросил меня сын.

– Наверное, я бы хотела летать, – ответила я. – А ты?

– А я бы хотел превращаться в кого угодно, – ответил он, засыпая, – если бы я захотел летать, я бы стал птицей. Мог бы превратиться в оленя или крокодила.

Эти замечательные и трогательные минуты Робинсон отмечает как «занятия с детьми».

В конце концов Робинсон находит около двадцати восьми часов того, что он называет отдыхом. И это в течение недели!

– Но они как-то не слишком похожи на отдых! – протестую я.

– Я всего лишь измеряю время, – пожимает плечами Робинсон и продолжает: – Я не занимаюсь хронотерапией.

Я боялась не только того, что Робинсон найдет у меня слишком много свободного времени, но и того, что он скажет, будто я недостаточно работала. Вместо этого мы обнаружили, что я обычно работала больше пятидесяти часов в неделю. В среднем я спала по шесть часов в сутки, учитывая даже то, что в выходные мне удавалось поспать чуть дольше. Если посчитать все время, проведенное в тревогах и беспокойном состоянии, то каждый час своего бодрствования я проводила, делая несколько дел одновременно.

Мы увидели, что я специально «подчистила» в подсчете некоторые действия, тоже требующие времени: уборку грязной обуви, развешивание верхней одежды, отсеивание почтового спама – а это занимает почти час каждый день! И моя ли в том вина, что я не проводила достаточно времени с детьми? На одной из недель они и их няня болели, поэтому я работала дома. Из семидесяти трех часов времени, которые они бодрствовали на той неделе, я провела с ними только семь часов. Может показаться, что такое присутствие дома было не совсем полноценным: «Я люблю вас, но я работаю. Закройте, пожалуйста,

дверь». Но я была дома. С ними.

Я стала задавать себе правдивые вопросы о собственной жизни. Почему я чувствовала, что никогда не выполняю все намеченные дела? Почему я беспокоилась, что не провожу достаточно времени с детьми? На самом ли деле мне нужно было так часто наводить порядок в доме? Почему я думала, что не заслуживаю отдыха, пока не переделаю все намеченное? Почему каждый разговор начинался так: «Как дела?» – «По уши в делах. А ты?» – «То же самое»? Может, это правда, что мы всего лишь выставляем свою занятость напоказ, как говорил Робинсон?

Почему мой муж курит сигары, пока я делаю уборку после детского дня рождения? Когда мы начинали совместную жизнь, мы оба обещали друг другу быть равными партнерами, но как-то получилось так, что именно в мои задачи входят походы с детьми по врачам, поездки с ними на экскурсии, волонтерство на школьной книжной ярмарке и сидение дома, когда дети болеют. Почему? Почему у меня возникает чувство вины, когда я ухожу на работу? Гормоны? Или так устроен мой мозг? Или я стараюсь доказать другим, что только я могу воспитывать своих детей и не дам этого делать больше никому? Поэтому ли я беру все заботы об их воспитании на себя?

Мы с Робинсоном идем на обед в столовую кампуса. Он никогда не торопится. Едва он съел половину, как к нам подошли официанты и сказали, что столовая закрывается в 14:30, а на часах уже 14:45. «А я никуда не спешу», – ответил им Робинсон. Надо было видеть их в этот момент!

Я спрашиваю, знает ли он людей, которым удастся из оборванных кусочков времени создать нечто цельное, что помогло бы им нормально работать, проводить полноценно время с детьми, супругами и родственниками, да и найти время освежить свои души тоже. Мне вспомнился знаменитый психолог Эрик Эриксон, который однажды сказал: «Самая полноценная жизнь есть у того, кто достигает внутреннего баланса между тремя составляющими: работой, любовью и игрой».

– Где мне это найти? – спрашиваю я. – Время на работу, любовь и игру для всех нас.

Робинсон пожимает плечами и говорит, что всегда хотел проводить больше времени с людьми, чтобы проникнуть в суть существования современных загруженных семей, но и ему это никогда еще не удавалось. Он застенчиво улыбается: «У меня лучше получается работать с цифрами».

Он задумывается.

- Вы знаете, - говорит Робинсон, - если хотите получить ответ на свой вопрос, вам нужно поехать на следующую конференцию IATUR[6 - От англ. International Association for Time Use Research.].

- Что это?

- Международная ассоциация исследований использования времени. Конференция будет через несколько месяцев.

- Где?

- В Париже.

Глава 2

Свободное время? Это для монашек

Я только что придумала слово «супрс», которое означает «Совершенно Уставшая, но Продолжающая делать вид, как будто все отлично, и Реагирующая на Стрессы с медлительностью опоссума». Я тот самый супрс уже в течение семи последних лет.

Тина Фей, Bossypants[7 - Bossypants («Распоряжалкин») – автобиографическая юмористическая книга американской комедийной актрисы и писательницы. С момента публикации в США в 2011 году было продано более одного миллиона экземпляров.]

В июле в Париже жарко. Очень жарко. Из аэропорта – сразу на конференцию. Сажу вся в поту в аудитории имени Жана Мулена в Институте политических исследований на улице Сен-Гийом. Чуть не засыпаю от усталости. Я голодна. Мне жарко. Я мучаюсь из-за многочасовой разницы во времени. И слушаю в полудреме монотонные речи о «времени и сбалансированном времени» и непонятных техниках его исследования на ежегодной конференции Международной ассоциации исследований использования времени. Из состояния ступора меня выводит выступление докладчицы, которая рассказывает о результатах опроса двухсот работающих родителей на тему стрессов, вызванных нехваткой времени.

Две трети респондентов чувствуют, что не успевают сделать все дела в тот день, на который они были запланированы.

57 % испытывают беспокойство, что не проводят достаточно времени с семьей.

Почти половина опрошенных каждый день чувствует себя заложником обстоятельств.

60 % выразили готовность сэкономить на собственном сне, чтобы найти дополнительное время.

И 46 % участников исследования рассказали о полном отсутствии свободного времени, даже на то, что они любят больше всего.

Мне показалось, что она рассказывает об Америке – стране вечных трудовоголиков. Но титры на слайд-шоу говорят другое. Это Австралия[17 - Peter Brown and Helen Perkins. Fathers' Juggling Time Between Work, Leisure and Family (lecture, IATUR Time-Budgets and Beyond: The Timing of Daily Life conference, Paris, 2010).].

Затем речь заходит о Канаде. Докладчица Элен Перкинс, социопсихолог из австралийского Университета Гриффита, говорит, что результаты опроса канадцев, в котором принимали участие более тридцати тысяч представителей работающих семей, показали, что почти 90 % респондентов испытывают «ролевою перегрузку»: они пытаются сделать как можно больше дел, чтобы отвечать требованиям, которые к ним предъявляют их работа и жизнь. А про «игру» даже нет времени вспоминать.

Этот дефицит времени обходится слишком дорого. В масштабном правительственном отчете «Конфликт рабочего и личного времени в Канаде в новом тысячелетии» Министерство здравоохранения Канады подчеркивает, что все больше людей страдают от перегрузок на работе и дома. Растет число депрессий и тревожных состояний. С увеличением количества рабочих часов и уменьшением времени, отведенного на отдых, люди чаще болеют, становятся более рассеянными, а их работа – непродуктивной и безынициативной. Только лишь в 2001 году недостаток времени обошелся бизнесу и системе здравоохранения страны в 12 млрд долларов. В исследовании говорится: «Связь между количеством рабочих часов и перегруженностью, физическим и духовным истощением людей говорит о том, что подобное положение вещей в дальнейшем недопустимо»[18 - Linda Duxbury and Chris Higgins. Work-Life Conflict in Canada in the New Millennium: Key Findings and Recommendations from the 2001 National Work-Life Conflict Study // Report 6 (Health Canada, January 2009) // www.hc-sc.gc.ca/ewhsemt/pubs/occup-travail/balancing_six-equilibre_six/sum-res-eng.php (http://www.hc-sc.gc.ca/ewhsemt/pubs/occup-travail/balancing_six-equilibre_six/sum-res-eng.php), с. 7. См. на с. 19 и 21 подробную информацию об ущербе. И мужчины, и женщины отметили, что их свободное время уменьшилось на 40 % по сравнению с предыдущим десятилетием.].

Я села прямо и стала лихорадочно записывать услышанное, ведь не зря же я приехала по совету Джона Робинсона на конференцию. Последние дни перед ней прошли в ужасной спешке. Том опять был за границей. Я быстро организовала приезд няни, собралась, бросила в сумку еще не до конца потраченную кредитку и, все еще не веря в то, что я делаю, уехала в аэропорт, чтобы сесть на самолет до Парижа. Я очень хотела узнать, правда ли другие люди тоже живут в бешеном ритме, когда время рассыпается на части, как конфетти, или я, как ранее сказал Робинсон, исключение. Мне хотелось выяснить, смог ли кто-то найти тот «рецепт времени», который позволил бы не выживать, а наслаждаться жизнью. Может быть, у кого-то получается делать любимое дело, хорошо проводить время вне работы, общаться с другими людьми и «освежать душу» наличием свободного времени и развлечений? Я хотела встретить кого-нибудь, у кого «работа, любовь и игра» сошлись бы в одной точке.

Я листаю программу конференции. Нахожу заголовок «Как составить ежедневный график» и как-то странно успокаиваюсь. Я быстро осознаю, что не я одна на этом свете хочу открыть секрет спокойной и размеренной жизни, которой так не хватает в этом сумасшедшем современном мире. Я –

времени нехватальщица. Знаю, что это звучит неправильно, так же как «супрс» Тины Фей. Но как можно еще назвать состояние, когда ты будто так спешишь, что поджигаешь свечу сразу с обоих концов, чтобы она быстрее догорела до середины? Определенно, такое состояние требует собственного названия.

Выступление за выступлением. Ученые и исследователи со всего мира рассказывают об увеличивающемся дефиците времени, который затрагивает и женщин, и уже мужчин. Темп жизни ускоряется, и несмотря на то, что люди этого сами очень хотели, теперь у них не остается возможностей для спокойного отдыха и уединения. «Это очень серьезная тема для исследований, – говорит Кимберли Фишер, социолог, исследующий проблемы использования времени в Оксфорде. – Многие ученые и сами страдают от перегрузок и дефицита времени. Эта проблема вызывает огромный интерес и требует практического решения. Почему мы все страдаем от нехватки времени все больше и больше?»

По словам Фишер, уже появилось новое поколение исследователей. Они не рассматривают время в виде четких периодов конкретных действий, как это делает Робинсон. Время расплывчато. У него нет границ. Самое главное для нас – как мы ощущаем то, что делаем. Наше восприятие времени и есть наша реальность.

Жизнь многих исследователей времени напоминает мою собственную. Дженис Комптон из Университета Манитобы призналась, что ей было непросто прочесть мое электронное письмо: «Вы знаете, как это сложно, когда шестилетний ребенок крутится вокруг и пытается рассказать о последней битве Человека-паука».

Во время выступлений социологи старались показать, почему люди во всем мире работают сверх нормы, почему женщины больше занимаются домашним хозяйством, чем мужчины, и при этом успевают заниматься детьми, даже если они тоже работают на полную ставку, и почему женщинам все еще нужно добиваться равенства с мужчинами практически во всех областях, от образования и бизнеса до науки и политики, несмотря на то, что они составляют половину трудоспособного населения во многих странах, часто лучше образованы, чем мужчины, и результативность их работы бывает намного выше. Докладчики рассказывали о проблемах сверхзанятости в различных государствах – в развитых демократических странах с политикой поддержки семей и в тех, где другие режимы. Исследователи пытались разгадать секрет, почему даже при такой сильной занятости родители проводят все больше и

больше времени со своими детьми. Они хотели выяснить, почему люди во всем мире, а особенно женщины, говорят о хронической нехватке свободного времени. Один ученый даже назвал свободное время у женщин «минутным отпуском» – это те моменты, когда они предаются мечтам или, например, наслаждаются закатом[19 - Nicole Samuel, ed. *Women, Leisure, and the Family in Contemporary Society: A Multinational Perspective* (Wallingford, CT: CAB International, 1996), 9.]. Я помню, как однажды ночью, когда искала шлем сына для велосипедных прогулок, заметила, насколько красива была луна.

Вопрос нехватки времени становится целой отраслью исследований. Как сверхзанятость влияет на эмоциональную опустошенность и усталость в рабочие часы? Где она начинает влиять на отношения в семье? Сколько требуется времени, чтобы сверхзанятость привела к физическим или эмоциональным сбоям? Некоторые исследователи работают с образцами крови и слюны, полученными в разное время суток, для изучения гормональных изменений, которые происходят на фоне стрессов, связанных с дефицитом времени. Целые выступления были посвящены связи сверхзанятости с падением рождаемости. Это тревожный сигнал, потому что скоро население многих стран будет неуклонно стареть и останется без поддержки молодежи. Стивен Филип Крамер, профессор стратегии Национального университета обороны, предупреждает, что страны, которые не обеспечивают равенство полов, не возрождают престиж семьи, не проводят иммиграционные реформы и не вырабатывают государственную политику, позволяющую людям легче находить баланс между работой и семьей, «делают это на свой страх и риск»[20 - Steven Philip Kramer. *Mind the Baby Gap* // *New York Times*, April 18, 2012.].

Как я выяснила, проблема нехватки времени не решается подарочным сертификатом в спа-салон, который можно подарить маме, чтобы она расслабилась. Она не исчезнет с помощью глубокого дыхания, пока ты стоишь на светофоре (этот совет я тоже где-то получила). Она решается только стабильностью, здоровыми людьми, счастливыми семьями, прекрасной работой, благополучной экономикой и хорошей жизнью.

Во время перерывов на кофе некоторые женщины-исследователи, которые сами боролись с нехваткой времени, рассказывали истории о своих молодых дочерях или студентках, которые утверждают, что хотят от жизни все что угодно, но только не этот бешеный темп. И несмотря на то что операционный директор социальной сети Facebook и автор бестселлера *Lean In*[8 - Издана на русском языке: Сэндберг Ш. *Не бойся действовать*. М.: Альпина Паблишер, 2014.] Шерил

Сэндберг предложила бы им плотнее заняться карьерой и не отказываться от амбиций из-за страха нехватки времени на работу и семью, социологи выражают беспокойство, что многие молодые девушки поступают ровно наоборот. «Моя дочь решила стать учителем. Не то чтобы ей очень нравилась эта работа, но она не видит другого выхода, чтобы у нее оставалось время на работу и семью, – рассказывает одна из присутствующих на конференции женщин. – А ведь у нее и бойфренда еще нет». Я и сама получила электронное письмо от коллеги, не обделенной талантом, но очень уставшей от не самой простой жизни: у нее двое маленьких детей, сложная работа и муж, который не появляется дома раньше девяти-десяти часов вечера. В письме она пожаловалась, что ей все надоело и она хочет сидеть дома с детьми. Письмо было озаглавлено «Карьера такой ценой мне не нужна».

И чем больше я углублялась в изучение проблем времени в поисках ответа на вопрос, почему же ощущение его нехватки у женщин только возрастает, тем чаще у меня появлялась одна четкая мысль: как только женщины стали работать в «мире мужчин», их жизнь полностью изменилась. Несмотря на то что вроде бы рабочие места, политика правительства и культурные взгляды в общем и целом не очень изменились, сегодня жизнь стала совершенно другой. Она не предполагает четкого деления ролей. Как это было в 1950-х годах? Мужчины работали, женщины занимались домашним хозяйством. Отцы обеспечивали семьи. Матери занимались детьми. Я могу сказать, что нехватка времени затянет в свой водоворот всех нас, если мы сами не признаем, какой жизнью живем. Нет большего диссонанса между ожиданиями и реальностью, чем тогда, когда у женщины есть дети. Исследования времени показывают, что на земле не существует более ограниченного во времени человека, чем мать, особенно если ей приходится при этом работать. А если это еще и мать-одиночка, то она не только выполняет несколько ролей одновременно, но и несет огромную ответственность за ребенка. Социологи называют это состояние многозадачностью[21 - Suzanne M. Bianchi, John P. Robinson, and Melissa A. Milkie. *Changing Rhythms of American Family Life*, 55–57 (см. гл. 1). В среднем, если учитывать только рабочее время, в 2000 году у трудящихся матерей рабочая неделя составляла 71 час. Это равно десятичасовому рабочему дню на протяжении семи дней в неделю, если учитывать оплачиваемое время и неоплачиваемое выполнение домашних обязанностей, и этот показатель на один час в день превышает аналогичный за 1975 год. У матерей-одиночек рабочая неделя в 2000 году на два часа в день превысила аналогичный показатель 1975 года. У матерей-домохозяек время занятости выросло на один час в день: до 52 часов в неделю по сравнению с 1975 годом, когда они были заняты 47 часов в неделю. Загруженность на работе у женатых отцов также выросла, но

ненамного. За период с 1975 по 2000 год они сократили количество рабочих часов, но на 45 минут в день увеличили время, затрачиваемое на выполнение работы по дому и уход за детьми. В развитых странах общая продолжительность рабочего времени увеличивается как у мужчин, так и у женщин. Из-за выросшего количества времени, которое проводится с детьми, у родителей из Америки и Австралии рабочие дни являются самыми продолжительными. См. также Lyn Craig. Parenthood, Gender and Work-Family Time in the United States, Australia, Italy, France, and Denmark // *Journal of Marriage and Family* 72, no .5 (October 2010): 1344–1361, doi:10.1111/j .17413–737.2010.00769.x (<http://dx.doi.org/10.1111/j%20.17413%E2%80%93737.2010.00769.x>).]. Это чувство перегруженности было великолепно описано Энн-Мари Слотер в статье, вышедшей в 2012 году в журнале *The Atlantic*. Она описывает свой уход с поста заведующей отделом политического планирования Государственного департамента США, чтобы проводить больше времени с детьми. Ее статья «Почему женщины все еще не могут добиться всего и сразу» очень ярко передала отчаяние, которое свойственно женщинам всего мира в подобных ситуациях.

Но исследования проблем времени показали, что мужчины также хотят добиваться всего и сразу: строить карьеру и одновременно жить полноценной жизнью, – и они начинают понимать, что это очень сложно. Отцы становятся подверженными стрессам, связанным с нехваткой времени, точно так же как и матери, а в некоторых случаях даже больше[22 - Kerstin Aumann, Ellen Galinsky, and Kenneth Matos. *The New Male Mystique* (New York: Families and Work Institute, 2011). Результаты исследований Института показывают, что все большее количество мужчин в семьях, где оба члена работают, испытывают конфликт между рабочим временем и домашними обязанностями. Их количество выросло с 35 % в 1977 году до 60 % в 2008 году, и это превышает аналогичный показатель у женщин, испытывающих стресс, количество которых выросло с 41 до 47 % за аналогичный период:

www.familiesandwork.org/site/research/reports/newmalemystique.pdf

(<http://www.familiesandwork.org/site/research/reports/newmalemystique.pdf>). См.

также Brad Harrington, Fred Van Deusen, and Beth Humberd. *The New Dad: Caring, Committed, and Conflicted* (Boston: Boston College Center for Work & Family, 2011) // www.bc.edu/content/dam/files/centers/cwf/pdf/FH-Study-Web-2.pdf

(<http://www.bc.edu/content/dam/files/centers/cwf/pdf/FH-Study-Web-2.pdf>).].

Социологический опрос, который проводится Национальным научным фондом США с 1972 года для изучения изменений поведения американцев, показал, что все больше мужчин и женщин стали постоянно испытывать нехватку времени. Но наибольшие изменения коснулись отцов маленьких детей. Матери младенцев

всегда испытывали нехватку времени: постоянно менять памперсы, быстро заваривать кашу и искать бутылки с молочной смесью под сиденьями автомобилей. Опрос 2004 года среди матерей детей до шести лет выявил, что ни одна из респонденток не имела свободного времени вообще. В то же время количество отцов, испытывающих дефицит времени, почти удвоилось с 1982 по 2004 год, и лишь 5 % из них (а это очень незначительная цифра) сказали, что у них остается свободное время. В предыдущие годы таких респондентов было намного больше[23 - Tom W. Smith et al. General Social Surveys, 1972-2010 (в электронном виде) (Chicago: National Opinion Research Center, 2011) // www3.norc.org/GSS+Website/ (<http://www3.norc.org/GSS+Website/>). Во время исследования задавался вопрос: «Как вы ощущаете свое время в целом, можете ли сказать, что вы спешите и торопитесь всегда, иногда или почти никогда?», затем полученные данные сортировались по полу респондента и количеству его детей. Этот вопрос задавался в 1982, 1996 и 2004 годах.]. Когда я поделилась своими наблюдениями с Томом Смитом, директором по социологическим исследованиям Национального исследовательского центра по изучению общественного мнения при Чикагском университете, он ответил: «Думаю, пора ввести понятие диагноза “перегруженные жизнью”».

Развитие технологий лишь способствует этому процессу. Во время конференции исследователи старались показать негативное влияние на людей, спровоцированное возросшими потоками информации и скоростью, с которой меняются политические и экономические процессы в обществе. Это вызывает неуверенность в завтрашнем дне.

Постоянный просмотр информации на смартфонах, нездоровая привычка набирать СМС и все время проверять электронную почту, желание брать с собой все эти телефоны, планшеты и смартфоны в постель и даже в туалет, который стал привычным местом для виртуального шопинга[24 - Martha C. White. Under the Covers, in the Tub: We'll Shop Anywhere // www.today.com/under-covers-well-shop-anywhere938774?franchiseslug=todaymoneymain (<http://www.today.com/under-covers-well-shop-anywhere938774?franchiseslug=todaymo%C2%ADneymain>), August 13, 2012.], – все это не отражается в дневниках времени. И, конечно же, все это приводит к «разбиванию» времени на тысячи мелких кусочков. Жизнь в постоянном технологическом дурмане ведет к духовному истощению. Как сказала мне Кимберли Фишер из Оксфордского университета, когда мы сидели в бистро за чашкой полуденного кофе: «У людей не остается ментального пространства для отдыха во вне рабочее время. Даже если нет ничего срочного, предполагается, что вы сразу же займетесь тем, о чем вам написали по электронной почте. И даже если вы проверяете сообщения в одиннадцать часов

вечера и это не занимает у вас много времени, вы все равно чувствуете, что находитесь на работе, и поэтому не можете полноценно расслабиться».

Давление времени огромно.

Эллен Галински, директор Института семьи и трудовой занятости в Нью-Йорке, сказала мне: «Переработки – это реалии современности. Люди испытывают чувство “вечной ответственности”».

Результаты опросов показывают, что работающие люди все больше ощущают нехватку времени, испытывают трудности со здоровьем, перерабатывают, впадают в депрессивное состояние и гнев на работодателей, заставляющих их наращивать темпы производства. Люди чувствуют физическое истощение, начинают совершать ошибки и некачественно выполнять свои задачи[25 - Эллен Галински, телефонное интервью с автором, сентябрь 2011 года. Она приводит выдержки из исследований Института семьи и трудовой занятости, проводившихся в 2002 и 2008 годах, National Study of the Changing Workforce, а также отчет 2004 года Overwork in America: When the Way We Work Becomes Too Much.].

Даже матери-домохозяйки, которых не учитывают в исследованиях из-за того, что они занимаются домом и детьми, ощущают нехватку времени. Галински рассказывает: «Я проводила опрос среди матерей, которые ушли с работы, думая, что в их жизни появится больше свободного времени. Результат нулевой. У современных женщин список задач никогда не заканчивается... Нам все время приходится думать о делах, и это дает сильный эффект нехватки времени».

Эта ментальная ловушка настолько распространена среди женщин, что у нее есть свое название. Ученые называют ее «загрязненное время». Это продукт, полученный вследствие перегрузки ролей (когда вы работаете и одновременно несете ответственность за домашнее хозяйство и детей) и многозадачности. Один исследователь назвал это загрязнением ментальной среды. Мозг становится полностью загруженным не только рабочими делами, но и заботами о доме, детях и всем остальном. Конечно, матери могут делегировать часть задач кому-нибудь еще, но даже это загружает мозг – ведь нужно проверить, как делегированная задача была выполнена, выполнена ли она вообще или кто-то ее сделал не настолько быстро, как хотелось бы. Неудивительно, что, хотя свободное время снижает у мужчин ощущение нехватки времени, женщинам оно не приносит никакого облегчения[26 - Marybeth J. Mattingly and Liana C. Sayer.

Under Pressure: Gender Differences in the Relationship Between Free Time and Feeling Rushed // Journal of Marriage and Family 68 (2006): 205–221, doi:10.1111/j.17413-737.2006.00242.x
(<http://dx.doi.org/10.1111/j.17413-737.2006.00242.x>).]

Избавление от нехватки времени – именно то, что ищут ученые. Они тщательно исследуют каждую минуту, проведенную респондентами, изучают дневники времени из разных стран, проводят сегментированный регрессионный анализ. Все присутствующие на конференции говорят, что им необходимо найти ключ к превращению осколков рабочих часов, расплывшихся минут, которые должны были быть посвящены семье, и мелких частиц свободного времени, напоминающих конфетти, в то нормальное состояние, которое они называют... равновесием времени.

Вооружившись знанием, что я не одинока в своей беде, я иду на семинар о стрессах, вызванных дефицитом времени у работающих семей в Нидерландах, в надежде найти какие-нибудь ответы и на свои вопросы.

В Нидерландах, как и в США, около 75 % всех матерей с детьми школьного возраста работают вне дома[27 - Kim Parker. The Harried Life of the Working Mother // Pew Research Center, October 1, 2009 // www.pewsocialtrends.org/2009/10/01/the-harried-life-of-the-working-mother/ (<http://www.pewsocialtrends.org/2009/10/01/the-harried-life-of-the-working-mother/>)]. Но большинство из них трудятся неполный день. Мне интересно, помогает ли работа на полставки избежать дефицита времени. Я знаю, что ответ на этот вопрос заинтересовал бы почти всех работающих матерей, которые страдают от стрессов, связанных с нехваткой времени. Исследовательский центр Пью в Вашингтоне выяснил, что 60 % работающих матерей, которые были опрошены в 2007 году, считают, что неполный рабочий день был бы для них идеальным выходом из ситуации, и эта цифра осталась почти прежней после наступления экономической рецессии[28 - Kim Parker and Wendy Wang. Modern Parenthood: Roles of Moms and Dads Converge as They Balance Work and Family // Pew Research Center, March 14, 2013 // www.pewsocialtrends.org/2013/03/14/modern-parenthood-roles-of-moms-and-dads-converge-as-they-balance-work-and-family/ (<http://www.pewsocialtrends.org/2013/03/14/modern-parenthood-roles-of-moms-and-dads-converge-as-they-balance-work-and-family/>)]. Исследователи из Центра имени Джозефа и Мэри Андерсон Пью выяснили, что после рецессии в 2013 году желание американок, имеющих детей, работать в течение неполного рабочего дня снизилось почти на 50 %. А стремление иметь работу на полную ставку

выросло среди американок с 20 до 32 % с 1997 по 2012 год, особенно у матерей-одиночек и матерей, находящихся в сложном финансовом положении.]. В то же время 75 % работающих отцов выбирают полную занятость[29 - Там же, 12.].

Итак, я с нетерпением жду выступления Мариэль Клойн, сотрудника Института социологических исследований Гааги. Может быть, она расскажет, как матери, работающие неполный день, нашли решение своих проблем?

Но она стала говорить, что более образованные люди переживают больше стрессов, связанных с нехваткой времени, чем люди с низким уровнем образования. Далее она сообщила, что женщины более подвержены такого родам стрессам, чем мужчины. А что же матери, работающие на полставки? Получается, что они опять страдают больше всех.

Да, по сравнению с мужчинами они проводят меньше времени на работе. Но они занимаются неоплачиваемой работой дома: воспитывают детей и ведут домашнее хозяйство. Их свободное время, так же как и мое, разбивается на части между работой по дому и уходом за детьми. Мужчины же имеют большие по продолжительности отрезки свободного времени[30 - Marielle Cloin. How Busy We Are and How Busy We Feel: The Influence of Objective and Subjective Indicators on the Perceived Work-Life Balance in the Netherlands (доклад IATUR Time-Budgets and Beyond).].

Клойн считает, что такая «полуторная» модель работы членов семьи, распространенная в Нидерландах, не помогает решить проблемы нехватки времени. Я ловлю Мариэль в фойе после ее доклада и спрашиваю, почему она думает, что неполный рабочий день не позволяет добиться «равновесия времени».

– Перегруженность ролевой модели, – объясняет она. – Постоянная смена ролей создает ощущение нехватки времени. Если предполагается, что вы работаете в течение целого дня, то вы спокойно работаете и не отвлекаетесь на другие дела. Но опрос матерей показал, что их типичный день постоянно прерывается разными делами, и это заставляет их ощущать дефицит времени. Вам нужно отвезти детей в школу, следить за часами на работе, чтобы вовремя вернуться домой и накормить детей обедом, отвезти их назад в школу, вернуться на работу, затем опять приехать в школу и забрать детей, заняться с детьми дополнительными занятиями, поехать за продуктами, сделать все домашние дела, заняться своей работой, помочь сделать уроки, опять вернуться к работе,

сделать ужин. Все это крайне утомительно.

– А свободное время? – спрашиваю я.

Клойн качает головой.

– Большую часть своего свободного времени матери проводят с детьми, – говорит она. – Мы снова и снова видим, что они страдают от нехватки времени, которое могли бы потратить на себя.

Работа

В течение следующих нескольких дней, сидя на выступлениях, я спрашивала докладчиков, изучала материалы, и все, что мне удавалось найти, оказывалось удивительным, разочаровывающим, противоречивым, вызвало много вопросов и даже гнев. Больше всего меня озадачило, что я игнорировала те внешние силы, которые влияли на мою собственную жизнь. Скоро мне стало ясно, что я никогда не поняла бы, почему свободное время буквально испаряется на глазах, если бы у меня не возникло чувство нехватки времени в других двух областях, которые всегда лишали меня досуга: я имею в виду работу и любовь.

Я не понимала, как Джон Робинсон и другие ученые могут настаивать, что количество свободного времени увеличивается, а рабочего снижается[31 - Robinson. *Time for Life*, 94–95.]. Это противоречит мнению Джулиет Шор, которая в своей книге *The Overworked American* («Переработавший американец») написала, что американцы в 90-х годах прошлого столетия стали работать больше на целый месяц в год по сравнению с 60-ми годами. Опросы также показали, что большинство респондентов ощущает, что у них есть максимум шестнадцать с половиной часов свободного времени в неделю[32 - Juliet Schor. *The Overworked American: The Unexpected Decline of Leisure* (New York: Basic Books, 1992), 1.].

На самом деле рабочее и свободное время не смешиваются. Если у вас есть высшее образование и хорошо оплачиваемая работа, то возрастает вероятность, что вы будете полностью загружены и у вас будет очень мало свободного

времени. Если же вы бедны, не имеете образования и испытываете трудности с поиском работы, то ваше свободное время представляет собой часы томительных размышлений о том, чем вы будете платить за квартиру. Цифры Робинсона не отражают реальность, потому что они выражают среднее арифметическое этих слишком разных сторон жизни.

Чтобы понять появление дефицита времени, следует изучить ситуацию с семьями, пишут социологи Майкл Хаут и Кэролайн Хэнли. К 2000 году, например, 75 % американок, имевших детей, работали вне дома, и многие из них – на полную ставку. Исследователи обнаружили, что работающие родители стали тратить на работу в 2000 году на тринадцать часов в неделю больше, если сравнивать этот показатель с 70-ми годами прошлого века. Представьте себе: это 676 часов, около 28 дней дополнительной работы в год. И это не считая работы по дому и воспитанию детей. Поэтому, когда члены работающих семей говорят, что они стали работать больше, – это правда. Они на самом деле стали работать больше[33 - Michael Hout and Caroline Hanley. *The Overworked American Family: Trends and Nontrends in Working Hours, 1968–2001* (рабочий доклад, Центр опросных исследований, Калифорнийский университет, Беркли, 2002) // www.ucdata.berkeley.edu/rsf_census/papers/Working_Hours_HoutHanley.pdf (http://www.ucdata.berkeley.edu/rsf%20census/papers/Working_Hours_HoutHanley.pdf). Разрешение на цитирование было получено автором по электронной почте 15 января 2013 года.].

Любовь

Во время многих наших разговоров Джон Робинсон уверенно говорил мне, что мужчины и женщины все больше и больше становятся равными. Он даже назвал их «андрогинами времени», потому что, по его мнению, за последние десятилетия мужчины стали делать больше работы по дому и ухаживать за детьми, а женщины стали больше работать вне дома. И на самом деле его объемный доклад в Париже был посвящен тому, что, по его словам, было всемирным временным взаимопроникновением.

Это правда, общее время, которое отцы и матери тратят на оплачиваемую и неоплачиваемую работу, не сильно отличается. В среднем в семьях с двумя работающими членами семьи мужчины трудятся 67 часов в неделю, а

женщины – 71. При этом важно не общее время, а как оно тратится. Мужчины на тринадцать часов в неделю больше, чем женщины, проводят в офисе[34 - Bianchi, Robinson, and Milkie. Changing Rhythms. У отцов рабочая неделя составляет примерно 46,5 часа в неделю по сравнению с 33 часами в неделю у матерей.]. Женщины, даже если работают, в два раза больше времени тратят на детей и дела по дому, – об этом написал социолог Эрли Хошчайлд в 1989 году в передовой для своего времени работе «Во вторую смену». И эта разница в рабочих часах во многом объясняет, почему женщины отстают от мужчин в зарплате, продвижении по службе и лидерстве практически в любой сфере деятельности.

Что касается работы по дому, то Симона де Бовуар очень верно написала, что «это больше похоже на сизифов труд... чистое становится грязным, грязное вы делаете чистым, и так далее, и так далее... день за днем». И этим занимаются в большинстве своем женщины. Несмотря на то что по сравнению с 60-ми годами мужчины стали больше уделять внимания работе по дому, женщины все равно проводят в два раза больше времени за уборкой. С 1965 по 1985 год мужчины увеличили количество времени, затрачиваемого на еженедельную работу по дому, с четырех до десяти часов в неделю, но немного уменьшили его в 2003 году – до девяти с небольшим часов. С тех пор это время не увеличилось ни на минуту[35 - Suzanne M. Bianchi. Family Time and Time Allocation in American Families // Workplace Flexibility 2010 Program Paper // www.workplaceflexibility.org/images/uploads/program_papers/bianchi_family_change_and_time_allocation_in_american_families.pdf (http://www.workplaceflexibility.org/images/uploads/%C2%ADprogram_papers/bianchi_family_change_and_time_allocation_in_american_families.pdf) 8.].

Изучение работы по дому в Великобритании показало, что мужчины предпочитают делать те дела, которые им нравятся, например готовить еду или ходить по магазинам. Женщинам же остается все остальное, вне зависимости от того, нравится им это или нет[36 - Лесли Страттон, интервью по телефону, взятое автором по поводу ее работы с Еленой Станканелли, июнь 2012 года.]. Четверть итальянских мужчин не утруждает себя домашними делами совсем. Мужчины в Японии и Южной Корее ежедневно тратят меньше одного часа в день на домашние дела[37 - Италия: Carla Power. Staying Home with Mamma // Newsweek, August 13, 2000 // www.thedailybeast.com/newsweek/2000/08/13/staying-home-with-mamma.html (http://www.thedailybeast.com/newsweek/2000/08/13/staying-home-with-mamma.html); Япония и Южная Корея: Veerle Miranda. Cooking, Caring and Volunteering: Unpaid Work Around the World // OECD Social, Employment, and Migration Working Papers, No. 116 (OECD Publishing, 2011) // www.oecd-ilibrary.org/workingpapers/workingpaper-no-116].

ilibrary.org/social-issues-migration-health/cooking-caring-and-volunteering-unpaid-work-around-the-world_5kghrjm8s142-en (http://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/cooking-caring-and-volunteering-unpaid-work-around-the-world_5kghrjm8s142-en), 13.]. В Южной Африке женщины тратят на работу по дому и уход за детьми в три раза больше времени, чем мужчины, даже если они работают, а их мужья сидят дома[38 - Mario S. Floro and Hitomi Komatsu. Labor Force Participation, Gender and Work in South Africa: What Can Time Use Data Reveal? // Journal of Feminist Economics 17, Issue 4, November 3, 2011 // www.american.edu/cas/economics/pdf/upload/2011-2.pdf (<http://www.american.edu/cas/economics/pdf/upload/2011%E2%80%932.pdf>). «Несправедливо высокая загруженность домашними делами, – утверждают исследователи, – влияет не только на способность женщин трудиться, но и на поиск работы, обучение и/или социализацию вне семьи». Неудивительно, пишут авторы, что женщинам сложнее выбрать работу, чем мужчинам.]. Новые исследования показывают зависимость времени, затрачиваемого женщинами на домашнее хозяйство, от их заработка. Чем больше зарабатывает женщина, тем меньше иных забот она на себя берет[39 - Sanjiv Gupta et al. Economic Inequality and Housework // Dividing the Domestic: Men, Women, and Household Work in Cross-National Perspective, ed. Judith Tres and Sonja Drobni (Stanford: Stanford University Press, 2010), 105–124.]. Это не означает, что ее партнер делает больше, – женщина с высокими доходами просто плавно снижает свое участие в домашних делах или оплачивает услуги домработницы.

Ученые называют этот дисбаланс между оплачиваемой работой и неоплачиваемыми домашними делами гендерным разделением труда, и, как они утверждают, такое разделение существует уже давно. Изучавшая жизнь немецких пар экономист из Берлина Мириам Бебло объяснила мне, что даже если партнеры договариваются о равном распределении обязанностей по дому и начинают жить вместе еще до брака и рождения детей, то женщины все равно выполняют больше дел по хозяйству, в то время как мужчины наслаждаются свободным временем. А когда пара вступает в официальные отношения, то соотношение времени, которое тратится на домашние дела, еще больше сдвигается в сторону женского труда[40 - Katherin Barg and Miriam Beblo. Does «Selection into Specialization» Explain the Differences in Time Use Between Married and Cohabiting Couples? An Empirical Application for Germany (доклад представлен на Международной конференции социоэкономических исследований в Германии, 30 июня – 02 июля 2010 года) // www.ces.univ-paris1.fr/membre/seminaire/GENRE/Selection_into_Specialization.pdf (http://www.ces.univ-paris1.fr/membre/seminaire/GENRE/Selection_into_Specialization.pdf).], и так до тех

пор, пока не рождается ребенок. За годы наблюдений я имела возможность убедиться в том, что количество мужчин, играющих и гуляющих с детьми, увеличивается. Они ходят в магазины за продуктами, водят ребятишек в школу и на балет. Опросы показывают, что мужчины чувствуют большую нехватку времени, чем женщины. И все же исследователи-хронометристы отмечают, что соотношение времени, которое тратят на детей матери, по отношению к затратам отцов варьируется от 2 к 1 в США, Канаде, Нидерландах и Норвегии до более чем 3 к 1 в Эстонии, Австрии, Франции и Палестине. В Южной Африке эта пропорция составляет 10 к 1[41 - Guryan, Hurst, and Kearney. Parental Education and Parental Time with Children.].

Я познакомилась с Лин Крейг, социологом и исследователем-хронометристом из Австралии. Она давно занимается проблемами дефицита времени. В Америке, как и в большинстве других развитых стран, мужчины стали заниматься детьми в три раза больше – с 2,5 часа в неделю в 1965–1985 годах до почти 7 часов в 2003 году[42 - Suzanne Bianchi, Vanessa Wight, and Sarah Raley. Maternal Employment and Family Caregiving: Rethinking Time with Children in the ATUS (доклад представлен на конференции American Time Use Survey Early Results, Бетесда, Мэриленд, 9 декабря 2005 года, 13).]. Но эти цифры не раскрывают суть, потому что матери все равно тратят на детей в два раза больше времени, говорит она. Внимательно изучая то, что на самом деле делают отцы, Крейг при анкетировании австралийских семейных пар обнаружила, что мужчины больше тратят времени на развлечения. Несмотря на то что отцы стараются многое делать для детей, они предпочитают с ними играть. Матери же считаются родителями «по умолчанию»: они делают все остальное. «Большая часть домашних дел и воспитания детей осуществляется мужчинами в присутствии их жен. Поэтому мужчины лишь помогают, – объясняет Крейг, – это не игра на равных. То, что делают отцы, не освобождает матерей и не облегчает им нагрузку»[43 - Lyn Craig. Does Father Care Mean Fathers Share? A Comparison of How Mothers and Fathers in Intact Families Spend Time with Children // Gender & Society 20, no. 2 (April 2006): 259–281, doi:10.1177/0891243205285212 (<http://dx.doi.org/10.1177/0891243205285212>).].

Сьюзан Бианки, исследователь-хронометрист из Калифорнийского университета, рассказала мне, что, несмотря на выводы ученых, которые демонстрируют, что современные матери тратят на детей гораздо больше времени, чем полвека назад, исследователи все равно считают его недостаточным. «Броские заголовки исследований, связывающих занятость матерей с ожирением детей, их плохой учебой и поведением, только подтверждают сказанное[44 - Tamar Lewin. Study Links Working Mothers to Slower Learning // New York Times, July 17,

2002; Bonnie Rochman. Are Working Moms to Blame for Childhood Obesity? // Time, February 4, 2011; John Carvel. Children of Working Mothers At Risk // Guardian, March 13, 2001.], – говорит она. – Требования к “хорошим” отцам и матерям повышаются, и особенно это касается отцов, которые должны быть вовлечены в процесс воспитания детей». По словам Сьюзан Бианки, это позволяет осознать все, что мы должны сделать для детей, и увеличение количества часов, проведенных с ними, – явно позитивный сдвиг.

Найти время – очень сложная задача. Как работающие матери могут тратить больше времени на работу и больше времени на детей? По словам Бианки, женщины с детьми выбирают более спокойную работу, не предполагающую быстрого карьерного роста, но дающую возможность правильно распределять свое время. Они не тратят много времени на уборку дома и либо живут с вечно неухоженными домашними животными и горой грязного белья, либо нанимают помощниц по дому. У них остается очень мало времени на уход за собой. Они уделяют мало времени мужьям или партнерам. Они меньше спят. Как заметил один ученый на этой конференции: «Говорить с работающей матерью о сне – это то же самое, что говорить с голодным мужчиной о еде».

У женщин с детьми нет времени на игру.

Игра

В один из вечеров во время парижской конференции я встретила Лин Крейг на ужине в университетском квартале и задала вопрос о свободном времени. Она ответила, что когда-то мужчины, занимающиеся хронометрическими исследованиями, связывали работу по дому и уход за детьми со свободным временем[45 - Интервью автора с Лин Крейг, Ориэль Салливан и Ким Фишер, Париж, июль 2010 года.]. Это объяснялось тем, что мужчины проводили большую часть дня на работе и считали, что пребывание дома с детьми было не чем иным, как свободным временем. Но женщины, занимающиеся теми же исследованиями, опровергли эту точку зрения, утверждая, что работа по дому и воспитание детей – это не праздное времяпрепровождение. Более того, они обнаружили, что свободное время у мужчин и женщин значительно различается как количеством, так и качеством.

У мужчин оно относительно неизменно с давних пор, а вот работающие матери стали жертвовать буквально каждой минутой личного времени, чтобы проводить его с детьми. Больше не существует «чистого» свободного времени, которое мы могли бы потратить за разговорами в кафе, за разгадыванием кроссвордов или на вечерних посиделках, как это было в 60-х годах XX века. Выходные теперь почти полностью посвящаются детям: спорту, соревнованиям, музеям, зоопаркам, музыкальным занятиям. Семьи проводят вместе больше времени, чем когда-либо: поехать в ресторан на ужин теперь означает поехать всей семьей. Время, которое женщины тратят на себя и на общение со взрослым окружением, снизилось на 7 часов в неделю с 1975 по 2000 год. А у работающих матерей еще сильнее: у них осталось 9 «чистых» часов в неделю для отдыха и развлечений и 15 часов общего свободного времени[46 - Suzanne Bianchi, Sara Raley, and Melissa Milkie. What Gives When Mothers Are Employed? Time Allocation of Employed and Nonemployed Mothers: 1975 and 2000 (College Park: Department of Sociology and Maryland Population Research Center, University of Maryland, 2005) // www.levyinstitute.org/pubs/CP/conf_oct05_papers/bianchi-paper.pdf (http://www.levyinstitute.org/pubs/CP/conf_oct05_papers/bianchi-paper.pdf). См. таблицы 5 и 6. Для получения информации о том, насколько свободное время у родителей зависит от их социального и экономического положения, см. также Almudena Sevilla-Sanz, Jose Ignacio Gimenez-Nadal, and Jonathan Gershuny. Leisure Inequality in the U.S.: 1965–2003 (working paper, Department of Sociology, University of Oxford, 2011) // www.sociology.ox.ac.uk/documents/working-papers/2010/swp101.pdf (<http://www.sociology.ox.ac.uk/documents/working-papers/2010/swp101.pdf>)].

Мужчинам свойственно непрерывно проводить время почти за любым занятием, будь то работа или отдых: игра в гольф, рыбалка или просмотр спортивных телепередач по воскресеньям. К примеру, по сравнению с итальянками мужчины из этой страны проводят за развлечениями около полутора часов непрерывно каждый день[47 - Там же. См. также Gender Brief // OECD Social Policy Division, March 2010 // www.oecd.org/social/family/44720649.pdf (<http://www.oecd.org/social/family/44720649.pdf>), 16.]. Свободное время у женщин распадается на мелкие частицы, которые не могут стать для них достаточными: десять минут здесь, двадцать минут там. Исследователи называют это «эпизодами»[48 - Bianchi, Robinson, and Milkie. Changing Rhythms, chap. 5.]. Это «переходное» время я обнаружила и в своих дневниках: оно наступает, когда заканчивается одно дело и свободных минут остается настолько мало, что приходится переходить к следующему пункту плана на день.

По словам Крейг, свободное время у женщин с детьми постоянно прерывается и подвергается ментальному «загрязнению». И вообще, насколько оно «свободно», если есть задачи, которые приходится постоянно решать? «Женщина постоянно думает о том, что необходимо семье, даже на эмоциональном уровне, – говорит Крейг. – Это напоминает работу метрдотеля. Все ли довольны? Всем ли хорошо? В целом проводить время со своей семьей – это хорошо, в этом есть удовольствие, но это также приносит определенный стресс. Вы можете плавать в бассейне. Это считается свободным временем, но краем глаза вы постоянно следите за ребенком. Вы не расслабляетесь. Это как служба в пожарной части. Вы постоянно тренируетесь и ждете вызова. Вы находитесь в состоянии постоянной готовности».

Рэйчел Коннелли, специалист по экономике труда в Боудин-колледже, изучила те же дневники времени, которые анализировал Джон Робинсон, вычла все свободное время, когда матери ощущали состояние «боевой готовности», и пришла к отличному от Робинсона выводу. «У женщин вообще нет никакого свободного времени», – сказала она мне позже[49 - Рэйчел Коннелли, интервью с автором, осень 2009 года и последующее письмо по электронной почте также осенью 2009 года. Также Jean Kimmel and Rachel Connolly. Mothers' Time Choices: Caregiving, Leisure, Home Production, and Paid Work // Journal of Human Resources 42, no. 3 (2007): 643-681.].

После ужина мы с Крейг прогулялись по темнеющим улицам Парижа, разговаривая о путях решения проблем, касающихся нехватки времени. Крейг, стройная шатенка с волосами до плеч, отличается живым интересом ученого и той страстью, что свойственна адвокатам. А еще она очень легко располагает к себе. «Чего не хватает в разговорах о том, чтобы получить “все и сразу”, – говорит она, – это признания того, что если останется существующий порядок вещей, то женщины не смогут добиться всего сами, у них на это не хватит времени. Они не смогут одновременно больше работать и больше уделять внимания детям без серьезных стрессов. Женщины не смогут перейти этот порог без сдвига в поведении окружающих. Пока мужчины не сократят свое рабочее время и не станут помогать по дому, пока культура не изменится и родители не получают должную поддержку, женщины больше не в состоянии ничего сделать сами. Они уже сделали все, что могли. Я не знаю, что они еще могли бы придумать». Однако есть одно исключение, говорит она, пока мы идем по тихим улицам. Оказывается, в Дании 80 % матерей работают, и большинство из них делают это полный рабочий день. И все же у них не только остается примерно столько же свободного времени, сколько у их мужей, но еще есть в запасе и «чистое» свободное время, которому могут позавидовать мужчины и

женщины в других странах, где Крейг проводила исследование.

И я подумала: «Я должна это увидеть!»

Несколько месяцев назад после изучения моих дневников Джон Робинсон был убежден, что ему в моем лице встретился настолько сложный случай, что мне необходимы особые занятия по поиску свободного времени. Он мне тогда прямо сказал: «Если вы не поедете в Париж и не сможете найти время, чтобы отдохнуть, то тогда с вами действительно происходит что-то не то». В последний день парижской конференции Джон Робинсон взял меня под руку и сказал, что настало время для заключительного урока.

Он пригласил меня на обед. Я надела джинсы, зеленую пятидолларовую футболку и шлепанцы, потому что иначе я чувствовала бы себя невыносимо на этой жаре. Робинсон был одет в зеленую трикотажную рубашку с коротким рукавом, которая явно нуждалась в стирке, и мокасины на резиновой подошве. В руках у него был поношенный пластиковый портфель. Я предположила, что обедать мы будем в каком-нибудь бистро.

Мы садимся в такси, и Робинсон просит отвезти нас на площадь Согласия к началу Елисейских Полей. Мы выходим у знаменитого пятизвездочного отеля H?tel de Crillon, построенного в 1758 году и изначально спроектированного в качестве дворца. Здесь Бенджамин Франклин подписал с французами соглашение, в котором они признали Декларацию независимости. Напротив того места, где я стою, Людовик XVI лишился головы во время французской революции. Отель похож на Версальский дворец. Публика проходит мимо в костюмах, сшитых на заказ. Женщины одеты в мини, на ногах у них туфли с высокими каблуками. По всему видно, что они не ходят за покупками в недорогие сетевые магазины. Никогда.

С замиранием сердца я захожу вслед за Робинсоном в отель. Моя обувь громко шлепает по мраморным полам. Вышколенный персонал отеля, не моргнув глазом, проводит нас в зал ресторана, он весь в позолоте и зеркалах. Робинсон пригласил с собой Джонатана Гершуни, известного ученого-хронометриста из Оксфорда, чтобы тот поделился со мной секретами свободного времени. Под мягким светом хрустальной люстры XIX века мужчины заказывают фрикадельки из перепелов в укусе шардоне, а я – морского леща с овощами, листьями нори и соком рукколы. Джон и Джонатан сейчас заняты новым исследованием, которое позволит представителям любой профессии увидеть, как они преувеличивают

время своей работы по сравнению с реальным[50 - John Robinson et al. The Overestimated Workweek Revisited // Monthly Labor Review 134, no. 6 (June 2011): 43-53 // www.bls.gov/opub/mlr/2011/06/art3exc.htm (http://www.bls.gov/opub/mlr/2011/06/art3exc.htm).]. Бездельники все.

Робинсон считает, что найти свое свободное время – значит отыскать путь к хорошей жизни. Это требует значительных усилий. Одно время он вел дневник, где записывал, как тратит время. Тогда он работал над крупным проектом и каждый день засиживался на работе до одиннадцати часов вечера: «Я считал, что работал сто часов на той неделе. Но когда все точно проверил, оказалось, всего семьдесят два. Вот тогда я и стал скептически относиться к утверждениям людей об их времени. Я решил изменить свою жизнь, после того как осознал, что она проходила совсем не так, как я хотел. Я стал много путешествовать и выбираться куда-нибудь по вечерам. Поэтому теперь я говорю “день без живой музыки – это как день без солнца”». Робинсон разведен, у него двое взрослых детей. Он живет один. Иногда он садится в вашингтонское метро с газетой The Washington Post с воскресной вкладкой и едет сам не зная куда. Он выходит на поверхность, когда ему вздумается, и идет дальше навстречу приключениям. Джон смотрит поздние передачи по телевизору, потому что может себе это позволить. Он совершает ежедневные трехкилометровые пробежки. Зиму проводит в своей квартире в Беркли. Он почетный член Общества любителей бельгийского пива. Каждый год Джон ездит на веселый и бесшабашный фестиваль Burning Man, который проходит в пустыне Невады и всегда завершается сжиганием огромной деревянной статуи человека.

Несколько дней назад Робинсон преподавал мне первый урок свободного времени: развлечения ради он отвел меня в дешевый секонд-хенд свадебных платьев недалеко от железнодорожной станции. Я покорно стояла возле него, а он рылся на полках с одеждой, пока у меня не заболела голова и я не была вынуждена сесть.

– Вы знаете, – сказала я, – я ненавижу походы по магазинам.

– Правда? – он изобразил неподдельное удивление. – А я думал, что мы будем заниматься этим целый день!

На другом «уроке» Робинсон сказал мне, что, чтобы найти свободное время, нужно отставить остальные дела в сторону. Это сродни уборке в чьем-то (читай: его) кабинете. Он наконец-то пустил меня туда после того, как я стала посещать

его занятия по управлению временем. «Надо еще уметь зайти сюда», – предупредил он, открывая передо мной дверь. Бумаги, книги, коробки, папки, доски для графиков, фотографии и горы всего подобного лежали везде: на мебели, на полу и на том, что должно было оказаться письменным столом. Его кабинет выглядел так, будто он тащил сюда все, что попадет под руку, и по всему этому однажды прошелся ураган. «Я хотел здесь прибраться», – пожал он плечами и смахнул бумаги на пол, освобождая мне небольшое место на диване, покрытом красным бархатом. Таким образом, я даже смогла присесть.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию (<http://www.litres.ru/bridzhid-shulte/mne-nekogda-v-poiskah-svobodnogo-vremeni-v-epohu-vseobschego-ceytnota/?lfrom=201227127>) 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.

notes

Сноски

Примечания, не заключенные в квадратные скобки, – авторские библиографические примечания.

2

«Безумное свидание» (англ. Date Night) – комедия режиссера Шона Леви (2010). Главные герои фильма – супруги Фостер – хотят реанимировать отношения, которые стали рутинной, но сталкиваются с массой трудностей.

3

Уолт Уитмен (1819–1892) – американский поэт, публицист, реформатор американской поэзии, автор нескольких поэтических сборников.

4

Статистические данные в этой книге отображают положение дел в США, если не указано иное. В какой-то мере их можно считать усредненными и применимыми по отношению к европейским странам.

5

Система национальных счетов – система макроэкономических показателей, применяемых для измерения общественного продукта, национального дохода и других макроэкономических переменных (например, валового внутреннего продукта, национального сбережения, конечного потребления и др.).

6

От англ. International Association for Time Use Research.

7

Bossypants («Распоряжалкин») – автобиографическая юмористическая книга американской комедийной актрисы и писательницы. С момента публикации в США в 2011 году было продано более одного миллиона экземпляров.

8

Издана на русском языке: Сэндберг Ш. Не бойся действовать. М.: Альпина Паблишер, 2014.

Комментарии

1

Brigid Schulte. The Test of Time: A Busy Working Mother Tries to Figure Out Where All Her Time Is Going // Washington Post, January 17, 2010.

2

Benjamin Kline Hunnicutt. Leisure and Play in Plato's Teaching and Philosophy of Learning // Leisure Sciences 12 (1990): 211-227. Hunnicutt, интервью автора, October 21, 2009.

3

John P. Robinson and Geoffrey Godbey. Time for Life: The Surprising Ways Americans Use Their Time (University Park: Pennsylvania State University Press, 1997), 95.

4

Там же, 43-56, 82-153.

5

Там же, 236-238. см. с. 237 для «шкалы цейтнота».

6

Там же, 34.

7

Pauline Maier et al. *Inventing America* (New York: W. W. Norton, 2003), 693–694.

8

GPI Atlantic, *Developing a Community Genuine Progress Index: Materials for Community Development Planners*, vol. 2, Appendix 3: Time Use & Health, 2003, 234–268 // www.gpiatlantic.org/pdf/communitygpi/vol2appendix03.pdf (<http://www.gpiatlantic.org/pdf/communitygpi/vol2appendix03.pdf>). См. также Jonathan Gershuny. *Time-Use Surveys and the Measurement of National Well-Being* (Oxford: University of Oxford, Centre for Time Use Research, 2011).

9

Робинсон, интервью с автором по телефону, электронной почте и лично в Колледж-Парк, Мэриленд, с 2009 по 2011 год. Также Alexander Szalai, ed. *The Use of Time: Daily Activities of Urban and Suburban Populations in Twelve Countries* (The Hague: Mouton, 1973).

10

John P. Robinson and Geoffrey Godbey. *Time for Life*, 323. Ознакомиться с методологией сбора данных для расширенного Национального исследования сценариев жизнедеятельности людей (NHAPS) можно в работе J. Robinson & J. Blair. *Estimating Exposure to Pollutants Through Human Activity Pattern Data: The National Micro-Environmental Activity Pattern Survey // Annual Report, Survey Research Center* (College Park: University of Maryland, 1995). См. также *The National Human Activity Pattern Survey (NHAPS): A Resource for Assessing Exposure to Environmental Pollutants // Journal of Exposure Analysis and Environmental Epidemiology* 11 (2001): 231–252, doi:10.1038/sj.jea.7500165 (<http://dx.doi.org/10.1038/sj.jea%20.7500165>).

11

International Association for Time Use Research // www.iatur.org/
(<http://www.iatur.org/>).

12

Bureau of Labor Statistics. American Time Use Survey // www.bls.gov/tus/
(<http://www.bls.gov/tus/>). Изучение времени – не точная наука. Участники опроса домохозяйств, проводившегося Бюро переписи в течение восьми месяцев, звонили социологам и рассказывали, как они провели предыдущие двадцать четыре часа, начиная с полуночи. Затем, опираясь на полученные данные, исследователи составляли общие статистические отчеты за неделю, состоявшую из «типичных» дней, как если бы каждый вторник был похож на каждый четверг, а «тяжелые» понедельники не отличались от «веселых» пятниц. По словам Робинсона, ведение более длительных дневников дало бы более точные результаты, но эта задача представляла бы для респондентов значительную сложность, и ее никто бы не выполнил. Социологи собирают такие хронометрические данные, чтобы понять наш образ жизни, узнать, как мы работаем, насколько приближаемся к гендерному равенству и сколько времени тратим на отдых и развлечения.

13

Suzanne M. Bianchi, John P. Robinson, and Melissa A. Milkie. *Changing Rhythms of American Family Life* (New York: Russell Sage Foundation, 2006), 53–58.

14

John P. Robinson. Time Use and Qualities of Life // Social Indicators Research: Special Issue (IATUR Conference, Washington, D.C., 2007).

15

Kristen Gerancher. The Economic Value of Housework: New Survey to Track Women-Dominated Labor // CBS.MarketWatch.com, 2001 (Washington, D.C.: Center for Partnership Studies, 2012) // www.partnershipway.org/learn-more/articles-by-riane-eisler/economics-business-organizational-development/the-economic-value-of-housework (<http://www.partnershipway.org/learn-more/articles-by-riane-eisler/economics-business-organizational-development/the-economic-value-of-housework>). Также Janet C. Gornick and Marcia K. Meyers, eds. Gender Equality: Transforming Family Divisions of Labor // the Real Utopias Project, vol. 6 (New York: Verso, 2009).

16

www.iatur.org (<http://www.iatur.org/>). В 1995 году Всемирная конференция ООН по положению женщин призвала национальные и международные социологические службы измерять неоплачиваемый женский труд и отражать его денежный эквивалент в ВВП. По состоянию на 2013 год мало что изменилось. См. также www.levyinstitute.org/pubs/wp_541.pdf (http://www.levyinstitute.org/pubs/wp_541.pdf).

17

Peter Brown and Helen Perkins. Fathers' Juggling Time Between Work, Leisure and Family (lecture, IATUR Time-Budgets and Beyond: The Timing of Daily Life conference, Paris, 2010).

18

Linda Duxbury and Chris Higgins. Work-Life Conflict in Canada in the New Millennium: Key Findings and Recommendations from the 2001 National Work-Life Conflict Study // Report 6 (Health Canada, January 2009) // www.hc-sc.gc.ca/ewhsemt/pubs/occup-travail/balancing_six-equilibre_six/sum-res-eng.php (http://www.hc-sc.gc.ca/ewhsemt/pubs/occup-travail/balancing_six-equilibre_six/sum-res-eng.php), с. 7. См. на с. 19 и 21 подробную информацию об ущербе. И мужчины, и женщины отметили, что их свободное время уменьшилось на 40 % по сравнению с предыдущим десятилетием.

19

Nicole Samuel, ed. Women, Leisure, and the Family in Contemporary Society: A Multinational Perspective (Wallingford, CT: CAB International, 1996), 9.

20

Steven Philip Kramer. Mind the Baby Gap // New York Times, April 18, 2012.

21

Suzanne M. Bianchi, John P. Robinson, and Melissa A. Milkie. Changing Rhythms of American Family Life, 55–57 (см. гл. 1). В среднем, если учитывать только рабочее время, в 2000 году у трудящихся матерей рабочая неделя составляла 71 час. Это равно десятичасовому рабочему дню на протяжении семи дней в неделю, если учитывать оплачиваемое время и неоплачиваемое выполнение домашних обязанностей, и этот показатель на один час в день превышает аналогичный за

1975 год. У матерей-одиночек рабочая неделя в 2000 году на два часа в день превысила аналогичный показатель 1975 года. У матерей-домохозяек время занятости выросло на один час в день: до 52 часов в неделю по сравнению с 1975 годом, когда они были заняты 47 часов в неделю. Загруженность на работе у женатых отцов также выросла, но ненамного. За период с 1975 по 2000 год они сократили количество рабочих часов, но на 45 минут в день увеличили время, затрачиваемое на выполнение работы по дому и уход за детьми. В развитых странах общая продолжительность рабочего времени увеличивается как у мужчин, так и у женщин. Из-за выросшего количества времени, которое проводится с детьми, у родителей из Америки и Австралии рабочие дни являются самыми продолжительными. См. также Lyn Craig. Parenthood, Gender and Work-Family Time in the United States, Australia, Italy, France, and Denmark // *Journal of Marriage and Family* 72, no .5 (October 2010): 1344-1361, doi:10.1111/j.17413-737.2010.00769.x (<http://dx.doi.org/10.1111/j%20.17413%E2%80%93737.2010.00769.x>).

22

Kerstin Aumann, Ellen Galinsky, and Kenneth Matos. *The New Male Mystique* (New York: Families and Work Institute, 2011). Результаты исследований Института показывают, что все большее количество мужчин в семьях, где оба члена работают, испытывают конфликт между рабочим временем и домашними обязанностями. Их количество выросло с 35 % в 1977 году до 60 % в 2008 году, и это превышает аналогичный показатель у женщин, испытывающих стресс, количество которых выросло с 41 до 47 % за аналогичный период: www.familiesandwork.org/site/research/reports/newmalemystique.pdf (<http://www.familiesandwork.org/site/research/reports/newmalemystique.pdf>). См. также Brad Harrington, Fred Van Deusen, and Beth Humberd. *The New Dad: Caring, Committed, and Conflicted* (Boston: Boston College Center for Work & Family, 2011) // www.bc.edu/content/dam/files/centers/cwf/pdf/FH-Study-Web-2.pdf (<http://www.bc.edu/content/dam/files/centers/cwf/pdf/FH-Study-Web-2.pdf>).

23

Tom W. Smith et al. *General Social Surveys, 1972–2010* (в электронном виде) (Chicago: National Opinion Research Center, 2011) // www3.norc.org/GSS+Website/ (<http://www3.norc.org/GSS+Website/>). Во время исследования задавался вопрос: «Как вы ощущаете свое время в целом, можете ли сказать, что вы спешите и торопитесь всегда, иногда или почти никогда?», затем полученные данные сортировались по полу респондента и количеству его детей. Этот вопрос задавался в 1982, 1996 и 2004 годах.

24

Martha C. White. *Under the Covers, in the Tub: We'll Shop Anywhere* // www.today.com/under-covers-well-shop-anywhere938774?franchiseslug=todaymoneymain (<http://www.today.com/under-covers-well-shop-anywhere938774?franchiseslug=todaymo%C2%ADneymain>), August 13, 2012.

25

Эллен Галински, телефонное интервью с автором, сентябрь 2011 года. Она приводит выдержки из исследований Института семьи и трудовой занятости, проводившихся в 2002 и 2008 годах, National Study of the Changing Workforce, а также отчет 2004 года *Overwork in America: When the Way We Work Becomes Too Much*.

26

Marybeth J. Mattingly and Liana C. Sayer. *Under Pressure: Gender Differences in the Relationship Between Free Time and Feeling Rushed* // *Journal of Marriage and Family* 68 (2006): 205–221, doi:10.1111/j.17413-737.2006.00242.x (<http://dx.doi.org/10.1111/j%20.17413%E2%80%93737.2006.00242.x>).

27

Kim Parker. The Harried Life of the Working Mother // Pew Research Center, October 1, 2009 // www.pewsocialtrends.org/2009/10/01/the-harried-life-of-the-working-mother/ (<http://www.pewsocialtrends.org/2009/10/01/the-harried-life-of-the-working-mother/>).

28

Kim Parker and Wendy Wang. Modern Parenthood: Roles of Moms and Dads Converge as They Balance Work and Family // Pew Research Center, March 14, 2013 // www.pewsocialtrends.org/2013/03/14/modern-parenthood-roles-of-moms-and-dads-converge-as-they-balance-work-and-family/ (<http://www.pewsocialtrends.org/2013/03/14/modern-parenthood-roles-of-moms-and-dads-converge-as-they-balance-work-and-family/>). Исследователи из Центра имени Джозефа и Мэри Андерсон Пью выяснили, что после рецессии в 2013 году желание американок, имеющих детей, работать в течение неполного рабочего дня снизилось почти на 50 %. А стремление иметь работу на полную ставку выросло среди американок с 20 до 32 % с 1997 по 2012 год, особенно у матерей-одиночек и матерей, находящихся в сложном финансовом положении.

29

Там же, 12.

30

Marielle Cloin. How Busy We Are and How Busy We Feel: The Influence of Objective and Subjective Indicators on the Perceived Work-Life Balance in the Netherlands

(доклад IATUR Time-Budgets and Beyond).

31

Robinson. Time for Life, 94-95.

32

Juliet Schor. The Overworked American: The Unexpected Decline of Leisure (New York: Basic Books, 1992), 1.

33

Michael Hout and Caroline Hanley. The Overworked American Family: Trends and Nontrends in Working Hours, 1968-2001 (рабочий доклад, Центр опросных исследований, Калифорнийский университет, Беркли, 2002) // [www.ucdata.berkeley.edu/rsf census/papers/Working_Hours_HoutHanley.pdf](http://www.ucdata.berkeley.edu/rsf%20census/papers/Working_Hours_HoutHanley.pdf) (http://www.ucdata.berkeley.edu/rsf%20census/papers/Working_Hours_HoutHanley.pdf).
Разрешение на цитирование было получено автором по электронной почте 15 января 2013 года.

34

Bianchi, Robinson, and Milkie. Changing Rhythms. У отцов рабочая неделя составляет примерно 46,5 часа в неделю по сравнению с 33 часами в неделю у матерей.

35

Suzanne M. Bianchi. Family Time and Time Allocation in American Families //

Workplace Flexibility 2010 Program Paper //

www.workplaceflexibility.org/images/uploads/program_papers/bianchi_family_change_and_time_allocation.pdf

(http://www.workplaceflexibility.org/images/uploads/%C2%ADprogram_papers/bianchi_family_change_and_time_allocation.pdf), 8.

36

Лесли Страттон, интервью по телефону, взятое автором по поводу ее работы с Еленой Станканелли, июнь 2012 года.

37

Италия: Carla Power. Staying Home with Mamma // Newsweek, August 13, 2000 //

www.thedailybeast.com/newsweek/2000/08/13/staying-home-with-mamma.html

(<http://www.thedailybeast.com/newsweek/2000/08/13/staying-home-with-mamma.html>);

Япония и Южная Корея: Veerle Miranda. Cooking, Caring and

Volunteering: Unpaid Work Around the World // OECD Social, Employment, and

Migration Working Papers, No. 116 (OECD Publishing, 2011) //

www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/cooking-caring-and-volunteering-unpaid-work-around-the-world_5kghrjm8s142-en

(http://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/cooking-caring-and-volunteering-unpaid-work-around-the-world_5kghrjm8s142-en), 13.

38

Mario S. Floro and Hitomi Komatsu. Labor Force Participation, Gender and Work in South Africa: What Can Time Use Data Reveal? // Journal of Feminist Economics 17, Issue 4, November 3, 2011 // www.american.edu/cas/economics/pdf/upload/2011-2.pdf (<http://www.american.edu/cas/economics/pdf/upload/2011%E2%80%932.pdf>).

«Несправедливо высокая загруженность домашними делами, – утверждают исследователи, – влияет не только на способность женщин трудиться, но и на поиск работы, обучение и/или социализацию вне семьи». Неудивительно, пишут авторы, что женщинам сложнее выбрать работу, чем мужчинам.

39

Sanjiv Gupta et al. Economic Inequality and Housework // Dividing the Domestic: Men, Women, and Household Work in Cross-National Perspective, ed. Judith Tres and Sonja Drobni (Stanford: Stanford University Press, 2010), 105–124.

40

Katherin Barg and Miriam Beblo. Does «Selection into Specialization» Explain the Differences in Time Use Between Married and Cohabiting Couples? An Empirical Application for Germany (доклад представлен на Международной конференции социоэкономических исследований в Германии, 30 июня – 02 июля 2010 года) // www.ces.univ-paris1.fr/membre/seminaire/GENRE/Selection_into_Specialization.pdf (http://www.ces.univ-paris1.fr/membre/seminaire/GENRE/Selection_into_Specialization.pdf).

41

Guryan, Hurst, and Kearney. Parental Education and Parental Time with Children.

42

Suzanne Bianchi, Vanessa Wight, and Sarah Raley. Maternal Employment and Family Caregiving: Rethinking Time with Children in the ATUS (доклад представлен на конференции American Time Use Survey Early Results, Бетесда, Мэриленд, 9 декабря 2005 года, 13).

43

Lyn Craig. Does Father Care Mean Fathers Share? A Comparison of How Mothers and Fathers in Intact Families Spend Time with Children // *Gender & Society* 20, no. 2 (April 2006): 259–281, doi:10.1177/0891243205285212 (<http://dx.doi.org/10.1177/0891243205285212>).

44

Tamar Lewin. Study Links Working Mothers to Slower Learning // *New York Times*, July 17, 2002; Bonnie Rochman. Are Working Moms to Blame for Childhood Obesity? // *Time*, February 4, 2011; John Carvel. Children of Working Mothers At Risk // *Guardian*, March 13, 2001.

45

Интервью автора с Лин Крейг, Ориэль Салливан и Ким Фишер, Париж, июль 2010 года.

46

Suzanne Bianchi, Sara Raley, and Melissa Milkie. What Gives When Mothers Are Employed? Time Allocation of Employed and Nonemployed Mothers: 1975 and 2000 (College Park: Department of Sociology and Maryland Population Research Center, University of Maryland, 2005) // www.levyinstitute.org/pubs/CP/conf_oct05_papers/bianchi-paper.pdf (http://www.levyinstitute.org/pubs/CP/conf_oct05_papers/bianchi-paper.pdf). См. таблицы 5 и 6. Для получения информации о том, насколько свободное время у родителей зависит от их социального и экономического положения, см. также Almudena Sevilla-Sanz, Jose Ignacio Gimenez-Nadal, and Jonathan Gershuny. Leisure Inequality in the U.S.: 1965–2003 (working paper, Department of Sociology, University of Oxford, 2011) // www.sociology.ox.ac.uk/documents/working-papers/2010/swp101.pdf (<http://www.sociology.ox.ac.uk/documents/working-papers/2010/swp101.pdf>).

47

Там же. См. также Gender Brief // OECD Social Policy Division, March 2010 // www.oecd.org/social/family/44720649.pdf (<http://www.oecd.org/social/family/44720649.pdf>), 16.

48

Bianchi, Robinson, and Milkie. Changing Rhythms, chap. 5.

49

Рэйчел Коннелли, интервью с автором, осень 2009 года и последующее письмо по электронной почте также осенью 2009 года. Также Jean Kimmel and Rachel Connelly. Mothers' Time Choices: Caregiving, Leisure, Home Production, and Paid Work // *Journal of Human Resources* 42, no. 3 (2007): 643–681.

John Robinson et al. The Overestimated Workweek Revisited // Monthly Labor Review 134, no. 6 (June 2011): 43–53 // www.bls.gov/opub/mlr/2011/06/art3exc.htm (<http://www.bls.gov/opub/mlr/2011/06/art3exc.htm>).

Купить: <https://telnovel.com/bridzhid-shulte/mne-nekogda-kupit>

надано

Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: [Купити](#)