

ДИН БЕРНЕТТ



**ПОНЯТЬ,
А НЕ ПОРУГАТЬСЯ.**

**КАК НАЙТИ
ОБЩИЙ ЯЗЫК**

С РОДИТЕЛЯМИ

И ДРУГИМИ

ВЗРОСЛЫМИ



«Удивительно полезная книга,
написанная остроумно и мудро».
Адам Кей

МИОО



Посвящается Шан и Питеру Бернеттам — моим родителям.

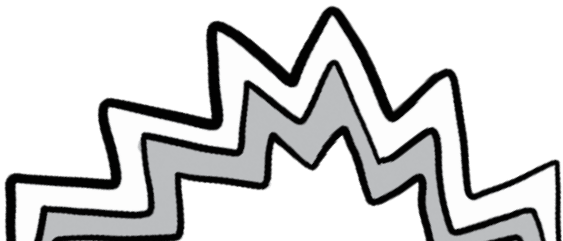
*Клянусь, когда я писал эту книгу,
я НЕ имел в виду вас.
Почти*



ОГЛАВЛЕНИЕ

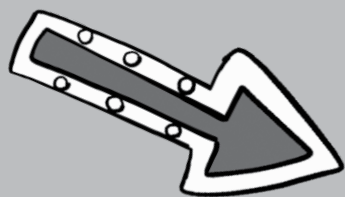


Для кого эта книга?	9
Прежде чем приступить к делу	21
Глава 1. «Здесь тебе не отель!»	25
Глава 2. «Просыпайся, а то проспишь все самое интересное!»	69
Глава 3. «Школьные годы — лучшие годы жизни»	107
Глава 4. «Откуда у тебя депрессия? У тебя и проблем-то нет!»	147
Глава 5. «Оторвись от телефона хоть на минуту!»	191
Глава 6. «Поймешь, когда вырастешь!»	233
От автора	266





**ДЛЯ КОГО
ЭТА КНИГА?**



**У ТЕБЯ ЕСТЬ
РОДИТЕЛИ?**

**ЗНАЧИТ, ЭТА КНИГА
ДЛЯ ТЕБЯ.**



Минуточку, конечно, у тебя есть родители. Если только ты не читаешь эту книгу в далеком будущем, когда придумали способ делать людей из воздуха. Вероятно, с помощью роботов.

Начнем еще раз.

Ты житель двадцать первого века, созданный родителями вида *homo sapiens* (то есть человеческого вида) одним из традиционных способов (не будем вдаваться в подробности)? И твои родители иногда кажутся тебе самыми невыносимыми людьми на свете?

Если да, то эта книга для тебя.

Последнее время ты споришь с ними по любому поводу?
Это тебя расстраивает?

В таком случае я расскажу, как... Погоди.
Я забыл представиться.



КТО Я

Привет, я Дин, и это моя книга*. Да, она была моей — и ты поймешь, что я имею в виду, если прочитаешь сноску. Пожалуйста, не забывай читать сноски. Они этого заслуживают!**

Вообще-то меня обычно называют «доктор Дин Бёрнетт», но, если мы с тобой когда-нибудь встретимся лично, можешь звать меня просто Дином. Серьезно. Не стану же я задирать нос и важничать перед тем, кто держит в руках одну из моих книг.

Но я действительно доктор. Не из тех, что просят «скажи „а-а-а“, дай-ка я загляну в твое ухо». Я доктор наук, то есть я получил докторскую степень, а ее дают, когда очень долго изучаешь какую-то одну область. В моем случае это нейронаука: исследование мозга и нервной системы. Можно сказать, что я врач-мозговед***.

Я многое узнал о человеческом мозге — столько, что стал писать об этом книги. Почти как эта. Но книга, которую ты держишь в руках, все же отличается от остальных. Она лучше, потому что она не для взрослых. Эта книга для более интересного читателя. Для тебя.

* Теперь, конечно, она твоя. Но сначала была моей.

** Никогда не знаешь, что тут обнаружишь.

*** Человеческий мозг — самый сложный объект в известной Вселенной. А ты уж сам решай, что круче — быть мозговедом или костоправом. Или зубодером.

КТО ТЫ

Будем считать, что ты подросток вида *homo sapiens*. Подросток — это любой человек на «промежуточном» этапе развития, где-то между ребенком и взрослым. Оказывается, с каждым следующим поколением этот этап начинается все раньше и раньше, и сейчас это 11–12 лет. Поверь мне — я же ученый.

Так что в этой книге под словом «подросток» я буду подразумевать и детей 10–12 лет. Поскольку с научной точки зрения люди этого возраста тоже считаются подростками*.

Итак, эта книга написана для читателей в возрасте 10–16 лет. Конечно, ее может прочитать любой человек, но, если ты попадаешь в этот возрастной промежуток, — милости просим!



Все, что будет дальше, касается лично тебя.

* Что вообще за слово такое — «подростки»? На самом деле это те, кто еще подрастает. Но гораздо прикольнее было бы называться тинейджерами, отроками или зумерами, правда?