



ДЖЕЙ БЕЛСКИ • АВШАЛОМ КАСПИ
ТЕРРИ МОФФИТТ • РИЧИ ПОУЛТОН

ПРОИСХОЖДЕНИЕ ТЕБЯ



18+

КАК ДЕТСТВО
ОПРЕДЕЛЯЕТ ВСЮ
ДАЛЬНЕЙШУЮ
ЖИЗНЬ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОТКРЫТИЯ

Психологические открытия. Книги,
которые невозможно пропустить

Джей Белски

**Происхождение тебя.
Как детство определяет
всю дальнейшую жизнь**

«ЭКСМО»

2020

УДК 159.92
ББК 88.37

Белски Д.

Происхождение тебя. Как детство определяет всю дальнейшую жизнь / Д. Белски — «Эксмо», 2020 — (Психологические открытия. Книги, которые невозможно пропустить)

ISBN 978-5-04-194922-8

Нам всем знакомо выражение о том, что корни наших побед и неудач стоит искать в детстве. Но проследив за жизнью более 4000 людей от рождения до среднего возраста, четверо выдающихся ученых Джей Белски, Авшалом Каспи, Терри Моффит и Ричи Поултон наконец-то нашли этому научное объяснение. В этой книге авторы рассказывают о том, как особенности детства превращаются в особенности взрослой жизни и что мы можем с этим сделать. В формате PDF А4 сохранён издательский дизайн.

УДК 159.92
ББК 88.37

ISBN 978-5-04-194922-8

© Белски Д., 2020
© Эксмо, 2020

Содержание

Предисловие	6
Часть I. Введение	9
1. Жизнь сквозь года	9
Часть II. Кто есть дитя? Отец мужчины	25
2. «Мятежники» и «беглецы»	25
Конец ознакомительного фрагмента.	32

**Джей Белски, Авшалом Каспи,
Терри Моффитт, Ричи Поултон
Происхождение тебя. Как детство
определяет всю дальнейшую жизнь**

Jay Belsky, Avshalom Caspi, Terrie E. Moffitt, Richie Poulton
Origins of You: How Childhood Shapes Later Life

© 2020 by Jay Belsky, Avshalom Caspi, Terrie E. Moffitt, and Richie Poulton Published by
arrangement with Harvard University Press

© Сайфуллина А. Д., перевод на русский язык, 2024

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

* * *

Предисловие

Я познакомился с Терри Моффитт в конце 1980-х, когда находился на севере Финляндии: мы приехали на международную конференцию, посвященную человеческому развитию. Теми (она предпочитает, чтобы ее называли именно так) сидела в баре отеля и разговаривала с Авшаломом Каспи, который был мне уже знаком, однако к которому я тогда относился исключительно как к старшему коллеге: нам с ним, как и с Теми, еще только предстояло стать близкими друзьями. Оказавшись рядом с Авшаломом, глубоко увлеченным беседой с Теми, я услышал, что они обсуждают половое созревание подростков. Поддавшись, как типичный житель Нью-Йорка, минутному порыву, я вклинился в разговор и произнес: «Привет, Авшалом, позволь-ка поделиться своими предположениями по поводу полового созревания».

Незадолго до этого эпизода меня до глубины души впечатлил следующий довод эволюционной биологии: истинная *цель* любого живого существа – передать свои гены детям, чтобы те передали их внукам, внуки – правнукам и так далее, из поколения в поколение. Если речь идет не о человеческой жизни, почти каждый биолог воспринимает этот довод за основополагающее правило, однако стоит обратиться к исследованиям человеческого развития, как обнаруживается, что ученые будто забывают об этой закономерности – в особенности те, которые пытаются понять, как на развитие детей влияет семья. Ученые привыкли рассматривать человеческое развитие в рамках, в которых наиболее пристальное внимание уделяется состоянию здоровья, уровню счастья и благополучия индивида, и, соответственно, большинство специалистов в области человеческого развития рассматривают жизнь с точки зрения дихотомии «здоровый – нездоровый» или «благоприятный – неблагоприятный», нежели с точки зрения репродуктивности.

Эволюционный взгляд на человеческое развитие вызывал у меня искреннее любопытство, однако мне никак не удавалось найти гипотезу, которая, будучи подтвержденной, убедила бы меня и, как я надеялся, окружающих в том, что, исследуя человеческое развитие с точки зрения эволюции, можно было бы получить уйму занятных сведений. В конце концов я пришел к предположению, которым поделился с Теми и Авшаломом и к которому никак не склоняли и даже не подталкивали привычные представления о человеческом развитии: *поскольку взросление в непростых обстоятельствах повышает вероятность гибели человека и возникновения трудностей в его развитии до появления у него потомства, неблагоприятный детский опыт должен ускорять половое созревание и, как следствие, начало сексуальной жизни и размножение*. Другими словами, физическое развитие человека, а точнее, скорость его полового созревания, зависит не только, как привыкли думать специалисты, от его психологических и поведенческих особенностей, но и от социально-экономических условий, в которых он обитает.

Стоило мне поделиться своим предположением с Авшаломом и Теми, как мы тут же сдружились, хотя Теми, возможно, оказалась мне даже ближе по духу. Почему? Потому что девушка, которая, как оказалось, приходилась Авшалому невестой, совершенно неожиданно отозвалась на мое очевидно дерзкое предположение о том, что на половое созревание человека может влиять то, в какой семье он жил. Теми не посмотрела на меня с возмущением («Что за невежа помешал нашей беседе?»), хотя я со своей ньюйоркской наглостью прямо-таки напрашивался на подобный отклик. И она не стала, в отличие от многих других людей, выражать немедленное презрение к тому, кто посягнул на якобы «священную корову» ученых о здоровых, благоприятных обстоятельствах развития, а значит, и на саму природу человеческого развития. (Как ни прискорбно, научное сообщество намного более закостенело, чем принято считать.) Наоборот, Теми прислушалась к моему заявлению и немедленно отозвалась воодушевленным: «А давайте проверим!» И мы проверили (о чем в подробностях говорится в седьмой главе), воспользовавшись сведениями, полученными в ходе многопрофильного исследова-

дования здоровья и развития жителей новозеландского города Данидин. Именно на этих сведениях в основном и сосредоточена наша книга.

Нельзя не упомянуть, что Теми и Авшалом не стали сразу придерживаться моих взглядов на человеческое развитие и слепо верить в выдвинутую мной гипотезу. Наоборот, они проявили себя как настоящие ученые: согласились с тем, что мое «предположение кажется любопытным, определенно нарушает сложившиеся устои и при этом поддается эмпирической оценке». Мне несомненно одновременно и не терпелось проверить свое предположение, и было страшновато оказаться неправым. Однако, как и мои тогда новообретенные друзья, я обитаю в мире науки, где приходится мириться с тем, как ляжет эмпирическая карта. В конце концов, что стояло на кону? То, что я мог оказаться не прав, – не более!

Как бы то ни было, именно так и началась наша долгая и прекрасная дружба. Наблюдая за тем, как продвигается работа моих друзей и коллег, я никак не мог избавиться от ощущения, что, сколько бы (заслуженного) внимания ни получали их труды в самых влиятельных научных изданиях и как много журналистов ни писали бы об итогах их деятельности в газетах, журналах и социальных сетях, большинству людей так и не удавалось понять и оценить, какой крупный вклад эти исследования внесли в общее понимание человеческого развития. Я продолжал надеяться, что какой-нибудь лауреат Пулицеровской премии – автор научной литературы обратит внимание на их исследование и напишет о нем книгу, которая найдет отклик у множества читателей. Я не сомневался, что такая книга будет продаваться огромными тиражами, однако годы шли, а никто из умелых писателей так и не стремился описать результаты исследований Авшалом и Теми (и тех, кто им помогал). В итоге я решил взять дело в свои руки. Я понимал, что пишу отнюдь не на том уровне, на котором хотел бы, поэтому предложил друзьям следующее: я постараюсь написать как можно более захватывающую книгу, в которой кратко изложу основные – однако отнюдь не все – их изыскания для неподготовленной аудитории. Мне хотелось поделиться тем озарением, даже трепетом, который снисходит на исследователя во время изучения человеческого развития, и одновременно с этим рассказать читателям, как это изучение проводилось. Именно поэтому сначала я думал, что книга будет называться «Приключения исследователей: вопросы человеческого развития». Лучше всего, решил я, будет выстроить книгу таким образом, чтобы ее можно было читать не по порядку. Мне казалось, такой подход будет удобен не только писателю, но и современному читателю, который отвлекается все быстрее и не хочет тратить время на пространные объяснения.

Поначалу мне хотелось стать «голосом» Моффитт, Каспи, а также их товарища и коллеги Ричи Поултона, с которым я и сам успел сдружиться, но с развитием этой затеи мне стало ясно, что вернее будет внести пару правок в замысел. Во-первых, я решил, что удобнее будет поделиться не только итогами исследования жизни и здоровья обитателей новозеландского Данидина, в которое я внес довольно ограниченный вклад (подробнее об этом – в 5-й и 7-й главах), но и потрясающими сведениями, которые Моффитт и Каспи добыли в ходе изучения того, как на развитие жителей Соединенного Королевства влияет внешняя среда (см. 9-ю, 10-ю и 17-ю главы). Во-вторых, меня однажды озарило, что стоит упомянуть проект, над которым я и много других людей работали почти двадцать лет. Именно поэтому в восьмой главе мы обращаемся к вопросу, который мои соавторы не изучали (как на развитие детей и подростков влияет необходимость оставаться на чужом попечении), а в седьмой главе, где говорится о влиянии семьи на половое созревание девочек, приводятся свидетельства, полученные в ходе этого третьего по счету проекта.

Поскольку эту книгу в основном писал я, хотя о том, как проводились исследования, почти везде рассказывают остальные авторы, все мы согласились с тем, что вернее будет вести повествование от первого лица множественного числа. Научные мысли в эту книгу привносил каждый из нас – сколько раз мы поздним вечером устраивали мозговой шторм, – а я решал, что из сотен исследовательских отчетов, касающихся самых разных сторон человеческого развития

и проистекающих из исследований в Данидине и Соединенном Королевстве, стоит представить на суд читателей.

В свете происходящего жена однажды спросила меня: зачем я трачу время на книгу о чужих изысканиях, пусть даже и по дружбе? Тогда я задумался и ответил, что эта книга – истинный плод любви. И она остается таковой и по сей день. Через нее я хотел передать то, насколько люблю своих коллег, насколько восхищаюсь их преданностью науке; поделиться сведениями, которые они добыли в ходе изучения человеческого развития, и своим неизменным ощущением, что мир должен узнать и тем самым возвысить их многочисленные выдающиеся достижения. Я искренне надеюсь, что этой книге удастся выполнить последнюю из упомянутых выше задач; остальные задачи она уже выполнила.

Джей Белски
Декабрь 2019 года

Часть I. Введение

1. Жизнь сквозь года

Можно ли предугадать, каким вырастет ребенок, по его темпераменту в трехлетнем возрасте? А насколько он станет успешным – по уровню его самообладания? Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) бывает только у детей? Может ли антисоциальный подросток «перерасти» склонность к правонарушениям? Почему родители воспитывают детей так, а не иначе? Способны ли семейные противоречия ускорить половое созревание дочери, подталкивая ее к сексуальной активности? Правда ли, что постоянное употребление марихуаны подрывает физическое и психическое здоровье на десятки лет вперед? Неужели склонность человека к курению и даже то, насколько он станет успешным, определяется наследственностью? Можно ли по генотипу предсказать, кто будет оправляться от потрясений быстро, а кого те бедствия, что он переживет в детстве, непременно сломят? Почему некоторые люди в зрелом возрасте выглядят, мыслят и действуют так, будто намного старше своих лет, а другие, наоборот, кажутся моложе, чем на самом деле? Почему потрясения, пережитые в детстве и юности, становятся неотъемлемой частью человеческого организма и к зрелому возрасту перерастают в заболевания?

На эти и многие другие вопросы ответит наша книга. По правде говоря, мы написали ее в стремлении провести читателя по тому же пути, по которому сами шагаем уже десятилетиями. Маяком для наших научных странствий всегда был один и тот же вопрос о человеческом развитии, который долгие годы не дает нам покоя: «Почему мы именно такие и при этом не похожи на других?» В желании добраться до истины мы многие годы изучаем жизни людей, число которых уже превышает четыре тысячи: мы наблюдаем за ними с младенчества или раннего детства и в течение подростковых лет, а порой еще и в зрелые годы. Работа эта очень трудоемка: по пути нам приходится не только собирать о детях, подростках и взрослых людях множество сведений, которые подталкивают нас к вопросам в духе вышеуказанных и ответам на них; не только всесторонне изучать собранные данные, зачастую ценой крупных денежных, временных и энергетических затрат, но и подвергать сомнению полученные выводы, насколько бы достоверными они ни казались. Тем самым мы укрепляем собственную уверенность в том, что заключения, к которым приходим в поиске ответа на вопрос «Почему мы именно такие?», точны, а значит, наши заявления по этому поводу, скорее всего, надежны и правдивы. Итак, мы надеемся донести, что большинство наших открытий одновременно и подвергаются сомнению, и подтверждают распространенные представления о природе человеческого развития и, как следствие, о том, почему каждый из нас вырос тем, кем вырос.

Многие научные книги о психологии, поведении и здоровье сосредоточены на одном вопросе, который изучается автором со всех сторон. Вспомните, сколько книг посвящены только буллингу, только сексуальному поведению или только семейным отношениям. Наша книга построена иначе. Поскольку мы наблюдали за жизнью людей в течение многих лет, нам будет вернее сосредоточиться не на одном-двух вопросах, а сразу на целом их спектре. Те вопросы, которые играют ключевую роль на одном жизненном этапе (скажем, в дошкольном возрасте), зачастую теряют значимость впоследствии (в младшем или старшем школьном возрасте). Именно поэтому, например, темперамент и то, кому лучше сидеть с ребенком, мы рассматриваем в рамках дошкольного возраста; травлю и СДВГ – младшего школьного; курение травки и сигарет – старшего школьного; а здоровье – зрелого. Полагаем, эту книгу будет проще воспринимать не как повесть «Старик и море» Эрнеста Хемингуэя, а как классический роман Жюль Верна «Путешествие к центру Земли». Если первое произведение посвящено одному

дню из жизни бедного рыбака, который ловит громадную рыбу и пытается доставить ее домой, то второе включает в себя череду захватывающих и разнообразных событий, с которыми герои-путешественники сталкиваются после того, как опускаются в кратер вулкана и следуют по лавовым туннелям к центру земного шара.

Поскольку в этой книге мы рассматриваем множество вопросов, сразу отметим, что ее вовсе не обязательно читать строго по порядку. Воспринимайте ее не как ресторан, в котором все подают согласно правилам, от закусок к десерту, а как шведский стол, с которого можно брать все что хочется и тогда, когда хочется. В первых главах говорится не только о детстве, равно как и в последних не об одном лишь зрелом возрасте. Порядок нашего исследования длиной в десятилетия в структуре книги также не угадывается. Например, часть начальных глав посвящены вопросам, которые мы изучали когда-то в прошлом, а часть – тем, что привлекли наше внимание совсем недавно. То же наблюдается и далее. Мы нарочно выстраивали книгу с оглядкой на то, что разных читателей могут привлечь разные вопросы. Поэтому, пусть даже нашу книгу и можно спокойно читать по порядку, вы ничего не потеряете, если будете прыгать между главами. Уж где-где, а в книге, посвященной тому, насколько по-разному развиваются люди, а точнее, чем и почему люди отличаются друг от друга, читателю просто необходимо дать полную свободу в том, какие главы усвоить раньше, а какие позже. Выбор за вами! Собственно, именно ради этой свободы мы и разместили в главах достаточно отсылок к предыдущим и последующим частям, чтобы внимательный читатель мог воспользоваться подсказкой и перейти к интересующему его вопросу.

Помимо жажды поделиться тем трепетом, что мы испытываем, и теми приключениями, которые переживаем в ходе изучения человеческого развития, нами также движет желание изменить распространенное мнение о том, как развиваются люди. Вопреки влиянию прессы и социальных сетей, всеобщее понимание того, как развивается от рождения и до зрелого возраста человек, основано сплошь на избитых представлениях, которым зачастую легко поддаться, поскольку они сходятся с тем, во что нам хочется верить. В число подобных представлений входит и «это все гены», и «все проблемы из детства», и «не отдавайте (или обязательно отдавайте) детей в детские сады», и «подростковый бунт – всего лишь временное явление». В этой книге представлены подробные, добытые тяжелым трудом сведения, которые призваны открыть читателю глаза на истинную суть таких банальностей. В частях II–IV читатель узнает:

- можно ли по тому, как ребенок мыслит, воспринимает мир и ведет себя в первые пять, десять и пятнадцать лет, понять, кем он станет в будущем, – и если да, то как;
- сказывается ли на будущем ребенка влияние (или отсутствие влияния) внутри семьи – и если да, то каким образом;
- сказывается ли на будущем ребенка влияние (или отсутствие влияния) вне семьи – и если да, то в каком ключе;
- зависит ли поведение человека от наследственности – и если да, то насколько;
- связано ли здоровье взрослого человека с его детским опытом – и если да, то как сильно.

Хотя ничто из представленного в данной книге не равноценно работе с психотерапевтом или консультации с врачом, как и любому другому взаимодействию со специалистом, буквально в каждой главе описано, как полученные при изучении того или иного вопроса сведения возможно применить в жизни. По правде говоря, в течение всей книги мы силится доказать: понимание основ человеческого развития – это те знания, которые способны помочь и действительно помогают укрепить физическое и психическое здоровье, предотвратить трудности в развитии, а также справиться с уже возникшими проблемами. Выходит, наука о человеческом развитии основана на тех же принципах, по которым работают многие другие научные дисциплины: если знать, как что-то работает, намного проще поддерживать это что-то в исправном состоянии, а при необходимости – устранять в нем нарушения.

Что мы понимаем под человеческим развитием?

Читатель, возможно, уже задумался: а что такое человеческое развитие? Что ж, для начала стоит отметить: исследования в области человеческого развития направлены на поиск ответов на самые разные вопросы, похожие на те, что были перечислены в начале главы. Получается, человеческое развитие – вопрос междисциплинарный. Психология изучает человеческое развитие с точки зрения эмоций, когнитивных функций¹ и поведения. Нейробиология – с позиций связи работы мозга и психических функций. Социология – с точки зрения семьи, окружения, занятости и преступности. А биология и медицина – с точки зрения генетики, физиологии, представлений о здоровье и даже учитывая вклад эволюции, которая влияет на то, как люди растут и развиваются.

Наверное, науку о человеческом развитии уместно сравнивать с метеорологией, которая исследует погоду и климат и при этом учитывает множество обстоятельств, сложным образом влияющих друг на друга во времени и пространстве. В жизни людей бывают как бури и непогода, так и яркие солнечные дни, а наука о человеческом развитии стремится осветить обе эти стороны, особенное внимание уделяя причинам и последствиям событий. Именно поэтому мы сосредоточились на развитии человека от рождения до зрелости в умственном, социальном, психическом, поведенческом, биологическом и физическом смысле, в том числе оценивая состояние их здоровья, а также учитывая, как на все вышеуказанное влияет врожденное и приобретенное². Несмотря на то что мы до сих пор не способны предсказывать, как будет выглядеть и вести себя человек через десятки лет, настолько же хорошо, насколько метеорологи прогнозируют погоду, ученые, исследующие человеческое развитие, бесспорно, делают успехи, что мы и намерены показать читателям.

Сравнение с метеорологией уместно еще и потому, что прогнозы погоды, как и прогнозы человеческого развития, не *предопределяют* будущее, а лишь указывают на *вероятность* некоего исхода. Физика (за исключением квантовой механики, которая имеет дело с явлениями на субатомном уровне) – отличный пример детерминизма, то есть способности предопределять исходы на основании имеющихся данных. В ней существуют строгие законы, а также четкие формулы, которые объясняют, как, к примеру, на состояние H₂O влияют изменения температуры (превращают ее в лед, в жидкость или в газ); как размер емкости сказывается на давлении газа (закон Бойля – Мариотта); или как падающий предмет ускоряется благодаря силе притяжения (спасибо Исааку Ньютону). Однако в исследованиях о человеческом развитии редко можно столкнуться с подобной четкостью. По правде говоря, именно поэтому мы твердо убеждены, что инженеры и строители способны возвести прочный мост или надежный небоскреб, и при этом не можем сказать наверняка, как на будущем ребенка скажется определенный подход к воспитанию, образованию или лечению.

Поэтому, пусть даже суровые телесные наказания способны взращивать и зачастую культивируют в детях агрессию, в каждом отдельном случае точные выводы можно сделать лишь с учетом множества других сторон жизни ребенка. Например, то, станет ли ребенок впоследствии агрессивным, может зависеть от уровня его чувствительности или от того, сглаживает ли любовь и забота одного родителя строгость другого. Погоду точно так же никогда нельзя наверняка предугадать. Превратится ли буря в ураган, порой зависит не только от свойств самой бури, но и от атмосферного давления в другой местности: чем дольше буря продержится над морем, тем больше накопит влаги, которая впоследствии обернется ливнем. Другими сло-

¹ К когнитивным функциям относятся ощущение, восприятие, память, внимание, мышление и речь. – *Прим. науч. ред.*

² По-английски вопрос о соотношении врожденного и приобретенного звучит как nature VS nurture, дословно «природа против воспитания». – *Прим. науч. ред.*

вами, в не ограниченной строгими законами науке (например, науке о человеческом развитии) невозможно выстраивать прямые связи между причиной (допустим, агрессивные родители) и следствием (к примеру, детская агрессия) настолько же легко, как между уровнем температуры и агрегатным состоянием воды или объемом и давлением газа.

В биологии и медицине (а мы считаем, что изучение человеческого развития происходит в том числе в рамках биологии и медицины, а не только общественных наук) всегда приходится учитывать слишком много обстоятельств, поскольку те или иные исходы зачастую обусловлены совокупностью причин, вне зависимости от того, на чем сосредоточено то или иное исследование. Возможно, это расстраивает тех, кто любит однозначные ответы, однако вместе с тем такая неоднозначность становится поводом для открытий, которыми мы намереваемся поделиться с читателями. Вообще, неопределенность играет ключевую роль в вопросе, к которому мы то и дело будем обращаться, а именно в вопросе устойчивости к пагубному влиянию. Да, травля часто приводит к ожирению (глава 10), плохое обращение с сыном повышает вероятность того, что он будет склонен к жестокости (глава 14), а многочисленные источники напряжения подталкивают к депрессии (глава 15), однако это не значит, что одно неизбежно приводит к другому. Перечисленные условия увеличивают вероятность указанного исхода, так что определенные обстоятельства конечно же могут считаться предвестниками тех или иных последствий. Однако на отрицательное воздействие зачастую можно найти противодействие, способное снизить вероятность отрицательного исхода, порой и вовсе до нуля. Это, в свою очередь, позволяет грамотно вмешиваться в происходящее и успешнее предотвращать угрозы. Представленная в этой книге информация прекрасно подходит для того, чтобы показать, какие источники влияния возможно противопоставить друг другу. Наблюдения, которыми мы намерены поделиться с читателями, позволяют им понять: наука о человеческом развитии одновременно и фундаментальная, и прикладная. Она фундаментальная, поскольку возникла из искреннего любопытства, вызванного человеческой природой, а прикладная, поскольку приводит исследователей к выводам, которые позволяют предотвращать возможные трудности в развитии, справляться с уже возникшими препятствиями и в целом делать людей счастливее.

Три исследовательских проекта, в ходе которых за людьми наблюдают с ранних лет

На страницах этой книги мы делимся выводами, к которым пришли, наблюдая за жизнями более четырех тысяч людей в течение нескольких десятилетий в рамках трех различных проектов, запущенных на трех разных материках.

В рамках многостороннего исследования, посвященного здоровью и развитию жителей города Данидин («The Dunedin Multidisciplinary Health and Development Study»), ученые следили буквально за каждым из тысячи людей, появившихся на свет в новозеландском городе Данидин в течение года в начале семидесятых. Исследователи оценивали состояние и развитие участников сначала в первые дни жизни, а затем – на протяжении детства, юности и зрелости: когда им было три, пять, семь, девять, одиннадцать, тринадцать, пятнадцать, восемнадцать лет, двадцать один год, двадцать шесть лет, тридцать два года и тридцать восемь лет. В недавней очередной оценке показателей участвовали 95 % тех испытуемых, которые до сих пор живы. Пока писалась книга, данный этап оценки как раз подходит к концу – теперь участникам уже по сорок пять лет. Данные, полученные на этом этапе, настолько свежие, что нам нет смысла включать их в книгу.

С течением лет сведения о жителях города собирали самыми разными способами, однако в основном участников приглашали в отведенные для исследователей аудитории Отагского университета в Данидине. Исключение составляет этап, описанный в пятой главе, когда исследователи сами заглядывали домой к тем участникам, у которых уже были дети. Когда участ-

ники были совсем маленькими, исследователи беседовали с их родителями. С возрастом в беседах участвовали уже сами дети. Также исследователи наблюдали за поведением участников в детстве и формально оценивали их состояние, в том числе через медицинские осмотры и измерение биологических показателей. К концу подростковой и началу взрослой жизни участников исследователи также задавали вопросы их близким знакомым. Полиция услужливо делилась сведениями о нарушителях порядка, а новозеландское правительство помогало с административными данными, например давало доступ к электронным медицинским картам и отчетам о социальной защите. Из авторов книги этим проектом занимаются Моффитт, Поултон и Каспи, в то время как Белски внес в него весьма ограниченный вклад (5-я и 7-я главы). На данидинском проекте в основном или целиком построены все главы этой книги, кроме восьмой, девятой, десятой и семнадцатой. Если учесть длительность проекта, то неудивительно, что исследователи обратились к трем основополагающим вопросам, которые упоминались ранее и на которых в первую очередь сосредоточена эта книга: к связи между поведением ребенка и его дальнейшим развитием; к влиянию детского и подросткового опыта на грядущее развитие; а также к тому, как детский опыт сказывается на здоровье в зрелости.

Возможно, читателям будет любопытно узнать предысторию данидинского проекта и причины, по которым мы начали с ним работать. Этот проект возник в семидесятые: в одной больнице решили проследить за всеми детьми, которые появятся на свет в течение следующих двенадцати месяцев, и выявить, насколько часто у матерей бывают сложные роды. Затем исследователи решили оценить состояние тех же детей в трехлетнем возрасте, чтобы определить, есть ли связь между осложнениями во время родов и трудностями в развитии. Этим этапом руководил Фил Сильва, которого считают вдохновителем данного лонгитюдного исследования³. Сильва с самого начала брал в свои ряды людей, которые могли расширить охват исследования и изучить самые разные вопросы: например, как на жизнь человека влияет уровень образования; от чего зависит и на что влияет количество телесных травм, которые он получает; как меняется состояние его стоматологического, респираторного⁴, сексуального и психического здоровья с течением лет. Данные собирали, как говорят в Новой Зеландии, держась на «запахе промасленной тряпки», то есть почти без финансовой поддержки – детей осматривали в церковном зале. По выходным, когда открывалась воскресная школа, исследователи вынуждены были прерываться.

Сильва познакомился с Моффитт в восьмидесятые, когда ездил по свету в поисках подходящих ему исследователей. Он уговорил ее присоединиться к проекту и собирать сведения по недавно включенным в него вопросам, таким как нарушение порядка и употребление наркотиков: участники проекта стали подростками. Переехав в 1985 году в Данидин, Моффитт с головой погрузилась в это исследовательское мероприятие и в конце концов добилась грантов от Национальных институтов здоровья США, благодаря чему в будущем у проекта была прочная финансовая основа. Когда Моффитт поняла, что ей не хватает времени и сил на тысячу подростков, она позвала на помощь Ричи Поултона, юного студента, который учился в Отагском университете в Данидине. Авшалом Каспи подключился к проекту немного иным путем. Он увидел Моффитт на конференции, где она делилась сведениями, полученными в ходе данидинского исследования, и, подойдя к ней, выдал худший в мире предлог для знакомства: «Я никогда прежде не видел настолько прекрасной совокупности данных». Моффитт привезла Каспи в Данидин в девяностые, и Сильва понял, что теперь может подключить к общему делу знатока в вопросах личности и общения. Вскоре после этого Моффитт и Каспи, уже как супружеская пара ученых из Данидина, познакомили Сильву с Джейм Белски. Белски

³ Лонгитюдное исследование – (*англ.* longitudinal study от longitude – долговременный) – научный метод, который включает повторные наблюдения одних и тех же переменных в течение длительных периодов времени. – *Прим. ред.*

⁴ То есть связанное с работой дыхательных органов. – *Прим. науч. ред.*

посетил Данидин в 1993 году (и привез с собой десятилетнего сына Дэниэла, который на четвертом десятке лет начнет собственное исследование как молодой ученый – см. 12, 13 и 19-ю главы). Участники проекта теперь были достаточно взрослыми, чтобы заводить собственных детей. Под руководством Белски исследователи начали изучать, как участники проекта воспитывают своих трехлетних детей (см. 5-ю главу). Примерно в то же время Ричи Поултон, который некогда был студентом, получил докторскую степень в Австралии, а Моффитт переманила его жить в Данидин, где Сильва радушно принял новоиспеченного доктора наук и обучил его на должность руководителя, поскольку сам уже собирался отойти от дел. Если сложить все время, что каждый из нас работал над этим исследованием, то выйдет почти сотня человеко-лет.

В рамках исследования E-Risk⁵ на настоящее время были изучены первые двадцать лет жизни более тысячи пар близнецов. Исследователи оценивали состояние и развитие детей в пяти-, семи-, десяти-, двенадцати- и восемнадцатилетнем возрасте. К недавней оценке подключились 93 % из тех участников, что до сих пор живы. Исследование E-Risk отличается от данидинского отнюдь не только тем, что сосредоточено на близнецах. Участники данидинского исследования – это буквально все дети, которые родились в течение одного года в Данидине, и эту выборку можно считать показательной по отношению ко всему населению города. Выборка в исследовании E-Risk, наоборот, неравномерна: к исследованию привлекали детей из малоимущих семей Англии и Уэльса. Еще одно отличие заключается в том, что в рамках проекта E-Risk исследователи лично посещали дома участников и отдельно беседовали с матерями и каждым из близнецов, просили их заполнить анкеты, наблюдали за ними и предлагали им стандартные тесты. Также исследователи задавали вопросы людям, которые проживали поблизости от участников. Мы сосредоточились на исследовании E-Risk в девятой, десятой и семнадцатой главах. Моффитт и Каспи запустили это исследование в 1990-е. Благодаря ему мы смогли дополнить книгу, а именно добавить в нее данные о том, как детское поведение и опыт связаны (в той или иной мере) с дальнейшим развитием.

Когда Моффитт и Каспи еще только задумывали это исследование, им, если в целом, хотелось повторить данидинский опыт, только с близнецами. В их задумке было два нововведения, позволяющих определить, что влияет на человеческое развитие сильнее: среда или наследственность. Во-первых, Моффитт и Каспи настаивали на том, что для сбора сведений необходимо лично наведываться в дома близнецов, а также оценивать условия жизни через видеонаблюдение и беседы. В ходе большинства подобных исследований ученые добывали сведения о близнецах по почте, телефону или интернету, из-за чего упускали важные средовые показатели. Во-вторых, Моффитт и Каспи хотели, чтобы в исследовании участвовали представители семей с самым разным общественным и финансовым положением, начиная с благополучных и заканчивая крайне неблагополучными. Чтобы этого добиться, они старались реже привлекать к исследованию близнецов, которых мать родила относительно поздно: такие женщины нередко имеют достойное образование и пользуются услугами по искусственному оплодотворению. Одновременно с этим Моффитт и Каспи чаще обращали внимание на близнецов, рожденных матерью-подростком, поскольку такие девушки в большинстве случаев испытывают трудности с деньгами. Все прежние проекты с участием близнецов в основном были сосредоточены на среднем классе, поскольку его представители чаще добровольно подключаются к исследованиям и непрерывно сотрудничают с учеными в течение долгих лет. Подход Моффитт и Каспи привел к тому, что их сегодняшняя выборка показывает распределение достатка в британских семьях, которое почти полностью совпадает с демографическим индексом множественных деприваций.

Исследование, посвященное развитию детей дошкольного возраста, под названием Study of Early Child Care and Youth Development, которое проводится в сотрудничестве с Националь-

⁵ The Environmental-Risk Study – исследование, посвященное влиянию среды на развитие человека. – *Прим. ред.*

ным институтом детского здоровья и развития (NICHD – от *англ.* National Institute of Child Health and Development), было нацелено на изучение того, как взрастает одна тысяча и три сотни детей в десяти американских населенных пунктах. За детьми следили с рождения и до пятнадцати лет. В рамках этого исследования ученые собирали данные о детях, их родственниках, и также о том, кто приглядывает за детьми в отсутствие родителей. Сведения об участниках собирали, когда им было по месяцу, по полгода, по полтора, два, три года, по четыре года и восемь месяцев, а также в течение начальной школы и, наконец, в пятнадцатилетнем возрасте. Этот проект в некотором отношении объединяет в себе черты данидинского исследования и исследования E-Risk: данные для него собирали и в университетских лабораториях (как в данидинском исследовании), и прямиком в домах (как в исследовании E-Risk), однако все это дополнялось оценкой условий в дошкольных учреждениях и даже кабинетов в начальных школах, которые посещали дети. В то же время выборку в этом исследовании нельзя называть показательной, поскольку к нему привлекались дети, появившиеся на свет в определенных родильных домах. Мы останавливаемся на этом исследовании в седьмой и восьмой главах; Белски участвовал в нем с самого его начала. Совсем как исследование E-Risk, исследование NICHD помогает нам ответить на два первых вопроса, которые мы ставим перед собой в этой книге, однако при этом не дает никакого ответа на третий (а именно – о связи между детским опытом и заболеваниями в зрелом возрасте).

Предыстория исследования NICHD довольно сильно отличается от предыстории данидинского исследования и исследования E-Risk, поскольку оно направлено на изучение лишь одного вопроса: как на развитие ребенка влияет то, кто присматривает за ним в отсутствие родителей. Однако ученым в ходе этого исследования все равно пришлось собирать множество различных данных, которые, как мы увидим в главе 7, позволили им сделать выводы, выходящие далеко за пределы первоначального замысла. В главе 8 рассказывается предыстория этого товарищеского мероприятия, а также озвучиваются выводы, к которым пришли исследователи.

Важно отметить: несмотря на то, что упомянутые в этой книге исследования проводились в отдаленных друг от друга государствах – в Новой Зеландии, Соединенном Королевстве и Соединенных Штатах, – их итоги невозможно распространить на множество других стран. Науку о человеческом развитии справедливо критикуют за то, что она сосредоточена исключительно на жизни детей, которые растут в белых, образованных, индустриализованных, обеспеченных и демократичных обществах, так называемых WEIRD-обществах (WEIRD-общества – от *англ.* white, educated, industrialized, rich, and democratic). Наверное, очевидно, что мы в этом смысле также не без греха. Мы сделали два важных вывода по этому поводу. Во-первых, неудивительно, что исследования проводят именно в таких обществах: в них обычно всегда в достатке материала для изучения. Во-вторых, изучать представителей WEIRD-обществ не так уж и грешно, если при этом у исследователя появляется возможность подключить к проекту представителей неWEIRD-обществ, совсем как в нашем случае. Такой подход позволяет не только выяснить больше нового, но и определить, сколько добытых тяжелым трудом знаний о WEIRD-обществах возможно применить к совершенно другим обществам. Тем не менее нам доподлинно известно, что значительная часть знаний, к которым мы пришли в ходе изучения человеческого развития в Новой Зеландии, Великобритании и Соединенных Штатах, в основном применимы к большей части представителей WEIRD-мира. Это открытие по-своему ценно, пусть даже его невозможно – и не следует – просто брать и распространять на неWEIRD-общества. Лишь в ходе грядущих исследований удастся определить, насколько близко представленные в этой книге откровения передают развитие жителей таких мест, как Кения, Китай или Новая Гвинея. Нам кажется, в каких-то случаях совпадений будет много, а в каких-то – нет. Мы надеемся, что читатели нас поймут (или уже поняли) и продолжат читать эту книгу, поскольку в ней раскрывается то, насколько крепко связаны между собой обстоятельства, в которых растет человек, и его будущая жизнь.

В чем заключается ценность лонгитюдных исследований

Возможно, вы уже задумались, почему мы посвятили свои трудовые жизни изучению человеческого развития; почему долгие годы следим за четырьмя тысячами людей, а не развиваемся в различных научных направлениях, таких как психология, нейробиология, социология, биология и статистика. На этот вопрос в каком-то смысле просто ответить: каждый из нас обожаем наблюдать за человеческим развитием. Почему люди развиваются так, а не иначе? Почему вырастают такими, а не другими? Как на развитие человека влияет врожденное и приобретенное? Однако на вопрос о том, почему мы изучаем человеческое развитие, можно ответить и сложнее, и сейчас мы объясним, почему нас так пленяют исследования, о которых рассказано в этой книге.

Наблюдение или эксперимент?

Ответ на вопрос о том, почему мы наблюдаем за жизнью людей с течением времени, связан с двумя важными чертами, которые объединяют три представленных в книге научных исследования – помимо того, что ими занимаются одни и те же авторы. Во-первых, эти исследования проводятся посредством не эксперимента, а наблюдения. Другими словами, мы не вносим никаких изменений или правок в развитие детей, подростков и взрослых. Мы не вмешиваемся в жизнь людей и не учим их, как развиваться правильнее. Мы лишь наблюдатели, а не участники; документалисты, а не активные участники событий. Поэтому суть всех трех исследований – отслеживать и записывать, что происходит в жизни участников и как они со временем развиваются и меняются. То есть наблюдать за ними. Один человек, который долгие годы участвовал в данидинском исследовании, как-то заметил: «Я чувствую себя словно в документальном фильме о живой природе, в духе тех, где лев выслеживает газель, а его тем временем снимают; ученые не пытаются спасти газель, не останавливают льва – они просто наблюдают». Как бы нам ни нравилось это сравнение, оно не совсем точно. Если (и когда) становится очевидным, что человек вот-вот причинит неминуемый вред себе или окружающим, мы исполняем свой гражданский и этический долг и помогаем человеку и/или семье. В остальных случаях мы и правда всего лишь сидим и наблюдаем.

Как бы то ни было, мы прибегли к наблюдению в основном потому, что большинство задач, поставленных в рамках всех трех исследований (и представленных во всех главах этой книги) не решить посредством подстроенного эксперимента, а потому проводить опыты нам нет смысла. Кто согласится нарочно учинять насилие над ребенком, чтобы мы изучили последствия этого насилия? Или намеренно отправит ребенка в плохой детский сад, чтобы проверить, как это скажется на его будущем? Кто позволит своей дочери принимать наркотики только затем, чтобы замедлить или ускорить ее физическое развитие и проверить, как это повлияет на ее половое созревание? И, наконец, кто позволит подвергать своего ребенка травле, опять же намеренно, только чтобы узнать, какие у этого будут последствия?

Некоторые ученые, исследователи, обыватели и политики склонны относиться к знаниям, добытым через наблюдение (как в нашем случае), с презрением. Дело в том, что они считают экспериментальные исследования, которые зачастую проходят в виде рандомизированных контролируемых испытаний (РКИ), «золотым стандартом» научной работы. В ходе РКИ, как можно догадаться по названию, участников случайным (рандомным) образом определяют либо в экспериментальную группу, которой назначается некое вмешательство, либо в контрольную, которая никакого вмешательства не претерпевает, и эти группы затем сравнивают между собой. Случайное распределение нужно для того, чтобы участники точно (или хотя бы наверняка) были в равных условиях к началу испытаний. В итоге исследователи приходят к «неоспоримым заключениям», что разница в дальнейшем состоянии представителей экспе-

риментальной и контрольной групп вызвана именно вмешательством. Вмешательство может представлять собой назначение определенного лекарства или плацебо (например, для снижения аппетита), проведение неких семинаров (например, о том, как быть мягче с детьми) или помещение в определенные обстоятельства (допустим, участников могут отправить в парк, чтобы те изучали природу). Экспериментальные исследования (в отличие от тех, в которых применяется наблюдение) обычно позволяют увереннее выстраивать причинно-следственные связи. Однако, как уже было отмечено в прошлом абзаце, истина в том, что не на все вопросы, которые тревожат исследователей человеческого развития, возможно найти ответ с помощью эксперимента. Именно поэтому метеорологические, астрономические и геологические исследования обычно основаны на наблюдении: мы не в силах нарочно изменить погоду, движение планет или Землю, чтобы поглядеть на последствия. Другими словами, наблюдение – такой же важный научный метод, как и эксперимент, поскольку без него порой не обойтись.

Наконец, стоит отдельно выразить мысли по поводу якобы «золотого стандарта» научного подхода, который зачастую противопоставляют наблюдению. Суть РКИ в том и заключается, что людей распределяют в экспериментальную и контрольную группу случайно, однако в разговорах об этом эмпирическом подходе зачастую умалчивается, что отнюдь не каждый желает случайным образом оказаться в контрольной группе – особенно если представители экспериментальной группы, например, получают лекарство, способное помочь в борьбе с болезнью. «Хорошо, – может ответить желающий поучаствовать в эксперименте. – Если меня распределят не в контрольную, а в экспериментальную группу, я соглашусь». Однако в таком случае его просто не включают в список испытуемых: участники должны осознавать, что распределять по группам их будут не глядя, и быть готовыми к любому из двух исходов.

Это значит, что подобные испытания и, как следствие, выводы специалистов в большинстве своем имеют не настолько уж и широкий охват: если человек не готов мириться с тем, что его могут отправить в контрольную группу, от РКИ он зачастую отказывается. Кроме того, люди пугающе часто покидают эксперимент до его завершения. Естественно, это значит, что, например, лекарство, которое подействовало на участников экспериментальной группы, отнюдь не обязательно поможет широкому кругу людей. В конце концов, в первых клинических испытаниях многие бы участвовать не согласились. Следовательно, лечение, на которое согласились участники РКИ, вряд ли непременно вызовет доверие у широкой общественности. В некоторых случаях обобщения, к которым прибегают по итогам таких испытаний, относительно безвредны, однако порой они могут обернуться настоящей бедой. Таким образом, экспериментальные исследования явно не дотягивают до «золотого» стандарта; здесь лучше подойдет слово «серебряный». Однако наша цель не в том, чтобы вышвырнуть РКИ прочь вместе с их экспериментальными позитивами. Мы лишь хотели разъяснить: если кому-то вдруг захочется презрительно отозваться об исследованиях, основанных на наблюдении, то пусть он сначала хорошенько подумает.

Естественно, ученые, занимающиеся наблюдением, замечают недостатки в полученных данных лишь тогда, когда начинают их анализировать. Например, исследователи человеческого развития, в число которых входим и мы, не спешат, собрав необходимые данные, выстраивать прямые связи между детским опытом, влиянием среды или поведением в раннем возрасте – и дальнейшей жизнью. Всем следует знать, что корреляция – статистическое соотношение – не обязательно указывает на причинно-следственную связь. Например, людей, которые в юности употребляли марихуану, в зрелости часто подводит ум, однако это не означает, что одно напрямую связано с другим. Мы прекрасно понимаем, что наблюдения, которые мы ведем, не позволяют устанавливать надежные причинно-следственные связи, однако мы твердо намерены убедить читателей в том, что заключения, к которым мы приходим, в высшей мере приближены к истине. Вообще, читатели со временем обнаружат, что мы постоянно оспариваем собственные находки и заключения, к которым эти находки приводят, после чего предлагаем

и эмпирически проверяем иные объяснения выявленных закономерностей. Только если после проверки выяснятся, что иные обстоятельства здесь ни при чем, мы осмеливаемся на в той или иной мере уверенные заявления. По правде говоря, мы написали эту книгу в том числе и затем, чтобы показать, насколько мы придирчивы в своем подходе, тем самым обозначив, насколько ценны данные о человеческом развитии, полученные в ходе наблюдения, и объяснить, как благодаря этим сведениям возможно грамотно предотвращать или устранять трудности в развитии и/или улучшать жизнь людей, а также обучать навыкам вмешательства соответствующих специалистов.

Проспективное или ретроспективное исследование?

Три исследования, о которых говорится в этой книге, объединяет не только то, что все они основаны на наблюдении, но и то, что они *проспективные*. Что это значит? Ключевое слово здесь – «проспективный», противоположное слову «ретроспективный». В ходе ретроспективных исследований человеческого развития оценивается нынешнее состояние участника, после чего собранные сведения – не важно, идет речь о ребенке, подростке или взрослом, – пытаются связать с чем-то, что он испытывал, переживал или делал в прошлом, причем на основе его воспоминаний. Ретроспективным было недавнее исследование, посвященное неблагоприятному детскому опыту (ACEs – от *англ.* adverse childhood experiences), такому как насилие или наркотическая зависимость родителя. В ходе этого исследования терапевты пытались понять, почему в зрелом возрасте люди сталкиваются с теми или иными заболеваниями. Взрослые участники по большей части вспоминали о своем детском опыте – о том, что было десять, двадцать или тридцать лет назад. В таких исследованиях возможные причины явлений, связанных с общественной жизнью, психическим состоянием, умственной деятельностью или даже физическим здоровьем человека, изучаются не тогда, когда они возникают; такие исследования основаны на отчетах «с оглядкой в прошлое», в котором (предположительно) происходили те или иные события. Если же исследование (совсем как те, что представлены в этой книге) проспективное, то, наоборот, определенный опыт, переживания и поступки оцениваются учеными тогда (или близко к тому времени), когда они действительно происходят в жизни участника. Это позволяет исследователям, в число которых входим и мы, связывать между собой первопричины и влияющие на развитие обстоятельства с грядущими исходами. По правде говоря, исследование оттого и называется лонгитюдным, что за участниками следят долгое время.

Вы можете справедливо заметить: какая разница, изучаем мы человеческое развитие проспективно (как мы) или ретроспективно (как многие другие). Позвольте привести два примера, чтобы показать существенную разницу между двумя подходами. Благодаря этим примерам станет окончательно ясно, почему мы выбрали начать именно проспективное исследование. Во-первых, давайте поговорим о первопричинах трудного поведения у детей – того самого, из-за которого они обычно плохо учатся и неважно ладят со сверстниками. Допустим, ученые в своем ретроспективном исследовании выдвигают следующее предположение: если ребенок в начальной школе ведет себя озлобленно и не хочет дружить с одноклассниками, значит, в раннем детстве он вел себя похожим образом. Другими словами, если в раннем детстве у ребенка был трудный темперамент (он много плакал, плохо спал, ел и приспосабливался к новым обстоятельствам), то в начальной школе он наверняка будет вести себя так, как описано выше. Кстати говоря, о связи между поведением в дошкольном и школьном возрасте подробно рассказывается во второй части книги, посвященной первому из трех основных вопросов, которые поставили перед собой авторы: можно ли по тому, как ребенок мыслит, воспринимает мир и ведет себя в первые пять, десять и пятнадцать лет, понять, кем он станет в будущем, – и если да, то как.

Если мы решим проверить выдвинутое предположение с помощью ретроспективного подхода, то обратимся к врачам, которые работают с озлобленными, несговорчивыми и склон-

ными к нарушению порядка детьми. Из нашего предположения о поведении трудных детей происходит основной вопрос, который необходимо задать родителям участников: «Когда ваш ребенок начал вести себя плохо?» Судя по данным других исследований, многие родители в таких случаях отвечают: «Ой, да он всегда себя так вел. Как родился – сразу был крикливым, драчливым, неподатливым, а порой и вовсе невыносимым». Если достаточно много родителей заявят о том, что их дети были трудными с рождения, мы заключим так: судя по собранным данным, наше предположение о том, что трудные дети проявляют трудный темперамент еще в младенчестве, верно.

Прежде чем окончательно поверить в заключения, основанные на данных ретроспективного исследования (то есть на родительских воспоминаниях о том, как ребенок вел себя в раннем возрасте), давайте ненадолго задумаемся, кого мы в этом исследовании не учли. А не учли мы детей, которые в младенчестве были такими же непослушными и драчливыми, как и наши участники, *однако впоследствии не нуждались в помощи врачей*, поскольку стали покладистее и в нашу выборку так и не попали! Если бы мы учли еще и этих детей, то связь между трудным поведением в младенчестве и детстве, вне всяких сомнений, оказалась бы слабее, чем показало ретроспективное исследование. Только проспективное исследование, в котором оценивается поведение самых разных участников в раннем возрасте и детстве (то есть с течением лет), позволит нам не упустить трудных младенцев, которые перестали быть трудными к школьному возрасту. Следовательно, если проспективное исследование покажет очевидную связь между трудным темпераментом в раннем возрасте и трудным поведением в школьном, то наши выводы будут намного ближе к действительности и ценнее, чем то подобие корреляции, которое исследователи выявят «по воспоминаниям родителей».

Этот вопрос – не чисто теоретический, не чисто научный, и волновать он должен не только тех, кому больше нечем заняться. Как я уже отмечал, последние несколько лет наблюдалась целая волна исследований и открытий, связанных с неблагоприятным детским опытом. Именно их мы и приведем в качестве примера, чтобы доказать, насколько ограничены ретроспективные исследования и как много преимуществ у проспективных. Крайне любопытными выводами поделились терапевты, которые обнаружили следующее: пациенты, которые постоянно страдают от определенного заболевания, болеют чаще других или то и дело заболевают одним и тем же из-за особенностей организма, в детстве чаще подвергались насилию, терпели плохое к себе отношение и/или росли в обстоятельствах, представлявших угрозу для жизни (например, дома их били). В итоге эти выводы получили такое распространение, что многие врачи сегодня в порядке вещей требуют рассказывать не только о прежних заболеваниях, но и вообще об опыте взросления, а еще выдают краткие анкеты, чтобы узнать, с какими угрозами пациент сталкивался в детстве. Считается, что благодаря этому терапевт лучше понимает состояние пациента; порой врачу даже удается объяснить ту или иную болезнь событиями прошлого.

Поскольку психологи уже десятки лет разбираются (и сомневаются) в точности воспоминаний взрослых людей о детстве (в которой при этом твердо уверены слишком уж многие из тех, кому приходилось вспоминать прошлое), ученые решили исследовать этот вопрос. Они пришли к любопытным выводам: наши воспоминания о детстве (особенно о том, как к нам относились родители) зависят от того, в каком настроении и эмоциональном состоянии мы находимся, когда рассказываем о прошлом. То есть люди в депрессии рассказывают о детстве что-то плохое чаще, чем те, у кого депрессии нет. Однако значит ли это, что к депрессии склонны те люди, у которых было плохое детство? Конечно, возможно и такое, однако ретроспективное исследование вряд ли способно дать об этом полноценное представление – мешает предвзятость участников.

Поэтому в рамках данидинского исследования мы решили оценить: (а) насколько отличается *настоящий* детский опыт участников от того, что они рассказывают *десять лет спустя*;

и (б) как представление участника о собственном детстве связано с измеримыми показателями состояния его организма (например, кровяным давлением) и ответами участника на вопросы, которые подразумевают личную оценку (например: «Как бы вы в общем оценили свое здоровье на сегодняшний день – превосходно, хорошо, средне, плохо или ужасно?»). Насколько согласуются представления людей о детстве с действительным положением дел? Насколько точно они воспроизводят прошлое? Позволяет ли ретроспективная оценка так же уверенно, как проспективная, связать между собой детский опыт и заболевания в зрелости? Чтобы узнать ответы на только что озвученные вопросы, придется прочесть шестнадцатую главу! Теперь, когда в нас начало просыпаться любопытство, давайте посмотрим, что может предложить эта книга.

Аннотация

Книга состоит из пяти основных частей (со второй по шестую), которые расположены после нынешней (вводной) и вплоть до завершающей, где мы подводим некоторые итоги всему, что высказали в основной части книги. Прежде чем подробно перечислить вопросы, которые рассматриваются в этой книге, необходимо пояснить: вся работа, описанная и обсуждаемая здесь, выполнена авторами в неизменном сотрудничестве со многими коллегами, а потому эта книга – не обзор, не реферат и не аннотация всех сведений в области человеческого развития на сегодняшний день. Как, надеемся, уже стало ясно по открывающим примечаниям, эта книга посвящена научным изысканиям, к которым мы прибегли в ходе исследования человеческого развития. При этом читателям следует знать, что наша работа, как работа любого исследователя, основана на наблюдениях и заключениях предшественников. В списке литературы в конце книги можно найти оформленные должным образом ссылки на исследования, на которые мы опирались в каждой отдельной главе.

Следует также поднять еще один вопрос, который мы решили на начальных этапах работы над книгой: стоит ли нам в первую очередь ссылаться, хотя бы коротко, на работы других исследователей (в число которых входят многие наши коллеги и даже друзья, которые пожинают плоды трудов на том же научном поприще, что и мы, и чьи работы повлияли на ход наших мыслей и исследований), или в основном сосредоточиться на собственных наблюдениях? Если говорить научным языком, то перед нами возник вопрос: «Сколько уже опубликованной научной литературы нам необходимо представить читателю, прежде чем делиться итогами собственного исследования?» В науке, как и в жизни, часто случается так, что мыслители с широкими взглядами – и авторы книг – могут иметь искреннее, однако отличное от общепринятого мнение по обсуждаемому вопросу. Мы еще на подступах решили не тратить время и бумагу на «обзор теоретического материала» по огромному числу вопросов, обсуждаемых в этой книге, поскольку это позволило нам подробнее рассказать, какие мысли и вопросы (наши и чужие) двигали нами в изысканиях и в чем состояла именно наша работа.

Однако не следует полагать, будто мы не считаем труды наших предшественников достойными внимания. Буквально все ученые, за исключением очень редких случаев – вспомним теорию относительности Эйнштейна – опираются на предшественников в надежде продвигнуться дальше, оттолкнувшись от уже открытого. Мы здесь не исключение (мы не Эйнштейны). Все, что мы освещаем в этой книге, основано на работе предшественников и, надеемся, расширяет ее, и это позволит будущим исследователям отталкиваться уже от наших выводов. Вы сразу поймете, что мы не врем, когда изучите наши научные публикации, перечисленные в списке литературы, поскольку в каждой из них упомянуты исследования предшественников, на которые мы опираемся в том или ином случае. Английский поэт XVII века Джон Донн известен всем благодаря словам: «Человек не остров, не просто сам по себе; каждый человек

– часть континента, часть целого»⁶. Это определенно относится и к современной науке, и для нас честь быть частью этого целого.

Мы надеемся донести до читателя, что работа над лонгитюдным исследованием, основанным на наблюдении за жизнью людей, порой напоминает деятельность садовника – человека, который растит деревья; порой – шеф-повара, который готовит блюдо; порой – следователя, который пытается разгадать некую тайну; а порой, конечно, искателя приключений, который отправляется в неизведанные места, куда почти или вовсе не ступала нога человека; или даже охотника за сокровищами, который жаждет найти нечто ценное, однако никогда не знает наверняка, ждет ли его успех. Почему наша деятельность похожа на работу садовника? В начале своего научного пути мы порой годами ждали, покуда наши «деревья» вырастут, и лишь затем собирали с них «плоды». Прежде чем задать многие из вопросов, связанных с человеческим развитием (не говоря уже о том, чтобы на них ответить), например меняются люди с возрастом или остаются похожими на себя в детстве; влияют ли на наше развитие благоприятные или неблагоприятные события детства, – нам необходимо подождать, покуда маленькие дети станут подростками и взрослыми. Почему наш труд похож на работу шеф-повара? В рамках лонгитюдного исследования мы собираем множество сведений, которые храним в архивах – будто продукты в кладовой, – а когда хотим изучить, например, вопросы развития, отправляемся в эту кладовую и выбираем необходимые «ингредиенты» (читайте: показатели), чтобы приготовить «блюдо». Другими словами, мы изучаем необходимые эмпирические данные, чтобы ответить на вопрос, который вызовет у нас любопытство.

Задумываясь над тем, как выстроить свою работу, мы зачастую действуем как следователи или охотники за сокровищами, однако порой – просто как искатели приключений. В поисках вдохновения мы обычно обращаемся к своим прежним трудам: они подсказывают нам, к чему обратиться и чего ожидать. В науке это называют предпосылками исследования. Естественно, мы лишь изредка находим прямые намеки, которые непременно должны привести нас к искомым выводам. И в таких случаях мы смело надеваем шляпы следователей или охотников за сокровищами, правильно читаем подсказки предшественников и делаем грамотные предположения. Обычно эти предположения оказываются близки к истине. Однако порой намеки, если они вообще есть, настолько запутанные, что мы даже не знаем, какие строить предположения, а потому в итоге просто задаем какой-нибудь вопрос в надежде получить какой-нибудь ответ. Тогда мы походим на искателей приключений, которые бросаются навстречу неизвестности.

Сегодня, когда науке не спешат доверять, порой совершенно оправданно (из-за трудностей с воспроизводимостью исследований), трудно убедить людей в истинности своих заключений. Многие, к сожалению, уверены, что исследователи приходят лишь к тем выводам, к которым хотят, а потому научные изыскания якобы пропитаны идеологией и предвзятостью. И хотя это в какой-то мере истинно, относиться с таким настроением ко всей науке в целом неверно. В этой книге мы раз за разом поясняем, что надежная наука нацелена на беспристрастный поиск неоспоримых знаний. Хотя никто из ученых (в особенности тех, которые занимаются вопросами человеческого развития) не может быть на сто процентов уверен, что ему никогда не мешала неосознанная предвзятость, – добросовестный исследователь всеми силами старается доказать, что в его заключениях нет ни толики личного мнения.

Вторая часть книги посвящена вопросу, которого мы уже в некоторой мере касались: все ли мы «родом из детства»? «Кто есть Дитя? Отец Мужчины» – это строка из стихотворения, написанного в далеком 1802 году поэтом эпохи романтизма Уильямом Вордсвортом, и эти слова конечно же призваны напомнить читателям: по тем психологическим и поведенческим особенностям, что ребенок проявляет еще в детстве, можно понять, каким он станет в буду-

⁶ Цитата из «Обращения к Господу в час нужды и бедствия» (1624 г.) Дж. Донна. – *Прим. ред.*

щем, вплоть до зрелого возраста. Эта строка вкратце передает давно существующее предположение: то, как дети мыслят, чувствуют и поступают, указывает на то, какими они станут в будущем. Поэтому в первой главе этой части (а именно – второй) мы сосредоточимся на том, можно ли по темпераменту человека в раннем детстве предугадать, каким он станет в молодости; обнаружим, что некоторые участники исследований как в раннем возрасте, так и в дальнейшей жизни были «мятежниками»; другим, судя по всему, было по душе оставаться «беглецами»; а остальные тем временем познавали мир намного более уверенно, воодушевленно и открыто. В третьей главе мы продвинемся по возрастной шкале вперед, к зрелости, и узнаем, как связаны между собой уровень самообладания, которое человек проявляет до десяти лет, и его жизнь через несколько десятилетий. Эта глава называется «Сдерживаться или не сдерживаться, вот в чем вопрос». Четвертая глава, завершающая вторую часть книги, посвящена тому, как отличаются жизни людей с СДВГ и без него. Главный вопрос, который мы ставили перед собой в изучении этой стороны человеческого развития, заключался в том, обязательно ли у взрослого человека с СДВГ обнаруживали то же расстройство в детстве.

Вторая часть книги не только убеждает нас в истинности слов о том, что все мы родом из детства, но и настраивает читателя на грядущие главы, все из которых посвящены тому, почему дети и подростки развиваются так, а не иначе. Тем самым вторая часть помогает плавно перейти к третьей, где рассматривается второй важный вопрос, который мы поставили перед собой в книге: как жизнь в семье способствует – или препятствует – развитию детей и подростков. Распространено мнение, что воспитание оказывает значительное влияние на развитие детей и подростков, а потому в первой главе (а именно – пятой) третьей части, посвященной влиянию на развитие семьи, мы начинаем с вопроса о том, почему родители воспитывают детей так, а не иначе. Существует множество исследований, которые показывают: если родители относятся к ребенку жестоко или с пренебрежением, то к ним самим, скорее всего, так относились в детстве. Поэтому в рамках данидинского исследования мы решили оценить, наблюдается ли та же закономерность среди любящих, заботливых и внимательных родителей, которые, как показывают многие исследования, воспитывают детей и подростков успешнее. В шестой главе мы изучим, как влияние близких родственников склоняет данидинских мальчиков к нарушению порядка. При этом мы поделим мальчиков на две группы: на тех, кто постоянно нарушает правила в детстве, и тех, кто начинает хулиганить только в юности. Ведь пусть даже в юности представители обеих групп ведут себя похоже, их взросление в семейном окружении проходит очень по-разному, что сказывается на их дальнейшем развитии. В третьей главе, посвященной влиянию семьи на развитие человека (то есть в седьмой главе книги), мы посмотрим на девочек и решим, почему кто-то из них быстрее проходит через этапы полового созревания и какие у этого могут быть последствия. В этой части книги представлены итоги как данидинского исследования, так и проекта NICHD. Возможно, читателя это удивит, однако, судя по итогам исследований, сложное положение в семье ускоряет половое созревание девочек, тем самым подталкивая их начать сексуальную жизнь раньше сверстниц. Как и в нескольких последующих главах, в седьмой освещены обстоятельства и внешние силы, которые укрепляют устойчивость – способность человека справляться с несчастьями и преодолевать потрясения. Рассуждая об устойчивости, мы предлагаем читателю посмотреть, какие обстоятельства способны предотвратить трудности в развитии, поскольку с ними часто сталкиваются дети, живущие в непростых условиях. Третья часть книги, помимо всего прочего, призвана найти ответ на следующие вопросы: при каких условиях непростые внешние обстоятельства, которые в ином случае обязательно повлияли бы на развитие человека (например, тяжелые события раннего детства, из-за которых подросток рано начинает половую жизнь), не оказывают ожидаемого отрицательного воздействия – и как грамотно поместить человека в подобные условия, чтобы помочь ему развиваться в верном направлении?

Четвертая часть книги предлагает читателю выйти за пределы семейного круга. В ней мы ищем ответ на третий важнейший вопрос, который поставили перед собой: как опыт развития и жизненные обстоятельства вне семьи сказываются на грядущей жизни человека. Мы рассмотрим, как на ребенка влияют дошкольные учреждения (8-я глава) и район проживания (9-я глава). Кроме того, мы изучим два вопроса, связанных с влиянием сверстников: травлю в детстве (10-я глава) и курение травы в подростковом возрасте (11-я глава). Благодаря исследованию NICHD в десятой главе вы узнаете о том, с чем сталкиваются подростки, с которыми в детстве сидели чужие люди. В главе, основанной на полученных в ходе исследования E-Risk данных о взрослении британских подростков, мы обращаем внимание на краткосрочное и долгосрочное влияние, которое оказывает на психическое и физическое здоровье детей травля. А одиннадцатая глава, также основанная на исследовании E-Risk, посвящена тому, как на развитие детей сказывается взросление в малообеспеченном окружении. Мы придем к любопытному открытию: важную роль в развитии ребенка играет то, насколько близко от него проживают зажиточные семьи. Неужели богатые соседи, как считают многие политики и общественные деятели, и вправду благотворно влияют на детей из бедных семей? Или разница в положении, наоборот, им вредит? В завершающей главе этой части (то есть в 11-й главе книги) читатель узнает, что курение травы, которым обычно увлекаются подростки под влиянием сверстников, способно подорвать умственное развитие, а также психическое здоровье, особенно если человек не бросает эту привычку вплоть до четвертого десятилетия жизни. Стоит отметить, что во всех перечисленных главах подчеркивается вероятностная природа исходов, связанных с отрицательным влиянием опасных обстоятельств, которое мы также рассматриваем в своей книге. После этого мы вновь предлагаем читателю ознакомиться с наблюдениями о том, какие обстоятельства позволяют воспитать в человеке устойчивость, которая помогает преодолевать трудности в развитии при деструктивном опыте и внешних угрозах.

Сегодня многие считают, что понять, почему люди развиваются по-разному, возможно лишь с помощью генетики. В конце концов, личность человека – это не только воспитание, но и природа (хотя и воспитание тоже важно). Итак, в первых двух главах (12-я и 13-я) пятой части книги мы обращаемся к четвертому важнейшему для нас вопросу: *влияет ли на личность человека наследственность – и если да, то как?* Мы оценим, возможно ли объяснить наследственностью, почему кто-то зависит от никотина после первой же сигареты; действительно ли по набору генов видно, кто добьется успеха в жизни (если подразумевать под успешными богатыми и влиятельными людьми на высоких должностях). Итогами своих изысканий мы призовем призрак предопределенности, однако при этом напомним, что природа человеческого развития вероятностна, а потому не стоит воспринимать наследственность как нечто неизблемое. В то же время нельзя отвернуться от нее окончательно. Заявления о том, что наследственность не важна, настолько стары, что прибегать к ним поистине глупо. В четырнадцатой и пятнадцатой главах, которые также посвящены наследственности, мы оттолкнемся от так называемого соотношения генотипа и фенотипа и продвинемся дальше, к взаимодействию генотипа и внешней среды. Для этого нам придется поразмышлять о том, как природа и воспитание, в совокупности и во взаимосвязи, подрывают основы человеческого развития, склоняя мужчин к жестокости (14-я глава), а всех людей в целом – к депрессии (15-я глава). Вновь обратившись к вопросу устойчивости, уже с точки зрения наследственности, мы по набору генов определим, кто уязвим и не уязвим к стрессу и потрясениям. Все вышеупомянутые генетические вопросы рассматривались в рамках данидинского исследования. Однако в завершающей главе пятой части книги мы обратимся к исследованию E-Risk и сосредоточимся на том, что можно назвать «новой генетикой», а именно на эпигенетике⁷. В шестнадцатой главе мы оценим, правда ли виктимизация, как показывает теория и некоторые свидетельства, способна «отключать» про-

⁷ Раздел генетики, изучающий изменения.

явление (экспрессию) некоторых генов посредством эпигенетического метилирования. Если да, то, выходит, можно будет не только назвать гены первопричиной, которая в итоге влияет на определенные стороны человеческой жизни, но и заявить, что от опыта, пережитого в ходе развития, и внешних обстоятельств, в которых растет ребенок, вправду зависит, какие гены, отвечающие за те или иные стороны личности, в итоге проявят себя. Если окажется, что такие закономерности действительно существуют, то гены возможно будет воспринимать как зависимые переменные, на которые влияют другие условия.

Если вышеперечисленные главы в первую очередь посвящены различным источникам влияния на человеческое развитие и поиску ответа на вопрос, действительно ли все мы родом из детства, то в шестой, заключительной, части мы обращаемся к старению и, как следствие, пытаемся определить, как связаны между собой опыт детства и болезни, с которыми человек сталкивается в зрелости. В главе 17 мы докажем на основе данных данидинского исследования, что здоровье зрелого человека и вправду определяется событиями детства, а также обратимся к проспективным и ретроспективным измерениям неблагоприятного детского опыта. В главе 18, основанной на исследовании E-Risk, мы рассмотрим то, как невзгоды, пережитые в детские годы, «проникают под кожу» и становятся частью природы человека, то есть оказывают глубинное влияние на его устойчивость к заболеваниям, потрясениям, а также на проявление тех или иных генов. Наконец, в главе 19, посвященной старению, мы рассмотрим различные примеры биологического старения и определим, как так вышло, что участники данидинского исследования, родившиеся в один год, стареют с различной скоростью.

В главе 20, которая закрывает седьмую часть книги, мы подводим итоги всему, что узнали. Мы обращаем внимание на выводы, к которым пришли в ходе трех проспективных лонгитюдных исследований, на которых основана наша книга. Эти выводы позволят нам заключить, что по детству человека можно довольно точно определить, как он будет развиваться в будущем; что никакие обстоятельства не определяют будущее человека однозначно – поскольку на его развитие влияет целая совокупность событий и условий, в том числе опыт жизни в семье и за ее пределами, а также наследственность; что некоторые дети по самым разным причинам (например, благодаря заботе родителей, совместной поддержке со стороны соседей и определенной наследственности) устойчивее к угрозам, чем другие; и что теперь мы можем еще меньше бояться трудностей в развитии, поскольку их возможно предотвратить или в худшем случае преодолеть; а также верить во всеобщее счастье – если понимать его в широком смысле. Как бы то ни было, мы помним, что расслабляться нельзя («пройдешь весь путь – тогда уснешь») и что наука о человеческом развитии сейчас пребывает на стадии всего лишь младенчества – или, в лучшем случае, раннего детства. Ей еще многое предстоит узнать, поэтому нашу книгу следует воспринимать лишь как отчет о первых успехах. Мы уверены, что читатель по достоинству оценит успехи в понимании человеческого развития, которых возможно достичь в основном благодаря крупным, исчерпывающим, проспективным исследованиям в духе тех, что проводили мы, в рамках которых за людьми наблюдают долгие годы, начиная с самого их рождения или вскоре после него.

Часть II. Кто есть дитя? Отец мужчины

2. «Мятежники» и «беглецы»

*Займетя сердце, чуть замечу
Я радугу на небе, —
Так шло, когда я отрок был невинный,
Так есть, когда я стал мужчиной,
Да будет так, когда я старость встречу! —
Иль прокляну свой жребий!
Кто есть Дитя? Отец Мужчины;
Желал бы я, чтобы меж днями связь
Природной праведности не рвалась.*

Уильям Вордсворт, «Займетя сердце, чуть замечу»

Уверяя нас в том, что дитя – это «отец Мужчины», поэт подразумевает следующее: то, какими мы вырастаем, в той или иной мере отражает то, какими мы были детьми. Получается, по поведению и поступкам ребенка возможно предугадать, и довольно точно, как он будет вести себя во взрослой жизни. Если задуматься, то такой взгляд на человеческое развитие словно отрицает саму возможность развития; в конце концов, выходит, будто мы со временем почти не меняемся – лишь становимся крупнее и сложнее, однако остаемся собой. Такого воззрения придерживается, к примеру, сорок четвертый президент Соединенных Штатов Дональд Трамп. Когда он в 2016 году только избирался в президенты, то заявлял, будто в свои семьдесят он такой же, каким был в дошкольном возрасте. Если учесть, насколько взвинченно и склочно он вел себя во время избирательной кампании и даже после нее, когда занял самую влиятельную должность в мире, его словам охотно верится. Но что можно сказать о других людях? Насколько точно взрослые поступки человека отражают то, как он вел себя в детстве? И наоборот: можно ли по поведению ребенка предугадать, каким он вырастет?

Противостояние однородного и неоднородного, то есть постоянства и перемен, в человеческом развитии началось довольно давно, пусть даже поначалу его никто никак не обозначал. Более пятидесяти лет назад два нью-йоркских детских психиатра, Стелла Чесс и Александр Томас, помогли запустить исследование, целью которого было определить, насколько сильно с возрастом меняется темперамент маленького ребенка. Чесс и Томас выступали за однородность, а специалист по возрастной психологии из Гарвардского университета Джером Кейган вдохновился их точкой зрения и в течение многих лет развивал ее. Сейчас Кейган отошел от дел, однако до сих пор, невзирая на возраст, пишет научные статьи, в том числе и о вопросах человеческого характера. Если такие специалисты по возрастной психологии, как Кейган, подчеркивают поразительную однородность в человеческом развитии и то, насколько подростки и даже взрослые люди похожи на себя в детстве, то другие отмечают, насколько невероятно люди с возрастом меняются – через внезапные скачки и резкие повороты, с которыми человек зачастую сталкивается в первые десятилетия жизни. Единственное, с чем согласны почти все представители обеих сторон, – это то, что в раннем возрасте дети заметно отличаются друг от друга предрасположенностью к определенным эмоциям и поведению, то есть темпераментом. Если одни младенцы перед лицом угрозы внешне спокойны и невозмутимы, то другие чувствительны и легко расстраиваются. Если одни младенцы проявляют любознательность и охотно общаются с незнакомцами, смело изучают новые места и предметы, то другие, прежде чем сдвинуться с места, наблюдают и ждут. И если одни почти всегда улыбаются и смеются, то другие лишь изредка испытывают или по меньшей мере проявляют положительные чувства.

Предрасположенность к тому или иному отклику и поведению у ребенка заметна в раннем возрасте, в том числе и в первый год жизни. Томас и Чесс выделяли три вида темперамента у детей раннего возраста: легкий, трудный и с длительным привыканием. Разницу в поведении детей с различным темпераментом мы объясним чуть позже.

Многие современные исследователи уверены, что врожденные или проявляющиеся в раннем детстве черты ребенка уже могут намекать на то, как он будет вести себя в будущем, например озлобленно или обеспокоенно.

Однако родители обычно начинают верить в подобное лишь после рождения второго ребенка, особенно если первенец у них был «легким», а не «трудным». И дело вот в чем. Если первый ребенок оказывается «легким», родители зачастую считают, будто это исключительно их заслуга. Если они видят, как кто-то не способен управиться с маленьким ребенком (не может уложить его спать, с трудом приучает его к чему-то новому), то нередко и вовсе думают: этот родитель явно что-то делает не так. Вот как примерно звучат их мысли: «Мы бы не позволили своему малышу так капризничать. Не ребенок виноват – воспитание неправильное». Однако если у второго ребенка нрав оказывается полностью противоположным нраву первенца, с которым было до безумия легко, родители резко задумываются: а может, дети изначально рождаются разными? В таких случаях родители зачастую бросаются из крайности в крайность: если прежде они во всем винили приобретенное (то есть влияние родителей), теперь для них во главе угла врожденное (то есть личностные черты, заложенные природой). Теперь они мыслят чуть шире: «То, как ведет себя ребенок, (хотя бы в основном) зависит не от того, как его воспитывали, а от его врожденных качеств».

Именно такое внезапное откровение снизошло на одного из авторов этой книги, которому как раз довелось воспитывать двух сыновей, с одним лишь отличием: «трудным» оказался первенец, а «легким» – второй ребенок. По правде говоря, первый ребенок оказался настолько своенравным, настолько буйным, настолько непокладистым, что родителям оставалось только недоумевать: «Почему в наше время детей больше не лупят?» Вот насколько родителей может расстраивать поведение своего чада. В то же время они были рады, что эта проверка на прочность выпала именно на их долю: будь на их месте родители послабее духом, победнее и побезграмотнее, они наверняка дали бы слабину и опустили бы до грубого или равнодушного обращения с ребенком, а может, и вовсе до рукоприкладства. Такое, несомненно, происходит.

Когда второй ребенок одного из авторов оказался намного покладистее первого, родители задумались: какое, наверное, потрясение переживают супружеские пары, если их первенец оказывается невероятно послушным и позволяет им почувствовать себя грамотными родителями (способными воспитывать детей правильно), а затем у них рождается второй, до безумия трудный и упрямый малыш? А в каком порядке предпочли бы воспитывать двух детей с разным темпераментом вы? Сначала «легкого», потом «трудного» или наоборот? Очевидно, у каждого будет свой ответ.

Исследователи в области детского развития рассматривают вопрос, действительно ли «все мы родом из детства» (то есть можно ли по поведению ребенка в раннем возрасте предугадать, как он будет развиваться в дальнейшем), не с философской, а с эмпирической точки зрения. Так можно ли по тому, как ребенок ведет себя в ранние годы жизни, предсказать, то есть просчитать статистически, каким он вырастет? Или, если идти от обратного: возможно ли отыскать зачатки поведения взрослого человека в ранних проявлениях его личностных черт? Найти ответы на эти вопросы проще всего с помощью данидинского исследования, поскольку в его рамках ученые долго и пристально наблюдали за жизнью людей. В этой главе мы подумаем, есть ли связь между темпераментом человека в трехлетнем возрасте и его поведением через полтора десятилетия, в восемнадцать лет, и если да, то какая. Далее мы проверим, можно ли по темпераменту маленького ребенка предсказать, как будут складываться его межличностные

отношения (с друзьями, родственниками, возлюбленными) в возрасте двадцати одного года. Наконец, мы даже изучим, связаны ли между собой темперамент человека в трехлетнем возрасте и его склонность к зависимости от азартных игр в молодости – а именно в двадцать три года.

Темперамент в детстве и характер в молодости

Исследователи человеческого развития рассматривают темперамент маленьких детей по меньшей мере с двух точек зрения. Согласно первой точке зрения, дети делятся на две противоположные группы: «побойчее» и «не такие бойкие» или «бойкие» и «спокойные». Обратите внимание, что бойкость воспринимается как *величина* и может быть выше или ниже у разных детей. Вторая точка зрения тем временем подчеркивает, что существуют различные *типы* людей, которые можно четко разграничить – совсем как в подходе Чесс и Томаса, которые разделили темпераменты на легкий, трудный и с длительным привыканием. Ни первая, ни вторая точка зрения не является единственно верной. Каждая по-своему полезна. Например, если я намереваюсь принять ванну, я оцениваю температуру воды как величину и поэтому думаю: «Достаточно ли вода теплая или нужно добавить еще горячей?» Однако если мне нужно приготовить пасту, то не важно, насколько вода теплая или холодная – мне важно, кипит ли она. Оценивать темперамент ребенка можно и по шкале, и распределив его в одну из групп по перечню признаков.

Когда мы собирались отправиться в приключение, нацеленное на поиск связи между темпераментом в раннем возрасте и дальнейшей жизнью, то использовали второй подход. Мы пошли по стопам Чесс и Томаса и разделили трехлетних детей на группы в зависимости от их темперамента – сейчас коротко поясним, почему. Дело в том, что нам хотелось рассмотреть темперамент с разных сторон одновременно, не сосредотачиваясь только на чем-то одном. В ходе работы мы ставили перед собой вопросы в духе: «Чем отличается развитие стеснительного бойкого ребенка, которого *при этом* трудно утихомирить, от развития бойкого и общительного чада, которого *при этом* легко утихомирить? Мы не стали делить детей только по уровню стеснительности, или только по уровню активности, или только по тому, насколько легко они поддаются утешению. Вместо этого мы складывали личность каждого ребенка, будто мозаику, из нескольких частей, то есть черт.

Сразу поясним: мы не утверждаем, что наш подход, позволяющий обособить каждого участника как отдельную личность, лучше, чем подход, при котором учитывается только одна переменная и который, в свою очередь, подразумевает работу с одним признаком (например, только с уровнем стеснительности или только с уровнем активности). Каждый из подходов уместен в свое время – все зависит от того, к каким заключениям стремится прийти исследователь. Например, если исследователь хочет выяснить, какие дети обычно вырастают спортсменами, то вполне логично сосредоточиться только на одном признаке – уровне активности. Тогда исследователь спросит себя: есть ли прямая связь между уровнем активности ребенка и вероятностью того, что он вырастет спортсменом? Однако если исследователю, например, любопытно, насколько счастлив человек будет в романтических или семейных отношениях, ему вернее сосредоточиться одновременно и на внешности, и на умственных способностях, и на уровне благожелательности этого человека. Исследование темперамента, наверное, походит на изучение физиками природы света: одни задачи требуют от них относиться к свету как к волне, а другие – воспринимать свет как частицу (то есть пучок фотонов).

Если подходить к темпераменту одновременно с разных сторон и расценивать каждого участника как отдельную личность, то любопытно взглянуть, как в одном человеке будут сочетаться проявления различных темпераментов. Допустим, нам известны три вида темперамента – назовем их А, В и С – и в каждом ребенке в той или иной степени присутствуют признаки

каждого из этих темпераментов. Это означает, что, по крайней мере на словах, детей можно поделить на восемь групп: сначала пополам – на детей, у которых темперамент А проявляется ярко, и детей, у которых он проявляется слабо; затем, подключив темперамент В, разбить каждую группу еще на две; и, наконец, взглянув, насколько сильно у каждого ребенка проявляется темперамент С, вновь поделить каждую из четырех полученных ранее групп пополам. Если противопоставление «ярко – слабо» разбавить промежуточным «средне», тогда детей условно получится разделить на двадцать семь различных групп (считайте сами: $3 \times 3 \times 3 = 27$). А если не трогать уровни проявления, но добавить к трем видам темперамента еще два, тогда детей можно будет разделить на тридцать две группы (считаем снова: $2 \times 2 \times 2 \times 2 \times 2 = 32$)!

Однако удастся ли найти среди участников исследования представителей для всех групп, которые мы выведем? Задаться этим вопросом особенно важно: пусть даже в *теории* может существовать и восемь, и двадцать семь, и тридцать два типа личности, это отнюдь не значит, что среди участников данидинского или какого-либо другого исследования найдется хотя бы по одному представителю каждого вида. Не все «ячейки» в «таблице темпераментов» обязательно будут «заполнены» живыми примерами, а потому изучить детей из каждой группы, возможно, и не удастся. Другими словами, итоги исследования могут и не отражать истинного разнообразия детских личностей. Давайте обратимся к эволюции животных и развитию у них тех или иных черт. Некоторые черты могут вполне устойчиво сочетаться у многих видов: например, крупные животные зачастую опасны, а мелкие – быстры (поскольку им необходимо убегать от крупных и опасных хищников). Однако отнюдь не все сочетания так устойчивы – стоит появиться новой переменной, как оказывается, что в природе просто не существует подходящих примеров. Допустим, вспомните хотя бы одну опасную – и при этом огромную, словно слон, птицу. Очевидно, что таких птиц нет и быть не может. Таким образом, первая трудная задача, с которой мы столкнулись в изучении взаимосвязи между темпераментом в раннем возрасте и поведением в дальнейшей жизни, заключалась в том, чтобы по сведениям о трехлетних участниках исследования определить, с каким количеством типов личностей мы имеем дело.

Виды темперамента

Как обычно бывает в приключенческих рассказах, готовиться к своему путешествию мы стали задолго до его начала. Прежде чем приступить к первому этапу работы, необходимо было заблаговременно предпринять несколько шагов, а именно определить, на сколько групп с точки зрения темперамента мы можем разделить трехлетних участников исследования, чтобы затем, на втором этапе, понять, насколько их темперамент и поведение изменятся пятнадцать лет спустя. Для начала мы воспользовались работой, проделанной другим исследователем: к нему, в лабораторию Отагского университета, приводили трехлетних детей, с каждым из которых он работал по полтора часа, чтобы оценить их поведение по двадцати двум признакам. Оценивалось в основном то, как ребенок ведет себя в различных обстоятельствах, нацеленных на проверку его умственных, языковых и двигательных способностей. Детям говорили выполнять определенные действия (например, стоять на одной ноге) или решать какие-то задачи – допустим, помещать фигуры в соответствующие отверстие на доске (квадрат – в квадратное, а треугольник – в треугольное). Детей оценивали с психологической и поведенческой точки зрения: к примеру, насколько ярко ребенок выражал те или иные чувства, а также насколько быстро утомлялся, часто своенравничал или упрямялся. Кроме того, учитывалось, охотно или неохотно, внимательно или невнимательно ребенок выполнял то или иное задание, а также насколько он был плаксивым, предвзятым к себе, настороженным, дружелюбным, уверенным, самостоятельным, робким, общительным и пугливым.

Наблюдающий все полтора часа был рядом с ребенком и лишь потом выставлял ему оценки. Каждая из черт оценивалась по шкале: дети получали определенные оценки за каждый исследуемый признак. Например, если ребенок был очень опрометчив, однако при этом не слишком пуглив, то он получал высокую оценку за опрометчивость и низкую – за пугливость. Другой ребенок мог получить за оба этих признака высокую оценку, а третий – низкую, но при этом оба вели бы себя несколько не похоже на ребенка из предыдущего предложения – того, у которого высок уровень опрометчивости и низок уровень пугливости. Важно отметить, что, поскольку данидинское исследование – лонгитюдное, данные от 1975 года были для нас бесполезны еще ближайшие полтора десятка лет. Чтобы установить последовательную связь между темпераментом в раннем детстве и поведением в молодости, пришлось терпеливо ждать. Вспомните метафору из первой главы. Изучать человеческое развитие – все равно что выращивать плодовые деревья: садовнику необходимо терпеливо ждать, прежде чем пожинать плоды.

Поэтому тогда, в начале 1976 года, мы решили обратиться к тем данным, что успели накопить, и, подняв архивы за тот год, когда участники нашего исследования были в трехлетнем возрасте, оценили их с точки зрения тех же двадцати двух признаков. Нашей целью было понять, удастся ли нам разделить участников собственного исследования на группы с точки зрения целого набора переменных. В таких случаях говорят о *мультипеременной* – и для нас ею стал тот перечень из двадцати двух признаков, по которым наблюдатель оценивал каждого ребенка, то есть совокупность множества переменных, или различных показателей. Если в целом, то такой подход позволил нам объединить детей, схожих одновременно *по нескольким признакам*, при этом разграничив их с теми, у кого оценки по тем же признакам иные. Таким образом, нам удалось вывести пять типов личностей, причем каждый тип включал в себя целый набор черт.

Своенравными (10 % участников данидинского исследования) мы назвали вспыльчивых и неугомонных трехлетних детей, которым, судя по всему, не понравилось в университетской лаборатории. Им было тяжело сосредоточиться на предложенных задачах и усидеть на месте. Кроме того, они действовали наобум, не желая дополнительно размышлять над тем или иным заданием. В итоге мы вывели темперамент, во многом похожий на «трудный темперамент» Чесс и Томаса.

Замкнутые дети (8 % выборки) были робкими, пугливыми, с трудом выходили на связь (по крайней мере через слова) и расстраивались, когда им приходилось общаться с незнакомцем в лице наблюдателя. Совсем как своенравные дети, замкнутые легко отвлекались, с трудом задерживали внимание, однако при этом не поступали необдуманно. Таким образом, их темперамент походил на выведенный Чесс и Томасом темперамент «с длительным привыканием».

Уверенные дети (27 % выборки) особенно охотно и воодушевленно принимались за те задания, которые им предлагали. Они почти или вовсе не переживали, что их разлучили с родителями, – в этом заключалась одна из проверок. Они были очень отзывчивы в личном общении с наблюдателем. Другими словами, они, судя по всему, очень быстро привыкали к лабораторным условиям и предлагаемым заданиям. Получается, согласно классификации Чесс и Томаса, этих детей можно было назвать «легкими».

Осторожным детям (15 % выборки) было неуютно во время проверки: они испытывали стеснение, страх и стыдились себя. Однако, в отличие от замкнутых детей, они были в меру отзывчивы по отношению к наблюдателю, а неуютные обстоятельства не мешали им выполнять предложенные задания. Выходит, робость не мешала им оставаться усердными и позволяла сосредоточиться на насущном.

Наконец, *уравновешенные* дети (40 % выборки) при необходимости умели собраться и сосредоточиться. Они были в меру самоуверенны и не боялись трудностей, однако при этом не расстраивались слишком сильно, если задание (например, какая-нибудь головоломка) им

не поддавалось. При этом поначалу проверка смущала их, однако потом они привыкали и со временем становились дружелюбнее.

У кого-то может возникнуть закономерный вопрос: будут ли иными итоги, если провести исследование не в новозеландском Данидине, а в каком-нибудь другом населенном пункте? Поскольку мы проводим исследование в государстве, которое многим кажется далеким и оттого чуждым, нам часто задают этот вопрос, тем самым ставя под сомнение самые основы нашей работы. Тем не менее Новая Зеландия такая же современная и продвинутая, как и многие другие западные страны и в особенности англоязычные, например США. Поэтому мы ни капли не удивляемся тому, что выводы, которые мы озвучиваем в этой главе и на протяжении всей остальной книги, на удивление схожи с выводами, к которым приходят исследователи, изучающие развитие детей, подростков и взрослых во многих других WEIRD-обществах. По правде говоря, если возвращаться к вопросу темпераментов, то стоит отметить: когда мы в ходе другого исследования изучали выборку, которая включала в себя бедных афроамериканских детей, растущих в крупных северо-восточных городах, то вывели те же виды темперамента, что и в Данидине. Кроме того, исследователи, изучавшие самые разные общества, приходили к выводам, схожим с нашими.

Личность молодых людей

Когда участникам, которые в трехлетнем возрасте посещали нашу лабораторию, было по восемнадцать лет, мы предложили им обычную анкету, в которой необходимо было описать свою личность. Таким образом мы оценили большинство участников исследования. В этом заключалась вторая часть нашего путешествия: на этот раз мы оценивали участников по десяти признакам из тех, что отличают представителей различных темпераментов в раннем возрасте. Теперь, когда участникам было по восемнадцать лет, их можно было разделить на группы лишь по некоторым из этих десяти черт. Когда мы говорим о том, что «все мы родом из детства», то имеем в виду именно эти отличительные черты, поскольку именно по ним можно предугадать, каким человек окажется в будущем.

В целом представители различных групп отличались друг от друга по половине признаков, однако больше всего на себя трехлетних в выпускном классе (или после него) походили те, кого мы в свое время назвали своенравными и замкнутыми. Давайте сначала посмотрим, как развиваются своенравные дети, а после перейдем к замкнутым.

Какими вырастают своенравные дети

Те, кому в трехлетнем возрасте приписали своенравный темперамент, в молодости плохо владели собой. В восемнадцатилетнем возрасте они называли себя искателями приключений, действующими по собственной прихоти, а также чаще остальных переживали пагубный, рискованный, опасный опыт и вели себя необдуманно, безрассудно, опрометчиво или непредусмотрительно, вместо того чтобы как следует обдумать свои действия заранее. Кроме того, они обильно испытывали и выражали негативные чувства, поскольку были склонны отрицательно – и бурно – отзываться на многие повседневные события. Например, если такие молодые люди проигрывали в игре или в трудную минуту не получали помощь от друга, они зачастую расстраивались, а порой даже выходили из себя. Кроме того, эти молодые люди утверждали, что их никто не любит, что все над ними издеваются, что их часто подставляют и что о них часто распускают ложные слухи.

Может, своенравные дети вырастают такими озлобленными как раз потому, что к ним относятся настолько предвзято? В конце концов, в восемнадцатилетнем возрасте некогда своенравные дети открыто признавались в том, что срываться на обидчиках им проще и выгоднее, поскольку тогда их боятся и перестают трогать. Или окружающие, наоборот, потому и травят

озлобленных подростков, что чувствуют исходящую от них опасность? По всей видимости, верно и то и другое. Получается замкнутый круг: поскольку своенравный ребенок ведет себя непредсказуемо, на него отзываются неприязнью; поскольку на него отзываются неприязнью, он с годами все сильнее злится на окружающих. Основываясь на своих заключениях и наблюдениях, мы решили объединить своенравных малышей и озлобленных молодых людей одним словом – «мятежники».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.