

Глава 1

ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ НЕРОЖДЁННОГО РЕБЁНКА

Эта книга поведаёт вам о многом: о возникновении человеческого сознания, о том, как растёт и развивается ещё не родившийся и новорождённый ребёнок... Однако особое внимание в ней уделено процессу формирования человеческого интеллекта и тому, как мы становимся теми, кто мы есть. Главной причиной для её написания стало открытие того, что ещё не родившийся ребёнок — это существо, способное *чувствовать, помнить и осознавать*. Всё то, что происходит с ним, что происходит со всеми нами в течение девяти месяцев между зачатием и рождением, оказывает огромное влияние на формирование личности, её стремлений и жизненных ориентиров.

Это открытие и впечатляющий объём исследований, на основе которых оно было сделано, значительно расширяют наши представления о том, что мы знаем (или думаем, что знаем) об эмоциональном развитии ребёнка до рождения. Кроме того, что оно чрезвычайно интересно с научной точки зрения (особенно учитывая, что оно окончательно опровергает устаревшее фрейдистское утверждение о том, что личность начинает формироваться лишь на втором или третьем году жизни), ещё более поразительным является то, насколько оно углубляет и обогащает понимание смысла и значения родительства, особенно материнства. Собственно, один из самых ценных аспектов наших новых знаний заключается в том, что они позволяют беременной женщине осознать свою роль в формировании и развитии личности её будущего ребёнка. Её рабочие инструменты — это её мысли и чувства, с помощью которых будущая мать способна произвести на свет нового человека, обладающего такими достоинствами, которые раньше казались чем-то недостижимым.

Я вовсе не настаиваю на том, что всё, что происходит с женщиной в эти судьбоносные месяцы, предопределяет будущее её ребёнка. На развитие новой жизни влияет множество факторов. Материнские мысли и чувства — лишь одно из звеньев этой цепочки, но их уникальность состоит в том, что, в отличие от наследственности, ими можно управлять. *Женщина способна направлять их в нужное ей русло по своему усмотрению.* Однако это вовсе не означает, что будущее счастье ребёнка зависит от способности матери думать о чём-то хорошем круглые сутки. Периодически возникающие сомнения, двойственные чувства и переживания — это нормальное явление во время беременности, и, как мы увидим позже, они могут даже способствовать развитию нерождённого малыша. Это означает, что у будущей мамы теперь есть ещё одна возможность активно и благотворно влиять на эмоциональное развитие своего ребёнка.

Несмотря на то что для описания этого открытия можно было бы использовать слово «прорыв», оно стало возможным благодаря ряду других относительно недавних «находок», которые ему предшествовали. Так, в конце 1960-х годов учёные обнаружили, что между матерью и ребёнком сразу после родов возникает интуитивная связь, известная как бондинг. Наше новое открытие во многом является логическим продолжением предыдущих исследований, перенося систему коммуникации на более ранний этап — в период нахождения ребёнка в утробе матери. С медицинской точки зрения мы видим аналогичную картину: учитывая то, что нам известно о влиянии алкоголя, наркотиков и питания беременной женщины на плод, а также о роли эмоций в развитии тех или иных заболеваний, можно предположить, что мысли и чувства матери также могут оказывать влияние на состояние её будущего ребёнка.

Хочется верить, что наши новые знания помогут отцу осознать, насколько важна его роль во время беременности супруги. Общение с любящим и чутким мужчиной обеспечит женщине постоянную эмоциональную поддержку в этот важный период. И если раньше мы в силу своего невежества игнорировали этот серьёзный момент, грубо исключив мужчину из процесса, то теперь, когда мы поняли

(вернее, переосмыслили), какое значение для женщины и её будущего ребёнка имеют душевный комфорт и забота, мы можем, наконец, вернуть мужу его заслуженное место.

Эти новые идеи зародились в лабораториях Америки, Канады, Англии, Франции, Швеции, Германии, Австрии, Новой Зеландии и Швейцарии, где в течение последних двух десятилетий учёные умы методично и скрупулёзно формировали принципиально новый взгляд на плод, рождение и начальный этап жизни ребёнка.

Книга, которую вы сейчас держите в руках, — это первая попытка рассказать широкой аудитории об их новаторской работе. Поэтому некоторая информация, представленная ниже, может выглядеть как спекулятивное суждение, хотя я постараюсь отделить то, что мы знаем, от того, что мы только предполагаем. Вполне естественно, что отдельные идеи могут показаться вам спорными, но я и не рассчитываю на то, что все согласятся со мной по каждому пункту.

Тем не менее я уверен, что эта книга и, более того, все эти научные исследования станут неиссякаемым источником надежды. Надежды для врачей — поскольку позволят им не упустить многочисленные возможности, связанные с беременностью и родами, надежды для матерей и отцов — потому что они расширят и обогатят понимание самой сути родительства, и, что самое главное, надежды для ещё не появившегося на свет малыша.

Он — основной бенефициар наших новых знаний. Совсем не такой, каким мы его себе представляли, но при этом более осознанный, отзывчивый и любящий. Он заслуживает и даже требует более внимательного, заботливого и *гуманного* отношения к себе в утробе матери и во время появления на свет, нежели то, что он получает сейчас. Французский акушер Фредерик Лебойе, автор книги «Рождение без насилия»¹, интуитивно почувствовал это. Именно поэтому он так страстно выступал за необходимость более мягких методов

¹ Frederick Leboyer. “Birth Without Violence”.

родовспоможения. Результаты наших клинических исследований полностью подтвердили его правоту.

Создание тёплой, уютной и доброжелательной атмосферы для новорождённого имеет огромное значение, потому что ребёнок прекрасно понимает, в какой обстановке он появляется на свет. Он чувствует нежность, ласку, заботливые прикосновения и реагирует на них так же, как и на яркий свет ламп, звуки электронных приборов и холодную равнодушную обстановку, которая так часто ассоциируется с родами в медицинских учреждениях.

Однако эти поистине революционные знания выходят далеко за рамки теории Лебойе и наших привычных представлений о процессе деторождения; они впервые позволяют нам заглянуть в сознание ещё не родившегося малыша. Примечательно, что исследователи пришли к следующему выводу: ребёнок обладает определённым уровнем осознанности, хотя его сознание не такое глубокое и сложное, как у взрослого человека. Он не способен понять все оттенки значений, которые взрослые вкладывают в свои слова или жесты. И в то же время, как показывают исследования (о них мы подробнее поговорим в следующей главе), он обладает высокой чувствительностью к тончайшим эмоциональным нюансам. Ребёнок способен чувствовать и реагировать не только на сильные недифференцированные эмоции, такие как любовь и ненависть, но и на более сложные эмоциональные состояния вроде смешанных чувств или двусмысленных намёков.

До сих пор остаётся неизвестным, когда именно клетки мозга обретают эту способность. Некоторые учёные предполагают, что некое подобие сознания формируется практически сразу после зачатия. В поддержку этой теории они приводят примеры тысяч совершенно здоровых женщин, у которых неоднократно случались самопроизвольные выкидыши. Существует мнение, что в самые первые дни или даже часы после зачатия оплодотворённая яйцеклетка обладает достаточным уровнем самосознания, чтобы почувствовать неприятие, и достаточной силой воли, чтобы отреагировать на него. Более подробно эту гипотезу и подтверждающие её доказательства мы рассмотрим позже. Пока же, как бы ни была интересна эта версия, она остаётся лишь предположением, а не доказанным фактом.

Большинство достоверных данных о развитии ребёнка было получено в результате физиологических, неврологических, биохимических и психологических исследований начиная с шестого месяца его внутриутробной жизни. К этому моменту он уже является уникальным человеческим существом, способным запоминать информацию, воспринимать звуки и даже учиться. Более того, ещё не родившийся ребёнок очень быстро осваивает новые навыки. Это было убедительно доказано группой учёных и отражено в их отчёте, который принято считать классическим.

Исследователи научили шестнадцать ещё не рождённых детей отвечать толчками на вибрацию. Обычно находящийся в утробе плод не реагирует подобным образом на такие слабые раздражители. Он просто не обращает на них внимания. Однако в ходе эксперимента учёным удалось выработать у своих маленьких испытуемых условный или приобретённый рефлекс (так его называют поведенческие психологи). Для начала они несколько раз подвергли малышей воздействию внешних факторов, которые должны были спровоцировать у них естественную реакцию в виде толчков — например, громких звуков, которые раздавались рядом с их матерью. При этом реакцию ребёнка отслеживали с помощью датчиков, закреплённых на животе женщины.

Затем к громким звукам добавили вибрацию. Каждого ребёнка подвергали ей сразу после того, как рядом с его матерью раздавался шум. Исследователи предположили, что после определённого числа воздействий ассоциация в сознании младенцев между вибрацией и реакцией на неё станет настолько автоматической, что они будут реагировать толчками даже тогда, когда она не сопровождается шумом. Учёные оказались правы. Вибрация стала для детей своеобразным сигналом, а толчки в ответ на неё — условным рефлексом.

Это исследование, позволяющее получить представление о способностях ещё не родившегося ребёнка, не сводится исключительно к выработке рефлексов. Оно демонстрирует один из методов, благодаря которому индивидуальные особенности личности начинают формироваться ещё в утробе матери. Наши симпатии и антипатии,

детские страхи и фобии — иными словами, все те отличительные черты поведения, которые делают каждого из нас единственным и неповторимым, в некоторой степени тоже являются результатом условного обучения. И, как мы только что убедились, этот процесс начинается именно в материнской утробе.

Чтобы наглядно продемонстрировать, как условное обучение влияет на формирование будущих особенностей характера, давайте рассмотрим такое чувство, как тревога. Что может привести к возникновению глубокого долговременного беспокойства у ещё не родившегося ребёнка? Одна из вероятных причин — курение его матери. Доктор Майкл Либерман экспериментальным путём доказал, что ребёнок в утробе матери начинает волноваться (о чём свидетельствует учащение сердцебиения) каждый раз, когда его мать думает закурить.

Ей даже не требуется подносить сигарету к губам или чиркать спичкой — одной *мысли* о курении достаточно, чтобы обеспокоить малыша. Разумеется, плод понятия не имеет, что его мать курит или думает об этом, однако он достаточно разумен, чтобы ассоциировать её курение с неприятными ощущениями, которые оно у него вызывает. Это происходит потому, что при курении уменьшается поступление кислорода в кровь матери, которая проходит через плаценту, а это физиологически вредно для ребёнка. Ещё больше вреда приносят ему негативные психологические последствия материнского курения, которое ввергает малыша в хроническое состояние неуверенности и страха. Он не может знать, когда это неприятное физическое ощущение возникнет опять и насколько болезненным оно будет, ему известно лишь то, что оно снова повторится. Именно такая ситуация провоцирует возникновение глубоко укоренившегося обусловленного беспокойства.

Другой, более приятный вид обучения, который происходит в материнской утробе, — это познание речи. Каждый из нас имеет свой уникальный, индивидуальный ритм речи. Его зачастую практически невозможно уловить человеческим ухом, однако различия в ритме всегда фиксируются при звуковом анализе. Наши речевые особенности так же неповторимы, как отпечатки пальцев. Происхождение

этих различий не является великой тайной — мы наследуем их от наших мам. Люди учатся говорить, копируя материнскую речь. До недавних пор учёные были уверены, что это обучение происходит исключительно в младенчестве, но сейчас многие из них согласны с доктором Генри Труби, профессором педиатрии, лингвистики и антропологии из Университета Майами, который утверждает, что этот процесс начинается гораздо раньше, ещё до рождения. В подтверждение своих слов доктор Труби приводит результаты исследований, согласно которым плод начинает отчётливо слышать уже на шестом месяце внутриутробного развития и, что самое удивительное, он двигается в такт речи своей матери.

Известно, что ещё не появившийся на свет ребёнок обладает прекрасным слухом, поэтому не стоит удивляться тому, что он может проявлять интерес к музыке. Четырёх- или пятимесячный плод активно реагирует на различные звуки и мелодии, причём его реакция ярко выражена. Включите что-нибудь из Вивальди — и возбуждённый малыш успокоится. А если выбрать музыку Бетховена, то даже самый спокойный ребёнок начнёт шевелиться и толкаться.

Несомненно, личность — это нечто большее, чем просто совокупность знаний, которые мы приобретаем до и после появления на свет. Было установлено, что некоторые ранние переживания влияют на формирование будущих черт характера. Это означает, что женщина может начать активно воздействовать на судьбу своего ребёнка задолго до его рождения. Например, можно отказаться от сигарет или хотя бы курить меньше во время беременности. Кроме того, она может разговаривать с ребёнком. Он действительно всё слышит и, что самое важное, реагирует на услышанное. Когда мы обращаемся к ребёнку спокойным и ласковым тоном, то помогаем ему почувствовать себя любимым и желанным. Конечно, он ещё не понимает смысла слов, но прекрасно чувствует интонацию. Он достаточно развит интеллектуально, чтобы улавливать эмоции в материнском голосе.

Можно начинать обучение ребёнка ещё до его рождения. Если беременная женщина будет слушать приятную умиротворяющую музыку