

ВАГІТНІСТЬ

Одного дня я читав лекцію парам, які чекали дитину. По закінченню до мене підійшло стурбоване подружжя. «Мій батько — оператор аматорського радіозв'язку, — повідомила жінка. — Він сказав, що чоловік повинен почати постукувати мене по животу. Це не зашкодить дитині?» Вона була спантеличена. Я теж. «Навіщо?», — запитав я. Чоловік відповів: «Не просто постукувати. Він наполягає, щоб я вивчив азбуку Морзе і почав вистукувати повідомлення у мозок дитини. Так малий стане розумніший і, можливо, ми навчимо його вистукувати нам відповідь!» Втрутилась жінка: «Це справді зробить його розумнішим? У мене дуже чутливий живіт, тому мені ця ідея геть не подобається».

Я добре пам'ятаю той кумедний момент; ми від душі посміялися. Але радилися вони зі мною цілком щиро, кидаючи запитальні погляди.

Щоразу, читаючи лекції про надзвичайне ментальне життя плода, я майже фізично відчуваю хвилю паніки, що пробігає рядами. Майбутні матусі і татусі починають переживати, щось занотовувати, часто стурбовано перешіптуватися з сусідами. Батьки старших дітей іноді бувають задоволені, іноді сповнені каяття, а в декого на обличчі навіть читається провина. Часом трапляється і скептичне ставлення, і здивування, але запитань завжди багато. Чи справді дитина може вивчити азбуку Морзе на пізніх стадіях вагітності? І, якщо це так, що воно їй дасть?

Науковці відкрили багато нової інформації про ментальне життя дитини в утробі. В цьому розділі ми заглибимося у дивовижну містерію розвитку мозку, який зароджується з дрібочки

малесеньких клітин. Ми поговоримо про те, що може значити азбука Морзе на тлі доведених чинників, які сприяють розвитку мозку в утробі. Підказка: їх лише чотири. І ми побіжно розглянемо кілька міфів; для початку можете без вагань відкласти свої CD Моцарта.

Тихіше, будь ласка: дитина в процесі розробки

Поради, які враховують відомі нам дані про внутрішньоутробний розвиток у першій половині вагітності, одним реченням можна викласти так: дитина хоче, щоб їй дали спокій.

Принаймні спочатку. Для дитини найбільшою перевагою життя в утробі є відносна *відсутність* подразників. Лоно темне, вологе, тепле, надійне, як бомбосховище, і значно тихіше за зовнішній світ. Саме таке, яким має бути. Щойно почнеться процес, зачаток мозку вашого маленького ембріона продукуватиме нейрони з неймовірною швидкістю — півмільйона клітин на хвилину. Це понад вісім тисяч на секунду, темп, який триватиме тижнями. Цей процес можна спостерігати вже через три тижні після зачаття і десь до середини вагітності. Немовля має багато чого досягнути у дуже стислий час! Спокійна відсутність втручання батьків-аматорів — саме те, чого насправді потребує дитина.

Деякі еволюційні біологи переконані, що це основна причина вранішнього токсикозу у вагітних жінок. Нудота, яка може тривати весь день (деколи — всю вагітність), змушує жінку дотримуватися м'якої простої дієти, — якщо вона взагалі хоч щось їстиме. Ця стратегія уникання тримала наших прадавніх матерів якнайдалі від природних токсинів екзотичної чи зіпсованої їжі у дикій природі нерегульованого меню Плейстоценової епохи. Втома, що супроводжує вагітність, призводила до браку фізичних навантажень у жінок, які могли завдати шкоди дитині.

Сучасні науковці вважають, що цей чинник теж здатен зробити маля розумнішим. Одне дослідження (воно ще потребує повторного підтвердження), охопило дітей, чії матері потерпали від потужного токсикозу під час вагітності. У шкільному віці 21 % цих дітей отримали сто тридцять і більше балів на стандартних IQ-тестах – рівень, що вважають ознакою обдарованості. І лише 7 % дітей, чіїх матерів під час вагітності не нудило, досягли того ж рівня. Існує теорія про причини цього явища. Два гормони, що спричиняють у жінок нудоту, можуть також діяти як нейронне добриво для розвитку мозку. Що дужча нудота, то більше добрива, отже, сильніший вплив на IQ. Хай там як, схоже, дитина здатна на все, щоб змусити вас дати їй спокій.

Чи вдається нам дати дитині спокій – на цій стадії чи на будь-якій іншій? Не дуже. Більшість батьків мають в'їдливу потребу робити щось, щоб допомогти дитині, надто коли це стосується її мозку. І підтримує цю потребу величезний сектор індустрії іграшок, чиею основною стратегією, на моє переконання, є маніпулювання (із добрими намірами) батьківськими страхами. Зверніть на це особливу увагу, оскільки за хвилину я заощаджу вам купу грошей.

Навушники для живота та генії

Зайшовши кілька років тому в іграшковий магазин, я побачив рекламу DVD «Дитина-вундеркінд», призначених для новонароджених та немовлят. Рекламна брошура проголошувала: «Чи знаєте, що ви можете сприяти розвитку мозку вашої дитини? Перші тридцять місяців життя – це період, коли дитячий мозок проходить найкритичніші стадії своєї еволюції... Разом ми можемо зробити ваше маля дитиною-вундеркіндом!» Мене це так розлютило, що я зім'яв буклет і викинув його у смітник.

Ці химерні заяви мають давню історію. В 1970-ті роки ми були свідками створення Внутрішньоутробного університету. В рекламному проспекті йшлося, що заняття підсилять зосередженість дитини, покращать її розумові та мовленнєві здібності, і все це – до її

народження. Дитині було обіцяно диплом, що проголошував її після народження «Наддитиною». Наприкінці 80-х з'явилися навушники для живота вагітних «Прегеафон» – славнозвісна система стетоскопа з динаміками, призначена постачати у лоно мамин голос, класичну музику чи будь-які інші звуки, покликані насичувати денне IQ-меню плода. Невдовзі з'явилися й інші продукти, доповнені винятковою рекламною маячнею: «Навчіть свою дитину писати ще в утробі!», «Навчіть свою дитину другої мови ще до народження!», «Покращте математичні здібності своєї дитини за допомогою класичної музики». Особливо був популярний Моцарт – кульмінація вже, мабуть, знайомих вам нісенітниць про «ефект Моцарта». У 1990-х ситуація не покращилася. Книжки для майбутніх батьків рясніли тоді інструкціями з коротких щоденних занять, які мали б «покращити IQ дитини аж на 27–30 балів» та збільшити уважність дитини «від 10 до 45 хвилин».

Якщо ви сьогодні зайдете у будь-який іграшковий магазин, то неодмінно знайдете продукт зі схожим описом. Більшість цих заяв не підтверджена внутрішньо-корпоративними тестуваннями, не кажучи вже про надійні незалежні дослідження. Зіжмакайте і викиньте.

Жоден комерційний продукт ніколи не отримував підтвердження здатності впливати на покращення роботи мозку плода

Вірите чи ні, жоден комерційний продукт ніколи не отримував підтвердження *щонайменшого* його впливу на покращення роботи мозку плода у науково-відповідальному (чи навіть у безвідповідально-ненауковому) сенсі. Жодних рандомізованих дослідів подвійним сліпим методом, де незалежним елементом була б присутність чи відсутність гаджета. Жодних ретельних досліджень, які довели б, що програма внутрішньоутробної освіти дає довготривалі академічні переваги дитини у старших класах. Жодних досліджень близнят,