

## סוקרים ספרים

THE TEMPERAMENTAL THREAD: HOW GENES, CULTURE, TIME AND LUCK MAKE US WHO WE ARE

**Jerome Kagan**

New York: Dana Press, 2010.

ביקור בחדר יילודים בבית חולים והשוואה בין התינוקות מגלה עובדה מדהימה בפשטותה ובעוצמתה: הם שונים זה מזה. יש הבוכים כל הזמן, ואחרים רגועים ובוכים פחות. יש המניעים את גפיהם ללא הרף, ואחרים פעילים פחות. יש הישנים באופן סדיר, ואחרים בלתי צפויים. אף על פי שכל התינוקות האלה עברו זה עתה חוויות דומות של היריון ולידה, וכמעט שלא חוו השפעה של תרבות או חיברות, משהו מבדיל ביניהם מרגע לידתם (ואולי מלפניו). אוסף ההבדלים הטבעיים הללו בתגובות ובתכונות ההתנהגויות או הרגשיות מכונה טמפרמנט, או מזג.

ג'רי קגן, מגדולי הפסיכולוגים ההתפתחותיים, כתב את הספר המאלף *The Temperamental Thread* בגיל 80, כדי להסביר כיצד מתפתחים הבדלי טמפרמנט ומה השלכותיהם. הספר מתייחס לגנטיקה, לתרבות, לתקופה ולמזל בקביעת "מי שנהיה", ומצטרף לעשרות ספריו הקודמים של קגן, חלקם בנושא דומה. המיוחד בו הוא שבמקום להתמקד במחקר בודד או בסדרה של מחקרים ונתונים מוצקים, הוא מציג תמונה מקיפה של התפתחות הטמפרמנט. סגנון הכתיבה שוטף וידידותי, תוך הקפדה על שימוש בספרות מעודכנת ומתקדמת.

### מהו טמפרמנט?

במבוא דן קגן בשאלה "מהו טמפרמנט" ומתארו כמושפע מגורמים ביולוגיים, ובעיקר גנטיים, המתבטאים בהבדלים מוחיים. הפרק השני מתמקד בהבדלי טמפרמנט, בתגובה לאירועים לא-צפויים (בני אדם – ילדים ומבוגרים – שונים זה מזה בתגובות התנהגותיות ופיזיולוגיות לאירועים מפתיעים או מפחידים). הפרק השלישי דן

---

Preparation of this review was supported by a European Research Council Starting Grant (no. 240994).

תודה לד"ר מיה בנישוייסמן על הערותיה.

בחוויות החיים (הורות, סדר לידה), ובהקשרים החברתיים (מעמד חברתי-כלכלי, תקופה היסטורית) והשפעתם על התפתחות הטמפרמנט. הפרק הרביעי מתמקד במגדר ובמין. החמישי עוסק בהשפעה של קבוצה אתנית על טמפרמנט. הפרק השישי בודק את הרלוונטיות של טמפרמנט ל"מחלות נפש". הפרק השביעי מסכם ומציע כיוונים לעתיד.

אחד הדברים הבודדים שרוב חוקרי הטמפרמנט מסכימים עליו הוא שאין ביניהם הסכמה לגבי הגדרתם, מספרם, אופיים ותפקידם של סוגי הטמפרמנט השונים (ראו דיון בין החוקרים — Goldsmith et al., 1987 — המשקף את מידת ההסכמה הזעומה שיש בתחום גם היום; דיון השוואתי מפורט בתיאוריות הטמפרמנט השונות אפשר למצוא אצל Zentner & Bates, 2008). מילון המושגים של הספר מספק הגדרה קולעת (גם אם לא כל החוקרים יסכימו עליה) למונח טמפרמנט: "ההטיות הבסיסיות בתינוקות ובילדים צעירים לרגשות והתנהגויות מסוימים בשל הבדלים באנטומיה או פיזיולוגיה או אירועים טרום-לידהיים" (עמ' 229). הכוונה במילה "הטיה" (bias) היא נטייה של ילד מסוים לדפוס התנהגות אחד לעומת דפוס חלופי של ילד אחר. עם זאת, לא תמיד ברורה כוונתו של קגן, שכן הוא מציין לעתים קרובות "טמפרמנטים", וכוונתו, ככל הנראה, לדפוסי טמפרמנט, מעין סגנונות אישיות. חוקרים אחרים, וביניהם רותברט (Rothbart, 2007) מתייחסים לממדי טמפרמנט (בניגוד לסוגיו השונים), כגון רגש שלילי, שאפשר לפיהם לדרג ילדים מגבוה לנמוך. הגישה של קגן מסורבלת, במיוחד אם מתייחסים לכמה ממדים, היות שכל שילוב של שני ממדים או יותר יכול ליצור מספר רב של קטגוריות, לא חסכני וכמעט בלתי מוגבל, עד כי גם המחבר כמעט נואש מספירתן.

קגן עוסק בהרחבה בתגובתיות לאירועים לא-צפויים המתבטאת בסוגי טמפרמנט שונים. הוא ביקורתי לגבי מדדי שאלונים הבוחנים טמפרמנט, ובמיוחד דיווחי הורים. זאת אף על פי שקיימים גופי ידע על הערכת מדדי טמפרמנט — כמו שליטה עצמית — באמצעים תצפיתיים (Gagne & Goldsmith, 2011), וכך גם לגבי אמפתיה, שהצענו כממד טמפרמנטלי נוסף (Knafo & Israel, 2012; Knafo, Zahn-Waxler, Van Hulle, Robinson, & Rhee, 2008). בנוסף, יש גוף ידע אמפירי העוסק במדידה של רמת פעילות כממד של טמפרמנט, באמצעות מדדים של תנועה מכנית (Saudino & Zapfe, 2008). ייתכן שיש צורך בריבוי מדדים ובהם תפיסת ההורים ומטפלים אחרים, ומדדים התנהגותיים נצפים.

שאלה מרכזית נוספת עוסקת בקשר שבין טמפרמנט לאישיות. הדעות נעות מתפיסה של טמפרמנט ואישיות כשני צדדים של אותו מטבע (Caspi & Shiner, 2006), ועד תפיסה של שניהם כשונים לגמרי אך קשורים זה לזה בהיותם דפוסיים יציבים יחסית של התנהגות ורגשות; הטמפרמנט מתפתח מוקדם יותר ויוצר בסיס להתפתחות האישיות. קגן נמנה עם המחנה השני (כאן הוא דווקא מסכים עם רותברט, Rothbart,

(2007), ומשתמש בדימוי של סלע המידרדר מראש ההר. אפשר לדעת פחות או יותר לאיזה צד של ההר ייפול הסלע, אך ודאי שאי אפשר לנחש באיזו נקודה ינחת. כך, מבחינתו של קגן, טמפרמנט הוא נקודת התחלה, הקובעת את גבולות הגזרה שבתוכה יכולה האישיות להתפתח.

### טמפרמנט, ביולוגיה וחוויות

קגן מביא את המושג טמפרמנט כדוגמה למונח "מוכנות ביולוגית". לדוגמה הוא מציג קופים הגדלים במעבדה ואינם פוחדים כשהם רואים לראשונה נחש או פרח. אם יראו קוף אחר פוחד מנחש, ילמדו מהר מאוד לפחד גם הם. הטמפרמנט, לדעת קגן, מכין את הילד להגיב בצורה ייחודית לו לאירועים שיזמנו לו החיים.

אמנם קגן מציג את הטמפרמנט כבעל בסיס ביולוגי בעיקרו, אך התפתחות האישיות תיקבע לדעתו על בסיס הטמפרמנט ועל ידי אירועים סביבתיים. עם זאת, סביר כי גם גורמים ביולוגיים (כגון מחלות) יכולים להשפיע על שינוי הטמפרמנט.

קגן פרסם עבודות חשובות כשתיאוריית הלמידה החברתית הייתה הגישה המובילה, בשנות ה-50 של המאה ה-20. תיאוריה זו הדגישה את הלמידה של ילדים תוך צפייה באחרים וחקוי, ונתנה מקום מרכזי לגורמים כמו הזדהות עם ההורים. בפרק המבוא המרתק מתאר קגן כיצד הפסיק להאמין בהשפעה המוחלטת של אירועים חברתיים ורקע משפחתי, וזיהה גם את חשיבותן של ההשפעות המולדות על טמפרמנט. לאחר שזיהה בעבודותיו המשכיות של דפוסי אישיות והבדלים בין אמריקאים לבין סינים-אמריקאים, הוא ייחס – במפתיע, לדעתי – את ההבדלים האתניים להבדלים גנטיים. קגן מסביר, שהיום לא ייתכן לטעון כי אין משמעות להבדלים גנטיים או ביולוגיים אחרים ביצירת הבדלים בין-אישיים, אם כי יש עדיין המניחים את הנחת "הלוח החלק". אחת ממטרות ספר זה היא להבהיר את מורכבות ההשפעות החיצוניות על התפתחות טמפרמנט, תוך התייחסות לסביבה אך מבלי לנטוש את הבסיס הביולוגי. קגן עומד באתגר המורכב הזה בהצלחה.

מעניין לראות כיצד קורא המחבר המנוסה את הספרות. קגן מצביע על תנועות מטוטלת בהדגשים של המחקר, ומשער שעם התגברות הבנת חשיבותם של גורמים ביולוגיים בגיבוש הטמפרמנט (בעיקר גנטיקה אך גם גורמים אחרים, כגון רגישות האם לזיהומים בשנה שבה מתחיל ההיריון), יהיה צורך לחזק שוב את התפיסה של חשיבות גורמים סביבתיים, ושל מורכבות הפעולה המשותפת של אירועים חיצוניים והבסיס הביולוגי ביצירת הבדלים בין-אישיים. קריאתי את הספרות קצת שונה, ולהערכתי מתחזקת בשנים האחרונות תפיסה מרכזית כי תורשה וסביבה משפיעות יחד על התפתחות. אנו נמצאים בעיצומו של גל מחקרים המדגימים כיצד גורמים גנטיים פועלים תוך יחסי גומלין עם גורמים סביבתיים כמו הורות, התעללות בילדות, ואירועי

חיים מלחיצים. כך הראה מחקר כיצד הגן MAOA מווסת את השפעתה של התעלות בילדות על התפתחותה של התנהגות אלימה במשך החיים (Caspi et al., 2002). אך זהו גל ראשוני, וכפי שקגן אומר באלגנטיות, "דחינו את הדוגמה המוקדמת שהעניקה כוח מוחלט לסביבה, אך כרגע איננו בטוחים באיזה שביל לבחור כדי לנסות להבהיר הרבה מהמסתורין שנותר" (עמ' 26).

### טמפרמנט ובריאות נפש

אחד הפרקים המרתקים בספר, בעל השלכות מיידיות לפרקטיקה הטיפולית, עוסק בטמפרמנט ובריאות נפש. קגן מציע דפוס מורכב של יחסים בין נטיות טמפרמנטיות לבין התפתחות של פסיכופתולוגיה. הבדלי טמפרמנט עשויים להתבטא בשכיחות של הפרעה או מחלת נפש, אם כי לא כל הפרעה כזו תהיה מבוססת על הבדלי טמפרמנט, ולא כל בעלי אותה נטייה טמפרמנטלית יפתחו את ההפרעה. גורם חיצוני, כגון מעבר לסביבה חדשה ולא תומכת, או הבשלה מינית מוקדמת מדי, נחוץ כדי שהנטייה הטמפרמנטלית תתבטא בהתפתחות הפרעה. קגן מדגיש שחשוב כיצד הפרט מדגיש את האירועים שהתרחשו (מידת שליטה או אשמה הגורמת להפרעות חרדה), את מידת ההפתעה שבה מתקבל האירוע (אירוע לא צפוי משפיע יותר), ואת מידת השליטה הנתפסת של הפרט בגורלו (אי אמונה ביכולת לשנות מגבירה את הסיכון).

כמו אחרים לפניו, קגן תוקף את ההסתמכות על רעיונות פרוידיאניים להבנה של התפתחות הפרעות חרדה, ומתאר את הרקע ההיסטורי והמחשבתי שהפך אותם לכה דומיננטיים, בעיקר בארצות-הברית ובבריטניה. הוא משווה בין הסברי פרויד וממשיכיו לבין הסברים של פסיכולוגים חברתיים מודרניים, באופן שבו בחברה המערבית מבנה החברה, מידת הניידות של האוכלוסייה, דפוסי העבודה והטכנולוגיות הנפוצות מתבטאים בניכור, והניכור נתפס כרלוונטי להתפתחות חרדה. קגן מציין כי יש סברה שאם רק אפשר יהיה לפתור בעיות חברתיות אלה ייעלמו הפרעות החרדה, אך צופה שגם בעוד מאה שנה יהיו הפרעות אלה נפוצות, ואולי יינתן להן הסבר חברתי אחר. "הרעיון שלפיו בני אדם יכולים, וצריכים, להיות חופשיים מחרדה, כשם שהחיסון של סאלק העלים את מחלת הפוליו, הוא אחת האשליות הבולטות של המחשבה המערבית" (עמ' 155). הוא מגדיר את הרעיון של פרויד שחרדה (כמו הפחד של ילדים מהחושך) מקורה בתפיסה סימבולית של אובדן אדם אהוב, ובפרט האם, כאמין אך חסר ביסוס מדעי.

רק לפני 50 שנה מרבית הפסיכולוגים והפסיכיאטרים בארצות-הברית ובאירופה היו משוכנעים שאם מרוחקת וחסרת רגישות יוצרת את התסמינים הקשים שמגדירים אוטיזם. איני מכיר אף קלינאי או מדען שייגן על רעיון זה היום (עמ' 151).

מדברי קגן משתמע שכיוון שחלק מהבדלי הטמפרמנט מקורם בגורמים ביולוגיים ובפרט בגורמים גנטיים, היעלם של גורמי סיכון חברתיים לא יעלים את ההפרעות לחלוטין. יש לציין כי הניתוח של קגן הוא היסטורי-תרבותי, ואילו טמפרמנט הוא בעיקרו משתנה ברמת הפרט, וחבל שקגן לא מנסה לגשר על פער זה.

### סיכום

הספר שוטף ונוח לקריאה (ראויה לציון ההקדמה המצוינת שחיבר ריצ'רד דייוידסון) ועם זאת יש בו תובנות מעמיקות. הסגנון האסוציאטיבי, והשימוש הרב באנקדוטות, הופכים את הספר למעניין במיוחד, אך לעיתים פוגעים במיקוד או ביכולת לרדת לדעתו של קגן. למשל, הדיון על טמפרמנט ומוח מפוזר ברחבי הספר, וקשה לקבל לגביו תמונה כוללת.

שלא כמקובל בפרסומים בתחום, אין מקורות ומובאות בצמוד לטענות השונות (יש רשימה ביבליוגרפית כללית לכל פרק), כך שהקורא מתקשה לחזור למקורות שעליהם מסתמך המחבר, ונאלץ לקבל את הפרשנות של קגן.

לסיכום, זהו ספר קטן ורב-עניין הנוגע בנושא שבליבה של הפסיכולוגיה ההתפתחותית וכולל תיאור משכנע של עושר ההשפעות השונות על הטמפרמנט. הספר אינו ממצה ואינו מסודר, ולכן אינו מתאים כספר לימוד, אך מומלץ כמבוא ראשוני למי שרוצה להיקסם מחקר ההבדלים הבינ-אישיים בנפש האדם.

### מקורות

- Caspi, A., McClay, J., Moffitt, T. E., Mill, J., Martin, J., Craig, W. I., Taylor, A., & Poulton, R. (2002). Role of genotype in the cycle of violence in maltreated children. *Science*, 297, 851–854.
- Caspi, A., & Shiner, R. L. (2006). Personality development. In W. Damon & R. Lerner (Series Eds.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology, Vol. 3: Social, emotional, and personality development* (6th ed., pp. 300–365). New York: Wiley.
- Gagne, J. R., & Goldsmith, H. H. (2011). A longitudinal analysis of anger and inhibitory control in twins from 12 to 36 months of age. *Developmental Science*, 14, 112–124.
- Goldsmith, H. H., Buss, A. H., Plomin, R., Rothbart, M. K., Chess, S., Thomas, A., Hinde, R. A., & McCall, R. B. (1987). Roundtable: What is temperament? Four approaches. *Child Development*, 58, 505–529.
- Knafo, A., & Israel, S. (2012). Empathy, prosociality, and other aspects of kindness. In M. Zentner & R. Shiner (Eds.), *The handbook of temperament theory and research*. New York: Guilford Press.
- Knafo, A., Zahn-Waxler, C., Van Hulle, C., & Robinson, J., & Rhee, S. H. (2008). The developmental origins of a disposition toward empathy: Genetic and environmental contributions. *Emotion*, 8, 737–752.

#### סוקרים ספרים

- Rothbart, M.K. (2007). Temperament, development, and personality. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 207–212.
- Saudino, K. J., & Zapfe, J. A. (2008). Genetic influences on activity level in early childhood: Do situations matter? *Child Development*, 79, 930–994.
- Zentner, M., & Bates, J. E. (2008). Child temperament: An integrative review of concepts, research programs, and measures. *European Journal of Developmental Science*, 1(2), 7–37.

**אריאל כנפו**