

## Ученые обнаружили два генетических механизма развития тревожности и депрессии у детей

Дата публикации: 04.05.2026

Международная группа исследователей пришла к выводу, что развитие депрессии и тревожности у детей связано сразу с двумя генетическими механизмами. Влияние оказывают не только собственные гены ребенка, но и генетические особенности родителей, которые способны косвенно формировать эмоциональную среду, в которой растет ребенок. Новая работа помогает по-новому взглянуть на причины психических расстройств у детей и подростков и показывает, насколько тесно переплетаются наследственность и семейная обстановка.

Исследование было проведено специалистами Университет Осло и Норвежский институт общественного здравоохранения. Результаты опубликованы в журнале *Nature Mental Health* и уже вызвали большой интерес среди специалистов по психиатрии, генетике и нейробиологии.

Ученые изучали так называемые интернализирующие расстройства — состояния, при которых человек склонен направлять эмоциональные переживания внутрь себя. К таким расстройствам относятся тревожность, депрессия, эмоциональная изоляция, повышенная чувствительность к стрессу и склонность к подавлению эмоций. Подобные особенности нередко начинают проявляться еще в детстве и могут сохраняться во взрослом возрасте.

Для исследования специалисты использовали данные масштабного норвежского проекта, в рамках которого на протяжении многих лет собиралась информация о семьях, включая генетические данные родителей и детей. В анализ были включены более 9300 семейных трио «мать-отец-ребенок».

Исследователи оценивали симптомы тревожности и депрессии у детей в возрасте 8 и 14 лет, а также анализировали так называемые полигенные показатели — сложные генетические индексы, отражающие совокупное влияние множества генов, связанных с определенными психологическими и поведенческими чертами.

Современная генетика показывает, что психические расстройства редко определяются одним конкретным геном. Обычно речь идет о сотнях и тысячах небольших генетических вариаций, каждая из которых вносит минимальный вклад в общий риск. Полигенные показатели позволяют объединять эти многочисленные сигналы и оценивать общую наследственную

предрасположенность человека к определенным особенностям психики.

Особенность нового исследования заключалась в том, что ученые анализировали не только генетику самих детей, но и генетические характеристики родителей. Для обработки огромного массива информации применялись методы машинного обучения и регуляризованной регрессии, которые помогают выявлять сложные взаимосвязи между генами и факторами окружающей среды.

Результаты показали, что в раннем возрасте большое значение имеют косвенные генетические эффекты родителей. Иными словами, определенные наследственные черты матери и отца способны влиять на атмосферу в семье, стиль воспитания, эмоциональный климат дома и способы взаимодействия с ребенком. Все это, в свою очередь, отражается на риске развития тревожности и депрессии у детей.

При этом в подростковом возрасте ситуация меняется. По мере взросления собственная генетическая предрасположенность ребенка начинает играть более заметную роль. Особенно выраженной эта закономерность оказалась для депрессии.

Исследователи также обнаружили интересные различия между влиянием генетики матери и отца. Например, определенную роль играли гены отца, связанные с субъективным благополучием, а также гены матери, ассоциированные с курением, когнитивными способностями и некоторыми поведенческими особенностями.

Ученые подчеркивают, что речь не идет о существовании «генов депрессии» или «генов тревожности» в прямом смысле. Генетические факторы лишь формируют определенную уязвимость, которая может проявляться или не проявляться в зависимости от условий жизни, семейной среды, уровня стресса, социальных отношений и других факторов.

Исследование подтверждает современное представление о психическом здоровье как о сложной системе взаимодействия биологии и среды. Даже при наличии генетической предрасположенности огромное значение сохраняют воспитание, поддержка семьи, отношения со сверстниками, психологическая безопасность и эмоциональный климат в доме.

Специалисты отмечают, что на данном этапе подобные генетические модели пока не могут использоваться для диагностики или прогнозирования психических расстройств в клинической практике. Несмотря на статистическую значимость результатов, вклад генетики остается относительно небольшим по сравнению с влиянием жизненного опыта.

Тем не менее работа открывает новые перспективы для изучения межпоколенческой передачи психических расстройств. В будущем исследователи планируют объединить генетические данные с более широким набором факторов окружающей среды, включая семейные конфликты, стрессовые события, школьную адаптацию, отношения со сверстниками и психологическую травму.

Ученые считают, что подобные исследования помогут создать более реалистичную модель психического здоровья, в которой будут учитываться одновременно биологические, психологические и социальные факторы. Это может оказаться особенно важным для ранней профилактики тревожных и депрессивных расстройств у подростков.

Современные исследования все чаще показывают, что психическое здоровье формируется под влиянием множества небольших взаимосвязанных факторов, а не одной причины. Генетика задает определенный фон, но конечный результат зависит от сложного взаимодействия наследственности, среды и жизненного опыта.

Среди ключевых выводов исследования ученые выделяют: влияние как генов ребенка, так и генетики родителей на риск депрессии и тревожности, изменение роли наследственности по мере взросления, важность семейной среды для психического здоровья детей, участие множества генетических факторов вместо одного «гена депрессии», а также необходимость комплексного подхода к изучению психических расстройств у подростков.

**Ссылка:** «Прямые и косвенные генетические эффекты родителей на восприимчивость потомства к проблемам интернализации на протяжении всего развития» DOI: [10.1038/s44220-026-00619-3](https://doi.org/10.1038/s44220-026-00619-3).