

## Ученые опровергли популярный миф о тестостероне и склонности к риску



Дата публикации: 13.05.2026

На протяжении десятилетий тестостерон считался одним из главных биологических объяснений рискованного поведения. Популярная идея заключалась в том, что высокий уровень этого гормона делает человека более склонным к опасным решениям, азарту, агрессии и поиску острых ощущений. Именно тестостероном часто объясняли различия между мужчинами и женщинами в отношении риска. Однако новое масштабное исследование показывает, что реальность значительно сложнее.

Ученые провели крупнейший на сегодняшний день анализ исследований, посвященных связи тестостерона и склонности к риску, и пришли к неожиданному выводу: убедительных доказательств того, что тестостерон напрямую заставляет людей чаще рисковать, обнаружено не было.

Работа опубликована в журнале *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* и включает данные более чем 17 тысяч участников. Исследователи проанализировали результаты 52 научных работ, в которых одновременно

изучались уровень тестостерона и склонность человека к рискованному поведению.

Полученные результаты ставят под сомнение одну из самых устойчивых биологических гипотез современной популярной психологии. Несмотря на то, что мужчины действительно в среднем чаще принимают рискованные решения, ученые не нашли доказательств того, что именно тестостерон является главным объяснением этой разницы.

Тестостерон — основной половой гормон, играющий важную роль в развитии организма. У мужчин он преимущественно вырабатывается в яичках, а у женщин — в яичниках и надпочечниках. Гормон участвует в формировании мышечной массы, плотности костей, уровня энергии, полового развития и работы многих систем организма.

Из-за связи тестостерона с физической активностью, конкурентным поведением и доминированием многие исследователи предполагали, что именно он может усиливать склонность к риску. Эта идея прочно закрепилась не только в научной среде, но и в массовой культуре.

Однако предыдущие исследования давали крайне противоречивые результаты. Некоторые работы действительно обнаруживали связь между высоким уровнем тестостерона и готовностью идти на риск. Другие не находили никакой зависимости, а часть исследований даже показывала противоположный эффект.

Чтобы разобраться в этом вопросе, авторы нового метаанализа объединили данные множества исследований, проведенных в разных странах и с использованием различных методов измерения. Ученые изучали как прямые показатели уровня тестостерона — анализы крови и слюны, так и косвенные маркеры, например соотношение длины пальцев, которое иногда рассматривают как показатель воздействия тестостерона еще во внутриутробном периоде.

Для оценки склонности к риску использовались игровые задачи, финансовые симуляции, лотерейные тесты, психологические опросники и модели принятия решений в условиях неопределенности.

После статистической обработки всех данных исследователи не обнаружили устойчивой связи между уровнем тестостерона и склонностью к рискованному поведению. Небольшая зависимость проявлялась только в отдельных типах задач, например в лотерейных играх, однако в целом эффект оказался крайне слабым и нестабильным.

Особенно интересно, что наиболее надежные методы измерения

тестостерона практически не подтверждали наличие выраженной взаимосвязи. В то же время исследования, использующие косвенные показатели, чаще сообщали о возможной корреляции. Это может означать, что часть прежних выводов была связана с особенностями методологии, а не с реальным биологическим эффектом.

Авторы исследования подчеркивают, что человеческое поведение невозможно объяснить действием одного гормона. Склонность к риску формируется под влиянием множества факторов: генетики, воспитания, культуры, личного опыта, уровня стресса, социальной среды и конкретной ситуации.

Например, человек может быть склонен к финансовому риску, но избегать физических опасностей, или наоборот. Кроме того, восприятие риска сильно зависит от контекста: одинаковое решение может казаться опасным или безопасным в зависимости от обстоятельств, эмоций и социального окружения.

Современная нейробиология все чаще рассматривает поведение как результат сложного взаимодействия гормонов, нейромедиаторов, когнитивных процессов и внешней среды. Даже если тестостерон влияет на отдельные аспекты мотивации или реакции на конкуренцию, это не означает прямой связи с готовностью принимать опасные решения.

Исследование также ставит под сомнение распространенные гендерные стереотипы. Хотя мужчины в среднем действительно чаще демонстрируют рискованное поведение, новые данные показывают, что объяснять это исключительно биологией и уровнем тестостерона слишком упрощенно.

Ученые предполагают, что значительную роль могут играть социальные ожидания и культурные нормы. Во многих обществах рискованное поведение традиционно поощряется у мужчин и, наоборот, ограничивается у женщин. Подобные установки способны влиять на принятие решений не меньше, чем гормональные факторы.

Авторы работы отмечают, что для окончательных выводов необходимы более стандартизированные исследования с крупными выборками и едиными методами оценки риска. В настоящее время разные научные работы используют слишком различные подходы, что затрудняет сравнение результатов.

Тем не менее уже сейчас исследование показывает, насколько сложным является человеческое поведение. Попытки свести такие качества, как смелость, осторожность или склонность к риску, к действию одного гормона оказываются слишком примитивными для реальной биологии мозга.

Современная наука постепенно уходит от идеи «гормонов поведения» и все больше рассматривает человека как результат сложной системы взаимодействий между мозгом, телом, психикой и социальной средой. Новое исследование тестостерона стало еще одним подтверждением того, что даже самые популярные биологические объяснения могут оказаться значительно менее однозначными, чем принято считать.

**Ссылка:** «Отсутствие связи между тестостероном и неприятием риска: метааналитический обзор» DOI: [10.1016/j.neubiorev.2026.106575](https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2026.106575).