

Н.Н.АВДЕЕВА

ПРИВЯЗАННОСТЬ РЕБЕНКА К МАТЕРИ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ

Авдеева Н. Н. – кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник, профессор кафедры возрастная психология факультета "Психология образования" МГППУ, научный руководитель Центра возрастно-психологического консультирования факультета Психологии образования МГППУ

Девочка 2-х лет постоянно плачет, когда мама уходит из дома. А когда мама возвращается, девочка, хотя и радуется ей, но может и заплакать, сердито выговаривая маме за то, что ушла. На консультации у психолога мама спрашивает, что происходит с ребенком, почему дочка плачет при каждом расставании с матерью?

Для того, чтобы понять, что происходит с двухлетним ребенком, при разлуке с мамой, даже, если она расстается с малышом ненадолго, обратимся к важнейшему психологическому образованию – эмоциональной привязанности ребенка к матери.

Привязанность формируется постепенно. У младенцев старше 6 месяцев начинает явно проявляться привязанность к определенным людям. Обычно, хотя и не всегда, это мать, выступающая как первый объект привязанности. В течение месяца или двух после появления признаков привязанности к матери большинство детей начинают проявлять привязанность к отцу, братьям, сестрам, бабушкам и дедушкам.

Каковы признаки привязанности? Привязанность ребенка проявляется в следующем: объект привязанности может лучше других успокоить и утешить малыша; младенец чаще, чем к другим, обращается к нему за утешением; в присутствии объекта привязанности малыш реже испытывает страх (например, в незнакомой обстановке).

Привязанность имеет для ребенка определенную ценность с точки зрения самосохранения. Прежде всего, она дает ребенку чувство безопасности при освоении окружающего мира, столкновении с новым и неизвестным. Привязанность проявляется у младенца ярче всего в ситуации, когда он испытывает страх. Ребенок может не обращать внимание на родителей и охотно играть с незнакомым человеком (при условии, что рядом находится кто-то из близких), но, стоит только ребенка чем-либо напугать или взволновать, он тут же обернется за поддержкой к матери или отцу.

С помощью объекта привязанности ребенок оценивает также степень опасности новой ситуации. Например, малыш приближающийся к незнакомой яркой игрушке, останавливается и смотрит на мать. Если на ее лице отразится тревога, или она

произнесет что-то испуганным голосом, – ребенок также проявит настороженность и отвернувшись от игрушки, поползет к матери. Но, если мать улыбнется или обратится к малышу подбадривающим тоном, он снова направится к игрушке.

Поведение родителей и привязанность

Хотя младенцы, по-видимому, обладают врожденной способностью испытывать эмоциональную привязанность, выбор объекта, а также сила и качество привязанности в большой степени зависят от поведения родителей по отношению к ребенку.

Что же наиболее важно во взаимоотношениях родителей и ребенка для развития привязанности? Прежде всего, это способность взрослого чувствовать и отзываться на любые сигналы ребенка, будь то взгляд, улыбка, плач или лепет. Обычно дети привязываются к родителям, которые быстро и позитивно реагируют на проявленную ребенком инициативу, вступают с ним в общение и взаимодействие, соответствующее познавательным способностям и настроению ребенка. Для иллюстрации рассмотрим две ситуации.

Петя, мальчик полутора лет, играет на полу с игрушками. Мать заканчивает работу по хозяйству, подходит к ребенку и наблюдает за его игрой. "Какая красивая машинка и кубики. У тебя получился настоящий гараж, молодец Петя!" – говорит мать. Петя улыбается и продолжает играть. Мама берет книгу, начинает читать. Прошло несколько минут. Петя берет детскую книжку, подходит к матери, и пытается забраться к ней на колени. Мать сажает малыша на колени, откладывает свою книгу и говорит: "Хочешь, чтобы я почитала тебе эту книжку?" Петя отвечает "да", мать начинает читать.

Другой двухлетний мальчик, Саша, играет с игрушками. Закончив свои дела, мать говорит ему: "Подойти ко мне, я почитаю тебе интересную книжку". Саша оборачивается, но не подходит к матери, а продолжает увлеченно катать машинку. Мать подходит к сыну берет на руки и говорит: "Давай почитаем". Саша вырывается и протестует. Мать отпускает его, и Саша возвращается к своим игрушкам. Позднее, закончив игру, Саша берет детскую книжку подходит к маме, пытается влезть к ней на колени. "Нет, - говорит мать, - ты не хотел читать, когда я тебе предлагала, а теперь я занята".

В первой ситуации мать была отзывчива и внимательна к ребенку, она ориентировалась на его потребности (дала возможность доиграть в игру), чутко реагировала на инициативу ребенка (просьбу почитать книжку).

Во второй ситуации мать больше склонна "подстраивать ребенка под себя", не считаясь с его потребностями и желаниями.

Психологи установили, что необходимыми качествами, способствующими развитию привязанности ребенка к матери или отцу являются их теплота, мягкость, нежность в

отношениях с ребенком, подбадривание и эмоциональная поддержка. Родители, к которым дети сильно привязаны, давая ребенку указания, произносят их мягко с теплотой, часто хвалят ребенка, одобряют его действия.

В зависимости от поведения родителей, особенностей их взаимодействия и общения с ребенком у малыша складывается определенный тип привязанности к отцу и матери.

Наиболее популярной методикой оценки качества привязанности ребенка к взрослому стал эксперимент американского психолога Мэри Эйнсворт. Этот эксперимент получил название "Незнакомая ситуация" и состоит из нескольких трехминутных эпизодов во время которых ребенок остается в непривычной обстановке один, наедине с незнакомым взрослым, незнакомым взрослым и матерью. Ключевыми являются эпизоды, когда мать оставляет ребенка сначала с незнакомцем, потом одного. Через несколько минут мать возвращается к малышу. О характере привязанности ребенка к матери судят на основании степени огорчения малыша после ухода матери и поведения ребенка после ее возвращения.

В результате исследования были выделены три группы детей. Дети, которые не очень сильно огорчились после ухода матери, вступали в общение с незнакомцем и исследовали новое помещение (например, играли в игрушки), а когда мама возвращалась, радовались и тянулись к ней, получили название "надежно привязанные". Дети, которые не возражали против ухода матери и продолжали играть, не обращая внимания и на ее возвращение, были названы "индифферентными, ненадежно привязанными". А детей третьей группы, которые очень сильно огорчились после ухода матери, а когда она возвращалась, как будто стремились к ней, цеплялись, но тут же отталкивали и сердились, назвали "аффективными, ненадежно привязанными".

Последующие исследования показали, что тип привязанности ребенка к родителям влияет на дальнейшее психическое и личностное развитие ребенка. Наиболее благоприятной для развития является надежная привязанность. Надежная привязанность ребенка к матери в первые годы жизни закладывает основы чувства безопасности и доверия к окружающему миру. Такие дети уже в раннем детстве проявляют общительность, сообразительность, изобретательность в играх. В дошкольном и подростковом возрасте они демонстрируют черты лидерства, отличаются инициативностью, отзывчивостью, сочувствием, популярны среди сверстников.

Дети с ненадежной привязанностью (аффективной, двойственной и индифферентной, избегающей) часто более зависимы, требуют больше внимания со стороны взрослых, их поведение неустойчиво и противоречиво по сравнению с детьми с надежной привязанностью.

Каким образом привязанность, закладываемая в раннем детстве, влияет на поведение ребенка в будущем?

В процессе многократно повторяющихся взаимодействий с матерью и другими близкими у ребенка формируются так называемые "рабочие модели себя и других людей". В дальнейшем они помогают ему ориентироваться в новых ситуациях, интерпретировать их и соответствующим образом реагировать. Внимательные, чувствительные, заботливые родители формируют у ребенка чувство базисного доверия к миру, создается позитивная рабочая модель окружающих. Дисгармоничные отношения, для которых характерны нечувствительность к инициативе, пренебрежение интересами ребенка, навязчивый стиль отношений, наоборот, приводят к формированию негативной рабочей модели. На примере взаимоотношений с родителями ребенок убеждается в том, что другие люди, так же как и родители не являются надежными, предсказуемыми партнерами, которым можно доверять. Результатом взаимодействия и общения с родителями является также "рабочая модель себя". При позитивной модели у ребенка формируется инициативность, самостоятельность, уверенность и уважение к себе, а при негативной – пассивность, зависимость от других, искаженный образ Я.

С точки зрения известного американского психолога П. Криттенден для понимания того, как формируются привязанности важно учитывать преобладающий тип переработки и интеграции информации ребенком.

Способы переработки информации: аффективный (эмоциональный) или когнитивный (умственный) определяют стратегии поведения ребенка по отношению к близким. Если взрослый адекватно реагирует на инициативы и чувства ребенка, поведение малыша "закрепляется" и будет воспроизводиться в аналогичной ситуации. В случаях, когда проявления ребенка отвергаются или вызывают неприятные для него последствия, поведение получает негативное подкрепление и впоследствии будет скрываться. Такой ребенок будет избегать открытого выражения своих эмоций и потребностей, как бы скрывает свое состояние, переживания, его привязанность является "избегающей". Дети, которые в годовалом возрасте проявляли "избегающий" тип привязанности, обычно имели опыт отвержения со стороны матери при попытках эмоционального, аффективного взаимодействия с ней. Такая мать редко берет ребенка на руки, не проявляет нежности, отстраняет его при попытке обнять и приласкаться. Если малыш протестует против такого поведения матери, то к отвержению прибавляется ее гнев на ребенка. Так малыш усваивает, что результаты эмоциональных проявлений, любви по отношению к матери могут вызвать непредсказуемые и опасные последствия, и научается быть сдержанным.

В случае, когда мать не принимает ребенка, но демонстрирует положительные эмоции в ответ на его поведение, т.е. ее аффективные реакции неискренни, предвидеть последствия своих эмоциональных проявлений ребенку еще труднее. Такие родители

сначала подтверждают потребность в близости и контакте с ребенком, но, как только он отвечает им взаимностью, они отвергают контакт.

Некоторые матери искренни, но непоследовательны в эмоциональном взаимодействии с ребенком. Они то чрезмерно чувствительны, то холодны и недоступны для ребенка. Невозможность предсказать их поведение вызывает у младенца реакции беспокойства и гнева. С точки зрения теории научения ребенок такой матери оказывается в ситуации непредсказуемого, неопределенного подкрепления, которая только усиливает поведение даже при возможных отрицательных последствиях для ребенка. Примерно к 9 месяцам младенец уже может сфокусировать выражение своих переживаний на другом человеке, таким образом, гнев становится агрессией, направленной на объект привязанности. Страх и желание эмоциональной близости (потребность в любви) также становятся "эмоциями" направленными на другого. Но без определенной и стабильной стратегии поведения окружающих поведение ребенка остается неорганизованным и тревожно-амбивалентным.

Таким образом, к концу младенчества дети с "уверенным" типом привязанности усваивают множество средств общения. Используют как интеллект, так и аффект, разнообразные эмоции. У них складывается внутренняя модель, которая интегрирует информацию из обоих источников и образцы поведения, максимально обеспечивающие безопасность и комфорт ребенка. "Избегающие" дети научаются организовывать свое поведение без использования аффективных сигналов, они пользуются в основном интеллектуальной информацией. Эмоциональное поведение "тревожных, амбивалентных" детей подкрепляется, но они не научаются интеллектуальной организации поведения, которая могла бы компенсировать непоследовательность их матерей. Они не доверяют интеллектуальной информации и используют преимущественно аффективную. Таким образом, различия в способах интеграции при различных типах привязанности может быть объяснено характером индивидуального опыта ребенка в его межличностных отношениях с матерью.

Сформированная в первые годы жизни привязанность к близким является достаточно устойчивой. Большинство детей демонстрируют этот же тип привязанности в школьном возрасте в контактах со сверстниками. Во взрослой жизни в межличностных отношениях также можно увидеть характерные черты первичной привязанности. С определенной долей условности можно говорить о видах, качестве привязанности у взрослых. Так, отношения, которые устанавливаются с лицами противоположного пола, также как и отношение к пожилым родителям можно определить как надежные, двойственные и избегающие. Для первого типа характерны хорошие отношения между родителями и взрослыми детьми, основанные на доверии, понимании, помощи родителям. При этом у детей отмечается надежная привязанность к родителям в первые годы жизни. В случае второго типа – взрослые вспоминают о своих родителях только тогда, когда они болевают. В раннем возрасте у них отмечается двойственная, аффективная

привязанность. При третьем типе взрослые дети почти не поддерживают отношений с родителями и не вспоминают о них. В раннем детстве для них характерна ненадежная привязанность избегающего типа.

Влияние различий в качестве привязанности на романтические межличностные отношения взрослых исследовались американскими психологами. Испытуемыми в этом исследовании были участники газетного опроса. Тип привязанности определялся по тому, к какой категории относили себя читатели газеты, оценивая свои взаимоотношения с людьми. Предлагалось ответить на вопросы, касающиеся самой значительной любви в жизни. Задавались и дополнительные вопросы о том, как развивалась их любовь во времени, и о детских воспоминаниях, касающихся отношений с родителями и между родителями.

Результаты исследования показали, что имеет место своего рода преемственность эмоциональных и поведенческих паттернов: ранний стиль привязанности к матери, как правило, переносится и на романтические межличностные отношения взрослых. Так, надежная привязанность оказалась связанной с переживанием счастья, дружбы и доверия, избегающий стиль - со страхом близости, эмоциональными взлетами и падениями, а также с ревностью. А аффективная - двойственная привязанность к матери в детстве соответствовала навязчивой поглощенности любимым человеком, желанию тесного союза, сексуальной страсти, эмоциональным крайностям и ревности. Кроме того, эти три группы различались своими взглядами на любовь, т.е. ментальными моделями романтических отношений. Люди с надежной привязанностью смотрели на любовные чувства как на что-то относительно стабильное, но также постепенно развивающееся и затухающее, и скептически относились к романтическим историям, изображенным в романах и кино, в которых от любви теряют голову. Те, кто избегал тесной привязанности в любовных отношениях, относились скептически к прочности романтических отношений и считали, что очень редко удастся найти человека, в которого можно влюбиться. Респонденты с аффективно-двойственной привязанностью считали, что влюбиться легко, но трудно найти истинную любовь. Кроме того, взрослые с надежной привязанностью по сравнению с другими двумя группами сообщали о более теплых взаимоотношениях с обоими родителями, так же как и о более теплых отношениях между родителями.

Исследование, проведенное со студентами колледжа, подтвердило характер этих взаимосвязей, а также позволило установить, что различия касаются и того, как представители данных трех групп описывают самих себя. Молодые люди с надежной привязанностью считали, что с ними легко общаться и большинство окружающих им симпатизируют в то время как те, у кого отмечалась аффективная, двойственная привязанность описывали себя как людей, неуверенных в себе, которых часто не понимают и недооценивают. Близкими к этим последним были ответы студентов с избегающим типом привязанности.

В дальнейших исследованиях было показано, что стиль привязанности, складывающийся в раннем детстве, оказывает очень широкое воздействие на взаимоотношения человека с другими людьми, а также связан с его отношением к работе. Взрослые с надежным стилем привязанности и на работе чувствуют себя уверенно, они не боятся сделать ошибку и не позволяют, чтобы личные отношения мешали работе. При тревожной двойственной привязанности у людей отмечались большая зависимость от похвалы, страх отвержения и, кроме того, они допускали, чтобы личные отношения сказывались на их деятельности. Избегающие привязанности взрослые используют работу, чтобы избежать социальных взаимодействий. Даже когда в финансовом отношении дела у них идут хорошо, они менее удовлетворены своей работой, чем люди с надежным уверенным стилем привязанности.

В последнее время исследователи выделяют еще один тип привязанности – отвергающий эмоциональную близость. Индивиды с таким паттерном привязанности чувствуют себя некомфортно при установлении близких отношений и предпочитают не зависеть от других, но при этом все-таки сохраняют позитивный образ Я.

Несмотря на убедительные данные, об устойчивости стиля привязанности, есть доказательства и того, что в зависимости от жизненных обстоятельств он может изменяться. Кроме того, один и тот же человек может иметь несколько паттернов привязанности: один в отношениях с мужчинами, другой – с женщинами или один для одних ситуаций, другой – для других.

Возвращаясь к обращению к психологу матери с дочкой раннего возраста, с которого началась эта статья можно так ответить на поставленные вопросы. У девочки сложилась ненадежная двойственная привязанность к матери. По-видимому мама была недостаточно чувствительна, внимательна к дочери на первом году жизни. Во взаимодействии с ней не всегда позитивно отвечала на инициативу ребенка, не стремилась успокоить, если малыш плакал, не всегда отвечала на улыбку и лепет, мало играла. Вот поэтому у девочки не сформировалась уверенность в позитивном отношении к себе матери, в том, что она нужна ей, любима. При расставании с мамой даже на короткое время девочка плачет, как будто не уверена, вернется ли к ней мать. Психологи говорят о том, что у ребенка в подобном случае не сформировано базовое доверие к миру, а отношения с другими людьми, также как и с матерью кажутся ему небезопасными. Как можно скорректировать ненадежную привязанность? Как правило, это требует квалифицированной психологической помощи. Однако общий совет – будьте внимательны к потребностям своего ребенка, учитывайте его интересы, принимайте его таким, какой он есть и чаще выражайте ему свою любовь и привязанность.