

ТЕОРИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ: ОБЩИЙ ОБЗОР

Калмыкова Е.С., Падун М.А.

Качество привязанности как фактор устойчивости к психической травме

Работа выполнена при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, грант № 00-06-80/65а

Данная работа посвящена изучению взаимосвязи качества привязанности личности к значимым другим и устойчивости к психотравмирующим воздействиям. Интерес современной психологической науки к изучению ранних детских привязанностей и их роли в функционировании психики взрослого побуждает задаться вопросом, имеющим как теоретическое, так и прикладное значение: оказывает ли опыт ранних отношений с родителями и другими близкими людьми влияние на способность взрослого человека эффективно противостоять стрессогенным и психотравмирующим воздействиям? Каким образом взаимодействуют мотивационные структуры, обеспечивающие социальную активность индивида, с его защитными структурами? Как и вследствие чего происходит сбой в работе структур психологической защиты? Что позволяет индивиду возвращаться к стабильному психическому функционированию?

Эти вопросы отчасти позволяет прояснить теория привязанности, предложенная Дж.Боулби и развиваемая его последователями. Мы полагаем, что использование этой теории применительно к исследованию психической травмы позволяет обратиться к межличностным истокам индивидуальной реакции на травматизацию и стресс. В настоящей статье мы намерены сначала изложить психодинамические и когнитивистские концепции психической травмы, а затем познакомить читателя с исследованиями привязанности у взрослых людей, проводимыми в русле теории привязанности Дж.Боулби. После этого мы изложим собственные, основанные на эмпирических данных представления о взаимодействии ментальных репрезентаций личности относительно привязанности со структурами, обеспечивающими устойчивость психики в психотравмирующей ситуации.

В связи с тем, что в современной социальной ситуации угроза психотравмирующих воздействий неуклонно возрастает, повышаются социальные требования к психической устойчивости индивида. Наиболее травмирующими психику факторами принято считать участие в военных действиях, ситуации физического и сексуального насилия, техногенные и природные катастрофы, тяжелые заболевания. Патологические изменения психики, возникающие под воздействием травматического опыта, могут приводить к развитию

посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), которое характеризуется развитием у пациента трех основных симптомов:

- 1) повторное переживание травмы (навязчивые образы, мысли, ощущения, ночные кошмары);
- 2) избегание стимулов, связанных с травмой (попытки избежать мыслей, ощущений, действий, связанных с травмой, частичная или полная амнезия важных аспектов травмы, эмоциональное онемение (numbing), отчужденность от окружающих);
- 3) устойчивые проявления повышенного возбуждения (нарушение сна, трудности концентрации внимания, раздражительность, сверхнастороженность, усиленные реакции испуга).

Однако развитие выраженной психопатологической реакции не является необходимым следствием травматического опыта: эпидемиологические исследования свидетельствуют, что лишь у части лиц, подвергшихся травматизации, возникает ПТСР; многие люди, пережившие травматогенное событие той или иной степени тяжести, демонстрируют в течение ограниченного периода времени стертую посттравматическую симптоматику и/или так называемые вторичные симптомы ПТСР - повышенную тревожность, депрессию, склонность к формированию зависимого поведения, психосоматические расстройства. Вероятность возникновения ПТСР детерминирована, с одной стороны, тяжестью травматического события (а также его неожиданностью, неконтролируемостью), с другой стороны - психологическими и психосоциальными характеристиками лиц, перенесших травматизацию (преморбидные черты, возраст, социальные условия жизни и т.п.).

Современные психодинамические и когнитивистские взгляды на психическую травму

В современном психоаналитическом сообществе понятие травмы операционализируется посредством следующих категорий (Sandler, 1991):

- 1) наличие внешнего события, субъективно переживаемого индивидом как травматическое;
- 2) психопатологические последствия травматического события, возникающие немедленно, а также отсроченные, включающие ограничения функционирования Эго, нарушения объектных отношений, психосоматические расстройства, аффективные нарушения и т.п.;
- 3) усиление подверженности будущей травматизации вследствие пережитого травматического события;

- 4) травма как причина любой психопатологии и, следовательно, фокус психотерапевтической техники.

Наше исследование сосредоточено, прежде всего, на первых двух аспектах понятия травмы.

Как известно, Фрейдом была предложена "энергетическая" концепция психической травмы, трактуемой как воздействие чрезмерной силы стимула, пробивающего стимульный барьер. В настоящее время "энергетическое" понимание травмы все чаще заменяется на "информационное"; понятие "информация" обозначает как когнитивные, так и эмоциональные переживания и элементы восприятия, имеющие внешнюю и/или внутреннюю природу (см. M.Horowitz, 1986; R.Lazarus, 1966). Данный подход предполагает, что информационная перегрузка подвергает человека в состоянии постоянного стресса до тех пор, пока информация не пройдет соответствующую переработку. При этом информация, подверженная влиянию психологических защитных механизмов, навязчивым образом воспроизводится в памяти (флэшбэки); эмоции, которым в постстрессовом состоянии принадлежит важная роль, являются по существу реакцией на когнитивный конфликт и одновременно мотивами защитного, контролирующего и совладающего поведения.

Вследствие травматического опыта у индивида актуализируется конфликт между старым и новым образами "Я", который порождает сильные негативные эмоции; чтобы избавиться от них, человек пытается перестать думать о травме и ее реальных и возможных последствиях, в результате чего травматические восприятия оказываются недостаточно переработанными. Тем не менее, вся информация сохраняется в памяти, причем в достаточно активном состоянии, вызывая непроизвольные воспоминания; однако как только переработка этой информации будет завершена, представления о травматическом событии стираются из активной памяти (M.Horowitz, 1986; M.Horowitz, S.Becker, 1972).

В концепции психической травмы Р. Яноф-Бульман, принадлежащей также к семейству когнитивистских, предполагается, что основой внутреннего мира человека являются базисные убеждения относительно сущности внешнего мира. Согласно данной теории, большинство людей конструируют собственный опыт через призму внутренних убеждений

- о доброжелательности окружающего мира;
- о его справедливости и
- о ценности и значимости собственного Я.

Результаты исследований показали, что базисные убеждения значительно различаются по выборкам респондентов "с травмой" и "без травмы" в анамнезе, причем травмирующие события по-разному влияют на различные убеждения.

Становление базисных убеждений происходит в раннем детстве через взаимодействие со значимым взрослым. Первые впечатления ребенка о мире и о себе складываются еще на довербальном уровне. Опираясь на теорию объектных отношений, Яноф-Бульман утверждает, что наиболее важным моментом в становлении базисных убеждений является реакция взрослого на крик ребенка. Уже в возрасте около семи месяцев ребенок начинает структурировать собственный опыт, создавая глубинные убеждения о доброжелательности, справедливости окружающего мира, а также о собственном Я, как достойном любви и заботы¹.

Базисные убеждения обеспечивают ребенка чувством защищенности и доверия к миру, а в дальнейшем - ощущением собственной неуязвимости. ИмPLICITная концепция большинства взрослых здоровых людей приблизительно такова: "В этом мире хорошего гораздо больше, чем плохого. Если что-то плохое и случается, то это бывает, в основном, с теми людьми, которые делают что-то не так. Я хороший человек, следовательно, я могу чувствовать себя защищенным от бед. Ничего плохого со мной не может случиться". Речь идет о так называемых позитивных иллюзиях (иллюзия неуязвимости, иллюзия контроля, нереалистичский оптимизм), выявленных в исследованиях Тэйлора (Taylor, 1983), который показал, что хорошо адаптированным людям свойственно переоценивать вероятность возникновения положительных ситуаций в жизни и недооценивать вероятность отрицательных. Данное утверждение легко подтверждается тем, что очень часто из уст жертв психических травм можно услышать признание: "Я никогда не мог подумать, что это может случиться со мной".

Базисные убеждения, касающиеся позитивного Я-образа, доброжелательности окружающего мира и справедливых отношений между Я и окружающим миром, наиболее сильно подвергаются влиянию психической травмы. В одночасье индивид сталкивается с ужасом, порождаемым окружающим миром, а также с собственной уязвимостью и беспомощностью. Здесь Яноф-Бульман проводит аналогию с теорией Т.Куна о структуре научных революций. Подобно тому, как главенствующая на данный момент в науке теория находит множественные подтверждения эмпирическими данными, базисные убеждения, существующие у индивида в относительно благоприятной жизненной ситуации, подкрепляются реальными событиями. В определенный момент в науке происходит революция (смена парадигмы), - в этот период вдруг начинают появляться факты, не укладывающиеся в рамки существующей теории, - происходит "взрыв", старая теория

¹ Ср. указание Яноф-Бульман на начальный момент формирования базисных убеждений - около седьмого месяца жизни.

рушится и на ее месте возникает новая. По сходной схеме происходит разрушение базисных убеждений: существовавшая ранее уверенность в собственной защищенности и неуязвимости оказывается иллюзией, повергающей личность в состояние дезинтеграции (Janoff-Bulman, 1998).

В случае успешного совладания с травмой базисные убеждения качественно отличаются от "дотравматических". Их восстановление происходит не полностью, а только до определенного уровня, на котором человек свободен от иллюзии неуязвимости. Картина мира индивида, пережившего психическую травму и успешно совладавшего с ней, примерно такова: "Мир доброжелателен и справедлив ко мне. Я обладаю правом выбора. Но так бывает не всегда". Индивид начинает воспринимать действительность в форме, максимально приближенной к реальной, по-новому оценивая собственную жизнь и окружающий мир.

Концепция Яноф-Бульман, опираясь прежде всего на когнитивные структуры психики, решающую роль в формировании этих структур приписывает взаимодействию ребенка со взрослым в первые годы и месяцы жизни. Фундаментальное для нее понятие "базисные убеждения", введенное А.Беком (Beck, 1979), во многом совпадает с понятием "генерализованные репрезентации о взаимодействии" Д.Стерна (Stern, 1985), а также с термином "схема Я-Другой" М.Хоровица (Horowitz, 1991) и с понятием "внутренняя рабочая модель" Дж.Боулби (Bowlby, 1969, 1973, 1979). Тем самым в концепции психической травмы Яноф-Бульман определенным образом смыкаются когнитивистские и современные психодинамические представления о ключевых детерминантах психического развития. У истоков же современных психоаналитических работ, раскрывающих центральное значение межличностного взаимодействия в психическом развитии, стоял Дж. Боулби.

Теория привязанности: межличностные факторы стрессоустойчивости и защитные процессы

Джон Боулби, английский психиатр и психоаналитик, сформулировал свою теорию привязанности в 1960-е гг. (Bowlby, 1969, 1973) В отличие от традиционного психоаналитического подхода, предполагающего приоритетную роль сознательных и бессознательных фантазий в протекании психической жизни ребенка, Боулби сосредоточил свое внимание на переживании детьми таких реальных событий, как сепарация и утрата близких. В настоящее время широко распространенным является представление о мотивационном аспекте привязанности как необходимом условии возникновения социальных отношений.

Теория привязанности считает потребность в близких эмоциональных отношениях специфически человеческой, подчеркивая центральную роль отношений в развитии личности от начала до конца (Bowlby, 1969/1982, 1973, 1980). Эта потребность

присутствует уже у новорожденного и сохраняется до конца жизни, составляя один из базовых элементов человеческого выживания. В младенчестве и детстве привязанность ребенка к родителям является залогом получения заботы и крова; соответственно задача родителей - обеспечивать эту заботу своему ребенку.

Отношения привязанности, согласно Боулби, регулируются поведенческой мотивационной системой, которая развивается в младенчестве и объединяет человека с другими приматами. Эта система отслеживает пространственную близость и психологическую доступность "более сильного и мудрого" человека - объекта привязанности и регулирует поведение привязанности по отношению к этому объекту. Пока индивид чувствует себя комфортно и объект привязанности обеспечивает ему надежную основу, индивид в состоянии развивать исследовательское поведение, или игру, или другие виды социальной активности. Когда индивид испуган, его исследовательские цели заменяются поиском спасения и уверенности у объекта привязанности, особенно если индивид - это маленький ребенок. Таким образом, привязанность становится наиболее заметной в условиях воспринимаемой угрозы. Поиск защиты у объекта привязанности должен обеспечивать потомству большую вероятность выживания.

"Теперь уже ясно, что не только маленькие дети, но и люди всех возрастов бывают наиболее счастливы и могут максимально развернуть свои таланты, когда они уверены, что позади них есть кто-то, кому они доверяют и кто непременно придет на помощь, если возникнут какие-то трудности. Тот, кому доверяют, обеспечивает безопасный тыл, на основе которого человек может действовать" (Bowlby, 1973, p.359).

То, каким образом привязанность может выполнять свою защитную функцию, зависит от качества взаимодействия между индивидом и его объектом привязанности. За пределами периода младенчества отношения привязанности начинают управляться ментальными рабочими моделями, которые ребенок конструирует из своего опыта общения с главнейшими фигурами своего окружения в середине первого года жизни¹), используя свое поведение привязанности и реакции значимого другого. Эти "внутренние рабочие модели" (Bowlby, 1969, 1973, 1976) выступают как "операбельные" модели своего "я" и партнера на основе общей истории отношений. Они служат для регуляции, интерпретации и предсказания поведения, мыслей и чувств значимого другого и самого индивида. При условии надлежащего пересмотра в соответствии с изменениями окружения и собственного развития рабочие модели позволяют осуществлять рефлексивное и общение по поводу прошлых и будущих ситуаций и отношений привязанности, таким образом облегчая формирование общих планов регуляции близости и разрешения конфликтов в отношениях. Индивид, который может рассчитывать на откликаемость, поддержку и защиту со стороны своего объекта привязанности, способен свободно отдавать свое внимание другим заботам, таким как исследовательская деятельность и/или взаимодействие с другими.

Неотъемлемым атрибутом внутренней рабочей модели является ее пространственно-временная структура причинно-следственных отношений между событиями, действиями, объектами, целями и репрезентациями. Таким образом, внутренняя модель описывает отношения между различными аспектами действительности.

"В рабочей модели мира, сформированной индивидом, ключевым моментом являются его представления о том, кто выступает в качестве объектов привязанности, где их можно найти и каких реакций от них можно ожидать. Аналогично в рабочей модели своего "я", выстраиваемой индивидом, ключевым моментом является его представление о том, насколько приемлем или неприемлем он сам в глазах его объектов привязанности. На основе структуры этих комплиментарных моделей возникают прогнозы, которые делает индивид относительно того, насколько доступны и отзывчивы будут его объекты привязанности, если он обратится к ним за поддержкой. И с точки зрения теперь уже продвинутой теории от структуры этих моделей зависит также, будет ли он уверен, что его объекты привязанности в общем доступны для него или же он будет более или менее опасаться, что они окажутся недоступны - случайно, скорее всего, или же большую часть времени" (Bowlby, 1973, с. 203).

Термин "надежность" в рамках теории привязанности описывает уверенность индивида любого возраста - младенца, ребенка, взрослого - в том, что защищающая и поддерживающая фигура будет доступна и достигаема. При этом Боулби утверждал, что чувство надежности у ребенка нарушается, если рабочие модели как самого ребенка, так и его родителей не приводятся в соответствие с его физическим, социальным и когнитивным развитием.

Несмотря на требование изменчивости, предъявляемое к рабочей модели, она не подвергается непрерывному изменению, более того, в нее изначально, в ходе процесса ассимиляции (по Пиаже) "встроено" определенное сопротивление изменениям. Представления, сложившиеся на основе предшествующих взаимодействий, регулируют восприятие вновь поступающего опыта. Благодаря этому случайные промахи матери в осуществлении сензитивного поведения по отношению к потребностям ребенка не подорвут его доверия к ее эмоциональной доступности и откликаемости. С другой стороны, способы восприятия и осмысления отношений постепенно становятся автоматизированными и недоступными непосредственному осознанию; при этом наблюдается "выигрыш" в скорости реагирования с одновременным снижением гибкости и, соответственно, эффективности приспособления. Наконец, оба партнера по взаимодействию имеют тенденцию взаимно приспосабливаться к паттернам друг друга, так что когда один из них демонстрирует некие изменения, второй, по крайней мере, сначала склонен игнорировать или отвергать эти изменения. Это продолжается до тех пор, пока один из партнеров не приходит к заключению, что старая модель больше не срабатывает.

Рабочая модель может оставаться эмоционально стабильной, однако ребенок, располагающий на протяжении какого-то периода времени моделью надежной привязанности, может демонстрировать и другие паттерны поведения привязанности. Аффективные изменения в его рабочей модели могут происходить, например, в результате того, что изначально поддерживающий и эмпатичный родитель оказывается в состоянии стресса или депрессии в результате каких-либо резких изменений в его жизни (например, потери работы). И наоборот, если условия жизни родителя улучшаются, так что родитель может более сензитивно откликаться на потребности ребенка, ребенок может пересмотреть свою модель привязанности. В действительности индивид чаще всего располагает не одним, а несколькими паттернами поведения привязанности, актуализирующимися под влиянием различных внешних и внутренних обстоятельств.

Рабочая модель называется рабочей, поскольку она является основой, на которой разворачивается поведение привязанности, и потому, что она в принципе поддается пересмотру и изменению. Боулби предпочел эту метафору другим схожим терминам - "карта" или "образ", так как слова "рабочая" и "модель" предполагают возможность осуществления индивидом операций с ментальными репрезентациями с целью формирования прогнозов. Модель привязанности содержит стабильные постулаты относительно роли родителей и ребенка (т.е. обоих партнеров) во взаимодействии. Боулби (1973) и Мэйн (1990, 1991) полагают, что в условиях стресса и противоречивой информации необходима специальная стратегия переработки этой информации. Такая стратегия должна обеспечивать психологическую защиту в рамках рабочей модели индивида. Она может включать избегание значимого другого в ситуации стресса, колебание между двумя противоположными позициями (например, "ребенок хороший, родитель плохой" и "ребенок плохой, родитель хороший"), принятие позиции родителя при отрицании собственных переживаний и т.п. (Боулби, 1973).

Защитные процессы играют большую роль в формировании рабочей модели. Боулби переформулировал традиционную психодинамическую концепцию защитных механизмов в терминах информационных процессов и когнитивной психологии: защитное селективное отвержение информации направлено на отсеивание тех восприятий, чувств и мыслей, которые могли бы вызвать невыносимую тревогу и психологическое страдание. Таким образом, защиты выполняют адаптивную функцию в данный момент времени, однако в перспективе они препятствуют адекватному изменению рабочей модели в соответствии с изменившимися обстоятельствами. Степень, в которой информация исключается из сознания, может варьировать. Исследования процедуральной ("я знаю, как..."), семантической ("я знаю, что ...") и эпизодической ("я помню, когда...") систем памяти (Tulving, 1972) позволили Боулби предположить, что защитное исключение информации из сознания может облегчаться помещением противоречивой информации в различные системы памяти. Пациенты часто дают очень хвалебные описания вызывающих восхищение качеств своих родителей (семантическая память), которые

противоречат следующим за ними сообщениями о реальном поведении родителей (эпизодическая память).

Боулби считал, что дети особенно склонны к защитному исключению информации в двух ситуациях:

- 1) когда поведение привязанности ребенка активировано, но не встречает удовлетворения со стороны объектов привязанности (родителей), а наказывается или высмеивается ими;
- 2) когда ребенок узнает что-то про родителей, чего родители не хотят, чтоб он знал и могуть наказать его, если он будет считать это правдой.

Например, если один из родителей совершил суицид или суицидальную попытку, и ребенка стремятся держать в неведении относительно этого факта, несмотря на то, что ему что-то известно; в таком случае ребенку не остается ничего другого, кроме как отрицать свой собственный опыт, присоединяясь к семейному "мифу", который ему навязывают взрослые.

В результате подобной защиты ребенок может оказываться в ситуации, когда ему надо иметь дело с двумя несовместимыми рабочими моделями себя и значимого другого: сознательно принимаемой, основанной на ложной информации, и недоступной сознанию, но отражающей реальный опыт ребенка. В некоторых случаях ребенок может исключить из сознания только собственно персону значимого другого, по отношению к которому он испытывает враждебные чувства, и заменить его менее значимым человеком из своего окружения, осуществляя тем самым так называемое "смещение аффекта". Или же перенаправить гнев на самого себя - такая защитная операция характерна для депрессивного склада характера.

Систематическое описание переживаний привязанности в детстве позволяет сконструировать теорию привязанности, охватывающую весь жизненный цикл человека (Ainsworth, Bowlby 1991). Поскольку ранние привязанности, по-видимому, влияют на формирование отношений во взрослом возрасте, возрастает интерес к представлениям взрослых о своих привязанностях. Таким образом, теория привязанности и концепция "внутренней рабочей модели" Боулби, обладая незаурядной эвристической ценностью, продолжают стимулировать и питать исследовательский интерес к постижению закономерностей функционирования мира ментальных репрезентаций взрослого человека. Большинство исследований взрослой привязанности основываются на предположении, что существует параллель между индивидуальными различиями паттернов и репрезентаций привязанности у взрослых и детей. Боулби предполагал, что паттерны привязанности у взрослых могут меняться под влиянием новых отношений и развития новых мыслительных операций (формальных). В целом все исследователи сходятся в том, что система репрезентаций и паттернов привязанности взрослых, будучи

глубоко индивидуализированной, базируется на трех источниках: ранние взаимоотношения с родителями, отношения (в первую очередь, романтические) со сверстниками в подростковом возрасте, актуальные отношения привязанности во взрослом состоянии.

Методы исследования привязанности у взрослых

Теория привязанности Дж.Боулби послужила источником многочисленных исследований, направленных на выяснение природы отношений привязанности, их формирования в детском возрасте, развития и функционирования на протяжении всего жизненного цикла человека (обзор см. Solomon J., George C., 1999; Crowell J.A., Fraley R.C., Shaver Ph.R., 1999; Hesse E., 1999). Начало этим исследованиям было положено работами М.Эйнсворт, сотрудницы Дж.Боулби (на русском яз. об этом см. работу Е.О. Смирновой, 1995). В результате ее исследований были выявлены следующие типы привязанности детей к матерям (Ainsworth et al., 1978): избегающий, надежный, амбивалентный, дезорганизованный. Валидность и устойчивость этой классификации были подтверждены на популяциях США и Западной Европы. Были разработаны методы, позволяющие изучать поведение привязанности более старших детей, проведены разнообразные лонгитюдные исследования и т.п. (Solomon, George, 1999).

Принципиально новый шаг в исследовании привязанности представляют собой работы М.Мэйн и ее сотрудников, связывающие поведенческие стратегии детей с ментальными репрезентациями их родителей (Main et al., 1985; Main et al. 1995). В начале 1980-х гг. Мэйн предложила использовать нарратив для оценки привязанности, исходя из того, что "ментальные процессы различаются столь же очевидно, как и поведенческие" и что те и другие отражаются в языке (Main et al., 1985). М.Мэйн с сотрудниками разработала полуструктурированное интервью для взрослых людей, содержащее вопросы, касающиеся их детского опыта привязанности к значимым другим и того значения, которое они в настоящее время приписывают этому детскому опыту. В основу этого метода легли следующие идеи, почерпнутые из теории привязанности Боулби, о том, что:

- a) рабочие модели привязанности функционируют, по крайней мере, частично, неосознанно;
- b) рабочие модели базируются на реальном опыте взаимодействия ребенка;
- c) рабочая модель начинается формироваться уже на первом году жизни ребенка;
- d) представления ребенка о привязанности детерминируют его поведение и аффективную оценку опыта;

- е) мышление на уровне формальных операций позволяет индивиду наблюдать и оценивать данную систему отношений и, следовательно, модель может быть изменена при неизменности реального опыта.

В соответствии с описанными выше положениями было разработано полуструктурированное "Интервью о привязанностях для взрослых" (Adult Attachment Interview, AAI), в котором респонденту задавали общие вопросы о том, как он себе представляет свои отношения с родителями (или замещающими их людьми) в детстве; просили вспомнить повседневные эпизоды взаимоотношений с родителями, в которых, как ожидалось, должна быть активирована потребность в привязанности (ситуации разлуки, болезни и т.п.); предлагали рассказать о переживаниях, связанных с утратой кого-либо из близких; и, наконец, просили описать то значение, которое поведение родителей имело для развития личности респондента. Интервью записывалось на аудио- или видеокассеты и транскрибировалось. Получаемый материал подвергался дискурс-анализу в соответствии с определенными правилами.

В 1985 г. вышла в свет работа Мэйн, Каплан и Кэссиди (Main, Kaplan, Cassidy, 1985), в которой сообщалось, что классификация представлений о привязанности родителей на основе оценки AAI значимо коррелирует с типами поведения их детей в "ситуации чужого", полученными при обследовании пятью годами раньше. Спустя 18 месяцев было проведено новое исследование тех же детей и родителей, которое дало те же результаты. Само интервью было при этом проверено с точки зрения его психометрических свойств. Система оценки на протяжении последующих 15 лет претерпела некоторые изменения и была усовершенствована, руководство до сих пор не опубликовано, обучение экспертов возможно лишь в непосредственном контакте с создателями метода.

Общие же принципы анализа вербальных транскриптов по М.Мэйн таковы: эксперты пользуются несколькими системами оценки: оценка родительского поведения со слов респондента, оценка ментальных репрезентаций респондента, а также оценка когерентности дискурса. Для оценки родительского поведения, отдельно отца и матери, используются следующие категории: любящее, отвергающее, пренебрегающее, вовлеченное, доминантное. Для оценки ментальных репрезентаций - категории идеализация, настойчивое отсутствие воспоминаний, активный гнев, умаление достоинств, страх утраты, метакогнитивный мониторинг и пассивность речи. Оценка когерентности дискурса основывается на правилах Грайса (1975). Высокая когерентность отмечается в тех случаях, когда нарратив характеризуется: (а) наличием хорошего качества (правдоподобностью, непротиворечивостью, логичностью); (б) определенным количеством (нарратив достаточно развернут, но не чрезмерен, содержащаяся в нем информация позволяет эксперту понять изложенное); (в) релевантностью (нарратив содержит ответ на заданный вопрос; (г) определенной манерой изложения (респондент использует свежий, ясный язык, а не жаргон и "штампы").

На основе экспертных оценок респондентов относят к одному из основных типов репрезентаций привязанности: "автономному" (надежному) или ненадежным - "дистанцированному" или "тревожному". Эти три категории корреспондируют с тремя типами привязанности у детей, выявленными М.Эйнсворт ("надежный", "избегающий" или "амбивалентный"). Те респонденты, которые были классифицированы на основе ААI как "автономные", характеризуются сбалансированным представлением о своих ранних отношениях, ценят привязанность и придают большое значение отношениям привязанности в формировании их личности. В ходе интервью они ведут себя достаточно открыто и прямо, независимо от того, насколько тяжело им обсуждать тот или иной материал. В интервью излагаются когерентные, правдоподобные сообщения о поведении родителей респондентов. Хотя их сообщения о детстве не обязательно включают нарративы только о любящем поведении родителей, в целом оно воспринимается как любящее и подтверждается конкретными воспоминаниями

Два ненадежных паттерна репрезентаций привязанности коррелируют с некогерентным способом изложения: оценка, которую дают респонденты своим отношениям с родителями, не соответствует тем конкретным эпизодам, которые они сообщают. Отсутствуют или почти отсутствуют подтверждения того, что родители выполняли функцию "надежной гавани"; в дискурсе заметны проявления ограниченной готовности к исследованию и ощущается определенная ригидность респондентов. "Дистанцированные" респонденты демонстрируют дискомфорт в связи с темой интервью, отрицают влияние ранних отношений на свое развитие, испытывают значительные сложности в припоминании конкретных ситуаций и часто идеализируют свой детский опыт. "Тревожные" респонденты демонстрируют спутанность или существенные колебания в отношении раннего опыта, описания взаимоотношений с родителями отмечены пассивностью или агрессией, родители предстают как не любящие, но интенсивно вовлеченные в отношения вплоть до обращения ролей, когда ребенок был вынужден отдавать предпочтение потребностям родителей в ущерб своим собственным. Изложение детских воспоминаний у таких респондентов часто перемежается с сообщениями о событиях недавнего прошлого, об актуальных отношениях с родителями, наполненными, как правило, агрессией и обидами.

Четвертый тип репрезентаций - дезорганизованный, - выявленный М.Мейн, связан с неспособностью респондентов в ходе интервью адекватно обсуждать смерть и утрату близких людей: например, они могут серьезно высказывать убеждение, что умерший продолжает жить, или что его убили детские фантазии респондента. В обсуждении остальных тем такие респонденты демонстрируют второй или третий тип репрезентаций привязанности.

Оценка AAI в соответствии с разработанными М.Мейн и Р.Голдвин критериями требует специально обученных высококвалифицированных экспертов². В настоящее время, однако, разработаны и другие способы экспертной оценки интервью о репрезентациях привязанности, которые также базируются на принципах дискурс-анализа, но не предъявляют столь высоких требований к обучению экспертов. Один из таких методов - "Метод прототипов" - предложен П.Пилконисом (Pilkonis, 1988). "Метод прототипов" был использован в нашем исследовании для оценки материалов, полученных методом AAI (Калмыкова Е.С., Комиссарова С.А., Падун М.А., Агарков В.А., в печати). Это единственное в отечественной психологии исследование типов привязанности с помощью AAI³.

"Метод прототипов" состоит из интервью об отношениях - клинического интервью для сбора данных, и экспертной оценки, которая разделяется на две части: (а) указания на стратегию привязанности и (б) оценка прототипов привязанности.

Собранная в ходе интервью информация должна позволить квалифицировать тип репрезентаций привязанности респондента посредством оценки прототипов. В интервью должно быть получено прототипическое самоописание респондента, которое охватывает поведенческие проявления привязанности к различным людям в конденсированной форме и содержит важнейшие аспекты, относящиеся к прошлому и настоящему, а именно: чувства и установки по отношению другим и самому себе; потребность в близости, страх близости; уважение со стороны других и значение других людей; представления о том, как другие воспринимают респондента; желанный характер отношений с другими; значение зависимости и независимости; мера "вовлеченности" и готовность демонстрировать другим свои потребности; доверие или недоверие по отношению к другим; чувства и поведение в ситуации разлуки; способность отграничивать себя от других; общее значение дружбы и отношений и готовность брать на себя обязанности по отношению к другим; описание значимых других.

Записанное на магнитофон интервью оценивается независимыми обученными экспертами. Эксперты ориентируются сначала на глобальные характеристики четырех

² Обучение занимает от года до полутора при обязательном регулярном личном контакте с создателями метода, что существенно затрудняет возможность его применения (особенно в Восточной Европе!).

³ К настоящему моменту нам известна лишь одна публикация на русском языке, имеющая отношение к методу AAI (Adult Attachment Interview): Павлова О.Н. Применение интервью для взрослых о привязанностях в исследовании больных с депрессиями. Учебно-методическое пособие. М., 2001. В реквизитах этого издания, вышедшего тиражом 1000 экземпляров, полностью отсутствуют выходные данные - не указаны ни издатель, ни типография, оно пестрит стилистическими и грамматическими ошибками, но что самое печальное - в нем представлено глубоко ошибочное изложение методологии AAI. Во-первых, это касается процедуры проведения интервью, а во-вторых, - и это главное, - в пособии представлен искаженный способ оценки и использования получаемого материала. Пользоваться этим изданием как руководством к действию категорически нельзя.

типов репрезентаций привязанности (автономная, тревожная, дистанцированная, смешанная)⁴, чтобы затем на следующем этапе проверить, в какой мере респондент демонстрирует признаки семи специфических прототипических стилей привязанности. Выделяется всего 7 прототипов привязанности:

| | | |
|----------------------------|---|--|
| Надежный | | |
| Прототип | 1 | Автономный |
| Ненадежно-тревожный | | |
| Прототип | 2 | Чрезмерно-зависимый |
| Прототип | 3 | Устанавливающий нестабильные отношения |
| Прототип | 4 | Обсессивно-заботливый |
| Ненадежно-дистанцированный | | |
| Прототип | 5 | Обсессивно-самодостаточный |
| Прототип | 6 | Чрезмерно стремящийся к автономии |
| Прототип | 7 | Эмоционально-непривязанный |

После прослушивания записи интервью эксперт должен сначала убедиться, имеются ли общие указания на присутствие критериев надежной и/или ненадежной привязанности, и затем осуществить предварительное отнесение респондента к одной из категорий (шаг первый). Для этого используются базовые положения, которые являются общепринятыми в исследованиях взрослой привязанности. (напр., Das "Adult Attachment Interview" Gloger-Tippelt & Hoffmann, 1997). В ААИ по Мейн и Голдвин (Main, Goldwin, 1985) систематически контент-аналитически исследуются критерии когерентности в изложении личного опыта привязанности. Затем (шаг второй) эксперт должен проверить, какие признаки специфических стратегий привязанности имеются в наличии, и ответить на вопросы предлагаемого опросника, составленного по прототипам привязанности.

⁴ Вместо категории "дезорганизованный тип" в методе прототипов используется категория "смешанный тип", описывающая респондентов, которые демонстрируют приблизительно в равной степени черты "дистанцированного" и "тревожного типа"

Решающим при оценке является то значение, которое респондент приписывает своим переживаниям привязанности. С точки зрения теории привязанности это проявляется также в изложении ситуаций, релевантных переживаниям привязанности, на протяжении всей личной истории. Здесь учитываются также то, каким образом переживаются разлуки со значимыми другими, а также утрата и смерть близких. Далее важно, какие события и в какой форме вспоминаются, и в какой мере находятся конкретные подтверждения тем или иным оценкам прошлого опыта. Адекватная регуляция аффекта играет при этом столь же важную роль, как и оценка релевантности собственного детского опыта всей последующей жизни. Его значение может быть преувеличено, откуда можно заключить, что данный субъект застрял в своих детских переживаниях. Прямой противоположностью этому были бы холодность и эмоциональная сдержанность, которые указывают на общее обесценивание переживаний привязанности. Обе описанные формы оценки свидетельствуют о надежной стратегии привязанности.

Модель влияния типа привязанности индивида на устойчивость к психотравмирующим воздействиям

Возвращаясь к концепции психической травмы Яноф-Бульман, можно предположить, что в результате травматизации человека его рабочие модели мира и самого себя (базисные убеждения), обеспечивавшие ему поддержание душевного равновесия, оказываются - частично или полностью - нарушены. Индивид в ходе переживания травмирующего события сталкивается с тем фактом, что объекты привязанности становятся недоступны или их реакции оказываются не совпадающими с его прогнозом. Его собственная беспомощность и незащищенность также не согласуются с имеющимися в наличии саморепрезентациями относительно своей дееспособности и безопасности. Результатом конфронтации с ситуацией, противоречащей актуальной рабочей модели индивида, может стать либо неотложный пересмотр этой рабочей модели, обеспечивающий гибкое приспособление к изменившимся обстоятельствам, либо ригидное следование исходной модели, влекущее за собой дезадаптивное поведение, либо, наконец, разрушение исходной модели при отсутствии какой-либо адекватной ее замены, что ведет к дезорганизованному, хаотичному поведению индивида.

Учитывая тот факт, что всякий индивид располагает неким репертуаром внутренних моделей⁵, можно предположить, что непосредственно в психотравмирующей ситуации

⁵ У всякого человека можно обнаружить определенный набор механизмов психологической защиты, более или менее адаптивных, которые обеспечивают относительно постоянный уровень функционирования "я". В ситуациях, несущих угрозу жизни или воспринимаемых как таковые, более сложные и высокоорганизованные защиты сменяются более примитивными. Тем не менее бессознательные защитные процессы психики продолжают функционировать даже тогда, когда высшие психические процессы оказываются серьезно нарушены или блокированы.

вместо экстренного пересмотра и реорганизации модели имеет место скорее обращение к готовым паттернам поведения, соответствующим более примитивным или, точнее, более ранним рабочим моделям. Альтернативное предположение: в момент переживания травмы индивид опробует все доступные ему внутренние модели и способы внешнего поведения, что может производить впечатление хаотичного и дезорганизованного образа действий, в то время как по сути является поиском наиболее адекватного средства совладания с ситуацией.

Однако независимо от того, какой именно способ совладания использовался индивидом в момент переживания травмы, его представления о себе и об окружающем мире после окончания психотравмирующего воздействия нуждаются в ревизии. Если предположить, что при травматизации опровергается в первую очередь рабочая модель надежной привязанности, согласно которой индивид воспринимает самого себя как ценного и компетентного, а своих близких как эмоционально доступных и оказывающих поддержку, то это означает, что именно эта модель должна быть восстановлена с учетом полученного опыта. Соответственно при проявлении у индивида симптомов посттравматического стрессового расстройства можно ожидать, что ему не удалось адекватным образом восстановить эту модель.

Действительно, как мы уже отмечали, основные симптомы ПТСР - это навязчивые образы, мысли, ощущения, ночные кошмары, связанные с ситуацией травмы, с одной стороны, и попытки избегания стимулов - мыслей, ощущений, действий, - связанных с травмой, эмоциональное онемение (numbing), отчужденность от окружающих - с другой. Эти аспекты ПТСР поразительно напоминают характерные черты двух типов ненадежной привязанности, обнаруженных при обследовании детей и взрослых в работах М.Эйнсворт с сотрудниками (Ainsworth, Witting 1969; Ainsworth, Blehar, Waters, Wall, 1978), а также М.Мейн с сотрудниками (Main, Kaplan, Cassidy, 1985). Один из вариантов ненадежного типа привязанности у детей ("амбивалентный") и взрослых ("тревожный") связан с нарушением способности контролировать противоречивые эмоциональные проявления и импульсивное поведение по отношению к объектам привязанности. Такому типу привязанности соответствуют регулярные прорывы негативного аффекта по отношению к себе и к своим близким, застревание в этом аффекте, неспособность переключиться на другой вид деятельности и отношений. Другой ненадежный тип привязанности - "избегающий" у детей и "дистанцированный" у взрослых - характеризуется отстранением от объекта привязанности, избеганием болезненных воспоминаний, эмоциональной отчужденностью, отказом от поддержки и утешения. В поддержку данной гипотезы можно привести данные, приведенные в исследовании депрессии Бека (Beck, 1983, цит. по Нельсон-Джоунс, 2000), который показал, что после стрессогенных событий, вследствие повышенной когнитивной уязвимости, в первую очередь страдают от депрессии отчужденные (ср. "дистанцированный тип привязанности") и социотропные (ср. "тревожный тип привязанности") индивиды.

Можно поэтому предположить, что появление ПТСР-симптоматики отчасти объясняется активацией ненадежных типов привязанности при нарушении функционирования "надежной" рабочей модели у травмированного индивида. Ответ на вопрос о том, почему это имеет место лишь у определенной части пострадавших, очевидно, может быть таков: те индивиды, у которых надежная рабочая модель по сравнению с другими доступными им типами привязанности является относительно слабо развитой, испытывают после травмы значительно большие трудности при ее восстановлении и достигают значительно меньшего успеха, так что у них оказываются активированными модели ненадежной привязанности. Другой вариант: рабочая модель индивида в целом отличается низкой пластичностью, в результате чего она с трудом поддается пересмотру и изменению; поэтому когда "надежная" рабочая модель вследствие травмы нарушается и не соответствует больше реальному опыту индивида, вступают в действие другие типы привязанности - ненадежные, порождая дезадаптивные способы поведения и посттравматическую симптоматику.

В проведенном исследовании изучалось проявление у испытуемых различных прототипов привязанности, а также степень выраженности психопатологической (в том числе посттравматической) симптоматики. С помощью корреляционного анализа было показано, что надежный тип привязанности не имеет корреляций с психопатологией, в то время как прототипы, относящиеся к ненадежным (тревожному и дистанцированному) типам имеют значимые взаимосвязи с выраженностью психопатологических (в том числе посттравматических) симптомов (подробно об этом см. Калмыкова Е.С. с соавт., в печати). Таким образом, результаты исследования подтверждают гипотезу о взаимосвязи качества привязанности индивида с его способностью противостоять стрессогенным и психотравмирующим событиям.

Литература

- Баттерворт Дж., Харрис М. Принципы психологии развития. М., Когито-Центр, 2000.
- Винникот Д.В. Маленькие дети и их матери. М., Класс, 1998.
- Калмыкова Е.С., Комиссарова С.А., Падун М.А., Агарков В.А. Влияние типа привязанности на интенсивность посттравматических реакций. Психологический журнал (в печати).
- Крайг Г. Психология развития. СПб., Питер, 2000.
- Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб., Питер, 2000.
- Смирнова Е.О. Теория привязанности: концепция и эксперимент. //Вопросы психологии, 1995, № 3.
- Фрейд З. Введение в психоанализ. Лекции. М., Наука, 1989.
- Фрейд З. О клиническом психоанализе. Избранные сочинения. М., Медицина, 1991. 288 с.

- Фрейд А. Введение в детский психоанализ. С.-Петербург, В.-Е. Институт Психоанализа, 1995.
- Ainsworth M.D.S., Bell S.M., Stayton D.J. Infant-mother attachment and social development: "socialisation" as a product of reciprocal responsiveness to signals. In: Richards M.P.M. (ed) The integration of a child into a social world. Cambridge Univ.Press, N.Y., 1974, pp. 99-135.
- Ainsworth M.D.S., Blehar M.C., Waters E., Wall S. Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, N.J., Erlbaum. 1978.
- Ainsworth M.D.S., Bowlby J. An ethological approach to personality development. American Psychologist, 1991, 46, pp. 333-341.
- Ainsworth M.D.S., Witting B. Attachment and the exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. In: Foss B.M. (ed) Determinants of infant behavior. Basic Books, N.Y., 1969, pp. 113-136.
- Beck A.T. Cognitive therapy of depression: New perspectives. In P.J. Clayton & J.A.Barnett (Eds.). Treatment of depression: Old Controversies, New York Raven Press. 1983.
- Bowlby J. Attachment and loss. 1. Attachment. Basic Books, N.Y., 1969.
- Bowlby J. Attachment and loss. 2. Separation. Anxiety and anger. Basic Books, N.Y., 1973.
- Bowlby J. Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression. N.Y., Basic Books, 1980.
- Bretherton I., Munholland K.A. Internal working models in attachment relationship: A construct revisited. In: Cassidy J., Shaver P. (eds) Handbook of attachment. N.Y.. Guilford, 1999, pp.89-111.
- Craik K. The nature of explanation. Cambridge, England, Cambridge Univ. Press, 1943.
- Crowell J.A., Fraley R.Ch., Shaver P.R. Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. In: Cassidy J., Shaver P. (eds) Handbook of attachment. N.Y.. Guilford, 1999, pp.434-465.
- Fonagy P., Steele H., Steele M. Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organisation of infant-mother attachment at one year of age. Child Dev., 1991, 62, pp.891-905.
- Grice P. Logic and conversation. In: Cole P., Moran J.L. (eds) Syntax and semantics: Vol. 3. Speech acts (pp. 41-58). N.Y., Academic Press, 1975.
- Grossmann K., Fremmer-Bombik E., Rudolph J., Grossman K.E., Maternal attachment representations as related to child-mother attachment patterns and maternal sensitivity and acceptance of her infant. In: Hinde R.A., Stevenson-Hinde J. (eds) Relations within families. Oxford Univ.Press., Oxford, 1988, pp.241-260.
- Grossmann K., August P., Fremmer E. et al. Die Bindungstheorie: Modell und entwicklungspsychologische Forschung. In: Keller H. (ed) Handbuch der Kleinlindforschung. Berlin, Springer, 1989, pp. 31-55.

- Grossmann K., Grossmann K. Attachment quality as an organizer of emotional and behavioral responses in a longitudinal perspective. In: Parks C.M., Stevenson-Hinde J., Marris P. (eds) Attachment across the life cycle. L., Routledge, 1991, pp. 93-114.
- Hesse E. The adult attachment interview: Historical and current perspectives. In: Cassidy J., Shaver P. (eds) Handbook of attachment. N.Y., Guilford, 1999, pp.395-433.
- Horowitz M.J. Person schemas. In: Horowitz M.J. (ed) Person schemas and maladaptive interpersonal patterns. Univ. of Chicago Press, Chicago, 1991.
- Horowitz M.J. Stress response syndromes. Northvale, NJ., Aronson, 2nd ed., 1986.
- Horowitz M.J., Becker S.S. Cognitive response to stress: Experimental studies of a compulsion to repeat trauma // Psychoanalysis and contemporary science. Vol. 1 / Eds. R.Holt, E.Peterfreund. N.Y., Macmillan, 1972.
- Janet P.M.F. L'Automatisme psychologique. P., Alcan, 1889. Цит. по: Шерток Л., де Соссюр Р. Рождение психоаналитика. М., Прогресс, 1991. 288 с.
- Janoff-Bulman R. The aftermath of victimisation: Rebuilding shattered assumption. In C.R.Figley (Ed.) Trauma and its wake. N.Y., Brunner/Mazel, 1985, p. 15-35.
- Janoff-Bulman R. Victims of violence. In G.S.Kr.Everly, J.M.Lating (Eds.) Psychotraumatology. N.Y., Plenum Press, 1995.
- Janoff-Bulman R. Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events: coping processes and outcomes. In: C.R.Snyder (Ed.) Coping: The psychology of what works. N.Y. Oxford University Press, 1998.
- Khan M.M.R. The concept of cumulative trauma. In: Khan M.M.R. (ed.) The privacy of self. London, Hogarth, 1974.
- Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process. N.Y., McGraw-Hill, 1966.
- Main M. Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs. multiple (incoherent) model of attachment: findings and directions for future research. In: Parks C.M., Stevenson-Hinde J., Marris P. (eds) Attachment across the life cycle. L., Routledge, 1991, pp.127-159.
- Main M. Recent studies in attachment. In: Goldberg S., Muir R., Kerr J. (eds) Attachment theory: Social, developmental, and clinical perspectives. Hillsdale, N.J., Analytic Press, 1995, pp.407-474.
- Main M., Kaplan N., Cassidy J. (1985) Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. In: Bretherton I., Waters E. (eds) Growing points of attachment theory and research. Monographs of the Society for research in child development, 50 (1-2, Serial No.209), 66-104.
- Main M., Cassidy J. Categories of response to reunion with the parent at the age six: predicted from attachment classifications and stable over a one-month period. Dev. Psychol., 1988, 24, pp.425-426.

- Main M., Solomon J. Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In: M.T.Greenberg, D.Cicchetti, E.M.Cummings (eds) Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention. Chicago, Univ. of Chicago Press, 1990, pp.121-160.
- Pilkonis P.A. Personality prototypes among depressives: Themes of dependency and autonomy. J. of Pers.Disorder, 1988, 2, pp. 144-152.
- Sandler J., Dreher A.U., Drews S. An approach to conceptual research in psychoanalysis, illustrated by a consideration of psychic trauma. International Review of Psycho-Analysis, 1991, 18: 133-141).
- Solomon J., George C. The measurement of attachment security in infancy and childhood. In: Cassidy J., Shaver P. (eds) Handbook of attachment. N.Y.. Guilford, 1999, pp. 287-316.
- Stern D.N. The interpersonal world of the infant. Basic Books, N.Y., 1985.
- Strage M., Main M. Attachment and parent-child discourse patterns. Paper presented at the Biennial meeting of the Society for Research in Child Development. Toronto, 1985.
- Taylor S.E. Adjustment to threatening events. A theory of cognitive adaptation. American psychologist, November 1983 (1161-1173).
- Tulving E. Episodic and semantic memory. In: E.Tulving, W.Donaldson (eds) Organisation of memory. N.Y., Acad.Press, 1972, pp. 381-403.
- Van Ijzendoorn M.H. Adult attachment representations, parental responsiveness and infant attachment: a meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. Psychol.Bull., 1995, 117, pp.387-403.