

ОТНОШЕНИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ МАТЕРИ И РЕБЕНКА, ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПОСЛЕДУЮЩЕЕ РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ

Интервью с Н.Л. Плешковой

Беседовала Юлия Смирнова, 01.10.2009

Наталья Леонидовна Леонидовна – старший преподаватель факультета психологии СПбГУ (специализация «Клиническая психология младенческого и раннего возраста»), психолог службы ранней помощи Центра интегративного воспитания ДООУ 41, эксперт по оценке взаимодействия детей и взрослых российско-американского проекта «Влияние изменения социального окружения на развитие детей раннего возраста», проводимого в домах ребенка Санкт-Петербурга, сертифицированный эксперт по использованию метода оценки привязанности у детей раннего возраста и их матерей. Участвовала в III саммите профессионалов «Успешные психологи: обмен опытом» в качестве ведущей мастер-класса «Отношения привязанности матери и ребенка и их влияние на последующее развитие личности».

Наталья Леонидовна, на III саммите профессионалов «Успешные психологи: обмен опытом» вы провели мастер-класс «Отношения привязанности матери и ребенка и их влияние на последующее развитие личности» и рассказали участникам о своем опыте. Вы также являетесь экспертом по использованию метода оценки привязанности у детей раннего возраста и их матерей. Расскажите, пожалуйста, о том, с чего начался ваш интерес к теории привязанности?

Во время обучения на факультете психологии СПбГУ я слушала курс лекций Р.Ж. Мухамедрахимова, посвященный теории привязанности. Мне показалось интересным, что уже к годовалому возрасту ребенка психологи могут увидеть, анализируя его поведение, как именно ребенок приспособился к общению со своей мамой. К этому времени у ребенка уже сформирован определенный тип привязанности и можно понять, каким будет его дальнейшее эмоциональное развитие. Когда я стала изучать теорию привязанности, я поняла, что это очень глубокое направление в психологии. Условия, в которых ребенок находится в раннем возрасте, очень важны в контексте всей его дальнейшей жизни, специалисту нужно учиться не один год, чтобы, работая с детьми, распознавать типы привязанности (их также называют паттернами привязанности) и, если это необходимо, оказывать психологическую помощь семье, благодаря которой небезопасные паттерны привязанности ребенка могут измениться. Это требует от психолога вдумчивого наблюдения, в том числе, и за собой.

Какие паттерны привязанности можно определить у ребенка в младенческом возрасте?

Давайте начнем издали. Термин «привязанность» описывает качество отношений матери и ребенка. Джон Боулби, создатель теории привязанности, выдвинул гипотезу, что поведение привязанности (сосание, плач, цепляние, улыбка, следование) активизируется в ситуациях, когда ребенок чувствует дискомфорт. Младенец демонстрирует матери свои потребности, чтобы она помогла ему удовлетворить их. Если мать интуитивно распознает потребность, которая стоит за поведением ребенка, и удовлетворяет ее, ребенок учится доверять матери. В дальнейшем он также будет обращаться к ней за поддержкой и утешением. Но если мать по каким-то причинам не может адекватно отреагировать на потребности ребенка, младенец получает опыт нечувствительности со стороны матери, поскольку она не может его утешить, в этом случае любой ребенок будет либо стараться успокоиться самостоятельно либо найти какой-то способ получить необходимую поддержку матери. У детей младенческого возраста встречаются такие способы совладания с дистрессом, как сдерживание плача или наоборот, его увеличение, усиление сигналов беспокойства, пассивность, некоторые соматические проявления.

Таким образом, чувствительность матери к сигналам ребенка является основой для формирования определенных паттернов привязанности. В 1978 году Мэри Айнсворт описала их в своей книге «Паттерны привязанности». Впоследствии теорию привязанности развивали ее ученики – Мэри Мэйн, Джудит Кассиди, Патриция Криттенден и другие. Я использую классификацию Мэри Айнсворт и Патриции Криттенден. Были выделены следующие группы паттернов привязанности: безопасный паттерн привязанности (отношений с матерью); паттерн привязанности избегающего вида и тревожно-сопротивляющегося (амбивалентного) вида. Также, согласно классификации П. Криттенден, у детей двенадцати месяцев можно наблюдать вынужденное заботливое и послушное поведение по отношению к матери и/или агрессивное и беспомощное поведение; Мэри Мэйн и ее коллеги относят такое поведение привязанности к дезорганизованному типу.

Мэри Айнсворт предложила метод «Незнакомая ситуация», который позволяет оценить качество отношений привязанности между матерью и ее ребенком. Суть метода в том, чтобы создать для ребенка условия легкого стресса, поскольку поведение привязанности у людей активизируется в стрессовых ситуациях. Стресс создается с помощью двух разлучений и двух воссоединений с матерью, а также кратковременного присутствия в комнате незнакомой женщины. На основании того, как ребенок себя ведет и какова динамика его поведения, психолог делает вывод о том, какой именно способ саморегуляции ребенок выбирает.

К сожалению, книга Мэри Айнсворт на русском языке не опубликована и тех российских психологов, которые интересуются ее теорией и методом, приходится отсылать к

англоязычным изданиям*. В России сейчас также нет возможности пройти специальное обучение по методике Мэри Аинсворт, я училась определять паттерны привязанности за рубежом, у Патриции Криттенден, которая развивает данную теорию и обучает методу.

Мэри Аинсворт изучила паттерны привязанности ребенка. Изучены ли ею также особенности поведения родителей, на которые ребенок реагирует, формируя определенный паттерн привязанности?

Да, особенности поведения родителей описаны в книге Аинсворт, а также в другой англоязычной литературе, посвященной теории привязанности. На русском языке в 2008 году вышла монография под редакцией Р.Ж. Мухамедрахимова «Эмоции и отношения человека на ранних этапах развития» (издательство СПбГУ). В ней представлены теоретические и экспериментальные исследования развития эмоций и отношений человека на ранних стадиях его развития. Там есть несколько моих статей и статья моей коллеги В.О. Аникиной, посвященные привязанности взрослых людей. В них мы рассказываем о том, какое поведение и реакции должны быть у матери, чтобы у ребенка сформировался тот или иной паттерн привязанности.

Роль помогающего специалиста, который может помочь семье оценить степень неблагополучия, является важной?

Несомненно. Не всем практикующим специалистам нужно быть экспертами по оценке паттернов привязанности, но, наверное, многим необходимо иметь информацию о том, какие признаки неблагополучия бывают и понимать, что за этими признаками скрывается определенная стратегия привязанности, которая влияет на поведение ребенка. На явные признаки неблагополучия (агрессивное поведение, постоянный плач и так далее), наверняка обратят внимание все. Но, например, беспорядочное дружелюбие, которое тоже является признаком психологического неблагополучия ребенка, может остаться незамеченным как родителями, так и многими специалистами-психологами. Беспорядочное дружелюбие свойственно детям, у которых можно выявить паттерн привязанности по оказанию родителям так называемой вынужденной заботы. Выявив признаки, свойственные этому паттерну, психолог может искать способы помощи семье.

Я считаю, что уметь определять признаки неблагополучия необходимо, но недостаточно. Оказание помощи – сложный процесс, который не сводится к тому, что психолог, заметив какое-то неблагополучие, должен сразу же бросаться родителям ребенка рассказывать, как это плохо и страшно. Ведь можно так предложить свою помощь, что ситуация только усугубится или родитель почувствует себя некомпетентным. Мне кажется, важно осознавать, что никто не виноват в том, что ребенок именно таким способом приспособился к общению со своей мамой и мама не виновата в том, что она такая.

Насколько в работе с маленькими детьми существенен фактор времени?

Фактор времени важен, мы в службе ранней помощи сталкиваемся с тем, что чаще всего обращаются с вопросами родители детей в возрасте от 1,5 - 2 лет, когда дети уже активно проявляют себя, и вопросы родителей касаются развития детей – их речи и познавательной сферы. Помимо задержки речевого развития или каких-то других проблем, с которыми обратился родитель, мы можем увидеть у ребенка признаки другого, скрытого неблагополучия, которое как раз и вызывает задержку речевого развития. Два года – это значительный возраст для человека, поскольку к двум годам ребенок уже имеет большой жизненный опыт, привычки, способы выражения себя, нежели когда ему полгода. Помочь двухлетнему бывает сложнее, чем шестимесячному, но это не значит, что помощь невозможна. Я хочу опять вернуться к тому, о чем говорила раньше: в первую очередь, помощь должна быть уместной и своевременной. Лучше работать с семьей, которая осознала и почувствовала, что есть трудности, когда ребенку два года, чем навязчиво пытаться «причинить помощь» семье, когда ребенку полгода. Исключения составляют случаи насильственного, грубого обращения с ребенком или психического заболевания родителя, когда действительно есть угроза здоровью (физическому и психическому) и жизни ребенка. Тогда нужно думать, как установить контакт с семьей, чтобы она смогла принять помощь. Но, если речь идет о среднестатистической семье, я предпочитаю работать с детьми более старшего возраста, потому что их родители часто более заинтересованы в сотрудничестве, в совместной работе со специалистом-психологом.

Раннее вмешательство – по отношению к ребенку или к родителям?

К семье в целом. В зависимости от трудностей ребенка можно использовать разные подходы, например, если мы имеем дело с ребенком с особыми потребностями, который нуждается в педагогической помощи, то помощь в данном случае будет направлена больше на работу с ребенком. Если трудности ребенка в большей степени связаны с психологическими аспектами, с эмоциональными трудностями, психолог, который работает в службе раннего вмешательства, будет концентрироваться на работе с родителями. Конечно, когда ребенок очень маленький, в фокусе внимания специалиста должен быть либо самый близкий ребенку взрослый, либо те способы, с помощью которых взрослый строит взаимоотношения с ребенком.

У детей в домах ребенка тоже формируются каким-то образом паттерны привязанности. Это изучено?

Мной и моим научным руководителем Р.Ж. Мухамедрахимовым это изучено до некоторой степени. К сожалению, в домах ребенка практически не встречаются паттерны, которые свидетельствуют о достаточно благополучном окружении. Если в семьях относительно безопасные паттерны привязанности имеют 50% детей, то в обычных домах ребенка

относительно безопасные паттерны вообще не встречаются. В Санкт-Петербурге есть два дома ребенка (№3 и №13), в которых, благодаря программе модернизации системы домов ребенка, разработанной сотрудниками факультета психологии СПбГУ (Р.Ж. Мухамедрахимовым, О.И Пальмовым), коллегами из университета Питтсбурга (США) К. Гроак и Р.МакКоллом, были изменены условия проживания детей. В настоящее время, благодаря персоналу этих учреждений, в них поддерживается атмосфера достаточной безопасности и отзывчивости к потребностям детей. В этих домах ребенка мы можем встретить относительно безопасные паттерны привязанности, но таких паттернов у детей из дома ребенка все равно будет меньше, чем в семьях, потому что даже самый хороший дом ребенка все-таки имеет свои ограничения. Больше узнать о том, что именно было сделано в домах ребенка можно, прочитав статью**, опубликованную в журнале «Дефектология».

Мне кажется, важно помнить о том, что некоторые дети и в семьях имеют ту же самую психологическую организацию, как и дети в домах ребенка. Я очень сильно не разделяю «семейных» детей и детей из домов ребенка, потому что и у тех, и у других на приеме часто можно увидеть одни и те же трудности. Семья для меня не является панацеей психологического благополучия. Сейчас я все больше прихожу в своей профессиональной позиции к тому, что чем жестче мы выбираем для себя какую-то канву, тем больше мы себя ограничиваем в понимании того, что же на самом деле происходит с родителями и с ребенком. Специалист, мне кажется, должен быть готов ко всему. Когда он допускает, что может встретиться с любой ситуацией, он будет лучше диагностировать. Соответственно, чем точнее он диагностирует реальные трудности, тем эффективнее он сможет оказать помощь.

Ребенок растет и меняется. Изучено ли то, как развивается тот или иной паттерн привязанности во времени?

За рубежом проводились лонгитюдные исследования, насколько мне известно, развитие ребенка в таких исследованиях прослеживалось до двадцати лет. У меня лично пока достаточно небольшая выборка: удалось наблюдать детей от раннего до дошкольного возраста. К счастью, ребенок растет и благодаря этому получает все больше возможностей приспособиться к своему окружению. Паттерны привязанности меняются, они могут развиваться в сторону сохранения базового паттерна, но так бывает не всегда. Некоторые дети в процессе развития обнаруживают, что стратегия вынужденной заботы им, конечно, помогает приспособиться в отношениях с мамой, но если они начинают еще и притворяться беспомощными, например, используя стратегию притворной беспомощности, то им удастся приспособиться еще лучше. Тогда в более старшем возрасте они могут изменить свой паттерн привязанности. Это возможно. Встречается и другой вариант – та ситуация, которую годовалый ребенок не мог разрешить благополучным способом, успешно им решается в три года. Есть примеры того, как ребенок, не имея безопасного паттерна привязанности, смог его обрести, став старше.

Вектор развития паттерна не всегда можно определить по симптомам. Например, если ребенок до года все время плачет, а потом становится более спокойным, это не обязательно значит, что он стал эмоционально благополучным. Психолог должен ответить на вопрос – как именно ребенок перестал плакать? Когда он не плачет, он в этот момент напряжен, не может играть, оцепенел, или, наоборот, занимает себя игрой и может открыто сказать о своих потребностях? Если ребенок напряжен, то такое «неплаканье» должно больше встревожить специалиста, чем открытый плач. Я бы старалась в данном случае понять – ребенок просто не плачет или он действительно успокоился? Это ведь разные вещи.

Насколько информация о паттернах привязанности может быть полезна психологам, которые работают со взрослыми людьми?

Существует метод «Интервью по привязанности у взрослых». Его разработала ученица Мэри Аинсворт – Мэри Мэйн. Специально составленные вопросы и способ анализа речи позволяют выявить определенный тип психологического функционирования и жизненной стратегии взрослого, аналогичный типу привязанности у ребенка. Анализ ответов взрослого на вопросы о детском опыте строится не только на том, что человек говорит, но и на том, как он говорит. Чтобы видеть стратегии привязанности у взрослого, научиться их осознавать и проводить такое интервью, необходимо пройти специализированное обучение, которое, к сожалению, невозможно в нашей стране. Специалисты, работающие со взрослыми, могут успешно пользоваться информацией о паттернах, но не для того, чтобы точно определить паттерн привязанности (без обучения это невозможно), а для того, чтобы заметить соответствующие маркеры (которые будут подобны тем, которые мы видим у ребенка). Например, если взрослый говорит о том, что у него было прекрасное детство, но не может вспомнить ни одного примера, скорее всего, он ненамеренно предоставляет ложную информацию. Любой профессионал может тренировать наблюдательность, присматриваясь к тому, как человек говорит. Ответ на вопрос «как?» зачастую дает больше информации, чем ответ на вопрос «почему?». Если специалист умеет видеть за словами еще что-то, он получает важную информацию. То, как взрослый отвечает на вопросы, как он участвует в интервью, является эквивалентом того, как ребенок ведет себя в незнакомой ситуации и можно проследить те же самые стратегии поведения. На этом основании было выдвинуто предположение, которое удалось подтвердить во многих исследованиях – стратегия, выработанная в раннем детстве, может сохраняться в течение жизни.

Стратегия, выработанная до года, является ведущей стратегией?

Иногда человек всю жизнь проживает, используя стратегию, приобретенную в раннем детстве. Она может меняться, если жизнь заставит человека обрести другие формы саморегуляции. Это может быть какое-то трагическое или, наоборот, счастливое событие. Например, если ребенка, который жил в детском доме, усыновили чувствительные и

доброжелательные люди, то было бы странно в изменившейся ситуации по-прежнему использовать те же самые модели поведения для саморегуляции. Но ситуации, которые заставляют изменить ведущую стратегию, как правило, случаются достаточно редко. Для изменений необходимо осознание того, что старая стратегия мешает и нужно попробовать что-то еще.

Специалист должен взять на себя ответственность за предоставление информации о паттернах в той форме, в которой клиент сможет ее усвоить. Это зависит от профессиональной позиции. Есть психологи, которые нормально относятся к тому, чтобы просто дать информацию или рассказать, как надо делать, как будто они лучше знают, что нужно клиенту. Я придерживаюсь другой позиции и стараюсь, если у меня возникают порывы учить клиента, осознать это и избегать подобных вмешательств. В этом случае клиент может, благодаря тому, что специалист не оказывал на него давления, не вынуждал принимать «правильные» решения, получить ценный опыт доверительного общения с другим человеком.

Есть такая ходячая народная мудрость: «если детство ребенка было счастливым, то потом, что бы с ребенком ни происходило в жизни, он будет психологически устойчив и успешно справится с возникающими трудностями». Вы согласны с ней?

Я думаю, да. Я заочно дискутирую с Патрицией Криттенден, отвечая на вопрос «кому эффективней удалось бы выжить в контрационном лагере – человеку, который имеет безопасный паттерн привязанности или человеку, который имеет паттерн вынужденной послушности»? Она считает, что в таких условиях больше шансов выжить имеет человек с паттерном вынужденной послушности, потому что там жизнь заставляет человека быть сдержанным, скрывать свои чувства и потребности. Но, на мой взгляд, человек, имеющий безопасный паттерн привязанности тоже мог бы эффективно выживать в подобных условиях, ведь он способен осознавать себя, свою позицию, потребности и чувства, при этом он может видеть, где уместно их выражать, а где это может быть опасно, в том числе и для жизни. Человек с безопасным паттерном привязанности может приспосабливаться к ситуации, быть гибким и осознанно менять свое поведение. Поэтому он также сможет успешно приспособиться к самым разным (и даже экстремальным!) условиям.

Ссылки:

- * Ainsworth M.D.S., Blehar M., Waters E., Wall S. Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation. Erlbaum.1978.
- ** Мухамедрахимов Р.Ж., Пальмов О.И, Никифорова Н.В., Гроак К.Я., МакКолл Р.Б.Изменение социального окружения в домах ребенка: программа раннего вмешательства//Дефектология, 2003. №4, С.44-53