

# Теория Боулби

---

Е.И. Николаева, профессор кафедры  
психологии и психофизиологии ребенка  
РГПУ им. А.И. Герцена

# привязанность

---

- То, как условия жизни ребенка в первые два года определяют форму отношений с родителями, описывает теория привязанности (attachment theory). Первоначально теория была предложена Джоном Боулби (Bowlby, 1969, 1973, 1980) в качестве альтернативы психоаналитической концепции.



- 
- В рамках психоанализа это раннее поведение описывается как инстинктивное. Боулби же хотел показать важность взаимного обучения. Изучая поведение детей, оставшихся без попечения родителей, он пытался объяснить их тревогу и формирование у них защитных механизмов в тех случаях, когда отношения со взрослыми не соответствовали потребностям детей. Эта теория оказала огромное влияние на понимание развития ребенка и была объявлена «одним и самых надежно спрятанных психологических секретов» (Karen, 1994).



- 
- Согласно Джону Боулби (Bowlby, 1980), между ребенком и ухаживающим за ним взрослым в первые два года формируются тесные отношения. Они строятся на взаимной направленности друг к другу: ребенок активно ищет контакта, а мать эмоционально отвечает на него. Это поведение биологически обусловлено и эволюционно оправдано, поскольку в первые дни после рождения ребенок должен найти того, кто будет защищать и оберегать его.



- 
- Именно поэтому в первые часы после появления на свет он бодрствует существенно больше, чем позднее. Он предпочитает запах материнского молока другим запахам и чаще фиксирует взгляд на лице матери (Батуев и др, 2007).
-

- 
- Этого человека Боулби назвал «фигурой первичной привязанности». Важным положением теории является то, что ребенок не может формировать бесконечное число связей с разными людьми. Каждая связь требует от него активности, а ресурс у него небольшой. Любой разрыв отношений будет восприниматься болезненно и сужать возможности для дальнейшего формирования связей. Более того, тип отношений, которые он сформировала с близкими, потом будет лежать в основе всех последующих взаимоотношений.
-

- 
- Внутренняя рабочая модель – комплекс связей между сигналами, идущими от взрослого, и реакциями новорожденного, и наоборот. Младенцы неосознанно придают значение объектам их социального мира, ориентируясь на поведение взрослых и контекста, в котором эти взаимодействия с ними случаются.
-

- 
- Внутренняя рабочая модель позволяет ребенку создавать ряд ожиданий о причинах и последствиях текущих взаимодействий, а затем и о тех, которые будут переживаться в будущем (Bowlby, 1980). Она включает сначала эмоции относительно «фигуры привязанности», а потом и формирующиеся постепенно представления и мысли.
-

- 
- Ребенок, всматриваясь во взрослого, как в зеркало, познает себя. Именно поэтому во внутренней рабочей модели представление о себе является дополнительным от представления о фигуре первичной привязанности.



- 
- Таким образом, дети биологически предрасположены к исследованию ближайшего пространства и поиску близости со взрослым, ухаживающим за ними, что позволяет выживать и становится частью сообщества, в котором ребенок рожден. Для этого у них есть врожденная способность создавать систему привязанности – систему поиска цели (фигуры первичной привязанности), а затем контроля и коррекции взаимодействия с ней (Bretherton, 1985).
-

- 
- На протяжении всего первого года жизни малыш производит активный поиск защиты, прежде всего при стрессовых ситуациях или когда слаб и устал. Тогда его реакции направляются к «фигурам первичной привязанности», которыми в норме становятся мать или отец. Каждое взаимодействие запечатлевается в психике в виде ментального прототипа, на основе которого создается «внутренняя рабочая модель» взаимодействий с окружением (Bowlby, 1980).
-

- 
- диапазоне изменений реальности, себя самого и своих взаимодействий с другими (Main, 1991). Выбор слов в понятии «внутренняя рабочая модель» не случаен и подчеркивает факт, что представления ребенка о взаимосвязях являются активными (рабочий компонент) и постоянно конструируются в процессе развития (модельный компонент), так что модели, сформированные в младенчестве, позднее реконструируются на более высоких уровнях сложности (Bretherton, 1985). Эти представления находятся на неосознаваемом уровне, но
-

- 
- оказывают влияние на мысли и поведение на уровне сознания. Следовательно, внутренняя рабочая модель отражает генетическую потребность придавать значение и запоминать действие, реципрочно (взаимно обратное соответствие) связанное с фигурами первичной привязанности (Kegan, 1982). Младенцы придают значимость разным объектам их социального мира исходя из того, как родители относятся к этим объектам, более того, они и себе придают значимость на основе отношения к ним родителей.
-

- 
- Взаимосвязь со значимыми для ребенка людьми меняется в зависимости от контекста и фиксируется в виде внутренней рабочей модели – постоянно эволюционирующей внутренней картины социального пространства ребенка. Внутренняя рабочая модель является сущностным компонентом системы взаимной привязанности и информирует ребенка о собственной идентичности, а также о месте нахождения и доступности фигуры первичной привязанности (Bowlby, 1973; Main, 1991).
-

- 
- Она включает как эмоциональные элементы (из-за сильной связи с фигурой привязанности), так и познавательные компоненты, на основе которых в дальнейшем будут возникать представления о социальном окружении, о себе самом и собственной идентичности (Bowlby, 1980).
-

- 
- позднее она ляжет у дошкольников в основу модели психического (theory of mind) и развития метакогнитивного осознания (Main, 1991). Русский перевод английского термина «theory of mind» - модель психического - предложила Е.А. Сергиенко (2007). Он обозначает детское представление том, как и почему мыслят они сами, и как и почему действуют окружающие их люди. Это тоже внутренняя модель. Возможно, она есть продолжение внутренней рабочей модели или внутренняя рабочая модель лежит в основе модели психического.
-

- 
- Ее никто не переводит в слова, то есть ни дети, ни взрослые никогда не говорят себе: «Я буду поступать так-то потому-то или потому-то». И мы не думаем: «Тот человек поступил так-то потому-то». Просто нечто проносится в голове, и мы решаем, как нам поступать. По-видимому, некоторые психологи вербализуют собственную модель психического, тогда они становятся теориями личности и помещаются в учебники. Большинство же никогда не переводит эти знания об устройстве процесса понимания других людей в слова, хотя их опыт общения может привести к созданию более точной модели причинности поведения людей, чем те, что приводятся в учебниках. Слова не могут передать всю суть чувственного переживания человека.
-

- 
- Чем точнее такая модель, тем адекватнее поведение человека в тех или иных социальных контекстах. Она создается у каждого приблизительно в возрасте от 3 до 6 лет. Параллельно ей формируется и метакогнитивное осознание, то есть способность думать о собственном думании и отслеживать свои мысли. До появления таких метакогнитивных способностей, младенец и маленький ребенок не могут углубляться в себя, и у них нет способности обзирать эти внутренние представления, в том числе о фигурах первичной привязанности и себе самих.
-

- 
- В оптимальных условиях фигура(ы) первичной привязанности (мать и отец) физически и психологически доступны и крайне чувствительны к нуждам ребенка (Main, Hesse, 1992). Основная функция фигуры первичной привязанности по Боулби не в удовлетворении потребности в любви, как в классическом психоанализе, и не в удовлетворении физических потребностей ребенка, как в бихевиоризме, а в обеспечении защиты и безопасности (Смирнова, 1995).
-

- 
- Именно поэтому эффективная привязанность обеспечивает ребенку инициативу, развитие исследовательского поведения и стремления к познанию. На основе взаимодействия с близкими ребенок формирует защитную базу, объясняющую мир как безопасный (Ainsworth, Marvin, 1995), и чувство идентичности с объектом первичной привязанности (Bretherton, 1991).
-

- 
- Чувство идентичности – ощущение принадлежности роду, клану, семье («Вырастешь и станешь как папа»). Из него формируется система Я ребенка. На него будет опираться он в кризисные моменты формирования своей личности. Создавая себя, он будет отталкиваться от этих фигур. То есть поведение людей, с которыми ребенок себя идентифицирует (фигуры первичной привязанности) в момент кризиса позволят ребенку понять границы собственных возможностей.
-

- 
- Что такое кризис? Ребенок развивается, впитывая в себя оценки близких и их поведение как образцовое. Но в определенный момент, достаточно освоив их, он их проверяет, сопротивляясь уже освоенному. В трехлетнем возрасте, например, ребенок активно отказывается от того, что так спокойно принимал ранее. Если раньше он принимал, что мама делает что-то, то теперь он хочет делать это сам. Он как бы проверяет диапазон допустимого, ориентируясь на реакции взрослых. Определив его, он вновь уже на уровне расширенных возможностей усваивает далее стереотипы взрослых
-

- 
- Следовательно, если нет фигуры первичной привязанности и отсутствует идентичность с ней, это приведет к ослаблению кризисных ситуаций при развитии личности и более медленном и упрощенном личностном формировании.
-

- 
- Ребенок генетически может создать не более десятка привязанности, и среди них возникает иерархическая организация, когда отношения с мамой и папой становятся наиболее значимыми, а с бабушкой – менее (или наоборот, если воспитанием занимается бабушка) (Holmes, 1993). Число этих привязанностей не может быть бесконечным, так же как существует ограничение числа эмоциональных интенсивных взаимодействий в естественных условиях, требующих отдачи и соответствующего ресурса. Каждое взаимодействие с конкретным человеком ведет к созданию отдельной внутренней рабочей модели, которые конструируется независимо, что доказано эмпирическими исследованиями (Fox e.a., 1991; Howes, Hamilton, 1992).
-

- 
- Привязанности изменяются во времени, поэтому сейчас существуют различные способы деления на стадии. Вот один из них:
  - Первые 6 месяцев называют стадией недифференцированных привязанностей. В это время младенцы узнают и выделяют мать из окружающих взрослых, но могут спокойно находиться на руках незнакомого взрослого. Следовательно, на этой стадии малыш адресует свои эмоции любому человеку. Он с удовольствием следит глазами и улыбается всякому, кто к нему подходит.
-

- 
- Стадия специфических привязанностей (7 – 9 мес.) начинается тогда, когда ребенок отказывается идти на руки к незнакомому взрослому и активно протестует, когда мать уходит.
-

- 
- Стадия множественных привязанностей (11 – 18 мес.) начинается, когда ребенок, используя мать в качестве «надежной базы» для своих исследовательских действий, проявляет любопытство и формирует привязанности с другими близкими людьми. В это время он уже начинает самостоятельно передвигаться. Но, удаляясь от фигуры первичной привязанности на некоторое расстояние, он постоянно держит ее присутствие под контролем и регулярно возвращается к ней.
-

- 
- Еще одну классификацию стадий развертывания привязанности предлагает Д. Штерн (Stern, 1985). Согласно его представлениям, в первые два месяца, ребенок выделяет себя и фигуру первичной привязанности. На основе этих ощущений возникает чувство себя и своего тела. Начиная со 2 до 9 месяца у него складывается чувство «внутреннего Я», которое формируется через восприятие Другого.
-

- 
- Ребенок воспринимает себя следующим образом: «Я – тот, кого обнимают», «Я – тот, на кого редко смотрят». Очевидно, что ребенок не произносит таких слов, но он воспринимает себя через отношение к нему взрослых. На третьем этапе (до полутора лет) возникает чувство своей субъективности, то есть отделенности себя от фигуры первичной привязанности. Четвертый этап связан со становлением речи, на основе которой понимание себя и других резко ускоряется. Возникает чувство «Словесного Я» и словесных отношений с окружающими.
-

- 
- Оказывается, что если ребенок ощущает безопасную привязанность от обоих родителей, то в подростковом возрасте окружающие будут оценивать его как социально компетентного. Если у девочки есть безопасная привязанность с отцом, то она менее агрессивна, чем ее менее счастливые сверстницы. Матери формируют с детьми более безопасные привязанности по сравнению с отцами. Восприятие собственного достоинства опосредуется привязанностью и социальной компетенцией (Booth-Laforce e.a., 2007).
-

- 
- Оказывается, что если ребенок ощущает безопасную привязанность от обоих родителей, то в подростковом возрасте окружающие будут оценивать его как социально компетентного. Если у девочки есть безопасная привязанность с отцом, то она менее агрессивна, чем ее менее счастливые сверстницы. Матери формируют с детьми более безопасные привязанности по сравнению с отцами. Восприятие собственного достоинства опосредуется привязанностью и социальной компетенцией (Booth-Laforce e.a., 2007).
-

- 
- Достоинством теории привязанности является то, что она активно включает другие подходы. Для объяснения взаимодействия ребенка с фигурой привязанности используются представления теории научения, объясняющей фиксацию у ребенка многих реакций тем, что взрослые подкрепляют их усиливая внимание к нему. При этом берутся элементы культурно-исторической теории Л.С. Выготского, поскольку помогающее поведение матери описывается как построение зоны ближайшего развития. Для описания интеллектуального роста ребенка Боулби опирается на представление о сенсомоторных схемах Ж. Пиаже (Смирнова, Радева, 1999).
-