

УДК: 159.922

**ТЕОРИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ ДЖОНА БОУЛБИ КАК ОСНОВА  
ФОРМИРОВАНИЯ ГАРМОНИЧНЫХ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ  
ОТНОШЕНИЙ**  
**THE ATTACHMENT THEORY OF JOHN BOWLBY AS A BASIS FOR  
THE FORMATION OF A HARMONIOUS PARENT-CHILD  
RELATIONSHIP**

*Корнакова Е.М.*

*Алтайский государственный университет, Барнаул, Россия,  
e-mail: ek.ozon@mail.ru*

*Kornakova E.M.*

*Altai State University, Barnaul, Russia,  
e-mail: ek.ozon@mail.ru*

В статье рассматриваются вопросы, касающиеся понятия привязанности как наличия тесной эмоциональной связи между матерью и ребёнком в раннем возрасте. Проанализированы нарушения привязанности и их влияние на психическое развитие. Даны рекомендации по формированию надёжного типа привязанности.

The article discusses issues related to the concept of attachment as a strong emotional connection between mother and child at an early age. Analyzed disorders of attachment and their influence on the mental development. Recommendations on the establishment of a reliable type of attachment.

**Ключевые слова:** материнство, младенчество, привязанность

**Keywords:** motherhood, infancy, attachment

В современном обществе, когда остро стоят вопросы преступности, безнравственности, низкого уровня духовности, много говорят о том, что меняется моральный облик современного человека, утрачиваются те ценности и приоритеты, которые были присуще людям несколько поколений назад. Безусловно, тому найдётся великое множество причин, и каждая из них будет по-своему весома. В данной статье мне бы хотелось сделать акцент на том, что основные личностные структуры, задающие направление всей жизнедеятельности человека, закладываются в самом раннем возрасте. Согласно теории привязанности, в период от рождения до трёх лет между матерью и ребёнком формируется особый тип тесной эмоциональной связи, которую он как раз и называет привязанностью. И характер этих первичных

отношений ребёнка в дальнейшем определяет его отношение в целом к миру и окружающим. В свете этого проблематика исследования привязанности матери ребёнка видится весьма актуальной, так как в большинстве случаев в современных семьях, когда зачастую молодые женщины нацелены на карьерный и личностный рост, уделяется мало внимания сплоченности матери и ребёнка. Редкая женщина находится в непосредственном тесном контакте со своим ребёнком до трёхлетнего возраста, перекладывая часть ответственности за него на бабушек, няню, или дошкольные образовательные учреждения. Вместе с тем, нарушение формирования благоприятного типа привязанности порождает проблемы в воспитании детей, деструкции личности, трудности в построении межличностных отношений, и как следствие препятствует эффективной и гармоничной жизнедеятельности.

Основоположник теории привязанности, английский психолог Джон Боулби, изучая воспитанников детских домов, обнаружил, что такие дети часто страдают различными эмоциональными проблемами, включая неспособность установить близкие и продолжительные отношения с окружающими. Он предположил, что данная закономерность наблюдается вследствие того, что такие дети были лишены возможности крепко привязаться к материнской фигуре на раннем этапе жизнедеятельности. Это привело ученого к мысли, что для понимания развития человека в целом нужно в первую очередь изучать связь в диаде «мать – ребёнок». В процессе анализа этой связи он обратился к науке, изучающей генетически обусловленное поведение – этологии – и установил, что в первобытном обществе нахождение ребёнка в непосредственной близости к матери являлось жизненно необходимым, обеспечивало защиту, без которой он просто бы погиб. Для обеспечения этой близости, или другими словами привязанности, у детей развились особые привязывающие модели поведения – жесты и сигналы, которые на каждом этапе онтогенеза по своему обеспечивают и поддерживают близость материнской фигуры. На основании

проанализированного материала Дж. Боулби выделил четыре фазы привязанности, которые наблюдаются в поведении на самом раннем этапе развития человека и по сей день. Каждая фаза обладает уникальностью, они постепенно сменяют друг друга, и каждая последующая фаза расширяет и дополняет набор действий ребёнка.

Первая фаза начинается с момента рождения и длится до трёх месяцев, характеризуется неразборчивой реакцией на людей одними и теми же базовыми способами. Основные привязывающие действия – плач, так называемое гуление, улыбка, контакт глаз. Вторая фаза, длящаяся с трёх до шести месяцев, характеризуется более избирательным социальным реагированием, выражающееся, например, в том, что гуление наблюдается чаще в присутствии знакомых людей, плач намного быстрее успокаивает предпочитаемая фигура, чаще всего материнская. Характерным привязывающим действием этого периода является цепляние, которое выражается в желании тянуться и хвататься за различные части тела объект привязанности. Третья фаза длится в период от полугода до трёх лет, характеризуется как интенсивная привязанность и активный поиск близости. Плач становится наиболее целенаправленным, чаще всего адресованный непосредственно к матери в самых различных ситуациях. Например, когда мать покидает комнату, малыш может громко заплакать, демонстрируя тревогу, и прекратить плач сразу же по её возвращению, издавая при этом радостные звуки. В данный период дети научаются самостоятельно передвигаться, что позволяет им активно следовать за объектом привязанности. К окончанию первого года жизни у ребёнка формируется общая модель объекта привязанности, которая определяет характер их взаимоотношений, то есть у него на основе повседневных интеракций складывается общее представление о доступности и отзывчивости родителя. Четвёртая, завершающая стадия, длится с трёх лет до окончания детства и характеризуется партнёрскими отношениями между ребёнком и тем

человеком, с которым сформировалась привязанность. То есть даже если ребёнок был лишён возможности непосредственного контакта с матерью, но был опекун, который полноценно её заменял, то привязанность считается благоприятно сформированной.

В теории Джона Боулби рассматривается то, какой вклад вносит ребёнок в формирование привязанности, но очевидно, что этот процесс в большой степени зависит от того, как мать относится к своему ребёнку. Поскольку изначально дети обладают строго ограниченным набором способов к взаимодействию, то есть могут только подавать сигналы о своём состоянии посредством плача, улыбки и лепета, а мать имеет возможность совершенно по-разному на них реагировать, то именно от её действий зависит характер сформировавшейся привязанности.

Дети начинают взаимодействовать с матерью таким же способом, каким взаимодействует с ним мать. То есть ребёнок принимает тот тип привязанности, который транслирует ему родитель. Формирование того или иного типа привязанности в отношениях пары мать – дитя оказывает влияние на всю дальнейшую жизнедеятельность посредством того, что в условиях различных типов привязанности по-разному формируется психика. Различные виды привязанности существенным образом влияют на развитие ребёнка, на формирование его взаимоотношений с миром и людьми, сформированный тип привязанности между ребёнком и родителем (или лицом его заменяющим) сохраняется в течении всей жизни, незначительно претерпевая изменения.

Первым, кто выделил типы привязанностей, была Мэри Эйнсворт. Она описала три вида. Надёжный (безопасный), избегающий (тревожно – тормозимый), амбивалентный (тревожно – агрессивный). Самым благоприятным является надёжный тип привязанности, он соответствует оптимальному ходу развития, когда родитель с готовностью и радостью откликается на привязывающие действия ребёнка, находится с ним в тесном

эмоциональном контакте. В условиях его наличия формируются близкие, доверительные, партнёрские отношения с окружающими. Такие люди общительны, инициативны, доброжелательны, отзывчивы. Оптимистичны, легче переносят жизненные трудности, менее подвержены депрессиям и психическим расстройствам. Избегающий тип привязанности наблюдается при дистанцировании матери от потребности ребёнка в эмоциональной близости, выполнение действий по уходу за ним на механистическом уровне – покормить, помыть, переодеть, лишая его искренней любви и заботы. Люди, имевшие избегающий тип привязанности, избегают близких отношений, в общении испытывают дискомфорт и незащищённость. Эмоционально гипоактивны. Они застенчивы, закрыты. Часто погружаются с головой в работу или учёбу, достигая при этом хороших результатов и успеха, но такая высокая работоспособность и самоотдача выражают защитное поведение, способствующее их самоизоляции. Амбивалентный тип формируется при нестабильном поведении матери – эмоциональная теплота, любовь и забота чередуются с периодами холодности, отстранённости, а временами агрессивности и отвержения. Зачастую ребёнок просто не знает, какой реакции ждать от матери в тот или иной ситуации. Дети, имевшие данный тип привязанности с материнской фигурой, характеризуются неуверенностью и тревожностью, обидчивостью, склонностью гневно выражать свои чувства. В отношениях с людьми гиперэмоциональны, зависимы, слишком «цепляются» за объект внимания. Их поведение основано на эмоциональности, зачастую лишено здравого смысла, застенчивость чередуется с агрессией.

Исходя из вышеизложенного, становится совершенно ясным то, что младенчество – самый важный период в жизни человека, закладывающий основу всей дальнейшей жизнедеятельности. Правильно организовав свои отношения с ребёнком, создав надёжный тип привязанности, родители помогут формированию гармоничной и полноценной личности. Как

известно, установление типа привязанности есть четырёхфазный процесс, и, следовательно, действия матери в каждую из этих фаз имеют различия. Так как привязанность – это форма эмоциональной взаимосвязи, основанная на удовлетворении взрослыми формирующейся потребности ребёнка в безопасности и любви, то первоочередная обязанность матери подарить малышу чувство защищённости и осознания того, что его любят. И задача мамы всё это ему обеспечить, относясь очень внимательно к любым, даже самым минимальным сигналам ребёнка. Крайне важны не просто действия по удовлетворению биологических потребностей ребёнка в тепле, пище и безопасности, а именно эмоциональная готовность мамы удовлетворять все потребности малыша. В свете этого очень важно брать ребёнка на руки, обнимать, целовать его. В трёх– шести- месячном возрасте потребность ребёнка в присутствии рядом именно объекта привязанности возрастает, важно чтобы мама находилась рядом, в зоне видимости малыша. Очень важным моментом в установление тесной эмоциональной связи является грудное вскармливание, которое способствует максимальной степени единства матери и ребёнка. Но даже при искусственном вскармливании мама может компенсировать это, если будет кормит ребёнка в хорошем настроении, с позитивными мыслями о нём, держа малыша при этом на руках, ласково поглаживая. В период от шести месяцев до трёх лет потребность в тесном физическом контакте сохраняется, детям также важно осознавать что мама всегда рядом, в случае необходимости поможет, поддержит, защитит. Если ребёнок просит внимания, желает поиграть с матерью или просто пообщаться, важно отвечать на его призыв, чтобы сформировать осознание о её эмоциональной доступности. Важно разделять чувства ребёнка как главного инициатора детско-материнского общения. После трёх лет и до окончания детства ребёнку уже не столь важно непосредственное присутствие родителя, но для поддержания надёжной привязанности ребёнок должен быть уверен, что мама всегда и в любой

ситуации точно поддержит и поможет. Это возможно достичь только в том случае, если на протяжении предыдущих трёх этапов формирования привязанности мама терпеливо относилась к потребностям, а иногда и просто капризам ребёнка, проявляла любовь, заботу, понимание, поддержку, дарила ощущение безопасности и душевного комфорта.

Таким образом, наиболее важный фактор для формирования надежной привязанности – эмоциональная доступность мамы, ее отзывчивость, способность откликаться на сигналы малыша, устанавливать с ним зрительный контакт, синхронизировать действия, вести диалог. Такая эмоциональная связь дает чувство безопасности. Если ребёнок получает достаточно тепла и заботы родителей, когда нуждается в ней, то у него развивается чувство собственной ценности, вера в доброжелательность и отзывчивость окружающих, формируются благоприятные взаимоотношения с окружающими во взрослой жизни, он получает положительный опыт для своего родительского поведения в будущем. Интеллектуальное и эмоциональное развитие ребенка будет протекать более гармонично, снижается риск задержки психического развития, что в целом способствует формированию эффективно функционирующей личности.

#### **Список литературы:**

1. Авдеева, Н.Н. Особенности материнского отношения и привязанность ребёнка к матери / Н.Н. Авдеева // Психологическая наука и образование. – 2006 г. - № 2. – с. 82 – 92.
2. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби. - М.: Гардарика.- 2003. - 477 с.
3. Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби. - М.: Академический проект. - 2004. — 232 с.

4. Николаева, Л.И. Привязанность как психологическая категория. Поведение родителей и развитие ребёнка / Л.И. Николаева // Народное образование. – 2012г. - № 6. – с. 221 – 228.