

## **Формирование привязанности у ребенка. «Дорожная карта» развития.**

### **1. Беременность.**

Во время беременности мать и ребенок связаны между собой физиологически. Роды – первый кризис сепарации ребенка от матери.

### **2. Развитие ребенка от рождения до 1 года.**

Новорожденный ребенок абсолютно неприспособлен к жизни. Все в действиях и реакциях ребенка в первую очередь обусловлено биологически, чтобы обеспечить ему возможность выжить и развиваться, это программа выживания ребенка.

Родившись, ребенок фактически не отделяется от матери, а остается «по ту сторону живота». Связь с матерью поддерживается посредством грудного вскармливания, контакта глаз, тактильного контакта.

Традиция материнского месяца: в первый месяц жизни ребенка для матери важно как можно больше времени проводить с ним в непосредственном контакте. В выполнении домашних дел можно прибегнуть к помощи родственников.

*Как себя ведут взрослые в присутствии ребенка?*

«Позитивное отзеркаливание» - обращать внимание на ребенка, улыбаться ему, реагировать на его действия, поощрять, поддерживать, называть его действия. В результате такого поведения у ребенка к концу первого года жизни формируется **базовое доверие к миру**, установка «я существую и это хорошо», ощущение легитимности своего существования.

*Пример. В ходе одного из исследований, матерей – отказниц просили проведя новорожденным ребенком первую неделю его жизни, и только потом оставлять его. В результате во взрослом возрасте у таких детей IQ был на 10 пунктов выше, чем у детей, с самого рождения находившихся без матери.*

В течение первого года жизни психика матери «делает» психику ребенка через ряд воздействий. Ребенок наблюдает за поведением матери и близкого круга взрослых (6-7 человек), изучает их эмоции, их поведение, реакции. Таким образом, у ребенка закладывается **способность к эмпатии**, способность разбираться в эмоциях и реакциях людей, сопереживание. В детском доме меняются воспитатели, меняются лица. У ребенка нет возможности присмотреться и глубоко изучить их реакции. Поэтому снижена и эмпатия, и вследствие этого возможны трудности во взаимодействии, установлении дружеских отношений.

В период в 6 до 12 месяцев, когда ребенок «слезает с рук» и начинает самостоятельно передвигаться, он начинает «стесняться» («боязнь семимесячных»). Это очень разумное поведение ребенка, ограничивающее зону его комфорта и обеспечивающее его безопасность. Если раньше ребенка можно было передать на руки другому человеку, то с этого момента важно, чтобы он «не уполз» за незнакомым человеком.

### **3. Развитие ребенка от 1 года до 3 лет.**

*Говоря о привязанности, стоит понимать цену вопроса. Существует точка зрения, что ребенку из детского дома, «скучно», «грустно», «его надо подбодрить, развеселить и не давать ему думать о плохом». Привязанность для ребенка – субъективное ощущение безопасности рядом с объектом привязанности. Когда эта связь нарушается, для ребенка это ощущение витального ужаса, страха за свою жизнь. Это не про чувства, это вопрос жизни и смерти.*

*Развитие ребенка происходит не тогда, когда его «развивают», а тогда, когда ребенок в безопасности, в покое. Если привязанность нарушена, вызванное этим состояние тревоги – очень энергоемкий процесс, сил на развитие просто не остается.*

В этом возрасте должны сформироваться следующие стратегии: поведение следования и стратегия возвращения.

**Поведение следования** – это привязанность, связь с родителем «на расстоянии». Это сложная операция для ребенка. Он должен следить за родителем, контролировать свои

передвижения, удерживать определенное расстояние между собой и родителем. Стремление вести себя таким образом появляется раньше, чем возможность его реализовывать. Ребенок может еще недостаточно хорошо ходить и не всегда успевать за родителем. В таком случае он подает естественный сигнал о том, что его ощущение безопасности нарушено, - это плач. Для родителей в этот момент важно вести себя соответствующим образом: не воспитывать его, не пытаться обесценить произошедшее, нужно «восстановить связь», привязанность – вернуться к ребенку и, взяв его за руку, продолжить движение. Когда ребенок снова почувствует себя в безопасности, он сам отделится.

**Стратегия возвращения** должна сформироваться на втором году жизни ребенка.

*Пример. Когда ребенок играет, открывая и закрывая дверцу шкафа, он может прищемить себе палец. Ребенок в семье ведет себя следующим образом: он плачет и начинает двигаться к родителям. Родители в свою очередь подходят к ребенку, успокаивают и обнимают. Таким образом также «восстанавливается связь» и ощущение безопасности у ребенка. После этого он возвращается к прежней игре и продолжает познавательную деятельность. Ребенок из детского дома такую стратегию не использует. Он будет просто плакать «в пространство» и не будет обращаться к взрослым (воспитателям) даже если они находятся рядом.*

Таким образом, стратегия возвращения – это понимание ребенком того, что в затруднительной ситуации, когда его ощущение безопасности нарушено, он может обратиться за помощью к близкому взрослому, и действия взрослого будут направлены на поддержку и восстановление привязанности.

К 3 годам у ребенка накапливается большой багаж умений и навыков: способность к коммуникации, возможность объяснить «что мне надо», элементарные навыки самообслуживания, манипуляция предметами. Эти навыки являются базовыми, жизненно важными и обеспечивают возможность дальнейшего развития. Их освоение далось ребенку путем многократных проб и ошибок, неудач, падений. Взрослый не может продолжать действовать и продолжать познавательную активность после такого количества неудач. Ребенку такую возможность обеспечивает стратегия возвращения.

В 3 года объем накопленных умений побуждает ребенка отделиться от родителя и направиться «в поле». В это время происходит крах позиции «я хочу – мне дали». Вместо прямого удовлетворения всех запросов ребенка, родители начинают пытаться разъяснить ситуацию, отложить выполнение запроса, отказать «за ненадобностью». Для ребенка такое положение вещей непонятно, абсурдно, расценивается как «мама сломалась». Это предпосылки для кризиса 3 лет, характерные реплики ребенка «нет» и «я сам».

В кризисе 3 лет между ребенком и родителем происходит отработка навыков и стратегий эффективного поведения в конфликтной ситуации. Для родителей важно демонстрировать гибкость поведения и разнообразные стратегии в зависимости от ситуации. Также не стоит проявлять страх детских сцен, истерик. Для ребенка «если мама меня боится, значит она ненадежна и не может защитить», происходит своеобразное «увольнение» с роли родителя.

#### **4. Развитие ребенка с 4 до 7 лет.**

Это спокойный период дошкольного детства. Ребенок чувствительный, открытый, склонен к фантазированию, верит в сказочных персонажей, может придумывать «невидимых друзей».

В этом возрасте возможны манипуляции со стороны родителей в отношении ребенка.

До этого возраста дети могли только пользоваться привязанностью, теперь они могут и понимать ее, «отдавать». Дети начинают делать родителям сюрпризы и подарки, говорить о своих чувствах к ним.

Начиная с этого периода, у детей может проявляться парентификация – это ситуация, когда ребенок занимает позицию родителя по отношению к собственному родителю, а тот, в свою очередь, берет на себя роль ребенка.

У детей уже сформированы следующие стратегии поведения: самостоятельное удержание контакта (речевое и физическое), обращение за помощью, копирование поведения взрослых, ожидание одобрения, осознание привязанности и начало ее проявления, демонстрация заботы.

Для формирования привязанности особенно важно появление двух способностей: умения обобщать и способности к транспонированию (перенос смысла). Умение обобщать позволяет в будущем сформировать в голове ребенка обобщенный образ родителя, «внутреннего родителя» (образ того, каким родитель должен быть). Способность к транспонированию дает возможность переносить привязанность на других лиц. Например, воспитатель «заменяет маму» на время пребывания в садике и обеспечивает необходимое ощущение безопасности. В будущем это позволит налаживать отношения привязанности в отношениях с противоположным полом и при создании собственной семьи.

Таким образом, в возрасте 4-7 лет закладываются предпосылки и возможность для сохранения привязанности не только в пространстве (на расстоянии) и во времени (образ родителя, который всегда с ребенком).

### **5. Развитие ребенка в возрасте 7 – 12 лет.**

К этому возрасту ребенок «почти готов», происходит его «дозревание».

В этом возрасте у ребенка должна появиться **фигура наставника**. В разных культурах к ребенку «приставляли» таких помощников в воспитании (например, кунак, «дядька», гувернер). Наставник, в отличие от родителя, должен давать подопечному **«реалистичное отзеркаливание»**. В это же время родитель должен сохранить функцию «позитивного отзеркаливания».

В наше время позиция наставничества часто выпадает совсем, либо в этой роли оказывается человек, не готовый к выполнению возложенной функции. Часто эту роль занимает первый учитель – человек, который зачастую не хочет играть эту роль, не пользуется авторитетом и уважением у ребенка, не вызывает желания стать на себя похожим. В этом случае функцию «реалистичного отзеркаливания» принимает на себя родитель, при этом переходя от «позитивного отзеркаливания» к критике и воспитанию, фактически переставая быть источником поощрения, одобрения и безусловной поддержки для ребенка. У ребенка эта ситуация вызывает непонимание происходящего, поведение родителя воспринимается как издевка, все это может вызвать регрессию в поведении ребенка (поведение, свойственное более младшему возрасту) и дальнейшее растущее недовольство родителя. Так ситуация может превратиться в замкнутый круг.

### **6. Развитие ребенка в подростковом возрасте.**

В подростковом возрасте должна произойти естественная природная сепарация ребенка от родителя. Привязанность «завершает свою работу» и зависимость от родителя должна заканчиваться. При этом стоит учитывать, при наступлении фактической физической зрелости (14-15 лет), социальная зрелость еще не достигнута.

Подростковый возраст – «непонятный», связан с искусственным ограничением возможностей. Как дети, так и родители «жульничают», пользуются двойными стандартами («Мал еще так с матерью разговаривать, большой уже – сам приготовишь обед», «Не лезьте в мою жизнь, дайте денег, я сам решу, как мне жить»).

При взаимодействии с кровным ребенком в этом возрасте помогают эмоциональные связи, приобретенные с годами «тонкие струны» влияния и воздействия. С приемным ребенком может не быть таких возможностей. Здесь очень важен авторитет родителя в глазах ребенка. Если возникает ситуация, когда авторитет родителя подвергается сомнению извне (контроль органов опеки, замечания со стороны администрации школы, замечания и недоверие со стороны других родственников и т.д.), взаимодействие с ребенком и возможности воспитательного воздействия на него могут быть серьезно подорваны.

Результатом прохождения ребенком всей «дорожной карты» развития является формирование устойчивого образа «внутреннего родителя» - это возможность сохранения и использования привязанности, не существующей в реальном времени и пространстве.

## Нарушения привязанности.

«Дорожная карта» развития привязанности может быть разрушена обстоятельствами, зависящими от родителей (например, развод, отказ) или напрямую от них не зависящими (например, смерть родителя). При этом ребенок теряет субъективное ощущение безопасности.

Возможны несколько вариантов нарушения привязанности:

1. Потеря (смерть родителя, постоянно прерывающаяся привязанность).
2. Депривация (ребенка оставили в роддоме и привязанность не начала формироваться).
3. Пренебрежение (ненадежная, нестабильная привязанность, пренебрежение нуждами при частичной дееспособности родителя).
4. Токсическая привязанность (любовь в сочетании с ненавистью, как результат насилия над ребенком).
5. Конкурирующая привязанность (ситуация конфликта лояльностей, когда ребенок должен выбирать между значимыми взрослыми, «перетягивание» ребенка).

Любое из этих воздействий может быть однократным или хроническим, постоянным.

### 1. Потеря.

После ситуации потери, утраты, ребенок переживает то же самое, что и взрослый человек в состоянии горя. Однако детское горе часто обесценивается, и не учитывается потеря субъективного ощущения безопасности. Ребенок в состоянии горя не похож на себя, ведет себя нетипично, часто не выглядит горюющим, он выглядит «странным», «не таким». В процессе переживания горя неинформативно проведение диагностики способностей.

**Проживание утраты** ребенком занимает значительный промежуток времени (около года) и проходит **несколько стадий: шок, отрицание, агрессия, вина и торг, выход через депрессию и астению**. В детских домах детям часто не дают конструктивно «проживать» утрату, горевать. Встречается установка «теперь ты здесь, тебе больше ничего не угрожает, теперь у тебя все должно быть хорошо, не надо плакать, надо отвлечь ребенка от переживаний занятиями и развлечениями». Фактически ребенка веселят и «запрещают» чувствовать. В результате этого возможно обеднение эмоций в целом, как плохих, так и хороших, либо дисфория (недовольно – плаксивое состояние, как результат невыплаканного горя). Для детей также существует опасность «застрять» на какой-то из стадий переживания утраты (чаще всего это стадия отрицания).

Если ребенку предлагают семью, когда он на этапе отрицания, он захочет от нее отказаться. Мысленно он еще принял то, что его семьи уже нет.

Если ребенок попадает в семью на стадии проживания гнева, он будет искать объект для вымещения агрессии и этим объектом станет приемный родитель. В такой семье не будет периода «медового месяца».

Часто дети попадают в семью на стадии астении, депрессии. Такой ребенок живет в семье, зачастую будучи «послушным, тихим и удобным», но абсолютно непохожим на себя настоящего. Рано или поздно наступает момент, когда ребенок «проявляет себя».

Если ребенок «застрял» на проживании стадии вины и торга, то возможно проявление аутоагрессии. Аутоагрессия может быть прямая (ребенок причиняет себе вред, бьет себя специально) или непрямая (большое количество «случайных» травм). Родителей могут обвинять в том, что они «не досмотрели».

Последствиями потери для ребенка также могут быть тревожная привязанность (ребенок не отпускает от себя родителя даже ненадолго) и избегающая привязанность (ребенок боится привязываться к родителю, всячески избегает такой возможности, т.к. имеет многократный неудачный опыт). В обоих случаях по возможности стоит избегать ситуации ретравматизации. Для ребенка в первое время могут быть важны не столько чувства, сколько постоянство, стабильность со стороны родителя, уверенность, что эта семья никуда не денется.

Реабилитация для ребенка – это время проведенное в семье в спокойной обстановке при условии безопасности и отсутствии дополнительной травматизации. В процессе реабилитации ребенку необходим щадящий режим, покой, защита и забота со стороны родителей, т.к. горе – очень энергоемкий процесс.

## **2. Депривация.**

Депривация может переживаться детьми по-разному, в этой области проводились *лонгитюдные исследования.*

**2.1.** Привязанность с фигуры взрослого переносится на группу сверстников. Если такого ребенка берут на руки, он может плакать, когда возвращают в кроватку – успокаивается. Источник успокоения для него – дети, чьи кроватки рядом. Это «детдомовская норма», «удобные» для воспитателей дети. Относительно группы сверстников – это не дружба, не ценится и не выделяется личностный компонент, группа формируется по формальным признакам (рядом стоящие кровати). Если так и выпускаются из детского дома, то могут продолжать жить этой группой. Часто проживают на одной жилплощади, даже имея собственные, заводят семьи внутри группы. Эти дети фактически не адаптируются. У них так и не формируется личностное отношение к окружающим, важнее слепая преданность группе, поэтому возможно легкое попадание их в криминальные сферы.

Семья и родители отсутствуют в картине мира таких детей. Если такой ребенок попадает в семью – ощущение «чужого человека» в доме («Она ничего плохого не делает, но не входит в семью, как будто чужой человек дома», «Они очень хорошие, но можно я вернусь домой (в детский дом)?»). Наблюдается ситуация «несрастания», «неотрастания» привязанности. Сложности возникают, если такой ребенок попал к долго ждущей бездетной паре, которая готова его «залюбить». Более благополучный исход при попадании в многодетные семьи, где для такого ребенка есть необходимая группа сверстников и у родителей ограничено количество времени и ресурсов, которые они могут дать каждому из детей. Привязанность может сформироваться как результат наблюдения и подражания другим детям.

*Таких детей примерно 30%. Их доля в общем количестве постепенно снижается.*

## **2.2.** Диффузная привязанность.

Ребенок отказывается от важнейшего признака привязанности – избирательности, начинает брать от всех взрослых понемногу внимания. Такие дети часто внешне привлекательны (это своеобразный фактор риска), развивают в себе компенсаторное очарование, учатся добиваться внимания всеми доступными способами.

Эти дети часто являются объектами спонтанного усыновления («понравился ребенок»). Они могут быть очень жестоки эмоционально, избегают формирования привязанности, т.к. для них это слишком болезненный опыт. Если замечают, что начинает формироваться привязанность, делают все, чтобы уйти самим или чтобы от них ушли. Своим поведением могут вызывать конфликты между взрослыми («Как они мучают бедного ребенка, я бы лучше справился с его воспитанием»).

Очень важно, чтобы такие дети не становились объектом спонтанного усыновления и не попадали к неопытным бездетным принимающим родителям. «Вытащить» такого ребенка – тяжелая работа, с ней могут справиться опытные приемные родители, чья потребность в любви и привязанность частично удовлетворена другими детьми. Детям с диффузной привязанностью в первую очередь нужна стабильность и забота, любовь он долго время не способен принять («меня любить не за что»). Также желательно не определять в семью двоих таких детей одновременно, т.к. это еще больше усугубит конфликтность ситуации.

*Таких детей примерно 10% и их численность остается неизменной.*

## **2.3.** Дети, которые выбирают стратегию ухода (*около 10% детей*).

Ребенок может уйти из жизни в буквальном смысле, в детских домах высокий процент детской смертности относительно всей популяции. Также возможен «уход» в психиатрию (детский аутизм, шизофрения, «беспричинная» умственная отсталость и т.д.)

#### **2.4. Дети, «замершие» в развитии (примерно 30% детей).**

Дети «ставят себя на паузу», не понимают, что произошло, занимают позицию ожидания. Они отстают в физическом и психическом развитии, не соответствуют возрастным нормам, часто болеют, не проявляют познавательной активности, могут даже быть внешне непривлекательными.

При этом такие дети не ставят крест на формировании привязанности и сохраняют правильную программу ее формирования. Попадая в семью с благоприятной обстановкой, дети дают «взрывное» развитие («через 3 дня пошел, через 5 дней заговорил»). Как только позволяют условия – достаточно легко формируют глубокую привязанность.

Это «оптимальные» дети для неопытных приемных родителей, они демонстрируют динамику в развитии, готовы к формированию привязанности.

Если ребенок останется в детском доме, и никто не будет вникать в тонкости его состояния, прогноз будет неутешительным.

#### **2.5. Перевернутая привязанность, альфа-комплекс (10% детей).**

Позиция «взрослого нет – сам буду им» (например, ребенок, который принимает только обращение по имени – отчеству и требует со стороны сотрудников отношения к себе, как к равному). Такие дети могут быть конфликтны, к ним могут регулярно применяться наказания, вплоть до дисциплинарной психиатрии. Они могут являться теньвыми лидерами, в будущем возможно попадание в криминальную среду.

При попадании ребенка в семью он демонстрирует «статус Наполеона», делая это не потому, что любит власть, а потому, что испытывает страх. Происходит столкновение воли. Задача родителя – показать ребенку, что взрослый в семье уже есть и он может вернуться к своей нормальной роли. Если родитель выдерживает и сохраняет роль взрослого, прогноз благоприятный, т.к. картина привязанности у таких детей перевернутая, но не искаженная.

#### **2.6. Сохранная привязанность.**

В редких случаях ребенок сохраняет нормальную неискаженную программу привязанности и реализует ее.

«Подарочный ребенок», «У нас все прошло хорошо, никаких проблем не было, как будто свой ребенок».

### **3. Пренебрежение.**

Нормальное функционирование «круга заботы».

Когда ребенок испытывает потребность в чем-то или дискомфорт, он подает сигнал, который слышат родители. Родители предпринимают действия для того, чтобы ребенок почувствовал себя комфортно, и он спокоен до тех пор, пока не столкнется с новой дискомфортной ситуацией. При таком положении вещей, когда потребности ребенка своевременно удовлетворяются, у него есть стимул к развитию способностей, которые помогут более качественно сообщать о потребностях. Во-первых, важно понимать, что именно доставляет дискомфорт, «что именно мне надо», так у ребенка развивается умение чувствовать себя, свое тело – рефлексия. Во-вторых, чтобы как можно точнее донести до родителей свои потребности, есть необходимость в развитии коммуникации, речи. Помимо стимула к развитию этих важнейших умений, нормальное функционирование круга заботы формирует доверие ребенка к родителям, способствует развитию стратегии возвращения и обращения за помощью.

Нарушения в функционировании «круга заботы».

В ситуации «неготовности» родителя удовлетворять потребности ребенка, ситуация дискомфорта не только не устраняется, но может и усугубиться (например, мама не только не

покурила, но и накричала). Либо родители вообще не обращают внимания на ребенка и его «сигнал» не принимается, не находит ответа.

В такой ситуации нет стимула развивать связь с телом и речевые навыки. Ребенок может учиться «отключать потребность» (не чувствовать ни в чем потребности), впадать в ступоры (присутствовать физически, выпадая при этом из реальности), «отрезать тело» быть нечувствительным, непластичным, неуклюжим, дети - «Буратинки»). У ребенка может быть смешана картина потребностей (больно – это и холод, и голод и усталость), либо отсутствовать установка на изменение дискомфортной ситуации (обращаться за помощью, когда терпеть уже невозможно). Все это происходит при задержке развития коммуникативных навыков.

Такое нарушение круга заботы может быть как по причине беспорядка в семье (например, родители – алкоголики), так и по причине порядка (в детском доме уход за ребенком по часам может не совпадать с моментами возникновения реальной потребности у ребенка).

В более старшем возрасте при условии нахождения в неблагополучной семье часто возникает реакция парентфикации (ситуация, когда ребенок занимает позицию родителя по отношению к собственному родителю, а тот, в свою очередь, берет на себя роль ребенка). Такие дети очень привязываются к кровным родителям, включается «родительский компонент». Когда их забирают из кровной семьи, они теряют не только родителей, но и «детей». Критика кровной семьи такими детьми переносится особенно остро.

#### **4. Токсическая привязанность.**

Ситуация насилия, которому подвергается ребенок, провоцирует наиболее сильное нарушения привязанности. Формируется искаженная картина мира: «сильные обижают и используют слабых, родители – детей», «бьет значит любит». Ребенку сложно соотнести насилие в один момент с заботой в другой.

Ребенок, переживший опыт насилия, может демонстрировать разные стратегии поведения.

**Виктимность.** Позиция – «со мной по-другому нельзя». В приемной семье провоцирует на насилие, приравнивая его к аналогу внимания, может напрямую просить родителей сделать что-то. Иногда при отсутствии насильственных действий со стороны приемных родителей, дети начинают рассказывать о таких действиях в школе, знакомым. Это своего рода «хвастовство» тем, чего им не хватает. Дети таким образом выдают желаемое за действительное. Ребенок способен принять нормальную модель отношений, но для этого требуется много времени и возможности проработки.

#### **Идентификация с агрессором.**

«Меня били, теперь я буду бить», «Пусть бьют его, только не меня». Возможно жестокое обращение с животными, с младшими детьми.

Часто виктимность и идентификация с агрессором проявляются вместе, по отношению к разным людям.

При более мягком варианте травмы, картина мира у ребенка не меняется, он просто боится повторения произошедшего. Иногда детям достаточно заверения, что подобное больше не повторится.

#### **5. Конфликт привязанностей.**

Для ребенка ситуация, в которой двое взрослых людей не могут разобраться в своих отношениях и вовлекают в них его, выглядит как небезопасная. Это демонстрация неспособности взрослых быть взрослыми.

Приемным родителям ни в коем случае нельзя выступать против кровных родственников ребенка. По возможности, родители не должны даже сообщать плохие новости о кровных родственниках (например, добровольное разрешение на усыновление ребенка), поскольку это может негативно сказаться на отношениях внутри приемной семьи.

### **Механизм реабилитации.**

Дорожная карта развития – как уровни в игре, есть пройденные и не пройденные, пройти обязательно все. Когда травмированный ребенок попадает в нормальные условия – он регрессирует, возвращается в период, который не пройден, где у него «незачет». Если ребенок регрессирует, значит начала формироваться привязанность к новой семье, ребенок таким образом демонстрирует свое доверительное отношение. Он «завлекает» родителя в совместное прохождение этой «игры», важно, чтобы родитель доверился ребенку и не занимался в этот момент воспитанием. Когда этап будет пройден ребенком, он сам перейдет к более взрослым формам поведения. Перезаботиться о ребенке нельзя.

Итогом прохождения дорожной карты ребенком является формирование у него внутреннего родителя, который помимо всего прочего определяет то, как этот ребенок в будущем будет воспитывать своих детей. Таким образом, приемные родители помогают не только самому приемному ребенку, но и его потомкам. Об успехе или неуспехе воспитания приемного ребенка корректно говорить, только увидев и оценив отношения в семье, созданной им самим.