

Теория привязанностей

Джон Боулби
Мэри Эйнсворт

Теория привязанности

- Теория привязанности была предложена в 1960-е и 1970-е годы Джоном Боулби и Мэри Эйнсворт, она рассматривает опыт ранних отношений человека с родителями и другими близкими людьми (Bowlby, 1969, 1973, 1976).
- Дж. Боулби был первым исследователем, который связал развитие привязанности с адаптацией и выживанием ребенка.
- Он установил, что привязанность ребенка к матери, формируясь в младенчестве, сохраняет свою активную роль и значение на протяжении всей жизни человека; так или иначе привязанность оказывает колоссальное влияние на межличностные отношения и все познавательные процессы.



Теория привязанности

- Одним из центральных понятий теории привязанности являются внутренняя рабочая модель (internal working model).
- Дж. Боулби предположил, что в процессе взаимодействия с другими людьми и с миром индивид конструирует рабочие модели важнейших аспектов этого мира, с помощью которых он воспринимает и интерпретирует разные события.
- Рабочая модель начинается формироваться уже на первом году жизни ребенка;
- Рабочую модель можно назвать глубинной структурой самосознания или отношением, хотя связь этой модели с сознанием весьма неоднозначна: сама она не осознается индивидом, но сквозь нее он воспринимает и осознает себя и окружающий мир.
- С возрастом рабочие модели становятся все более привычными, устойчивыми и практически не поддаются сознательному контролю. Только в тех случаях, когда эта модель явно противоречит реальности, возможно ее изменение.



Теория привязанности

- Другим важным понятием для характеристики рабочей модели и привязанности в целом, является понятие качества привязанности.
- В основе этой характеристики лежит безопасность (или небезопасность), которую обеспечивает (или не обеспечивает) объект привязанности.
- Дети группы “В” огорчаются и плачут (либо не плачут) при разлуке с матерью и сильно радуются, стремятся к близости и к взаимодействию при ее появлении - “безопасная привязанность” (secure attachment).
- Дети группы “А” обычно не огорчаются и не плачут при разлуке с матерью и игнорируют и даже избегают ее при встрече - “избегающая, небезопасная привязанность” (avoidant-unsafe attachment).
- Дети третьей группы “С” дают яркую гневную реакцию на разлуку с матерью, но сопротивляются контактам с ней при встрече: сердятся, плачут, не идут на руки, хотя явно хотят, чтобы на них обратили внимание и “взяли на ручки” - “амбивалентная небезопасная привязанность” или “тревожно-амбивалентная привязанность” (ambivalent-unsafe attachment; anxious-unsafe attachment).
- Дезорганизованный тип привязанности



Были выделены базовые качества матери,
способствующие возникновению безопасной привязанности
(Криттенден, 2002):

- эмоциональное принятие ребенка и способность его выразить в реальном общении и взаимодействии;
- чувствительность, сенситивность к поведению ребенка; способность выделять те особенности его поведения, которые сигнализируют о его потребностях, нуждах и желаниях;
- понимание состояния ребенка и причин этого состояния, адекватный когнитивный образ ребенка;
- отзывчивость матери как умение адекватно реагировать на состояние и нужды ребенка;
- постоянство, последовательность и непротиворечивость поведения матери, обеспечивающие ребенку возможность ориентироваться в поведении матери и адекватно отвечать на него;
- высокий уровень субъектности общения.



Привязанность у взрослых

- С 1980 г. стали проводиться исследования привязанности у взрослых людей (М. Ainsworth, J. Bowlby, К. Bartholomew, R. Bornstein, К. Brennan, N. Collins, В.А. Simpson и т.д.).
- С. Хазан и Ф. Шейвер применили конструкты и методы теории привязанности к романтическим отношениям в зрелом возрасте (Hazan, Shaver, 1987).
- Эта модель включает три типа привязанности: надежный (secure), амбивалентно-тревожный (anxious-preoccupied) и избегающий (dismissive-avoidant).



Привязанность у взрослых

- К. Бартоломью и Л. Хоровитц предложили рабочие модели, состоящи из образа себя и образа другого.
- Образ себя может быть в общем положительным или отрицательным, также, как и образ другого.
- Они выделили четыре типа привязанности у взрослых (Bartholomew, Horowitz, 1991):
 - Надёжный (я – ОК, ты – ОК);
 - Тревожный (я – НЕ ОК, ты – ОК);
 - Избегающе-отвергающий (я – ОК, ты – НЕ ОК);
 - Пугливо-избегающий (я – НЕ ОК, ты – не ОК).



Привязанность у взрослых

- Надёжный (secure) характеризуется положительным образом себя и положительным образом других.
- Тревожный (anxious-preoccupied) характеризуется негативным образом себя и положительным образом других, характеризуется желанием высокой степени эмоциональной близости с партнёром, свойственна неуверенность в себе, ревность, им кажется, что партнёр не желает подобной степени близости.
- Избегающе-отвергающий (dismissive-avoidant) характеризуется положительным образом себя и негативным образом других, свойственен независимым людям, для которых неприемлема высокая степень близости.
- Тревожно-избегающий (Пугливо / боязливо – избегающий) (fearful – avoidant) характеризуется негативным образом себя и негативным образом других, отмечается у людей, пострадавших от сексуального насилия на более ранних этапах жизни. Они не только не доверяют партнёру и видят его в негативном свете, но и себя не считают достойными любви партнера.

