



И.А. ЧЕЛЯДИНСКАЯ

ОСОБЕННОСТИ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА В КОНТЕКСТЕ ТЕОРИИ ПРИВЯЗАННОСТИ

Посвящена особенностям одного из этапов онтогенеза – юношеского возраста – с позиций теории привязанности. Излагаются ее основные положения, сформулированные Дж. Боулби и М. Эйнсворт, а также современные направления развития данной концепции. Обсуждается гипотеза о возможной трансформации качества привязанности в период поздней юности, ее предпосылки. Рассматриваются характерные черты этого процесса для каждого из типов привязанности: надежного, тревожно-амбивалентного, избегающего.

The article is devoted to analyzing the peculiarities of youth age as one of the stages of human development from the perspective of the attachment theory. An account of the main theses of the theory formulated by J. Bowlby and M. Ainsworth, as well as its recent interpretations are presented here. A possibility of hypothetical transformation of the attachment quality and its prerequisites in the period of late youth is discussed. The author outlines the following features corresponding to each type of attachment: trustworthy, anxious-ambivalent and avoiding.

Основные принципы теории привязанности были сформулированы английскими клиническими психологами Дж. Боулби и его ученицей М. Эйнсворт в 60–80-е гг. XX в.

В основе концепции лежат психоаналитические представления и выводы, сделанные по данным наблюдений за поведением маленьких детей, воспитывающихся в детских домах, а также репродуктивным поведением животных. Отказавшись от понятий психической энергии и влечений, используемых в классическом психоанализе, Дж. Боулби ввел категорию привязанности как особой потребности в установлении и поддержании близких отношений с определенным предпочитаемым индивидом, осуществляющим уход за младенцем, «который считается более сильным и/или более мудрым»¹. Основная функция поведения привязанности состоит в обеспечении выживания маленького ребенка, для которого необходимы не только пища и тепло, но также понимание, психологический комфорт и уют. В своей теории Дж. Боулби сделал акцент на врожденной потребности ребенка в особых эмоциональных отношениях с ухаживающим за ним взрослым, отличных от простого удовлетворения органических нужд младенца. На основе богатого клинического опыта ученый сделал вывод, что разлука с матерью при самом лучшем «обслуживании» со стороны чужих для ребенка лиц ведет к ухудшению сна, аппетита, потере интереса к окружающему, апатии, нарастанию тревоги, снижению иммунитета, болезням.

Хотя поведение привязанности наиболее очевидно и важно в раннем детстве, оно сохраняется на протяжении всей жизни индивида. Интенсивность привязанности может меняться, ранние при-

вязанности могут дополняться новыми и иногда заменяться ими. Однако потребность в установлении близких отношений с другими людьми никогда не исчезает. Эта потребность и способ ее удовлетворения обусловлены ранними привязанностями, предшествующим опытом и актуальным состоянием человека. По мнению Дж. Боулби, ранние привязанности обычно сохраняют свое значение на протяжении всей жизни индивида.

Формирование привязанности, а также все развитие человека определяются двумя группами факторов: внешними и внутренними. К первой относится поведение осуществляющего уход взрослого (фигуры или объекта привязанности), его способность к эмпатии, к созданию у ребенка чувства безопасности, уверенности в собственных силах и внешней поддержке (Дж. Боулби назвал это безопасной личной основой индивида).

Вторую группу факторов составляет способность ребенка (а в последующем – взрослого) устанавливать и сохранять связь со значимым другим. Эта способность зависит от нейрофизиологических особенностей индивида (например, способности нервной системы выдерживать напряжение, связанное с удовлетворением/неудовлетворением физических и психических потребностей), от уровня его когнитивного развития. Она определяет возможность находить человека, которому можно доверять и который будет обеспечивать безопасность, а также поддерживать взаимно полезные отношения с ним.

Две группы факторов находятся во взаимосвязи. Опыт отношений с фигурой привязанности, в котором главная роль принадлежит поведению взрослого, влияет на формирование у ребенка представлений относительно себя и мира.

На основе этих обобщенных аффективно-когнитивных образов, которые Дж. Боулби назвал внутренними рабочими моделями, строятся ожидания от отношений с окружающими людьми, возможности доверия и способы поведения с ними. С другой стороны, внутренние рабочие модели определяют поведение человека. Таким образом, цепочка замыкается: опыт подтверждает уже наличествующие убеждения, а они служат основой для получения подкрепляющего эти убеждения опыта. Именно поэтому Дж. Боулби подчеркивал огромную роль ранних привязанностей в дальнейшем развитии индивида.

Поскольку из двух групп факторов внешние первичны, то именно поведение фигуры, обеспечивающей уход за ребенком, Дж. Боулби рассматривал как определяющее в формировании качества привязанности. Вместе с М. Эйнсворт Дж. Боулби выделил три основных типа привязанности: надежную, тревожно-амбивалентную и избегающую².

Если фигура привязанности (обычно мать) эмпатична и доступна, ребенок чувствует себя значимым и достойным любви. Уверенность в собственной безопасности позволяет ему без опасений и тревоги познавать окружающий мир, вера в собственные силы и поддержку окружающих – не бояться трудностей, критики, добиваться поставленных целей. Опыт ранней надежной привязанности способствует автономному, самостоятельному развитию, которое не исключает установления интимных отношений дружбы и любви с другими людьми.

В случае, когда мать холодна, недоступна или негативно реагирует на потребности младенца, у него формируется избегающий тип привязанности. Он проявляется в чувстве дискомфорта в близких отношениях, ощущении зависимости и уязвимости. Индивид старается изолироваться от людей, чтобы не получать неприятной, ранящей его информации, становится эмоционально закрытым.

Если мать непоследовательна в отношениях с ребенком, то формируется тревожно-амбивалентный тип привязанности. Люди этого типа очень чувствительны к эмоциональным реакциям окружающих. Они обидчивы и навязчивы в отношениях с партнером из-за боязни его потерять. Они постоянно требуют поддержки и подтверждения собственной значимости, поскольку их самооценка обычно занижена³.

Итак, основные положения Дж. Боулби можно сформулировать следующим образом:

1) потребность в установлении отношений привязанности характерна для любого человека на протяжении всей жизни; привязанность как понятие включает в себя когнитивную, аффективную и поведенческую составляющие;

2) поведение привязанности индивида определяется актуальной ситуацией, предшествующим опытом и ранними привязанностями; оно

может меняться, но роль отношений с фигурой ранней привязанности остается значимой на протяжении всей его жизни;

3) в зависимости от поведения фигуры ранней привязанности формируются три типа привязанности: надежный, избегающий и тревожно-амбивалентный.

Благодаря идеям, сформулированным Дж. Боулби и М. Эйнсворт, появился ряд исследований, которые условно можно классифицировать на две группы. В первую входят работы, цель которых заключается в выявлении взаимосвязи между типом привязанности и психическим здоровьем индивида, его способностью к адаптации, к саморазвитию, к межличностным отношениям. Ко второй группе относятся исследования, главный вопрос которых состоит в возможности и характере изменений сформированного в детстве качества привязанности.

Основной вывод из работ первого направления состоит в том, что риск формирования неадекватной самооценки, неуверенного поведения, алкогольной и наркотической зависимости, неспособности строить взаимно удовлетворяющие интимные отношения значительно выше у детей, подростков, взрослых людей с ненадежными типами привязанности (избегающим и тревожно-амбивалентным), чем в случае надежного типа привязанности⁴.

Однозначного вывода из работ второго направления сделать нельзя. Основываясь на предположении Дж. Боулби о возможности изменения в поведении привязанности, одни исследователи полагают, что ранние репрезентации и рабочие модели остаются неизменными и влияют на поведение привязанности человека на протяжении всей его жизни. Другие считают, что и ранние репрезентации, и рабочие модели претерпевают изменения. Первой точки зрения придерживаются представители так называемой теории прототипов, которая постулирует, что ранний опыт взаимоотношений со значимыми взрослыми формирует способность человека доверять другим людям, уважать других и себя, самостоятельно определять и добиваться своих целей, влияет на особенности интимных, любовных и дружеских отношений. Такой вывод соотносится с мнением многих психоаналитиков (М. Малер, М. Кляйн, М. Балинт), что базисный конфликт или базисный дефект, базисная структура психики, сформированные в первые годы жизни, остаются неизменными⁵. Клиническая практика дает немало подтверждений этой точке зрения. В кризисных ситуациях человек часто демонстрирует регресс (в поведенческих и эмоциональных реакциях) к примитивным, а вернее, к своим более ранним рабочим моделям (что свидетельствует об их сохранении в структурах психики). Другой пример: нередко образ родителей в сознании человека остается неизменным и идеальным, несмотря на то, что ре-

альные поступки родителей, припоминаемые человеком, противоречат этому убеждению.

Второй взгляд на судьбу типа привязанности, приобретенного в детстве, состоит в том, что рабочие модели могут меняться при накоплении нового опыта. Налицо влияние бихевиоральной парадигмы. Как происходит в действительности, трудно сказать. До сих пор лонгитюдных исследований поведения привязанности не проводилось, а именно они могли бы подтвердить или опровергнуть ту или иную точку зрения.

Многие исследователи пытаются решить эту проблему исходя из теоретических оснований. Например, американский психолог Крис Фрэйли⁶ сделал попытку оценить оба подхода с помощью методов математического моделирования процессов, характеризующих поведение привязанности. По его данным, ранние репрезентации, рабочие модели, в целом тип привязанности сохраняются неизменными до 19 лет. После этого они могут меняться. Автор высказал еще одну интересную мысль: некоторые люди, сталкиваясь с новой, непривычной для них ситуацией, перестраивают свои рабочие модели; другие же, наоборот, оказываются особенно чувствительными к той информации и к тем ситуациям, которые подтверждают существующие убеждения; они также способны строить ситуации таким образом, чтобы подтвердить существующие рабочие модели. Можно предположить, что если поведение родителей в детстве индивида было стабильно надежным или стабильно ненадежным, то у него складывается стабильная рабочая модель взаимодействия с миром (при этом тип привязанности может быть надежным и ненадежным). В этом случае индивид создает ситуации для подтверждения своей доминирующей рабочей модели, селективно относясь к поступающей информации. Если поведение родителей было нестабильным, то рабочая модель также нестабильна, подвержена изменениям в новых для человека ситуациях. Ощущение непостоянства и непредсказуемости мира, чувство собственной дезинтегрированности и неуверенности могут быть характерны для человека с подобным детским опытом отношений с фигурой привязанности.

Видный американский исследователь в области теории привязанности П. Криттенден⁷ (ученица М. Эйнсворт) полагает, что с возрастом по мере интеллектуального развития, а также накопления нового опыта индивид способен сознательно переоценивать и перестраивать свои внутренние рабочие модели. В юности благодаря сексуальной зрелости и способности мышления к формальным операциям, по мнению П. Криттендена, отношения привязанности трансформируются. Меняются как детско-родительские, так и интимные отношения дружбы и любви со сверстниками. Безусловно, эти изменения являются результатом действия двух взаимосвязанных факторов: биологического и социального. Для юношеского

возраста характерны не только высокий уровень когнитивного и психосексуального развития, но и смена социальной ситуации развития. Молодые люди покидают школьные пороги, а вместе с ними весь свой привычный, знакомый мир старых друзей, учителей, норм и правил. Необходимость включаться в новые социальные отношения, приспосабливаться к новым социальным требованиям влечет за собой либо преобразование существовавших до этого схем поведения, мировосприятия, либо создание новых рабочих моделей. Вероятно, имеет место сочетание и того и другого, но их процентное соотношение зависит от типа привязанности. Нужно отметить, что пересмотр жизненных взглядов, ценностей, отношений с родителями может происходить, начиная с раннего возраста, при наблюдении других схем поведения и отношений, но безграничное доверие и уважение к родителям препятствуют кардинальным изменениям. Для этого периода будет справедливым, наверное, предположение о том, что восприятие информации и переработка нового опыта селективны и подвержены влиянию существующих представлений о себе и мире. Только в конце подросткового возраста – около 20 лет – молодые люди осознают, что родители не способны выполнять функцию защиты, это подрывает привязанность подростка к ним и способствует формированию новых привязанностей, так как человек не может существовать без объекта привязанности. Используя понятие внутренней рабочей модели, можно сказать, что в это время на основании осмысления и оценки нового опыта существующая картина мира корректируется или заменяется новой. Последнее утверждение, однако, является спорным, поскольку переосмыслению может быть подвергнут лишь осознаваемый материал. Наличие бессознательных пластов психики препятствует полному обновлению внутренних рабочих моделей, и можно говорить лишь о частичных изменениях в них.

Итак, если изменения в мировосприятии и в поведении в юношеском возрасте возможны, то они происходят благодаря сексуальному и когнитивному развитию индивида под действием внешних социальных сил. Безусловно, эти изменения зависят от сложившегося в детстве типа привязанности. В случае надежной привязанности новые отношения, в которые вступает молодой человек, приводят к изменениям в его когнитивных схемах. Новая информация в терминах Ж. Пиаже ассимилируется и вызывает аккомодацию существующих внутренних рабочих моделей. При этом негативная информация, связанная с неудачами в процессе адаптации, перерабатывается наряду с позитивной благодаря наличию безопасной личной основы, связи между эмоциями и когнициями. Достаточно высокая и стабильная самооценка, доверие и интерес к людям, автономность, способность просить о помощи без потери самоуважения позволяют индиви-

ду самостоятельно решать многие встающие перед ним проблемы, несмотря на активизацию поведения привязанности, проявляющегося в некотором усилении связей с родителями, а также поиске других фигур привязанности среди сверстников или взрослых. Более того, внутренняя уверенность в любви родителей позволяет искать другой объект любви среди сверстников, не испытывая чувства вины и страха потерять при этом любовь родителей. Накапливается опыт, появляются новые репрезентации себя и других, формируются иные модели поведения. Но эти накопления не приводят к уничтожению старых рабочих моделей; они скорее достраивают и расширяют на уже существующем базисе новое здание отношений Я – мир.

В случае ненадежной привязанности ситуация осложняется следующими обстоятельствами. Новая жизненная ситуация, связанная с окончанием школы, сменой круга общения и новыми требованиями, является стрессовой и, по мнению Дж. Боулби, влечет за собой актуализацию старого, ранее усвоенного поведения привязанности. В этих условиях психофизиологическое и психосоциальное развитие индивида тормозится, а изменения в типе привязанности представляются маловероятными. У студентов (особенно первокурсников) можно ожидать обострения зависимости от родителей, эмоциональной нестабильности, повышения уровня тревожности, дезадаптации. Конкретно для каждого вида ненадежной привязанности можно ожидать следующего поведения.

У молодых людей с избегающим типом привязанности столкновение с новой социальной ситуацией повышает тревогу, связанную с неспособностью устанавливать и сохранять близкие интимные отношения. У них велика вероятность возникновения проблем с самооценкой (неадекватное завышение или занижение), а также эмоциональных расстройств. Для избегающего типа привязанности характерны также эмоциональная холодность и отстраненность, компульсивное полагание на собственные силы, неспособность просить и принимать помощь со стороны других людей. Развиваясь в новой ситуации тревога актуализирует поведение привязанности, проявляющееся в уходе от потенциально травмирующих межличностных контактов в интеллектуальную деятельность, в иллюзорный мир фантазий, обеспечивающем защиту самооценки от снижения. При этом существующие представления относительно себя и мира, вероятнее всего, сохраняются, а пропасть между эмоциями и когнициями увеличивается. Таким образом, в случае избегающего типа привязанности интеллект – лишь предпосылка для трансформации поведения привязанности, необходимая, но недостаточная. Только при наличии тесной связи между эмоциями и когнициями возникает возможность пересмотра, перестройки и создания новых

Я-, мир-репрезентаций, новых рабочих моделей взаимодействия с миром.

У людей с тревожно-амбивалентным типом привязанности аффективная информация является ведущей в процессе адаптации. С детства у них формируется приоритет эмоций над интеллектом в межличностных отношениях. Нестабильность, непостоянство в поведении их значимого взрослого развивает у них способность улавливать малейшие изменения в отношении к ним, но не способствует когнитивной переработке этих изменений, поскольку они непредсказуемы. Этими обстоятельствами обусловлены повышенная чувствительность, подверженность стрессам, психологическим травмам, колебаниям самооценки. Особенности поведения тревожно-амбивалентного типа (его навязчивость в отношениях с партнером, потребность в подтверждении собственной значимости, в расположении и любви к нему, эмоциональная неустойчивость и повышенная реактивность на незначительные изменения в поведении партнера) создают проблемы в отношениях с близкими людьми, которые, в свою очередь, подтверждают существующие внутренние рабочие модели. Это особенно ярко проявляется в новой и, следовательно, стрессовой социальной ситуации. Не находя защищенности и поддержки в человеческих отношениях, эти люди склонны к алкогольной, наркотической зависимостям, к истерическому самодеструктивному поведению, ипохондрии и другим психическим расстройствам. В результате растущие в юношеском возрасте возможности интеллекта также могут оказаться бессильными перед бессознательным страхом остаться в одиночестве, без объекта привязанности.

Таким образом, юность является кульминационной точкой в детско-родительских отношениях и в формировании поведения привязанности (Криттенден, Фрэйли, Смирнова). Это период, когда благодаря новому опыту, возросшим интеллектуальным способностям, психофизиологическому развитию становятся возможными изменения в типе привязанности и, следовательно, в самооценке, в качестве межличностных отношений, в постановке и достижении собственных целей, в степени удовлетворенности собой. С другой стороны, юношеский возраст – это кризисный этап в развитии человека, влекущий актуализацию уже сложившегося к этому времени поведения привязанности, что выражается в повышении зависимости, несамостоятельности, в эмоциональном напряжении и тревожности. Если родители перестали быть к этому времени надежной опорой в удовлетворении актуальных потребностей молодого человека, то поиск фигуры привязанности будет осуществляться среди сверстников или среди более старших и авторитетных людей. В этой ситуации важная роль принадлежит позиции педагога, который может стать той самой фигурой привязанности, которая обеспечит переход в

развитии девушки или юноши от детства к зрелости, от инфантильной зависимости к здоровой самостоятельности. Ключевыми моментами этой роли являются организация равноправных, уважительных отношений, чуткость и понимание потребностей молодого человека в определении собственной идентичности и установлении интимных межличностных связей, доверие его способности к самостоятельному решению проблем и в то же время готовность предоставить ему помощь в момент, когда она необходима.

¹ Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. М., 2004.

² См.: Смирнова Е.О. Теория привязанности: концепция и эксперимент // Вопросы психологии. 1995. № 3. С. 139–151.

³ См.: Бурменская Г.В. Методики диагностики привязанности к матери ребенка дошкольного и младшего школьного возраста // Психологическая диагностика. 2005. № 4. С. 5–44.

⁴ См.: Berman S.L., Weems C.F., Rodrigues E.T., Zamora I.J. The relation between identity status and romantic attachment style in middle and late adolescence // J. of adolescence. 2006. Vol. 29. № 5. P. 737–748; Kassel J.D., Wardle M., Roberts J.E. Adult attachment security and college student substance use // J. of Applied Developmental Psychology. Addictive Behaviors. 2007. Vol. 32 (6). P. 1164–1174. <http://www.science-direct.com>; Покатаева М.В. Детские взаимоотношения в контексте теории привязанности //

Журн. практ. психологии и психоанализа (ежеквартальный науч.-практ. журн. электронных публикаций). 2002. № 4. <http://rsyjournal.ru/psyedu/2002/n4/2273.shtml>; Пупырева Е.В. Эмоциональная привязанность и развитие автономии в младшем школьном возрасте // Тезисы докладов Второй Всероссийской научной конференции «Психологические проблемы современной российской семьи» (Москва, 25–27 окт. 2005 г.): В 3 ч. М., 2005. Ч. 2. <http://index.php/view/person/item/1>; Яремчук М.В. Роль привязанности к родителям в формировании романтических отношений в старшем подростковом возрасте // Там же. Ч. 3. <http://index.php/view/person/item/1>; Калмыкова Е.С., Падун М.А. Ранняя привязанность и ее влияние на устойчивость к психической травме (сообщение 1) // Психологический журнал. 2002. № 5. С. 88–105.

⁵ См.: Балинт М. Базисный дефект: Терапевтические аспекты регрессии: Пер. с англ. М., 2002.

⁶ См.: Fraley R.C. Attachment stability from infancy to adulthood: meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms // Personality and social psychology review. 2002. Vol. 6 (2). P. 123–151. <http://psr.sagepub.com/cgi/content/refs/6/2/123>

⁷ См.: Криттенден П. Трансформация отношений привязанности в юности // Журн. практ. психологии и психоанализа (ежеквартальный науч.-практ. журн. электронных публикаций). 2002. № 1 (март). <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20020110>; Смирнова Е.О., Радева Р. Развитие теории привязанности (по материалам работ П. Криттенден) // Вопросы психологии. 1999. № 1. С. 105–117.

Поступила в редакцию 05.10.07.

Ирина Алексеевна Челябинская — педагог-психолог психологической службы.