

Дагмар Нойброннер

ПОНИМАТЬ ДЕТЕЙ

*Путеводитель
по теории привязанности
Гордона Ньюфелда*



Дагмар Нойброннер

Понимать детей. Путеводитель

по теории привязанности

Гордона Ньюфелда

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=32482726

*Понимать детей. Путеводитель по теории привязанности Гордона Ньюфелда / Дагмар Нойброннер / Перевод с нем. Будницкой А. – Изд. 2-е, стереотипное: Ресурс; Москва; 2018
ISBN 978-5-9906512-4-1*

Аннотация

Книга Дагмар Нойброннер представляет собой краткий, но емкий и наглядный обзор модели привязанности, разработанной канадским психологом Гордоном Ньюфелдом. Будучи преподавателем Института Ньюфелда, Дагмар не только в полной мере владеет теорией, но и, обладая природной интуицией и образованием в сфере естественных наук, в структурированной и доступной форме излагает ее читателю.

Большая заслуга модели, разработанной Гордоном Ньюфелдом, заключается в том, что она помогает родителям вновь обрести доверие к собственному внутреннему компасу, она как карта, благодаря которой становятся понятны чувства, процессы развития, эмоции и потребности ребенка. Это

позволяет родителям увидеть возможные ошибки в развитии, проблемы и способы их разрешения, понять, почему ребенок ведет себя тем или иным образом.

Книга помогает не только увидеть целостную картину развития личности, но и, используя новые знания в повседневной жизни, пройти вместе и рядом с ребенком по этому пути, становясь его гидом и надежным спутником.

Содержание

Предисловие Гордона Ньюфелда	6
Введение	9
Глава 1	15
Что такое зрелость?	15
Три составляющих наполненной жизни	17
Уровни интеграции	24
Путь к становлению, адаптации и интеграции	28
Разница между дрессировкой и созреванием	29
Заключение	31
Глава 2	32
Что понимают под глубокой привязанностью?	33
Свойства привязанности	37
Рост и уровни привязанности	45
Конец ознакомительного фрагмента.	52

Дагмар Нойброннер
Понимать детей.
Путеводитель по
теории привязанности
Гордона Ньюфелда

DER NEUFELD-ANSATZ
FÜR UNSERE KINDER

Eine Einfu.hrung
von Dagmar Neubronner
mit einem Vorwort von Dr. Gordon Neufeld

© Иллюстрации Gordon Neufeld, PhD

Предисловие Гордона Ньюфелда

Когда я впервые встретил Дагмар Нойброннер в 2006 году в Гамбурге, я не подозревал, что это станет началом близкой дружбы. Дагмар произвела на меня впечатление остротой своего ума, независимым характером и прочными установками. Когда я узнал ее лучше, мне открылась женщина, обладающая отвагой, стойкостью и эмпатией. Я очень обрадовался, когда она решила опубликовать немецкоязычную версию моей книги «Наши дети нуждаются в нас!» («Не упускайте своих детей» – на русском языке), и еще больше – когда она приняла приглашение пройти у меня обучение. Так она стала преподавателем Института Ньюфелда и ведущей обучающих курсов Института Ньюфелда на немецком языке.

Некоторое время назад Дагмар представила мне свой проект создания обзорной немецкой книги о модели Ньюфелда. На мой взгляд, она является наиболее подходящим для этого человеком. Мастерское проникновение в содержание и структуру в ее случае замечательно обогащается природной интуицией и образованием в сфере естественных наук. С ней читатель в надежных руках.

В послании, которое несет эта книга, заложена некоторая срочная необходимость. Невзирая на отсутствие сомнений в общественной природе человека, культурные традиции и ритуалы, объединяющие нас, судя по всему, все в большей

степени утрачиваются. Наши дети теряют те основы привязанности, в которых они в идеале должны расти. Мы, как родители и учителя, теряем естественную силу привязанности наших детей к нам – силу, которая нужна нам, чтобы мы могли соответствовать возложенной на нас ответственности.

Мы не можем вернуться ко вчерашним традициям и ритуалам. Наш материализм сделал практически невозможным восстановление былой культуры. Мы можем только надеяться, шагать вперед и стараться осознать: что нужно нашим детям, чтоб их человеческий потенциал сполна реализовался? Изложенные далее выводы дают ответы, которых более не предоставляет нам наша культура.

Слова, звучащие в унисон с нашей естественной интуицией, являются дверями, ведущими к сознанию. В этой книге сделана попытка найти слова, соответствующие интуиции читателя. Вытекающее из этого осознание дает нам чувство уверенности и мужество быть теми родителями и учителями, в которых действительно нуждаются наши дети. «Танец» между родителями и детьми является одним из древнейших танцев во Вселенной, и он наполняет всех участников глубочайшим чувством удовлетворенности – до тех пор, пока они не начинают спотыкаться друг о друга.

В модели Ньюфелда речь идет о том, чтобы дать людям возможность проявлять истинную человечность. Представленная здесь теория формировалась в течение многих десятилетий на основе всех известных фактов о развитии челове-

ка. Эти факты были собраны воедино, профильтрованы для вычленения существенного и подготовлены для использования в решении непростой задачи воспитания и обучения следующего поколения.

Я желаю вам приятного чтения базовых основ теории Ньюфелда.

Проф. д-р Гордон Ньюфелд, Ванкувер

Основатель и руководитель Института Ньюфелда

Введение

О чем идет речь в теории Ньюфелда, а о чем – нет

Так называемую теорию Ньюфелда можно рассматривать как карту местности. На этой карте обозначены чувства, процессы развития, эмоциональная динамика, потребности, потенциал, возможные ошибки в развитии, блокады и способы их разрешения, а также реакции и ситуации «замкнутого круга» в поведении наших детей. Этим модель Ньюфелда существенно отличается от многих моделей воспитания и отношений, в фокусе которых находится исключительно поведение ребенка. Гордон Ньюфелд исходит из того, что в основе поведения наших детей лежат логичные и понятные процессы и динамики, упирающиеся в инстинкты, деятельность желез и структур мозга, развившихся вследствие и в ходе эволюции. Это не означает, конечно, что модель Ньюфелда хочет свести наших детей и человека в целом исключительно к упомянутым функциям. Но эти функции, сформировавшиеся в течение сотен тысяч лет человеческой эволюции, по-прежнему представляют собой определяющую основу здорового развития наших детей. Поэтому нам полезно знать эти основы. Исходя из них мы можем доступно и убедительно объяснить практически все поведенческие ре-

акции, а, значит, любые проблемы в поведении и развитии.

Знание этих правил игры предоставляет неоценимое преимущество в сравнении со всеми методами воспитания, предлагающими техники под девизом «Что делать, если мой ребенок...» Все эти рецепты не помогают нам понять, что происходит внутри ребенка. Парадигма Ньюфелда рассматривает детей не как автоматы, в которых нужно нажимать правильные кнопки, чтобы добиться желательного поведения. Гордон Ньюфелд видит детей скорее, как сложных созданий, пребывающих в постоянном развитии, чьи способы поведения – какими бы неуместными или ненормальными они нам иногда ни казались, – подчиняются доступным пониманию и в принципе простым закономерностям. В этом есть важное преимущество: понимая внутренние побуждающие силы ребенка, мы в то же время очень многое узнаем о самих себе. Потому что наши действия и реакции формируются по тем же «древним» моделям, только мы пребываем на иной ступени развития, чем наши дети, – по крайней мере, так должно быть.

Карта местности – это нечто принципиально иное, нежели план маршрута, который мы можем загрузить из интернета. Недавно я ехала после лекций в земле Шлезвиг-Гольштейн, в направлении Бремена, и решила навестить подругу, которая живет недалеко от Гамбурга. Карты у меня с собой не было, но я распечатала себе план маршрута, т. е. набор указаний относительно того, куда ехать. Этот план при-

вел меня прямоиком к непредвиденному препятствию: закрытому мосту, перебраться через который было невозможно. Поскольку я имела перед глазами только отдельные строгие указания вместо целостной картины, мой красивый план оказался бесполезен. Именно эта дающая целостную картину карта местности и есть то, чего нам зачастую ощутимо не хватает в воспитании наших детей.

Однако при ближайшем рассмотрении, если задуматься, у нас все же должна быть здесь некая способность к ориентации. Пройдя ту же эволюцию, что и наши дети, мы обладаем интуитивным внутренним «компасом». Он дает нам ощущение того, что нужно нашим детям, а также того, какой путь мог бы привести нас к цели, если мы натолкнемся на препятствие.

Проблема лишь в том, что мы больше не доверяем этому компасу или даже выключили его. Я уже упоминала закономерности, в соответствии с которыми «функционируют» наши дети. Эти процессы развивались в жизненных условиях, которые сильно отличаются от нашей сегодняшней жизни с детьми. Сегодня мы живем совершенно иначе, нежели в каменном веке, и потребности наших детей, а также многие, по сути своей естественные поведенческие реакции представляются мешающими, ненормальными, а иногда рассматриваются даже как болезненные. Это приводит к тому, что мы во многом не доверяем нашему компасу, нашим собственным инстинктам и интуиции.

Большая заслуга модели, разработанной Гордоном Ньюфелдом, заключается, на мой взгляд, в том, что она помогает нам вновь обрести доверие к нашему внутреннему компасу. Внезапно мы понимаем, почему наш ребенок ведет себя тем или иным образом – именно благодаря тому, что мы видим карту местности, которую предлагает нашему сознанию парадигма Ньюфелда! Это понимание существенно все упрощает: мы больше не зависим от отдельных указаний плана, но можем различными путями направляться к нашей цели.

Что же является нашей целью? Возможно, в ответ на этот вопрос вы подумаете со вздохом: «У меня, собственно, нет иной цели, кроме как сделать нашу повседневную жизнь с детьми более приятной, мирной, менее хаотичной и изматывающей. Этого мне было бы достаточно».

В этом есть правда, но не вся. Я уверена, что у вас имеется гораздо более важная цель. Я убеждена, что вы – как все мы – хотите, чтобы ваш ребенок или ваши дети расцвели во всей красоте, силе и величии, которые в них заложены. Все мы ничего не желаем так страстно, как того, чтобы наши дети полностью раскрыли свой потенциал и выросли самостоятельными, надежными, ясно мыслящими, свободными, заинтересованными, счастливыми и творческими людьми.

Мы хотим сопровождать наших детей на этом пути. Парадигма Ньюфелда дает нам именно эту возможность, и пока мы идем по этому пути с нашими детьми, побочным эффектом будет то, что наша повседневная жизнь станет более рас-

слабленной, мирной, менее хаотичной и изнурительной. Это то, что так восхищает меня в модели Ньюфелда и что я непосредственно переживала при воспитании моих собственных детей.

Не утаю, однако, и одного подвоха, имеющегося в этом деле: когда мы начинаем действительно понимать изнутри наших детей и их поведение, это накладывает отпечаток на нас самих. Мы также постепенно начинаем лучше понимать самих себя, наших собственных родителей, наших супругов и партнеров. В зависимости от обстоятельств мы можем более или менее болезненно переживать собственные душевные раны. Или мы замечаем закрепившиеся модели реакций, которые до сих пор, как внутренние дорожные знаки, всякий раз в определенном месте вынуждали нас сворачивать в одном и том же направлении, независимо от того, был ли в этом смысл.

Модель Ньюфелда не означает, что мы сами останемся неприкосновенными и лишь более успешно возьмемся за воспитание наших детей новым, богатым уловками методом. Подход Ньюфелда дает нам карту местности, но если мы хотим, чтобы наши дети двигались в сторону определенных пунктов этой карты, мы должны идти по этому пути вместе с ними, и не просто ведя пальцем по карте, а весьма конкретно, в повседневной жизни. Это превращает нас в спутников наших детей, а пока они маленькие – в их гидов. Доверие и защищенность, открывающиеся нам на этом пути, и опреде-

ляют всю глубину гармонии. И это приносит такое удовлетворение прежде всего потому, что мы можем следовать за нашим внутренним компасом, вновь и вновь убеждаясь, что карта и компас указывают единое направление.

Как родители мы обычно ищем быстрых решений насущных проблем, возникающих в отношениях с детьми. Но эта книга хочет большего – она действительно хочет предоставить в ваше распоряжение карту. Поэтому я хотела бы, прежде всего, вместе с вами исследовать основополагающие особенности детского развития. Их взаимодействие, которое я представлю в первых пяти главах, откроет вам в буквальном смысле новую перспективу, дающую вам возможность в каждой конкретной ситуации индивидуально решать, что именно сейчас правильно для вас и вашего ребенка. В обеих последних главах вы найдете обобщающие примеры влияния этих знаний на повседневную жизнь с детьми.

Дагмар Нойброннер, Бремен

Ведущая обучающего курса Ньюфелда на немецком языке

www.neufeldinstitut.de

Глава 1

Концепция развития

Что такое зрелость?

В моем введении я предположила, что наша важнейшая цель в обращении с нашими детьми – это полная реализация потенциала каждого ребенка, поскольку – как всем нам станет очевидно – не все его способности и таланты во всех областях являются полностью развитыми от рождения.

Психология развития исследует способы, с помощью которых совершенно беспомощный новорожденный становится счастливым, самореализовавшимся человеком.

Обладания какими качествами нам стоит пожелать нашим детям, чтоб они могли вести по-настоящему наполненную жизнь? Этого вопроса уже в начале XX века касался в своих удивительных исследованиях американский психолог Абрахам Гарольд Маслоу, основатель гуманистической психологии. Он изучал, какими общими качествами, независимо от специфических одаренностей и особых интересов, обладают те взрослые, которые производят впечатление людей, живущих полной жизнью и сполна реализующих заложенный в них потенциал.

При этом было установлено следующее.

Три составляющих наполненной жизни

1. Сила становления

«Маттиас, давай, я помогу тебе надеть пуловер!»
Только что Маттиас с удовольствием слушал, как его тетя Сабрина читает ему книжку с картинками, но внезапно замерз. Маттиас самостоятельно пытается «победить» свитер, который никак не хочет надеваться, а когда его тетя хочет ему помочь, он возмущенно отталкивает ее: *«Не надо! Я хочу САМ!»*

Слово «становление» происходит от латинского *emergo* – «всплывание, появление». Под этим имеется в виду нечто, что я в моих лекциях охотно называю «эффектом маленького гусенка» (по мотивам немецкой детской песенки «Маленький Ганс в одиночку ушел в большой мир»): толкающая вперед сила, дерзновение попасть в новые области, исследовать неизвестное, понять, как это устроено.

«Не надо, мама, я хочу это сделать сам!», «Не помогай мне! Я хочу сама!» – эта сила становления заложена в каждом человеке в качестве потенциала. Станет ли этот потенциал очевидным, и будет ли он выражен, зависит от наличия

благоприятных условий. Неуверенный в себе, запуганный, усталый или больной ребенок не демонстрирует стремления к становлению. Становление и дерзновение – это в своем роде роскошь, проявляющаяся только в том случае, если удовлетворены потребности ребенка в привязанности (см. гл. 2), он не голоден, не устал и не испытывает боли. Тогда у него появляется временное окно для самозабвенной исследовательской игры и изучения – до тех пор, пока не усилится голод или потребность в привязанности.

2. Сила адаптации

«Мама, эта дура Лиза постоянно опрокидывает мою башню!» Маттиас в ярости. В иные минуты он нежно любит свою младшую сестру, но в данный момент он воспринимает ее как настоящее наказание. Мама обнимает его: «Я знаю, это очень досадно. Ты же только что так красиво ее выстроил! И на тебе – опять все разрушено. Очень жаль, я бы тоже ужасно расстроилась». Ее теплый, сочувствующий голос вызывает у Маттиаса, крепко прижавшегося к ней, пару слезинок. Мама чувствует, как тельце ее сына расслабляется, и добавляет: «Знаешь, она так тобой восхищается. Ты же ее старший брат. Давай, ты предложишь ей сделать что-нибудь, что ей по силам?» Маттиас вытирает глазки, еще минуту молчит и наконец отстраняется от мамы. С новым

энтузиазмом он заявляет: «Она может выбирать в коробке и приносить мне красные кубики!»

Люди, дерзающие исследовать новые области, естественно, то и дело сталкиваются с тем, что что-то складывается не так, как им бы хотелось: маленькая сестра действует на нервы, ехать на велосипеде не получается, куртка не надевается. Мама, папа или оба опять уходят на работу, долгожданный визит бабушки не состоится, хомячок умирает, конфеты заканчиваются, опять пора спать – список неудач, тщетностей и фрустраций детства (и не только) бесконечен.

«Ох, как жалко» – плодотворное разочарование

Какие люди умеют наилучшим образом справляться с неприятностями? Такие нестигаемые, которых ничто не задевает? Что интересно – вовсе нет. Наш мозг структурирован таким образом, что он, в первую очередь, ищет выход, решение. Он пытается изменять вещи с помощью энергии становления и дерзновения. Если же это не удастся, если эти попытки не приводят к цели, то мозг доходит до точки, в которой начинает ощущаться тщетность всех усилий. Этот решающе важный процесс, в ходе которого то, что не можем изменить мы, меняет нас, в психологии называется адаптацией (полагаю, все мы знакомы с «адапторами», с помощью которых приборы делаются совместимыми, подходящими друг к другу).

Еще Фридрих Шиллер писал: «Счастлив человек, научив-

шийся выносить то, что он не может изменить, и с честью отказываться от того, что он не может спасти». Принятие того, что не можешь изменить, является решающим процессом для продвижения в жизни. Наиболее успешными являются именно те люди, которые не позволяют множеству мелких каждодневных неудач лишить их мужества, но извлекают из них уроки, как не следует поступать.

Об известном изобретателе Томасе Эдисоне рассказывают, что он, пытаясь создать практичную электрическую лампочку, экспериментировал с сотнями различных материалов, включая такие экзотические как обугленные бамбуковые волокна. И только с вольфрамом он добился успеха. Чтобы достичь этого, ему приходилось всякий раз принимать то, что невозможно было изменить, т. е. неудовлетворительные показатели работы лампочки, одновременно держась за то, что еще можно было поменять, таким образом нащупывая путь как в лабиринте.

Эта способность не является сама собой разумеющейся. Многие дети, подростки и даже многие взрослые не в состоянии перерабатывать неудачи и учиться на ошибках. Это важное достижение становится возможным лишь в том случае, если тщетность наших действий или неизбежность чего-либо, что нам не нравится, регистрируется нашим мозгом и передается далее, в зону эмоций. То, что в этот момент происходит в нашем теле, является в высшей степени интересным процессом с биологической точки зрения.

Наша нервная система знает два основных состояния:

А) Установка на борьбу/бегство («Пусть папа не уходит!»). Наше тело продуцирует адреналин, оно бодрствует и напряжено. Мы едва чувствуем боль, усталость, голод и способны к большим физическим нагрузкам.

Б) Когда в нашем мозгу вырисовывается тщетность наших усилий и мы смиряемся с необходимостью выдержать то, что мы не можем изменить, наше тело переключается в состояние расслабления. Мы внезапно ощущаем, насколько мы устали, голодны, истощены, как возбуждающе и как тяжело все это было – и в этот момент часто текут слезы, особенно у малышей («Мама, мне так грустно!»).

Эти слезы имеют совершенно иной химический состав, нежели, к примеру, слезы, возникающие при резке лука, поскольку они помогают телу как можно быстрее избавиться от нейромедиаторов (биологически активных химических веществ. – *Прим. переводчика*), которые были необходимы организму в состоянии «борьба и бегство». Народная мудрость говорит о горьких слезах, которые мы проливаем, оплакивая нечто, за что мы долго, но тщетно боролись. Поэтому после такого плача мы чувствуем себя хотя и усталыми, но в то же время как будто очищенными и в хорошем смысле «опустошенными», то есть успокоившимися. Нейромедиаторы, которые были необходимы для состояния «борьбы и бегства», были удалены из организма через почки и слезы – и мы рас-

слабились.

Психологическая устойчивость

Хотя ситуация объективно не улучшилась, мы чувствуем себя лучше и замечаем: мы можем жить с тем фактом, что папа опять ушел на работу, бабушка не приедет, хомячок умер, а перед обедом не дадут конфет. Это дает нам силы пережить следующие неприятности, поскольку наш мозг запоминает: печальные события, препятствия и неудачи – это не конец света. Наука называет способность справляться с неприятностями и оправляться от кризисов, выходя из них даже сильнее, чем прежде, психологической устойчивостью.

3. Сила интеграции

Увидев слово «интеграция», мы обычно думаем о детях-инвалидах, которые учатся в обычных школах, или о мигрантах, которые должны найти свое место в новом обществе. Таким образом, речь всегда идет о том, чтобы совместить различные вещи таким образом, чтобы каждая из них получила то, что ей причитается. Гордон Ньюфелд определяет интеграцию как общность, совместность без утраты индивидуального, самобытность. Посредством интеграции «либо – либо» превращается в «и то, и другое».

Когда мы говорим об интеграции на уровне общества, то, пожалуй, мы ведем речь о самой высокоразвитой и тонкой

ступени интеграции. Кто же не пожелает этого для своего ребенка? Феномен интеграции, в самом деле, имеет большое значение во многих сферах.

Уровни интеграции

Сенсорная интеграция

Интеграция начинается уже у новорожденных на уровне восприятия с помощью органов чувств: их мозг учится, к примеру, сводить воедино – то есть интегрировать – слегка различающиеся картинки, получаемые от левого и правого глаза. Это значит, что из кажущегося противоречия между двумя разными картинками образуется нечто новое, в чем каждая из частей находит свое место. Из этого интегративного достижения развивается перспектива – пространственное зрение и восприятие глубины. Интересно, что описанные далее, более высокие формы интеграции могут развиваться лишь после того, как начала работать сенсорная интеграция.

Когнитивная интеграция

Июль. Разгорячившиеся после прыжков на батуте Маттиас и Лиза вбегают в дом. «Папа, мы ужасно хотим пить!» Их папа Бенджамен приносит детям бутылку, в которой сока осталось на самом доньике. Он разливает сок поровну в два больших стакана. «Папа, этого слишком мало!» – громко протестует Лиза. Папа недавно прочел нечто интересное о когнитивной интеграции и хочет это проверить: вместо второй бутылки сока он приносит маленький

узкий стаканчик. «Смотри, Лиза, я налью тебе больше», – и переливает сок из большого стакана в маленький. Сока больше не стало, но стакан выглядит полным. Трехлетняя Лиза удовлетворенно хватается за стакан. Маттиас, которому уже пять с половиной, улыбается: «Папа, сока не стало больше, ты же просто перелил!» Папа смеется: «Да, и ты уже так вырос, что замечаешь это. Я просто пошутил, у нас есть еще сок».

Лиза пока не может свести воедино когнитивные концепции количества сока и размера стакана, а вот Маттиас уже способен к этому достижению, называемому когнитивной интеграцией. Швейцарский специалист по психологии развития и теории познания Жан Пиаже детально исследовал этот феномен на собственных детях. Лишь постепенно, в процессе созревания, дети обретают способность понимать, что можно рассматривать одно и то же событие в разной перспективе и что для двух различных точек зрения может существовать общее решение.

Эмоциональная интеграция

«Это мой мяч!» – трехлетняя Лиза с яростью дает мячом по голове соседскому мальчику. Мальчик ревет, Сильке – мама Лизы – спешит к ним, Лиза в ярости кричит ей: «Мама, мой мяч!» Сильке опускается на колени возле своей свирепой маленькой дочери и обнимает ее. «Да, это твой мяч. Но

ты только посмотри, как теперь плачет малыш!»
Лиза оборачивается, и на ее личике вместо ярости
проступает сочувствие. «Ох, маленький плачет!» –
говорит она «материнским» тоном и гладит соседского
ребенка по голове.

Многие эмоции, в том числе фрустрация и участие, представлены уже у маленьких детей – но, к сожалению, пока еще не одновременно. «Либо – либо» пока не может смешаться в «и то, и другое».

Определяюще важной как для теории Ньюфелда, так и для психологии развития в целом, является способность к эмоциональной интеграции, т. е. способность переживать смешанные чувства. У детей эта способность развивается – самое раннее! – между пятым и седьмым годами жизни. Ни один ребенок дошкольного возраста не скажет вам: «У меня нет однозначного мнения по этому вопросу» или «Ну, не знаю – с одной стороны мне бы хотелось пойти в садик, а с другой – нет». Он либо хочет в садик, либо нет – посередине ничего нет. Оба состояния могут переживаться одно за другим и поочередно, но не одновременно.

Эта одновременность, т. е. настоящее смешение чувств, является тем, что удерживает нас, зрелых людей, от многих импульсивных действий, бездумно совершаемых дошкольниками. Уже у маленьких детей можно наблюдать, как, например, смешение восхищения и страха ведет к бессознательному колебанию. Но именно способность активно уравни-

новешивать различные чувства и принимать сознательное решение представляет собой решающий шаг в развитии.

Как все мы знаем, развитие этой способности происходит на протяжении всей жизни. У взрослых также имеется некая точка, в которой чувства настолько сильны, что нам больше не удастся смешивать их с другими. Тогда гнев, разочарование, восторг или страх могут возобладать, и мы буквально теряем равновесие. С нашими малышами это происходит постоянно.

Путь к становлению, адаптации и интеграции

Итак, вот три способности, которые создают возможность успешной человеческой жизни – успешной в смысле раскрытия полного личностного потенциала. Главным в этих трех качествах является то, что они потенциально заложены в каждом ребенке. Однако развиваются они лишь с течением времени, в ходе процесса созревания.

Еще раз: каждый ребенок обладает этим потенциалом – независимо от прочих его способностей. Это означает, что способность к созреванию не имеет ничего общего с наследственностью. Это не врожденные качества, маленькие дети ими не обладают. Этим качествам нельзя обучить, им нельзя научиться, как бы ни пытались иные люди это утверждать и пытаться это проделать. Способность в момент гнева из-за опрокинутой башни не лупить почем зря, а задуматься о последствиях – это не то, чему можно научиться. Эта способность – результат успешного процесса созревания.

Разница между дрессировкой и созревaniem

Маттиас пылко обнимает маму, возвращаясь домой к обеду. Сбрасывая обувь, вешая куртку на крючок, кидая сумку на полку – и находясь на пути в ванную, где он будет мыть руки перед едой, Маттиас уже начинает говорить, рассказывать ей обо всем, что он пережил за день.

Мысленно он сейчас никак не связан со своей обувью, курткой, сумкой, мытьем рук – это просто привычки, которые его мама давно и, скорее всего, в игровой форме ввела в семейную жизнь. Маттиас действует так не потому что он – зрелый человек. До тех пор, пока он не осознает пользу порядка, четкие правила и ритуалы помогают приятно организовать быт. Это имеет смысл и практично во многих отношениях, но тут есть свои границы.

«Э-э... и-извинни!» – несколько вымученным голосом тянет Дженнифер, протягивая Томасу руку, торопливо пожимает его руку и убегает.

Она не испытывает ни тени раскаяния, но научилась проводить этот ритуал, чтоб избежать взбучки. Здесь грань между «хорошими манерами» и воспитанием лицемерия очень тонка.

Можно, конечно, и совсем маленьких детей научить вести себя определенным образом и даже лицемерно изображать определенные чувства (например, раскаяние). Строгое воспитание также может привести к тому, что страх негативных последствий будет преобладать над всеми прочими чувствами. Но даже если дети ведут себя желательным образом (по крайней мере, пока они полагают, что за ними наблюдают, и испытывают от этого сильный страх), это не то же самое, что истинная внутренняя зрелость.

Подлинная эмоциональная интеграция означает, что различные чувства, различные мыслительные концепции или мировоззрения могут быть ценны и действенны в равной степени; что уместное поведение является результатом не привычки или страха, но представляет собой победу во внутренней борьбе различных импульсов. Только когда ребенок преодолеет эту ступень развития, он сможет проявить себя в новых условиях, развивая спонтанную этику и истинную человечность вместо того, чтобы тупо следовать правилам и «действовать по инструкции».

Заключение

Зрелость не дается при рождении и не наследуется, но, как плод, является результатом постепенного процесса, который разворачивается самостоятельно, если это позволяют условия. Способности к становлению, адаптации и интеграции не развиваются автоматически. Для маленьких детей импульсивное поведение «нормально». Поэтому имеет смысл удобно организовывать их и наш быт с помощью правил и ритуалов. Но мы не можем воспитать в них зрелость.

Часто встречающийся предрассудок: «Не учили, куда поперек лавки ложился, а во всю вытянулся – не научишь».

Важнейшее правило: садовник заботится о хороших условиях, а рост доверенных ему растений происходит без его вмешательства.

Глава 2

Концепция привязанности

Каждый, действительно каждый ребенок, независимо от его интеллекта и прочих талантов, приходит в этот мир, обладая потенциалом, который может реализоваться в ходе его наполненной жизни. Раскроются ли такие заложенные в нем свойства, как становление, адаптация и интеграция (см. гл. 1), зависит большей частью от того, найдет ли он подходящие для этого условия. Мы узнаем больше об этих условиях в главах 3 и 4. Однако абсолютно необходимой для полного развития этих качеств является возможность ребенка установить глубокую привязанность к по меньшей мере одному человеку.

Что понимают под глубокой привязанностью?

Слыша о привязанности, вы, вероятно, спонтанно думаете о том, что происходит между матерью и ребенком сразу после родов: новорожденный открывает глаза, ищет зрительный контакт с матерью, возможно, впервые сосет ее грудь и при этом пристально смотрит ей в глаза. Это установление контакта, по-английски называемое *bonding*, само по себе прекрасно – но это лишь крошечная часть того, что составляет привязанность.

Привязанность, если рассматривать ее вне межчеловеческих отношений, по сути, является одним из основных принципов нашей общей вселенной: электроны привязаны к ядру, кварки, будучи связаны, роятся друг вокруг друга, планеты вращаются вокруг солнца, у последнего имеются свои связи в спиральных туманностях всей галактики – все основывается на привязанности, и без силы притяжения, нашей привязанности к Земле, мы были бы лишены всяческой опоры. Привязанность между детьми и родителями – это своего рода особый физический случай. Она действительно очень специфична.

В ходе эволюции животного мира млекопитающие стали первыми, у кого нашла применение концепция теплокровия. В то время, как амфибии и рептилии – кроме редких ис-

ключений – предоставляют потомство самому себе, которое обычно в состоянии сразу самостоятельно выживать, у млекопитающих (и птиц) это происходит принципиально иначе. Детеныши млекопитающих появляются на свет в поразительно беспомощном состоянии и поначалу для роста и развития нуждаются в специальной, производимой исключительно их матерью, питательной жидкости. В соответствии с этим фактом весь вид получил свое название.

Чтобы эта своеобразная конструкция могла функционировать, природа должна была изобрести еще нечто, что обеспечит детенышам близость их родителей и надежно удержит родителей от того, чтобы бросить их беспомощное, зависимое потомство на произвол судьбы или даже слопать как лакомство. В связи с этим как у детенышей млекопитающих, так и у их родителей появились мощные инстинкты, которые можно наблюдать у всех представителей вида, включая людей. Также у птиц был подмечен похожий принцип, хотя единственными известными науке птицами, производящими в зобу сравнимый с молоком секрет, являются голуби. Зато у птиц отец зачастую играет равноправную или даже преобладающую роль в заботе о потомстве. Модели сосуществования разнообразны, но у всех этих видов есть нечто общее.

Детеныши ничего не хотят так, как оставаться вблизи матери или родителей, и получать от них тепло и заботу. Гордон Ньюфелд называет этот порыв стремлением к близости.

Это мощнейшее стремление к близости проявляется у людей настолько сильно и до такой степени пронизывает всю нашу жизнь от колыбели до смертного одра, что науке понадобилось значительное время, чтобы вообще обнаружить это влечение. Стремление к близости у наших детей по интенсивности превосходит все остальное, даже потребность в пище и безопасности.

Человеческие детеныши приходят в мир совершенно «ручными» и беспомощными и из-за особенностей развития человеческого мозга, приспособленного к обучению на протяжении всей жизни, сравнительно долго они требуют очень много заботы и помощи.

Необходимость пребывать на руках и получать внимание и заботу от одного из старших членов вида настолько инстинктивно сильна, что все дети в мире спонтанно издают крик ужаса и паники, когда их оставляют в одиночестве, особенно в темноте. В наше время постепенно приживается понимание того, что это – не злой каприз природы, цель которого – испортить родителям уютный вечер, а основополагающий инстинкт, благодаря которому стало возможным выживание человечества. Еще совсем недавно в эволюционном смысле ребенок, позволяющий оставить себя в темноте, вдали от общего очага, и крепко спящий всю ночь напролет, попросту не выжил бы. Он был бы немедленно сожран, или забыт, или замерз бы, или погиб бы по иной причине.

Во взрослых заложен ответный эквивалент этому интен-

сивному детскому стремлению к близости: матери или оба родителя больше всего желают быть вблизи своего потомства. И они хотят наилучшим образом его обеспечивать, часто за счет невыразимых жертв или даже самопожертвования. До тех пор, пока мы сохраняем хотя бы искру контакта с собственными эмоциями, мы находим младенцев неотразимо милыми, нам хочется взять их на ручки, потискать и защитить. Именно поэтому в настоящее время, к примеру, в канадских школах на занятия к детям с поведенческими нарушениями и сильно очерстневшими чувствами приносят младенцев и детенышей животных (этот проект называется «Babywatching» – «наблюдение за малышом», его сейчас пытаются внедрять в Москве. – *Прим. ред.*). Даже дети, которые в значительной степени утратили доступ к собственным чувствам нежности и заботы, обычно не могут противостоять очарованию малышей и таким образом открывают для себя заново мягкую сторону своей души.

Свойства привязанности

Феномен привязанности не ограничен нами, людьми, он не ограничен также ни миром животных, ни даже самой жизнью. Привязанность является тем, что как в субатомарном, так и в космическом масштабе, начиная от силы притяжения, магнетизма, химии и вплоть до любви, удерживает глубинную целостность нашего мира.

Мы, люди, будучи млекопитающими, предрасположены к привязанности, к связи с другими людьми. Эта потребность настолько сильна и вездесуща, что на нее долго не обращали внимания и не изучали. Я представляю себе это так: привязанность для нас – то же, что вода для рыб. Даже если бы рыбы могли думать, им не пришло бы в голову задумываться о существовании воды. Вода всегда тут, а думающая рыба, оказавшаяся на суше, уже вряд ли сможет сообщить о своем опыте. Рыбы без воды умирают, а без возможности привязанности действительно умирают дети. Именно поэтому нам необходимо знать и понимать свойства этого мощнейшего инстинкта привязанности.

Привязанность полярна

Как все в нашей Вселенной, привязанность включает в себе противоположности. Восхищение может превратиться

в презрение, подражание в сопротивление, любовь в ненависть.

Противоречивость этих полюсов может быть преодолена с помощью интеграции. Как мы увидели в главе 1, эта способность к интегрирующему преодолению полярности является плодом длительного развития. Маленькие дети в этом отношении еще весьма «односторонни». Если папа сегодня – герой дня, то только папа может помогать чистить зубы, читать книжку и петь колыбельную: «Мама, уходи! Пусть папа!» (или наоборот). Однако и для некоторых взрослых мир остается разделенным на белое и черное, крайне полярным образом. У них тогда в придачу к любимой футбольной команде обязательно будет и особо ненавистная команда-соперник. Никто в мире не будет им казаться столь отвратительным и мерзким, как бывший партнер, – до тех пор, пока разрыв отношений не будет внутренне по-настоящему интегрирован.

Позитивный полюс привязанности	Негативный полюс привязанности
Стремиться быть вместе	Дичиться, избегать
Устанавливать контакт	Не идти на контакт
Стараться понравиться	Отчуждаться, отдаляться
Почитать, смотреть снизу вверх	Смотреть свысока
Относиться с вниманием и прислушиваться	Игнорировать и пренебрегать
Подражать и брать пример	Издеваться и передразнивать
Претендовать на обладание	Не признавать своим, отталкивать
Быть верным, лояльным	Принимать чужую сторону и предавать
Высоко ценить, дорожить	Обесценивать, презирать
Стараться заслужить расположения	Высмеивать, унижать
Хотеть помочь, стараться	Саботировать
Хотеть быть значимым	Обесценивать
Хотеть порадовать	Досаждать
Стремиться подружиться	Сторониться, избегать
Любить	Испытывать отвращение
Делиться секретами и хранить секреты других	Не делиться своими секретами и сплетничать

Иллюстрация 1. Полярность привязанности

Если мы будем помнить о полярности в восприятии, мышлении и особенно в чувствах детей, то мы наверняка сможем спокойнее относиться к их порой резким и категоричным реакциям. Кроме того, мы сможем использовать силу полярности, чтобы самим оказаться на правильном полюсе привязанности и осознанно выстраивать мосты к другим значимым для ребенка людям. Так возникает своего рода «деревня» привязанности, в которую включены все люди, к которым привязан ребенок и которые находятся на положительном полюсе привязанности. Проявления негативного полюса

са привязанности – отталкивание, настороженность, дистанцированность, будут проявляться по отношению к людям, не входящим в деревню привязанности ребенка. Это естественный защитный механизм, за счет которого люди, заботящиеся о ребенке и несущие ответственность за него, являются одновременно и теми, на кого ребенок ориентируется.

Привязанность иерархична

Свою куртку Маттиас уже умеет надевать самостоятельно, но со шнурками еще бывают проблемы. «Папа, поможешь мне завязать ботинки?» – спрашивает Маттиас. Папа охотно помогает ему, после чего удовлетворенно наблюдает, как Маттиас с родительской щедростью обращается к своей маленькой сестре: «Иди, Лиза, я застегну тебе курточку!»

Привязанность является сильнейшим инстинктом «социальных» млекопитающих и человека. Задача этого инстинкта – устроить так, чтобы беспомощное потомство автоматически искало и принимало защиту, руководство и ориентировку. Одновременно привязанность обеспечивает желание и готовность ответственных взрослых предоставлять защиту, задавать направление, осуществлять руководство. Поэтому существуют две формы в привязанности, идеально дополняющие друг друга. Гордон Ньюфелд обозначает их как

привязанность в «зависимой позиции» и привязанность в «альфа-позиции»..

Иллюстрации 2 и 3 показывают зависимость привязанности ребенка к ответственному за него взрослому, что дает возможность последнему осознать заботливую ответственность, присущую его альфа-позиции.

Что совершает привязанность	Позволяет нам (взрослым)
Создает иерархический порядок в паре	Брать на себя ответственность за детей
	Заботиться о детях
	Пользоваться естественным авторитетом
Внушает любовь и терпение	Любить детей и относиться к ним с терпением
Создает ощущение дома	Давать детям покой, отдых и утешение

Иллюстрация 2. Привязанность облегчает зависимость

Что совершает привязанность	Позволяет нам (взрослым)
Создает ориентир	Управлять вниманием детей, руководить ими, направлять их, передавать им свои ценности
Активирует инстинкты близости	Удерживать их вблизи
Рождает желание быть хорошим для тех, к кому привязан	Обладать доверием детей, их преданностью

Иллюстрация 3. Привязанность помогает действовать

Только сочетание обеих форм привязанности делает возможным успешное развитие потомства.

Понятие иерархии, несколько сомнительное в то время,

когда демократия и равноправие имеют (справедливо!) высокую ценность, не должно нас тревожить. Взаимодействие зрелых взрослых демонстрирует нам, что иерархии не являются застывшими. Они изменяются в зависимости от ситуации: при демократии, к примеру, – в зависимости от результатов выборов; в личных отношениях между взрослыми – в зависимости от требований, ответственности, распределения компетентности и резерва сил. Когда вы в полном истощении после долгого рабочего дня приходите домой и надеетесь, что ваш партнер побеспокоился об ужине, в этот момент вы желаете, чтобы он взял на себя ответственность, а вы могли бы позволить позаботиться о вас, принимая «зависимую позицию». Но если вы обнаруживаете партнера на диване с гриппом и высокой температурой, вы автоматически внутренне переключаетесь, вытесняя вашу собственную усталость на задний план (возможно, на время даже переставая ее ощущать), и, в первую очередь, делаете все необходимое для партнера. Таким образом, иерархия в контексте психологии развития обозначает следующее: кто принимает на себя ответственность и тем самым берет на себя роль альфы?

Будет ли развитие наших детей протекать без помех, зависит от того, чувствуют ли они себя защищенно и безопасно. Взятие на себя альфа-роли по отношению к родителям превосходит их силы, поэтому нам, взрослым, на протяжении длительного времени принадлежит отчетливая альфа-функция (см. гл. 4). Мы – это те «большие», которые заботятся,

которые несут ответственность и задают ориентиры, неизменно осознавая: именно эта защищенность насыщает нашего ребенка так, что в нем просыпается желание дерзать – «сам, один!» Чем больше защищенности мы даем, тем сильнее разворачивается в ребенке естественное стремление к независимости и самостоятельности.

Привязанность делает уязвимым

Однажды Гордон Ньюфелд услышал, как его младшего сына Брейдена, которому тогда было 6 лет, старшие дети дразнили на спортивной площадке. «Ха-ха, хочешь в футбол играть? Да ты же просто глупый младенец!» Гордон Ньюфелд бросился было на защиту, но услышал, как Брейден спокойно ответил: «Нет, я не младенец. Мой папа сказал, что я футболист».

Нападение чужих детей не смогло уязвить Брейдена, потому что ему было гораздо важнее, что о нем думает его отец. **Глубокие доверительная привязанность защищает нас.** И, разумеется, наоборот: уничижительный приговор отца уязвил бы Брейдена в самое сердце. **Глубокая доверительная привязанность делает нас уязвимыми:** человек, к которому мы больше всего привязаны и которому доверительно раскрыли наше сердце, именно по этой причине обладает силой глубже всего ранить нас. Таким образом, привязанность наших детей к нам накладывает на нас боль-

шую ответственность.

По этой же причине обсуждения в рамках психотерапевтической проработки проблем взрослых людей почти неизменно крутятся вокруг их близких, и речь снова и снова идет об отце и матери. Каждому из нас самые глубокие раны были нанесены в раннем детстве теми людьми, к которым мы были зависимо привязаны, иначе и быть не может. Это обстоятельство не является указанием на то, что семья не работает как модель, оно вытекает из уязвимости, обусловленной привязанностью. Если ребенок растет не в семье, а в приюте, кибуце или другом учреждении, он точно также будет страдать от душевных ран.

Несмотря на все наши усилия, мы не сможем воспрепятствовать тому, что наши дети иногда будут обижаться на нас. Риск быть уязвленным естественным образом является продолжением чувства защищенности и радости, вытекающими из глубокой привязанности. С одной стороны это свойство привязанности должно призывать нас особенно бережно относиться к нашим детям, с другой же стороны, мы можем расслабиться: речь не идет о том, чтоб мы были всегда идеальны и наши дети бы никогда не обижались на нас. Решающим является то, что наш ребенок в целом (или снова) может позволить себе в привязанности к нам сохранять (или обрести вновь) душевную открытость и мягкость. Тогда он сможет со временем обрести зрелось и раскрыть свой личностный потенциал.

Рост и уровни привязанности

Если мы будем рассматривать три ключевые цели развития, представленные в первой главе, – **становление, адаптацию и интеграцию** – как мощные побег растения, которое развивается и плодами которого являются зрелые действия ребенка, то становится ясно: такое растение нуждается в корнях. Этими корнями и является привязанность. Ребенок в первые годы жизни протягивает эти корни к тем взрослым, которые о нем заботятся.

Я сознательно говорю здесь о «взрослых, которые заботятся», а не о родителях, поскольку интересным образом детский мозг при появлении в этом мире не имеет четкого представления или установки относительно того, как должны выглядеть лица, к которым он выстроит привязанность. Конечно, ребенок на протяжении девяти месяцев воспринимает сердцебиение, голос, эмоции родной матери и физически связан с ней через пуповину. Поэтому он всегда воспринимает отделение от матери как болезненное, драматическое изменение, но в первые месяцы после рождения мозг ребенка относительно открыт для установления привязанности к другому лицу.

Начало современным исследованиям привязанности было положено еще в пятидесятых годах Джоном Боулби. Но только Гордон Ньюфелд, канадский специалист по психоло-

гии развития, обнаружил, что ребенок – в идеале в первые шесть или семь лет жизни, хотя для этого никогда не может быть слишком поздно, – погружает все более глубокие корни привязанности в, так сказать, «материнскую почву».

Развитие ребенка предрасполагает его к формированию у него убрать модели привязанности к (по меньшей мере) одному лицу вплоть до максимальной глубины. Первые привязанности служат далее масштабом и образцом для всех последующих и более поздних привязанностей. Очарование различных ступеней развития состоит в том, что ребенок не просто привязывается все глубже и со все более растущим доверием; глубокая степень привязанности одновременно дарит ему все больше свободы в развитии его личности. Это означает: глубокие привязанности – даже если, а может быть, именно потому, что они делают нас уязвимыми, – являются необходимой предпосылкой пробуждения индивидуальности.

1. Привязанность на уровне ощущений

Когда моему первенцу была неделя, к нам в гости пришли друзья, которые захотели поддержать новорожденного на руках. Вольфганг, мой друг, заметил, что хотя младенец не протестовал, но его тельце напрягалось – он явно тянулся вправо, туда, где сидела я. Вольфганг пересел – и ребенок потянулся

влево. То есть ему было ни в коем случае не все равно, где он был, даже если он не протестовал, поскольку слышал мой голос.

Примерно шестью неделями позже у меня было очень важное дело, и моя мама приехала, чтобы побыть с ребенком, которого до этого коротко видела два или три раза. Когда я вернулась, бабушка и внук были измучены – ребенок на протяжении двух часов кричал почти без перерыва. Я очень испугалась – я не понимала, чему я его подвергаю.

Новорожденный совершенно беспомощен и не может выжить без физической близости взрослого. Поэтому он привязывается на физическом уровне, он хочет ощущать, обонять, видеть, чувствовать на вкус, как минимум слышать свой объект привязанности. Как только восприятие перестает быть возможным, ребенок впадает в беспокойство и стремится восстановить привязанность. При этом он отчетливо предпочитает свой основной объект привязанности. Есть, однако, глубокий смысл в том, что младенец, когда он не голоден, не устал и не страдает от боли, как правило, без протеста позволяет передавать себя другим взрослым или старшим детям. Такой маленький ребенок все равно целиком и полностью зависит от защиты всех, с кем он соприкасается, поэтому вполне разумно, что младенцы поначалу проявляют доверие по отношению ко всем, с кем сталкиваются. Лишь к пятому месяцу появляется реакция настороженности, о которой мы поговорим в главе 4.

2. Привязанность на уровне похожести

Всякий раз, как мой муж уезжал на несколько дней, наш тогда двухлетний сын на второй день начинал играть «в папу». Он брал свой игрушечный мобильный телефон и начинал ходить туда-сюда, говорить и жестикулировать так, как это делает мой муж. Это выглядело так, будто он пытался вернуть папу, сам становясь папой.

В течение первого года жизни у ребенка развивается способность ходить и бегать, удаляясь таким образом от матери. Привязанность, базирующаяся исключительно на физическом контакте, служила бы теперь препятствием, ограничивая пространство для развития. Весьма подходящим образом в этой фазе начинается вторая ступень привязанности: привязанность через похожесть. Наши годовалые и двухлетние дети, как маленькие попугайчики, все за нами повторяют. Сильное стремление к копированию служит, кроме всего прочего, еще и основанием для развития речи: ребенок учится говорить, повторяя за взрослыми звуки, и методом проб и ошибок определяет, какие сигналы к каким событиям приводят. Двухлетний ребенок может оставаться внутренне связанным со значимым для него человеком, будучи таким, как этот человек. Если папа отсутствует и ребенок по нему скучает, может здорово помочь, если мама даст ему папин

шарф или папину обувь, позволит ему сидеть на папином стуле и т. д. Будучи таким, как папа, и играя в него, ребенок «возвращает» папу и удерживает отношения, невзирая на внешнюю разлуку.

3. Привязанность на уровне принадлежности и преданности

«Папа, у нас красивая машина! Я помогу тебе помыть нашу машину».

Примерно к трем годам ребенок обнаруживает, что он отличается от других людей, даже от собственных родителей. В этой фазе проявления собственной воли начинается новая ступень привязанности: ребенок не обязательно хочет быть точно таким же, но он желает быть причастным, помогать, присутствовать, и он заявляет довольно серьезные претензии на обладание. У него появляется чувство «моего» и (нередко поначалу слабое) «твоего». «Это наша машина, тебе нельзя ее трогать!» Дети в этой фазе – маленькие рыцари. Они хотят быть на нашей стороне, помогать, быть причастным, и ничто не ранит их больше, чем когда мы все это отвергаем.

4. Привязанность на уровне значимости

В 2 или 3 года маленький Маттиас гордо демонстрировал тете Сабрине свои каракули: «Смотри, что я нарисовал!» Примерно в четыре года – если развитие протекает идеально – Маттиас начинает придавать значение тому, чтобы его рисунок нравился тете. «Сабрина, тебе нравится мой рисунок?»

Ребенок хочет не только быть частью происходящего, он хочет не только походить на нас и, конечно, быть физически связанным с нами. Приобретенная ребенком высокая степень индивидуализации ведет к желанию, чтобы его ценили именно за его своеобразные особенности, за его вклад, за то, чем он является.

Дети в этом возрасте обожают истории о том, как это было прекрасно, когда они появились на свет, и как бабушка радовалась, и что сказала тетя Сабрина, увидев маленького Маттиаса в первый раз. Они весьма чувствительны к похвале и критике, их, соответственно, очень легко задеть. Они желают не просто участвовать – необходимо, чтобы другие видели и признавали их личность. Если ребенок на этой ступени привязанности слишком часто чувствует себя отвергнутым, обесцененным и раскритикованным, возникает опасность застревания в данной точке или даже регресса к при-

вязанности через принадлежность и преданность. Если же на данном уровне ребенок имеет достаточно уверенности в себе и подтверждения своих достоинств, он открывается для следующего, еще более глубокого – и вместе с тем еще более уязвимого, – уровня привязанности.

5. Привязанность на уровне эмоциональной близости, любви

«Мама, я так тебя люблю!» Пятилетний Маттиас сияет, выбегая навстречу маме. В руке он держит пару полевых цветков, которые он сорвал для нее.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.