

*Игнатенко Евгений Романович*

студент

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет

телекоммуникаций и информатики»

г. Новосибирск, Новосибирская область

## **РАССТРОЙСТВО ПРИВЯЗАННОСТИ У ДЕТЕЙ**

*Аннотация:* в статье рассмотрено понятие привязанности, а также проблема расстройства привязанности у детей и методы их коррекции.

*Ключевые слова:* воспитание детей, привязанность, расстройство привязанности, нарушение привязанности, отношения в семье, коррекция поведения, неблагополучные семьи, материнская депривация.

Почему следует насторожиться, если ребенок готов уйти с малознакомым человеком, не отличает близких людей от посторонних и ликующе называет всех женщин «мама»? Или наоборот, излишне холоден, не проявляет доверия к близким людям, скрытен?

Чувство привязанности является наиважнейшей частью жизни в семье. Если обратиться к определению, привязанность – это взаимный процесс образования эмоциональных связей между людьми. В норме чувство формируется сначала к матери или человеку, ее замещающему, а позже и к другим значимым взрослым. Именно привязанность учит ребенка строить отношения с другими людьми во взрослой жизни, она также закладывает фундамент для будущего ребенка, помогает ему обрести уверенность, здоровую самооценку, а главное – способность доверять. Помимо этого, чувство привязанности, приобретенное в младенческом возрасте, закладывает основу социальной адаптации ребенка в обществе.

Дети, оторванные от семьи и находящиеся в детских учреждениях без значащих для них взрослых, либо дети, растущие в неблагополучных семьях, подвержены психическому нарушению, называемому «расстройство привязанности», которое развивается в результате отсутствия тесного эмоционального

контакта с близким человеком. У ребенка появляются поведенческие нарушения, агрессия, боязливость, настороженность. Такие дети испытывают трудности при общении и установлении взаимоотношений со сверстниками, не желают вступать в контакт со взрослыми, сторонясь их. Или же, наоборот, не проявляют настороженность к незнакомцам, неразборчивы в выборе друзей, не делят людей на «своих» и «чужих», проявляют ласку к посторонним людям с целью «добрать» необходимые ощущения. Кроме того, из-за условий жизни у детей часто наблюдается сенсорная депривация, которую можно описать, как «обедненная среда». То есть ребенок живет в условиях, в которых он не удовлетворяет потребность в сенсорных стимулах.

Уязвимые группы детей, подверженные расстройству привязанности:

– дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей и находящиеся в детских учреждениях;

– дети с психическими заболеваниями;

– дети из неблагополучных семей, в которых родители злоупотребляют наркотиками, алкоголем или же склонны к насилию;

– дети, в семье которых один из родителей продолжительное время испытывает психоэмоциональный стресс, депрессию, особенно послеродовую, не принимает ребенка, не удовлетворяет его базовые потребности, и при этом нет человека, его заменяющего;

Процесс формирования привязанности младенца к родителям начинается с момента его рождения. Первый год жизни – наиболее важный период для формирования здоровой привязанности, в это время крайне важен максимальный контакт взрослого с младенцем. Маленькому ребенку, чтобы получить защиту, необходимо находиться рядом со значимым взрослым, то есть с человеком, рядом с которым ребенок чувствует себя в безопасности, развивается, получает знания о себе и о мире. Если ребенок теряет с ним контакт, он может погибнуть. Таким образом, главная задача этого этапа – формирование у ребенка доверия к близким людям. У детей формируются привязывающие модели поведе-

ния: жесты и сигналы, которые обеспечивают и поддерживают их близость к взрослому человеку.

Одним из таких сигналов является плач – единственный доступный новорожденному способ подать сигнал взрослому о том, что его что-то беспокоит. Откликаясь на плач, спеша на помощь, родители снова и снова показывают ребенку, что он в безопасности. Еще один привязывающий сигнал – улыбка малыша, которая вызывает у взрослых состояние эйфории, родителям хочется делать все больше и больше, лишь бы ребенок улыбнулся еще раз. Другими привязывающими действиями являются лепетание, сосание, цепляние и следование.

В норме цепь взаимоотношений младенца с родителями должна выглядеть следующим образом: мне плохо – я плачу – приходит родитель – мне хорошо. Когда у маленького ребенка или младенца возникает какая-либо физическая или эмоциональная потребность, которая не восполняется, цепь нарушается, и малыш начинает терять доверие к взрослым. Дети с расстройством привязанности не развиваются физиологически, умственно и эмоционально, часто наблюдается задержка роста и веса, дети становятся безразличными к окружающему миру. Одно из частых осложнений расстройств привязанности – задержка психического развития. Так как у ребенка отсутствует близкий контакт со взрослым, снижается познавательный интерес: младенец не тянется за любимой игрушкой, не следит глазами за яркой погремушкой, не поворачивает голову на голос родителя, у ребенка отсутствует стремление установить речевой контакт, нет возможности копировать мимику и жесты родителей. Развивается отставание мышления, активного внимания и речи. Если вовремя не диагностировать расстройство привязанности, возникает социальная дезадаптация – полная или частичная потеря ребенком способности адаптироваться к условиям социума. Отклонения в поведении становятся чертами характера, появляются эмоциональные и волевые нарушения, у подростков развиваются неврозы, психопатии, наблюдаются девиантные формы поведения.

Существует несколько способов преодоления расстройства привязанности. Все они направлены на построение благоприятной воспитательной среды внут-

ри семьи и на психологическую коррекцию внутрисемейных отношений. Главную роль в терапии играют родители ребенка или люди, их замещающие. Именно они должны создать для ребенка безопасную обстановку, в которой он получит опыт здоровых отношений, поймет, что на взрослых можно положиться, и начнет доверять им.

Наиважнейшим этапом построения доверительных отношений является формирование адекватной картины семьи. Для ребенка чрезвычайно важно ощущение, что его интересы и чувства значимы для взрослых и учитываются при принятии каких-либо решений. Ребенок должен осознавать, что может открыто говорить о своих потребностях, которые будут по возможности удовлетворяться.

Для коррекции поведенческих проблем необходимо установить четкие границы дозволенного, которые будут доступны для выполнения и понимания ребенку и поставят в рамки его поведение, которое родители считают недопустимым. В данном случае этих границ должен придерживаться ребенок с расстройством привязанности и все члены его семьи. Чтобы искоренить последствия, которые были вызваны нездоровыми отношениями в семье или же отсутствием семьи, родители должны иметь достаточно сил и терпения. Пройдет немало времени, прежде чем ребенок научится формировать теплые и тесные отношения с окружающими людьми.

Стоит отметить, что родители должны быть последовательны в своем поведении и отношении к ребенку, важно не наказывать его за проступки, а показывать ему последствия его действий. Например, если ребенок не хочет убирать свои машинки, какое-либо наказание не будет понятным последствием для ребенка. Гораздо лучше, если он прочувствует на себе, чего он лишился, выбирая такую модель поведения. Естественным наказанием в данном случае будет ситуация, когда мама не успела сделать с ребенком то, что входит в повседневный ритуал и очень ему нравится, например, почитать сказку перед сном. Обязательно акцентировать внимание, что мама не успела, потому что пришлось убирать за ним машинки, наводить порядок. Также необходимо предоставить ребенку возможность

самому отвечать за свои поступки, предупреждая о последствиях его поведения. Допустим, вы сказали, что если ребенок не уберет в книжном шкафу, то все небранные вещи будут выкинуты. В таких случаях необходимо придерживаться своих слов, и вещи следует именно выкинуть, а не спрятать. Слова и действия взрослого должны быть последовательными и закономерными, только так можно построить доверительные отношения с ребенком.

У приемных детей, попавших в семью после детского учреждения, зачастую отсутствует положительный опыт построения взаимоотношений в семье, очень важно помочь им научиться устанавливать доверительные отношения со взрослыми. Важно дать понять ребенку, что теперь он часть семьи, постоянно использовать такие фразы, как «наш сын», «наша дочь», «часть нашей семьи», чаще повторять: «Мы – твои родители».

Можно выделить несколько основных моментов поведения, помогающих ребенку сформировать положительные взаимоотношения со взрослым:

- говорить с ребенком спокойно;
- смотреть ребенку в глаза, а в случае, если он отворачивается, перемещаться так, чтобы взгляд был направлен на вас;
- удовлетворять нужды ребенка, а если это невозможно, объяснить причину;
- обращать внимание на чувства, эмоции, настроение ребенка. Давать понять, что его ощущения важны для вас;
- предупреждать о длительной разлуке даже маленького ребенка. Иначе он может потерять опору в родителе, доверие и ощущение безопасности;

Большую роль в построении доверительных отношений и привязанности играет телесный контакт между взрослым и ребенком. В основном дети с расстройством привязанности имеют негативный опыт взаимодействия с взрослыми, это часто бывает из-за пережитого физического или сексуального насилия. Нецелесообразно навязывать телесный контакт ребенку против его воли, лучше предложить некоторые игры, направленные на развитие этого контакта. Популярны такие игры, как ладушки, пальчиковые игры. Полезно проводить время с ребенком, используя такие виды деятельности: расчесывание волос родителю и

ребенку, поощрительное похлопывание по плечу, массаж. Если ребенок еще совсем мал, кормя из бутылочки, лучше держать его на руках, смотреть малышу в глаза.

Еще одно мощнейшее средство для общения с детьми – сказкотерапия, иными словами, терапевтическая сказка – метод, когда используют сказку с целью решения задач в области воспитания, образования. Она показывает ребенку пути решения некой проблемы и подбирается, исходя из ситуации, требующей коррекции. Лечебная сила появляется в сказке, когда ключевая проблема аналогична проблеме ребенка. После прочтения очень важно обсудить сказку, обратить внимание на то, как герой справился с проблемой, предложить новые пути решения. Дети, слушая сказку, воспринимают ее не только на сознательном, но и на бессознательном уровне, проецируют на себя все происходящее в сюжете.

Нельзя забывать, что в восстановлении базового доверия и формировании привязанности важна последовательность. Если в одну ночь родители подошли к плачущему ребенку, а в другую проигнорировали его плач, это породит еще большее недоверие к миру. Наиважнейшие факторы в формировании здоровой привязанности: последовательность, согласованность в действиях и подходах к воспитанию, обеспечение ощущения безопасности и стабильности ребенку.

Большинство проблем, связанных с расстройством привязанности, решаемы, и их преодоление, в основном, зависит от родителей.

### ***Список литературы***

1. Расстройство привязанности [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://navigator.mosgorzdrav.ru/diseases/psikhiatriya/rasstroystvo-privyazannosti/>

2. Нарушение привязанности у детей, причины и признаки [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kmc23.ru/?p=2849/>

3. Что такое привязанность? Расстройства привязанности [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://xn-----43ddab4abla1bfldbcodecee4dgt3agrzmkh55b.xn--p1ai/article/zameshchayushchim-roditelyam/chto-takoe-privyazannost-rasstroystva-privyazannosti.html>

4. Расстройство привязанности: 8 советов родителям и опекунам [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.miloserdie.ru/article/esli-detistradayut-rasstrojstvom-privyazannosti-8-sovetov-roditelyam-i-opekunam/>
5. Сказкотерапия: теория и практическое применение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rosuchebnik.ru/material/skazkoterapiya-teoriya-i-prakticheskoe-primenenie/>
6. Социальная дезадаптация [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psihomed.com/sotsialnaya-dezadaptatsiya/>
7. Теория привязанности Дж. Боулби и М. Эйнсвотс [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psyera.ru/2343/teoriya-privyazannosti>
8. Девиантное поведение подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/children/adolescent-deviant-behavior>
9. Телесный контакт критически важен для развития психики ребенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.meddaily.ru/article/17feb2014/telkonnt#>
10. Что мешает нам любить друг друга [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://infamily.org/menu2/22\\_attachment2.htm](https://infamily.org/menu2/22_attachment2.htm)