

КУРС ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ «ВРЕМЯ ЖИТЬ»

ДЛЯ КОГО ПРОВОДИТСЯ КУРС ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ :

Для специалистов Благотворительного драматерапевтического проекта «Время Жить» (режиссеров, психологов, художников), а также волонтеров, работающих с детьми в детских домах и приютах.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ :

Познакомить специалистов с условиями и требованиями к участию в проекте. Разъяснить суть и методы арт-терапевтической работы студии, особенностей взаимодействия с детьми-сиротами, а также с персоналом и администрацией ДУ. Сформировать и сплотить команды из трех специалистов (режиссер, психолог, художник) для работы в конкретном ДУ. Повысить психологическую и эмоциональную грамотность участников проекта, их уровень осознанности и ответственности, прояснить их мотивацию и ожидания, помочь выявить скрытые цели, личные динамики и травмы, предупредить выгорание.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДАННОГО ЗАНЯТИЯ :

Познакомиться с теорией привязанности и типами привязанности, уметь узнавать признаки этих типов у детей из детских учреждений, понимать их поведение и выстраивать соответствующую линию поведения.

Осознать свой стиль привязанности и особенности своего «родительского» состояния, осознанно подходить к выстраиванию связей с детьми в своей группе. Как быть поддерживающим и надежным, не привязывая к себе и не поощряя зависимость от себя? Как создать для детей опыт конструктивного, позитивного взаимодействия с поддерживающим взрослым? Как подготовить детей к неизбежному завершению отношений?

ВЕДУЩИЙ :

Психолог Бондарева Елена, системный семейный терапевт.

ТИПЫ ПРИВЯЗАННОСТИ

И ОТЗЫВЧИВОСТЬ, ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ МАТЕРИ

Ученица и ассистентка Д. Боулби Мэри Эйнсворт в 1969 году повела эксперимент, нацеленный на изучение привязанности ребенка к матери и последствий разлуки. Она наблюдала, каким образом годовалый ребенок встречает свою мать после нескольких минут разлуки. Эксперимент проводился следующим образом: мать, ребенок и исследователь некоторое время вместе играли в одной комнате. Затем мать удалялась на несколько минут (ребенок при этом оставался в комнате с исследователем) и снова возвращалась. Мэри Эйнсворт выяснила, что дети по типу привязанности делятся на три группы: надежно привязанные младенцы; неуверенные, избегающие младенцы; неуверенные, амбивалентные младенцы.

Надежно привязанные младенцы активно играли в комнате в присутствии матери. При этом, они периодически подбегали к матери, во время игры обращали на нее внимание, убеждались в ее присутствии. Как пишет Мэри Эйнсворт, надежно привязанные дети использовали мать в качестве отправной точки. Однако когда мать покидала комнату, их энергия и познавательная активность снижалась, иногда малыши демонстрировали тревогу и беспокойство, когда мать покидала комнату. Когда мать возвращалась, дети проявляли радость при виде ее, бежали к ней и некоторое время играли рядом с матерью. Присутствие матери рядом снова вселяло в них уверенность и через некоторое время они удалялись от нее, начиная снова исследовать окружающее пространство.

Поведение матерей надежно привязанных младенцев. Мэри Эйнсворт изучила также взаимодействие этих детей с их матерями дома. Выяснилось, что матери надежно привязанных младенцев отличаются отзывчивостью. Они по-возможности быстро отзывались на сигналы младенца: плач младенца, призыв и другие. То есть, эти матери были доступны для своих детей. Дети точно знали, что мама не пропадет, она обязательно откликнется на их сигнал. Дети усвоили то, что мир безопасен, что объект привязанности (мама) отзывчив и ей можно доверять. Эти дети были уверены, что в случае опасности мать появится и защитит их, поэтому они легко отправлялись исследовать новое для них пространство. Поведение этих младенцев дома было спокойным. Они редко плакали, достаточно времени играли самостоятельно, при этом, конечно же, периодически подходили к матери. Мэри Эйнсворт сделала вывод, что эти дети демонстрируют здоровый паттерн привязанности. По ее статистике, такой

паттерн демонстрируют примерно 65-70 % американских младенцев в возрасте одного года.

Неуверенные, избегающие младенцы. Поведение этих младенцев в ситуации эксперимента с первого взгляда казалась весьма адаптивным. Дети выглядели независимыми, спокойными и уверенными в себе. Как только они оказывались в новой обстановке, они сразу же начинали исследовать пространство: бежали к игрушкам, играли. Со стороны состояние этих детей не внушало беспокойство, напротив, она выглядели на редкость здоровыми. Их поведение отличалось от детей первой группы. Они не подбегали периодически к матери, казалось, что они забыли о ней. Мэри Эйнсворт обратила внимание, что они не использовали мать как отправную точку (они не подбегали к ней время от времени). Когда мать выходила из комнаты, они просто не замечали ее ухода и продолжали играть так, как будто ничего не изменилось. Когда мать возвращалась, поведение ребенка опять не менялось: ребенок не бежал к матери, не радовался тому, что она вернулась. Такое поведение демонстрировали примерно 20 % детей.

Наблюдая за поведением этих детей, Мэри Эйнсворт предположила, что их эмоциональное состояние отнюдь не так благополучно, как может показаться на первый взгляд. Мэри Эйнсворт обратила внимание на то, что поведение этих детей является избегающим. Изучение взаимодействия этих детей с близкими в домашней обстановке подтвердило догадки Мэри Эйнсворт. Оказалось, что матери этих детей не были достаточно отзывчивы и чувствительны по отношению к детям, их поведение нередко было отвергающим. Дома наблюдаемые малыши вели себя не так, как в незнакомой ситуации. Дома они нередко вели себя независимо, но при этом много плакали и тревожились, если теряли месторасположением матери. Мэри Эйнсворт предположила, что у эти дети опасались, что не смогут найти поддержку у матери в случае опасности. Они не были уверены в отзывчивости матери, в ее готовности прийти на помощь. Вероятно, это связано с опытом отвержения матерью, который они уже неоднократно испытали ранее. Поэтому для таких детей способом защиты оказывается избегание, отвержение матери. Это помогает им избежать разочарования при очередном отвержении.

Каковы последствия такого избегающего паттерна привязанности? Боулби пишет, что из таких детей вырастают взрослые, которые не могут выстроить близкие эмоциональные отношения с другими людьми, потому что не доверяют им.

Неуверенные, амбивалентные (двойственно-реагирующие) младенцы. В новой ситуации эти младенцы старались держаться как можно ближе к матери. В связи с этим они практически не исследовали окружающее пространство. Когда мать выходила из комнаты, дети очень волновались, беспокоились по поводу ее ухода. И когда мать возвращалась, они демонстрировали амбивалентную реакцию на ее возвращение. Они то прижимались к матери, то отталкивали ее.

Исследовав домашнюю обстановку, Мэри Эйнсворт увидела, что дома матери точно так же были непоследовательны по отношению к детям как дети к матерям в незнакомой ситуации. Матери иногда были отзывчивы и внимательно, иногда нет. Такое амбивалентное поведение матерей привело к формированию у детей неуверенности и амбивалентности в поведении. Дети не были уверены, как поведет мать в новой ситуации, тогда, когда они будут нуждаться в ней. Амбивалентное поведение матери подрывало доверие младенцев к миру в целом и матери в частности. Примерно 10-15 % детей демонстрируют амбивалентность.

Как же в дальнейшем влияет тип привязанности на жизнь ребенка? выяснилось, что надежно привязанные дети в дальнейшем более успешны как в обучении, так и в общении. Так, в процессе обучения они демонстрировали большее упорство при достижении цели, они были более общительны, легче завязывали социальные контакты. Таким образом, отзывчивость матери (или лица, ее заменяющего) оказывает влияние на дальнейшую жизнь ребенка.

Гусева Юлия Евгеньевна,

Психолог, Гештальт-консультант

Итак, три (четыре) типа привязанности :

Надежная привязанность

Тревожно-устойчивая (или зависимый тип)

Тревожно-избегающая (избегающий тип)

(?) Дезорганизующая/дезориентированная привязанность.

Задание.

1.Опишите , как вы поняли, основные признаки каждого типа привязанности. Какие из этих признаков вы наблюдали у детей ? У себя?

2.К какому типу привязанности отнесете свою?

3.Опишите типы привязанности у детей в вашей группе – кого к какой группе отнесете, почему, что вы знаете об обстоятельствах жизни каждого ребенка в вашей группе?

4. Как вы считаете, какое ваше поведение по отношению к этим детям будет наиболее конструктивным и полезным для них?

5. Чего следует избегать?