



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

1. Джон Боулби и Теория на привързаността

Темата за отношенията на привързаност идва на дневен ред, когато е преминал първоначалният етап на оцеляване чрез близката връзка със загрижен възрастен и все повече се очаква детето да разгръща своята независимост спрямо първичните фигури на подкрепа и любов и да създава интензивни и разнообразни връзки с други хора.

Ако в хода на порастването естествените етапи на социоемоционалното развитие са пропуснати и психичните структури не са организирани, се формират дефицити в отношенията с другите хора, които водят до чести загуби и провали в живота на тези индивиди. Разбирането за отношенията на привързаност се намесва, когато боравим с вече формирани в най-ранното детство устойчиви модели за взаимоотношения, които трудно могат да бъдат променяни в живота на възрастните. Това е основното предизвикателство в работата на социалния работник с юношите, защото тук сатва дума за утвърдени вече модели на свързване със света. Усилията в този етап са насочени към вторично изграждане на алтернативни стратегии за влизане в близки отношения с партньор, въпреки невъзвратимите загуби от миналото, и създаването на среда около тях, която да е толерантна към дефицитите в начините им на свързване.

I. Привързаността и нейната природа

Провалите или успехите в способността ни да действваме като автономни индивиди в зряла възраст зависят основно от степента на близост, която сме постигнали в ранното си детство с основните фигури, които ни предоставят грижа и сигурност.

Физическото и емоционално съхраняване на индивида в началния етап от живота му изисква създаването на близка връзка с възрастен. За тази цел децата са снабдени с вродена система от поведения за адаптиране, част от които е системата от поведения на привързаност. Чрез нея детето активно търси и поддържа близка връзка със загрижен възрастен (*фигура на привързаност*). Обикновено това е майката. Основната функция на системата на привързаност е а) да осигури физическа защита – детето непрекъснато държи възрастния близо до себе си и б) да снесе тревожността – детето ползва ума и чувствата на възрастния, за да разбере и да се успокои.

Според Джон Боулби (Bowlby, 1982/1969, 1973, 1980) търсенето на близост е вроден механизъм за регулиране на афектите (*първична стратегия на привързаност*). В непрекъснато взаимодействие с детето, майката регулира (засилва или намалява) и подкрепя (придава смисъл на) преживяванията му за опасност, предвидимост и



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

доверие. Успешното постигане на тази функция по регулиране на афектите води до едно устойчиво чувство за *сигурна привързаност*.

Сигурната привързаност представлява усещане, че:

- светът е сравнително сигурно място, в което можем да оцелеем;
- можем да се доверим на някого, че ще ни закриля, подкрепя и разбира в трудни за нас моменти;
- можем да посрещнем успешно собствените си тревоги, както и рисковете и опасностите, които идват отвън;
- можем спокойно да изследваме света около нас и да научаваме нови неща;
- готови сме да разбираме и помагаме на другите в трудни за тях моменти.

За да се случи сигурна привързаност, Боулби смята, че фигурата на привързаност трябва да е способна да осигури три важни неща – 1/ да присъства устойчиво в живота на детето, 2/ да е достъпна за него в моменти на тревога и 3/ да насърчава любопитството му към света. Въпреки че системата на привързаност е от значение главно в ранното детство, Боулби твърди, че тя остава активна през целия ни живот и се проявява особено силно в ситуации на заплаха.

II. Разстройства на привързаността и как те осуетяват автономизирането на децата

Не винаги обаче фигурата на привързаност е способна да изпълни функциите си по предлагане на сигурност и смисъл на преживяванията на детето. Провалите в близостта между детето и възрастния водят до преживяване у него за голяма несигурност (*несигурна привързаност*). Тази несигурност кара детето да придава на близостта с другите хора смисъла на наказание, отхвърляне, неудоволствие или на безпомощност, самота и обърканост. Близостта с възрастния изглежда или като непостижимо усилие (*стратегия за деактивиране – избягващ стил на привързаност*), или като заплащане на висока цена за осигуряване на близостта (*стратегия за хиперактивиране – тревожен стил на привързаност*).

Основната причина за изграждането на отношения на несигурна привързаност е фактът, че фигурата на привързаност непрекъснато създава обстоятелства на двусмислие в отношенията си с детето. Така на един и същ стимул от средата, който разтревожава детето, майката реагира всеки път различно, веднъж със силна тревога, друг път с игнориране. Това създава голяма неяснота и объркване в преживяванията на



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

детето и го кара да подхожда към другите с голяма предпазливост, да не им се доверява лесно, да ограничава спонтанността си, да проявява нерешителност, да не допуска истинска интимност и загриженост към тях и т.н..

Деца от институциите или програмата за приемна грижа са развили такива стилове на поведение на несигурна привързаност. Задачата на такива програми е да се идентифицират специфичните поведения и стратегии на привързаност, които детето е формирало и да се направи усилие да се минимизират пречките, които те създават пред неговото развитие. Оценката на привързаността не може да се случи през изследвания и тестове. За да се разбере смисълът, който детето влага във взаимоотношенията си с възрастния, е необходим дълъг процес на натрупване на впечатления чрез **активно присъствие в ежедневието му**. Обикновено стиловете на несигурна привързаност се проявяват през различни конфликти във взаимоотношенията на детето с околните. Близките съобщават за проблеми в отношенията, които всъщност се дължат на проблеми в поведението на детето. Когато близките биват научени как да разпознават и разбират тези поведения, те могат да създадат подходящи отговори, които да позволят свързване между тях и детето на ментално ниво (*способност за ментализиране*).

Емоционалната лабилност и нестабилността във взаимоотношенията с околните могат да се разглеждат като следствие от дефицити в способността за ментализиране. **Капацитетът за ментализиране** представлява способността да се разбира поведението на другите хора и собственото поведение от гледна точка на намеренията, които авторът на това поведение влага в него. Ако тази способност бъде ограничена или потисната, собственото поведение или взаимодействията с другите могат да се преживеят като объркващи или натоварващи и това да доведе до нарушения в регулацията на афекта и в представата за себе си като цялостен индивид. (Fonagy et al., 2002)

Способността за ментализиране е вродено качество на човешкия мозък и следва специфична линия на развитие и съзряване на определени негови компоненти. Въпреки биологичната си природа обаче способността за ментализиране зависи от качеството на ранните връзки на привързаност и родителстване. Доказано е, че тази способност може да бъде сериозно нарушена от ранни травматични отношения и загуби, злоупотреба и малтретиране.

След като специалистите оценят проблемите в поведението на детето, те могат да развият програми за работа с детето и семейството, в които те да се учат да развиват капацитета си да ментализират и да подобряват стратегиите си за свързване един с друг.



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

III. Оценка на дете с несигурна привързаност и отговорите на средата

Три са основните аспекти в социо-емоционалното функциониране на детето, които се наблюдават при оценката на стила на привързаност – внимание, емоции и мислене. Тези категории се оценяват, като се наблюдава поведението на детето във взаимоотношенията му с приемния родител или с други важни фигури от неговата среда.

На първо място се оценява **устойчивостта на вниманието** на детето или способността му да задържа задълго вниманието и интереса си върху конкретен обект или дейност. Децата с несигурна привързаност лесно губят интерес към заниманията, често сменят обектите си на интерес. В отношенията им с другите това се изразява в поведения като: трудно изграждане на приятелства с другите деца, децата с несигурна привързаност рядко имат приятели; трудно общуват с другите деца - общуването става главно през конфликти за надмощие, затова не са желани и често са изключени от другите деца; трудно изслушват другите и не се съобразяват с изискванията им; непрекъснато се движат и телата им трудно остават в покой. В игрите често сменят една игра с друга.

Способността за **регулиране на емоциите** е втората важна характеристика, за която следим в оценката. Тя обозначава степента, в която детето съумява да овладее нахлулите в него чувства на тревога. Децата с несигурен стил на привързаност имат големи затруднения в това отношение. Те се проявяват в разнообразни поведения: те лесно се разтревожават; не обичат промените в нещата и отказите от възрастния да изпълни веднага желанията им; в такива моменти реагират със силен гняв, чупят, хвърлят неща и нараняват другите или себе си; бързо сменят радост с плач и обратно. Неспособността да удържат емоциите си понякога се проявява в разнообразни телесни страдания и болести. В отношенията с възрастните или са прекомерно доверчиви към всички хора и не могат да разграничават близките от чуждите хора, или са твърде недоверчиви и не се заиграват лесно с възрастния. В игрите искат те да контролират ситуацията, очакват другия да ги следва, обичат да имат свои собствени играчки, които да не делят с други деца, очакват възрастния да има специално отношение към тях спрямо другите деца, много държат обстановката да не се променя и създават ритуали в срещите с тях и повторения в игрите.

При децата с несигурна привързаност **способността за мислене** (ментализация и символизация) е силно ограничена. Трудността да се задържа вниманието върху обектите и заниманията с тях, породена от неспособност да се удържат непрекъснато



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

връхлитащите го емоции, правят детето неспособно да се задълбочи и да подреди случващото се в поредицата от подобни ситуации от предишния си опит и така да му придаде смисъл. Мисленето и изказванията на тези деца обикновено са повърхностни, буквални и логически не добре организирани. Те трудно разпознават собствените чувства и тези на другите хора и трудно говорят за тях. Често такива деца имат забавяне в когнитивните си умения – говор, писане, смятане. В игрите или са пасивни и чакат възрастният да им предложи какво да правят, или преминават от игра в игра, като преобладава изразяването на емоциите през действия с нещата, но липсва фантазирането и изграждането на истории.

За да може да оцени детето, социалният работник наблюдава конкретни ситуации на взаимоотношения между биологичния/приемния родител и детето (или в работните сесии с него самия) и търси проявите на несигурна привързаност в поведението му спрямо него. След това той обсъжда наблюденията си с родителя и двамата изработват стратегии за поведението му, които да водят към преодоляване на проявите на несигурна привързаност. Родителят или специалистът, влязъл в такава роля, трябва да е наясно с ключовата роля, която има в живота на детето, да предостави по подходящ начин опита си с преживяванията на възбуда и тревога и начините, по които умът ни им придава смисъл и ги превръща в знание и разбиране за другия и себе си.

Основната стратегия в поведението на ключовия възрастен с дете с несигурна привързаност предполагат той да:

1. Създава устойчиви и предвидими отношения с детето. Например, регулярно остава насаме с детето, играе с него, обсъжда вълненията, които възникват между тях, прави неща заедно с него.
2. Отбелязва поведението на детето и ги свързва с чувствата, като ги назовава в момента, когато те се изявяват. Например, „Сега си ядосан, защото...”. Придава смисъл на телесните и емоционални преживявания на детето.
3. Прави връзка и посочва на детето предишни сходни ситуации и преживявания. „Спомняш ли си, когато...”.
4. Насърчава свързването на конкретната ситуация с фантазни и абстрактни образи. „Представи си, че...”.
5. Забелязва моментите на несигурност и тревога у детето и откликва с разбиране и съчувствие на тези преживявания. „Разбирам, че сега си уплашен/объркан...”.



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

6. Чрез изказвания и поведение демонстрира, че включва детето в кръга на важните за него хора. „Винаги можеш да ме потърсиш за...”

Моделът на работа с дете с несигурна привързаност и неговото биологично или приемно семейство включва паралелен и непрекъснат процес на оценка и интервенции. Наблюдават се промените в поведението на детето по отношение на трите аспекта на привързаността – устойчивост на вниманието, регулиране на емоциите и капацитет за мислене. Оценява се способността на членовете на семейството да ментализират заедно и индивидуално и се набелязват стратегии за отговор на средата на проявите на детето.

Интервенциите във фазите на оценка и работа имат игрови характер и проследяват как членовете на семейството се свързват помежду си в ситуация на игра. Наблюдаването на процеса на взаимодействие в игрите е също толкова важно, колкото и обсъждането на продуктите от тези игри.

Традиционните начини, по които обществото е гледало на хората с поведенчески проблеми е, като се е опитвало да коригира поведението им, да го санкционира и възпира. Особеностите в поведението са разглеждани като диагнози, нуждаещи се от лечение или като нарушения, които следва да бъдат наказани. Този отговор на средата се е основавал на разбирането за този тип поведенчески различия като отклонение от общоприетата в обществото норма на поведение. Отклоненията от нормата се третират като девиации, които трябва да бъдат поправени. Провалите в този отговор на средата водят до възглед за тези хора като непоправими и безнадеждни и те биват изолирани в социални домове, болници и други рестриктивни заведения до края на живота си. Така обществото губи ценния принос на тези хора и зачерква човешки съдби.

Съвременната социална работа е наясно с природата на дефицитите във взаимоотношенията при тези хора и непоправимите загуби, които те търпят от трудните връзки на привързаност, през които са се формирали в ранното си детство. Става ясно, че тези хора ще останат през целия си живот странни и особени в начина, по който живеят. Рисковете за тях винаги ще бъдат по-големи и ще водят често до сериозни провали в живота им – зависимости от вещества, престъпно поведение, провалени интимни отношения, лошо родителстване, психични страдания, изключване и др.

Това, което разбирането за привързаността подсказва и социалният работник може да направи обаче е да работи за нормализиране на тези поведения така, че детето да започне да гледа на своите особености като на различие, а не патология и да го



Address: 1142, Sofia; Han Krum 38A Str.

Phone: +359 2 403 20 30

E-mail: info@knowhowcentre.org

Web: www.knowhowcentre.nbu.bg

насърчава да намира отношения, които да му носят удовлетворение. Друга важна задача на социалния работник е да работи със средата на това дете – родители, приемни родители, близко обкръжение, учители и възпитатели – по начин, който да отмени доминирането на възрастния и замени това му поведение с прояви на интерес към детето, толериране на неговите особености, насърчаване на себеизразяване и осмеляване, мислене и планиране заедно с него на бъдещето му и поведенията, които ще го доведат до това бъдеще. Този съвременен подход на социалната работа към децата с несигурна привързаност се нарича *социално включване* и се противопоставя на *институционализма*, който действа чрез санкциониране, изключване и изолация.

Социализиращият подход улеснява включването на тези хора чрез разнообразни програми за подкрепа на хора с рисково поведение, чиято цел е да посрещнат последиците от това поведение и да намалят тежестта им. Той поставя хората с несигурен стил на привързаност във връзка с разнообразни възможности за преодоляване на дефицитите във взаимоотношенията им, като ги насочва към психотерапевтични услуги и оставя на тях избора да предприемат стъпки за промяна в начина си на функциониране.