

Благодарности

Я хочу выразить признательность своим пациентам – родителям и детям, а также коллегам. Благодаря им моя практика в психотерапии стала крайне разнообразной, что позволило проиллюстрировать эту книгу многочисленными примерами. Без накопления клинического опыта написание ее было бы невозможным.

Мне также хочется поблагодарить доктора Байера из издательства Klett-Cotta, который настоял на создании серии книг по биндунг-психотерапии и взялся за осуществление этого плана. Огромное спасибо Биргит Фогель, энтузиазм и кропотливый труд которой превратили надиктованный мной материал в рукопись. Интенсивность погружения и поистине удивительная молниеносность ее в работе позволили подготовить и издать книгу в короткий срок. Сердечно благодарю Томаса Райхерта, который с большой самоотдачей и погруженностью в материал редактировал эту рукопись, как и все прежние мои книги; его замечания и советы помогли сделать текст проще и понятнее.

Предисловие

Данная книга – второй том из серии, посвященной психотерапии и консультированию, основанным на теории привязанности. Этот том посвящен развитию ребенка первых месяцев и лет жизни. Здесь мы также подробно разбираем основы ориентированной на теорию привязанности психотерапии и возрастные особенности детей раннего возраста, от первого до третьего года жизни. На множестве примеров будет показано, как различные симптомы у детей соотносятся с жизненной историей и ранним детским опытом привязанности у их родителей. Ориентированные на теорию привязанности психотерапия и консультирование, а также многообразные подходы, включающие травматерапию и основанную на видеозаписи диагностику и терапию взаимодействия, богато иллюстрированы примерами из практики, которые должны сделать изложение более понятным для читателей. Особое внимание при выборе примеров из практики уделялось ситуациям, в которых родители в силу собственных психических проблем или заболеваний, а также насилия в семье подвергают опасности развитие ребенка¹.

Возраст от рождения до трех лет особенно важен с точки зрения развития ребенка, т.к. в это время происходит активное развитие мозга и начинается формирование нейронных цепей. Огромную роль в этом процессе играет опыт общения ребенка с близким взрослым (объектом привязанности). Примеры должны прояснить, как, с одной стороны, в это время могут формироваться ранние нарушения развития и, с другой стороны, как вовремя оказанная помощь, учитывающая жизненную историю родите-

¹ Приводимые в этой книге примеры не воспроизводят буквально встречающиеся в практике ситуации, но подытоживают клинический опыт терапии типичных проблем, передают общую проблематику и основы ориентированных на формирование привязанности консультирования и терапии. Все имена вымышлены. – Прим. автора.

лей, может дать положительные изменения как для них самих, так и для ребенка.

Этот том предназначен всем, кто работает с родителями, младенцами и детьми раннего возраста и сопровождает их развитие: педиатрам, врачам общего профиля, акушеркам, детским психиатрам, взрослым психиатрам и психотерапевтам, медсестрам и нянечкам, психологам, консультантам, социальным работникам, сотрудникам Департамента по делам детей и молодежи и других социальных служб, педагогам, дефектологам, специалистам по лечебной физкультуре, воспитателям и духовным наставникам, а также самим родителям.

Карл Хайнц Бриш

Введение

Первые три года жизни, которым посвящен этот том, имеют решающее значение для развития ребенка, поскольку в это время закладывается психологический фундамент на всю дальнейшую жизнь. На основе надежной привязанности происходит здоровое моторное, когнитивное, социальное, а также эмоциональное развитие ребенка. В этой фазе возможны различные проблемы и нарушения, в результате которых у ребенка появляются разнообразные симптомы, обращающие на себя внимание родителей и различных специалистов.

Изложив **в первой главе** книги общие основы психотерапии, основанной на теории привязанности, а также принципы специальной терапии для родителей маленьких детей, **во второй главе** книги я перейду к описанию развития привязанности в первые три года жизни. Описав картину здорового развития, я перечислю факторы, помогающие ему и его осложняющие. Они могут способствовать развитию здоровой привязанности или же мешать этому процессу; таким образом, родителям могут понадобиться помощь и терапия, основанная на теории привязанности. Проведение такого рода терапии будет проиллюстрировано примерами из практики.

В третьей главе описываются различные проблемы, которые анализируются с точки зрения теории привязанности, и примеры терапии, ориентированной на формирование привязанности. Я также затрагиваю предысторию родителей, особенно их детский опыт, который может стать фактором риска для развития ребенка: такие проблемы родителей, как пережитое в детстве насилие или заброшенность, а также возможные психические заболевания, рассмотрены с учетом их влияния на развитие младенца и ребенка раннего возраста. Страх расставания, утраты в раннем детстве, привыкание к яслям и другие проблемы в контексте внесемейного сопровождения – важные темы, с которыми сегодня сталкиваются родители и которые очень их

заботят. В последнем разделе этой главы даны примеры из практики и описаны возможности сопровождения для семей, страдающих от острого соперничества между детьми, а также для родителей, которые растят близнецов, что само по себе предполагает наличие повышенного стресса и трудностей с формированием привязанности.

В **четвертой главе** книги я перечисляю возможности профилактической работы по нашей программе SAFE®. Эта программа подробно описана в первом томе серии – «Беременность и роды», так что здесь я останавливаюсь лишь на некоторых вариантах этой программы, а также специальных курсах SAFE®, например, таких, которые начинаются после рождения ребенка, или ориентированных на приемных и замещающих родителей, или разработанных для родителей недоношенных детей, а также созданных для работы в учреждениях для матерей с детьми.

Биндунг-психотерапия

Общие принципы консультирования и психотерапии, основанных на теории привязанности

Консультирование и терапия, основанные на теории привязанности, не представляют собой самостоятельного психотерапевтического метода. В большей степени речь идет об особом, ориентированном на теорию привязанности подходе, под углом зрения которого рассматриваются диагностика и терапия. Этот подход, в дальнейшем именуемый биндунг-психотерапией, может комбинироваться с различными методами терапии и интегрироваться в различные психотерапевтические школы².

Ограничение влияний внешней среды – первое условие, совершенно необходимое для начала биндунг-психотерапии. Насколько это возможно, следует уменьшить воздействие внешних стрессовых факторов – в первую очередь социальных, то есть безработицы, бедности, отсутствия жилья, а также тех, которые исходят от близких людей и связаны с отношениями в семье.

Второе условие – стабилизация внутреннего пространства – подразумевает, что клиент в повседневной жизни должен быть способен урегулировать стресс и аффекты. Для этого требуется достаточная эмоциональная защищенность и стабильность.

Если оба условия выполнить не удастся, имеет смысл предпочесть амбулаторному стационарное консультирование или психо-

² Первые страницы этой главы повторяют начало первого тома серии, поскольку здесь сформулированы общие принципы нашего подхода. Это необходимо для понимания следующих глав, особенно если читатель не ознакомился предварительно с первым томом. – Прим. автора.

терапию. Ограничить неблагоприятное влияние внешней среды и стабилизировать внутреннее психологическое пространство (в качестве обязательного условия для психотерапии) нужно как можно раньше и на максимально длительный срок (Brisch, 2010 a, b; Grossmann & Grossmann, 2012).

Далее мы обсудим пять последовательных стадий биндунг-психотерапии.

Пять стадий биндунг-психотерапии

Первая стадия В самом начале работы терапевту крайне важно создать **эмоционально-защищенное терапевтическое пространство привязанности**. У клиентов/пациентов на момент установления контакта с терапевтом существуют разные типы и характеристики репрезентации привязанности. Поэтому терапевту необходимо хорошо разбираться как в типах, так и в вариантах нарушений привязанности и связанных с ними особенностях общения, и **каждому клиенту предоставить возможность установить отношения, основанные на терапевтической привязанности**. Это та задача, с которой терапевту необходимо справиться на первом этапе.

Например, если человек не приходит на встречу, которой он настойчиво добивался как самой неотложной, терапевт мог бы прийти к выводу, что на самом деле потенциальный клиент не заинтересован в психотерапии. Но такое умозаключение было бы ошибочным: известно, что пациенты с избегающим типом привязанности поначалу, как правило, переполненные сомнений, опаздывают или вовсе не приходят в назначенное время, несмотря на истинное желание начать терапию. В таких случаях следует связаться с клиентом по телефону, прояснить ситуацию, чтобы на основании неудачной первой попытки не принимать скоропостижного решения об отмене терапии.

Для установления **терапевтической привязанности** крайне важна максимальная **терапевтическая чуткость как профессиональное качество**, которое развивается и укрепляется только благодаря соответствующей подготовке. Наверное, встреча-