

**Привязанность –  
это то, что ребёнок  
пронесёт с собой  
сквозь годы**

## Привязанность формируется поэтапно

0–3 мес.	забота воспринимается со стороны любого взрослого
3–6 мес.	ребёнок позитивно реагирует на знакомые лица активным движением ручек, ножек, улыбкой, смехом
6 мес. – 2 года	активно изучает мир с поддержкой мамы, папы и других взрослых
2–3 года	формируется устойчивая привязанность к взрослому, который служит гарантом заботы, надёжности, безопасности

На основании опыта этих лет формируется  
1 из 4 типов привязанности.

## Типы привязанности

Это характерные особенности поведения и взаимодействия ребёнка с близкими людьми.

Различают 4 типа:

- 1) безопасная,
- 2) избегающая,
- 3) тревожно-амбивалентная,
- 4) дезорганизованная.

Как они формируются и проявляются?

## Безопасный тип

Такие дети расстраиваются, когда родители уходят, и счастливы их возвращению. Когда боятся – ищут защиту у близкого взрослого. С возрастом показывают более высокую эмпатию и меньшую раздражительность, чем представители других типов. Повзрослев, имеют высокую самооценку, делятся переживаниями, часто бывают в центре внимания и формируют здоровые и долгие отношения.

### Как формируется

Значимый взрослый ответственно относится к воспитанию ребёнка, учитывает его нужды, желания и эмоции.

## Избегающий тип

Эти дети не любят проводить много времени со значимыми взрослыми. Они их не отвергают, но и не испытывают положительных эмоций при контакте. Им без разницы, играют с ними родные или незнакомые. Во взрослом возрасте им трудно наладить близкие отношения: они практически не вкладываются во взаимодействие с партнёром и не сильно расстраиваются, когда всё заканчивается расставанием.

### Как формируется

У значимого взрослого практически отсутствует ответственность, он часто отстранён и эмоционально разъединён с ребёнком.

## **Тревожно-амбивалентный тип**

Такие дети подозрительно относятся к людям. Когда родители уходят, они расстраиваются, но от их возвращения они также не испытывают позитивных эмоций.

Во взрослом возрасте они могут обладать низкой самооценкой, постоянно волнуются, что партнёры ничего к ним не испытывают, а завершение отношений повергает их в тоску.

### **Как формируется**

Значимый взрослый непоследователен, непредсказуем – то чрезмерно опекает, то максимально холоден и отстранён.

## **Дезорганизованный тип**

Поведение таких детей часто варьируется: они могут то отстраняться, то смущаться, то вообще сопротивляться близости. Во взрослом возрасте они могут долго добиваться отношений, а после достижения цели тут же всё бросить.

### **Как формируется**

Значимый взрослый часто ведёт себя абьюзивно по отношению к ребёнку, травмирует и отвергает его, формируя недоверие и страх.

## Тип привязанности влияет на будущее

Ранний детский опыт надёжных безопасных взаимоотношений с заботливым взрослым закладывает здоровый фундамент для формирования адекватной самооценки и способности в будущем строить конструктивные отношения в социуме и в паре.

В ненадёжных отношениях дети вынуждены адаптироваться за счёт психологических защитных реакций. Это негативно влияет как на их поведение, так и на развитие в когнитивной, интеллектуальной, социальной и эмоциональной сферах.