

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-4-68-54>

УДК 159.922/.923+316.6

Скорик Е.Д.магистр религиоведения,
специалист, практикующий психолог, г. Киев**МОДЕЛЬ РАЗВИТИЯ НА ОСНОВЕ ПРИВЯЗАННОСТИ,
ШЕСТЬ УРОВНЕЙ ПРИВЯЗАННОСТИ Г. НЬЮФЕЛДА**

Аннотация. Данная статья посвящена вопросу влияния раннего опыта отношений привязанности с матерью на развитие и формирование личности, а так же на способ построения взаимоотношений во взрослом возрасте. В статье раскрывается понятие привязанности и факторы, которые влияют на ее развитие. Рассматриваются теоретические подходы и результаты исследований, касающиеся проблемы привязанности. Подробно приводятся шесть уровней развития отношений привязанности по Г. Ньюфелду, как основа для формирования способности человека к поддержанию контакта и близости со значимыми людьми в жизни. А так же обосновывается влияние глубины первых отношений привязанности на способность к самореализации, самовосприятие, паттерны поведения, эмоциональные проявления, особенности построения отношений с миром и окружением и т.д. В статье предлагается новый подход к воспитанию ребенка – подход на основе построения надежных, эмоционально безопасных отношений привязанности, в результате которого процесс возвращения потомства существенно упрощается, потому как не требует использования наказаний и поощрений для достижения послушания. А так же предлагаются способы реализации благоприятных условий для формирования здоровых взаимоотношений между матерью и ребенком.

Ключевые слова: ребенок, родитель, привязанность, теория привязанности, психология развития, Гордон Ньюфелд.

Skoryk Olena

Master of Religious Studies, Specialist, Practicing Psychologist, Kyiv

**AN ATTACHMENT-BASED DEVELOPMENT MODEL
SIX LEVELS OF ATTACHMENT BY GORDON NEUFELD**

Summary. This article is devoted to the impact of the early experience of attachment feelings for the mother on the development and formation of personality, as well as on the way of building relationships in adulthood. The article reveals the concept of affection and the factors that influence its development. It also considers theoretical approaches and research findings of John Bowlby, Mary Ainsworth, Cindy Hazan and Phil Shaver regarding attachment issues. Here you will find a detailed review of six stages of development of attachment feelings, according to G. Neufeld, as the basis for the formation of a person's ability to maintain contact and closeness with significant people in life. As well as the explaining of influence of the first attachment feelings' depth on the ability to self-realization, self-perception, behavior patterns, emotional manifestations, features of building relationships with the world and the environment as well as the feeling of personal satisfaction with the life. The importance and relevance of the topic in the modern world are determined by the fact that the ability to maintain contact, intimacy and emotional security in relationships does not develop in all people, even till they are adults. In view of this, the problem of forming reliable, emotionally secure attachment feelings between mother and child, as well as partners in couples, still requires its resolution, as well as, possibly, changes in the generally accepted views on the role of a parent. The article proposes a new approach to raising a child – an approach based on building reliable, emotionally secure attachment feelings, so that the process of nurturing offspring being greatly simplified, because now it does not require the use of punishments and rewards to achieve obedience. It also offers ways to implement favorable conditions for the formation of a healthy relationship between mother and child.

Keywords: child, parent, attachment, attachment theory, psychology of development, Gordon Neufeld.

Постановка проблемы. В настоящее время как никогда возрос интерес к проблеме развития на основе привязанности ввиду того, что она имеет большое влияние на развитие личности. Сама теория привязанности имеет в своей основе анализ эмоциональных связей, в которых чувство безопасности человека связано с отношениями. Исследованием этой темы активно занимались Дж. Боулби и М. Эйнсворт, С. Хазан и Ф. Шейвер, а также доктор философии, канадский психолог-девелопменталист Г. Ньюфелд, известный в качестве создателя модели развития на основе привязанности, а также теории шести уровней привязанности.

Именно привязанность ребенка к родителям во многом определяет гармоничность разви-

тия его личности. Привязанность на глубоких уровнях позволяет человеку чувствовать себя в безопасности, полноценно реализовывать себя в отношениях с другими людьми. Согласно концепции доктора Г. Ньюфелда, для того, чтобы естественным образом у индивида развилась способность чувствовать контакт и близость со значимыми людьми на глубоком уровне – необходимы особые условия удовлетворения эмоциональных и физических потребностей в детстве, а так же отношения надежной привязанности (по классификации М. Эйнсворт) и эмоциональной безопасности. Современная реальность такова, что, не смотря на базовую необходимость, способность поддерживать контакт, близость и эмоциональную безопасность в отношениях развива-

ється далеко не у всіх людей, даже ко взрослому возрасту. Ввиду цього, все ще в глобальних масштабах існує проблема формування надійних, емоціонально безпечних відносин прив'язаності між матір'ю і дитиною, а також партнерами в сімейних парах.

Опыт перших відносин прив'язаності являється умовою і базою для розвитку наступних рівнів прив'язаності в них. Дитина не просто все глибше прив'язується і все більше довіряє. Більш глибокі рівні прив'язаності дають їй більше свободи для розвитку особистості. С однієї сторони, людина стає більш уразливим і відкритим для основного об'єкта прив'язаності, з іншої сторони, саме такі відносини пробуджують його індивідуальність, являються опорою і трамплином для розвитку [2, с. 32]. Виходить, що необхідно звертати увагу на всі рівні прив'язаності, створюючи передумови для гармонічного розвитку індивідуальності. Неможливо «добратися» до наступних рівнів близькості, поки відносини не досягли попередніх рівнів. В цьому випадку можна стверджувати про послідовність цього явища.

Из всего этого следует, что привязанность – явление, которое имеет большую значимость в формировании личности. Оно способно влиять на все аспекты жизни не только ребенка, но и уже взрослого человека – его самовосприятие, мироощущение, паттерны поведения, эмоциональные проявления, особенности построения отношений с миром и окружением и т.д.

Анализ исследований. Привязанность, как особый вид взаимоотношений, изучалась разными психологами. Первым о феномене привязанности заговорил английский психоаналитик и психиатр Д. Боулби еще в 50-х годах.

Большой вклад в понимание привязанности сделала М. Эйнсворт. В 60-70-х годах прошлого столетия она проводила исследования, позволившие изучить полученный ребенком в области детско-родительских отношений опыт и его влияние на паттерны привязанности. В результате она сумела выделить четыре типа привязанности: надежный, тревожно-устойчивый, тревожно-избегающий, дезорганизованный.

В 80-х годах ученые Филипп Шейвер и Сидни Хазан пошли дальше. Взяв за основу теорию привязанности Эйнсворта, они распространили ее влияние на романтические отношения. Согласно их мнению, гармоничность отношений зависит от того, какой тип привязанности господствует у пары.

У С.Ю. Мещеряковой анализируется качество взаимоотношений матери и ребенка (1999), Н.В. Сабельникова и Е.В. Пупырева изучают объекты привязанности у детей разных возрастных групп (2006, 2007), М.А. Василенко рассматривает влияние привязанности ребенка к матери на эффективность социализации (2011), Л. Петровская поднимает проблему привязанности в отношениях приемных детей и их родителей. Кроме того, изучается влияние матери на адаптацию ребенка к условиям дошкольного учреждения (Н.Н. Авдеева, 2013), воздействие поведения матери на формирование привязанности ребенка (А.Ф. Монтезирина, 2014) и т.д.

Дж. Боулби и его последователи говорили о важности отношений привязанности в первые

годы жизни человека. Но именно Г. Ньюфелд разработал концепцию развития на основе привязанности, охватывающую весь период жизни человека – от рождения и до старости. Он обнаружил, что ребенок, при условии создания надежных отношений привязанности со значимым взрослым, в течение первых 6-7 лет глубоко «погружается в материнские корни», развивая с каждым последующим уровнем способность быть в контакте, чувствовать связь, «держаться» за отношения разными способами [2, с. 32]. Именно Г. Ньюфелду принадлежит идея разработки многоуровневой модели привязанности, соотносящейся со стадиями развития ребенка. Согласно его подходу, таких уровней существует шесть.

Несмотря на то, что проблема привязанности изучалась многими зарубежными и отечественными психологами, в ней осталось еще много незаполненных «пробелов».

Актуальность проблемы определяет цели научной работы:

- Раскрыть понятие привязанности и факторов, которые влияют на ее развитие.
- Проанализировать 6 уровней привязанности, выделенные доктором Г. Ньюфелдом.
- Рассмотреть теоретические подходы и результаты исследований, касающиеся проблемы привязанности.
- Изучить взаимосвязь привязанности ребенка к матери и способности устанавливать привязанности с другими объектами.

Изложение основного материала. В материале мы рассмотрим, что такое привязанность, какие существуют уровни привязанности, а также какое влияние она оказывает на развитие личности и ее взаимоотношения с окружающими.

Понятие привязанности

Привязанность – это желание близости (речь идет не только о физическом аспекте близости, а об эмоциональной, психологической, духовной близости). Привязанность является базовой эмоцией и потребностью всех млекопитающих. У родителей есть возможность эффективно выполнять свои родительские обязанности именно благодаря формированию у детей привязанности к ним. Она помогает смягчить состояние зависимости, когда один заботится, а другой принимает эту заботу. В целом, правильные гармоничные отношения можно назвать привязанностью [5, с. 18].

Последовательное развитие и углубление привязанности, согласно Г. Ньюфелду, демонстрирует идеальное развитие привязанности в период от новорожденности до шести лет. На каждой стадии формируются новые, более сложные способности ребенка привязываться к другим людям. Чем больше ребенок в состоянии поддерживать близость, тем больше он получает ресурсов для развития адаптивности, самостоятельности, социальности [1, с. 99].

Чтобы мозг и психика ребенка развивалась, ему нужно находиться в состоянии зависимости и покоя. Если о нем заботятся, он может спокойно исследовать глубины своего внутреннего «Я».

Существует шесть уровней привязанности:

1. Ощущения.
2. Подражание.
3. Принадлежность и преданность.

4. Чувство значимости для другого.
5. Любовь.
6. Чувство, что тебя знают (познаности).

Сохраняя и углубляя привязанность человек способен, не потеряв саму привязанность стать независимым со временем.

Если ранее сама культурная среда создавала условия для формирования глубоких и безопасных отношений привязанности у детей, то за последние лет 100 ситуация сильно изменилась. В обществе широко пропагандируются идеи ранней сепарации, независимости и самостоятельности ребенка. Однако, когда ребенок недостаточно привязан к родителям или вовсе не привязан к ним, быть ему родителями крайне сложно. Тогда у взрослых и возникают ситуации, в которых они совершенно не понимают, что нужно делать. Пытаясь подчинить ребенка, родители или самоустраиваются от воспитания, считая себя бессильными, или начинают применять техники психологического давления или даже физического воздействия.

Когда есть привязанность ребенка как естественная эмоция, у родителей нет необходимости прибегать к демонстрации «искусственного» авторитета. Им не нужно пугать, унижать, давить на ребенка. Послушание становится природным состоянием, которое совершенно не унижает достоинство ребенка и не провоцирует у него возникновение психологического дискомфорта. Из всего этого следует, что взрослым необходимо трудиться над тем, чтобы их дети находились в отношениях зависимости и надежной привязанности к ним. И она, в свою очередь, будет работать на родителей, помогая выполнять им свои родительские обязанности легко, спокойно и более эффективно [5, с. 18].

Для развития способности к отношениям требуются годы. Чтобы развилась способность к отношениям, человеческая привязанность должна пройти шесть этапов. При наличии благоприятных условий в течение первых лет жизни должны развиваться разные способы удержания привязанности [3].

Для того, чтобы понимать, как личность может достичь глубины привязанности и способности к отношениям, необходимо рассмотреть модель многоуровневой теории формирования привязанности. Согласно Г. Ньюфелду, есть шесть стадий развития привязанности, которые имеют тесную связь с возрастными этапами.

Привязанность через ощущения

На первом году жизни дети руководствуются сферой ощущений. Они полностью управляют ими, помогают познавать мир и адаптироваться к нему, осознавать окружающие их предметы и людей. Они тянутся к лицу, пытаясь его потрогать. Большинство малышей желает быть со своими родителями, хотят ощущать контакт с ними. Ведь многим знакома ситуация, когда ребенок теряет зрительный контакт или перестает слышать родителей, из-за чего испытывает тревогу, проявляющуюся плачем. Он даже способен ассоциировать их, например, с запахами. В этом же возрасте дети пытаются произносить слова «мама» и «папа», направленные на тех, кто ухаживает за ним [1, с. 122].

Младенец еще совершенно беспомощный, он не может выжить без взрослого, поэтому физи-

ческий контакт со взрослыми очень важен для него. Он хочет ощущать их, слышать, обонять и даже чувствовать на вкус. Когда этот контакт по какой-то причине прерывается, ребенку становится тревожно [2, с. 33].

Несмотря на то, что малыши с самого рождения привязаны к запахам и звукам своей биологической матери, проходит месяцев 8, чтобы произошла фиксация ребенка на объекте первичной привязанности. Может пройти и больше времени, если по какой-то причине младенец был разлучен с ответственным взрослым. Самой природой задумана уникальная возможность ребенка привязываться, скорее, не сколько к биологическим родителям, сколько к тем, кто за ним постоянно ухаживает. Такая привязанность способна выступить фактором формирования ранней идентичности ребенка, способности вступать в отношения, а также возможности переходить на следующие уровни привязанности [1, с. 122–123].

Привязанность на уровне ощущений является базовой и остается у человека на всю жизнь. Но, чем менее развита личность, тем большую зависимость она испытывает от этого уровня привязанности [4, с. 41].

Привязанность на уровне похожести

Если первый уровень привязанности пройден благополучно, годовалый малыш переходит к следующему этапу – подражание, копирование. Этот вид привязанности образуется примерно в то время, когда ребенок начинает ходить. Дети перенимают звуки, манеры и прочие поведенческие проявления тех, к кому они привязаны. Таким образом они поддерживают ощущение близости с ними.

Именно привязанность заставляет подключать эмоциональную потребность подражать самым близким людям. Объекты привязанности детей – это движущая сила, и они хотят быть похожими на тех, кто является этим объектом. Ценности, формирующиеся у ребенка, являются результатом не того, чему его учат взрослые, а, непосредственно, самим взрослым значимым для него. Он попросту копирует того, на кого хочет быть похожим. Кроме того, путем наблюдения можно определить, кто именно является значимым для ребенка. В своих действиях, манерах, речи он пытается подражать объекту привязанности. Отсюда может взяться желание работать с инструментами, как папа, краситься и одеваться, как мама, носить туфли на каблучках, как сестра и т.д. [1, с. 123–124].

Еще одно средство формирования привязанности путем сходства – идентификация. Для этого, по сути, необходимо слиться в единое целое с кем-то или чем-то. В таком случае появляется объект идентификации. Это может быть один из родителей, герой, роль, отдельная группа. К тому же, чем более зависимый ребенок или взрослый, тем больше у него развита идентификация [4, с. 41–47].

Привязанность на уровне принадлежности и преданности

Годам к трем ребенок начинает отчетливо понимать, что он не похож на других людей, даже на собственных родителей. Это означает, что он переходит на следующий этап привязанности. Он хочет отличаться, быть собой, но при этом

желает быть причастным, присутствовать, помогать. В этом возрасте проявляется желание отстаивать «мое». Дети начинают напоминать маленьких рыцарей, которые стремятся помогать и ощущать свою нужность. И им очень обидно, если другие это стремление сводят на нет, отказываясь от помощи [2, с. 34].

Именно в возрасте 2-3 лет ребенок демонстрирует желание обладать вещами и людьми. Он таким образом поддерживает ощущение близости. С помощью чувства собственности проявляется детская принадлежность к кому-то или чему-то. И это абсолютная норма, так как означает, что ребенок развивается и способен любить.

Несмотря на то, что взрослые бывают порой озадаченными такими проявлениями у детей, как ревностное отношение к предметам или людям, это способно дать очень ценную информацию. Маленькая личность заявляет права только на тех, к кому действительно привязана.

После проявления принадлежности дети начинают демонстрировать преданность, которая означает поддержание ощущения близости со значимыми людьми путем соблюдения правил, следования указаниям этих людей. Сюда же стоит отнести моменты, когда ребенок принимает чью-то сторону во время спора. И это свидетельствует о том, что малыш развивается правильно. Через принадлежность и преданность ребенку удается уравновесить разделение, с которым ему приходится сталкиваться во время взросления [1, с. 124–125].

Привязанность на уровне значимости

В возрасте около 3-х лет ребенок имеет возможность формировать привязанность путем значимости. Для них очень важно получать одобрение и похвалу от тех, кто для них важен. Те, к кому они привязаны – это люди, перед которыми дети хотят всячески демонстрировать свою значимость. Они стараются делать все, чтобы заслужить драгоценное внимание, контакт. Так, дети могут добиваться улыбки матери или искреннего смеха отца: так они понимают, что могут делать что-то важное для своих родителей. Они могут стремиться делать что-то, что сможет порадовать близкого человека, стать еще ближе для него. Ребенок может быть привязан через чувство значимости не только к родителям или другим взрослым, но и к ровесникам. И в этом случае действует такая же схема: ребенок старается вызвать одобрение других детей. Детям, привязанным посредством значимости, очень важно ощущать, что ими дорожат и его ценят.

Но, есть одна существенная особенность этого уровня привязанности, о которой следует помнить заботящимся о ребенке взрослым. Ребенок, который жаждет быть любой ценой значимым для кого-то, становится весьма уязвимым. Когда он постоянно трудится для того, чтобы заслужить одобрение или хотя бы незначительную похвалу, он попросту теряет покой. У него исчезает возможность беззаботно играть и быть просто самим собой. Поэтому есть очень тонкая грань: вроде бы дети и нуждаются в похвале, а вроде бы именно похвала способна превратить их в рабов, трудящихся над тем, чтобы их действия одобрялись, а их достижениями восхищались.

Отсутствие расположения других людей к ребенку или его отвержение может нанести большой вред. Это способно спровоцировать чувство стыда. Ему будет казаться, что он делает что-то не так. Если родители будут демонстрировать раздражение по отношению к ребенку, говорить, что от него одни проблемы, то это негативно отразится на формировании идентичности ребенка. В итоге он может отправиться на поиски тех, кто признает его значимость. Результат может быть крайне нежелательным [1, с. 125–126; 4, с. 41–47].

Привязанность посредством любви

Если развитие ребенка идет согласно плану природы, то примерно в 4-5 лет он становится способным формировать эмоциональную близость по отношению к тем, к кому он привязан. Выходит, что только тогда, когда ребенок обрел чувство собственного своеобразия и индивидуальности на четвертом уровне привязанности, он в состоянии распознавать индивидуальность всех остальных. Если все идет хорошо, то примерно к пяти годам он получает возможность испытать эмоциональную близость с важными для него людьми, сталкивается с индивидуальным видом любви по отношению к близким. Именно в этот период дети начинают признаваться в любви или утверждать, что в будущем они женятся или выйдут замуж за близкого им взрослого. Но, это не имеет ничего общего с сексуальным влечением, которому уделяется повышенное внимание в психоанализе. Это всего лишь проявление глубокой симпатии, эмоциональной привязанности, глубины чувств, а не генитальной сексуальности. Это означает, что ребенок просто всегда хочет быть с близким ему человеком. По сути, он просто «отдает свое сердце», выражает привязанность.

Привязанность посредством любви делает ребенка еще более уязвимым, чем привязанность через значимость. Тот, кому «отдано сердце», получает возможность сильно ранить ребенка, причинить ему душевную боль, «разбить сердце». Если взрослые не проявляют достаточной теплоты и внимания или малыш думает, что его больше не любят так, как раньше, он может быть сильно встревожен. Именно по этой причине привязанность имеет свойство углубляться постепенно, ведь в возрасте 4-5 лет дети уже становятся более избирательными в вопросах, касающихся привязанности через любовь. Чаще всего они привязываются к тем, с кем ощущают схожесть и от кого испытывают значимость.

Благодаря тому, что ребенок получает возможность формировать привязанность через любовь, он развивается дальше, выходя за пределы родительского «гнезда». У детей проявляется стремление смело двигаться вперед, расширять границы. В то же время, они держатся за ощущение безопасности, которое есть у них дома [1, с. 126–127, 2, с. 35–36].

Привязанность посредством познания

Об этом уровне привязанности можно говорить только тогда, когда ребенок примерно лет пяти последовательно развивается. Эта форма приносит самое большое удовлетворение в отношениях. У ребенка уже появляется осознание того, что он сам вправе выбирать, скрывать ли свои чувства или демонстрировать их.

Потребность в познании обычно направлена только на тех, кто является близким. У человека заложена природой необходимость делиться с другими тем, что у него на душе. Если родители хотят заботиться о своем ребенке, нужно, чтобы сам ребенок мог раскрываться им. Это очень важно и может предотвратить возможность появления «опасных» секретов между детьми и взрослыми.

Очень часто родители встревожены тем, что их ребенок начал лгать. Но, именно ложь является признаком того, что ребенок перешел на следующий этап своего развития и его дошкольное мышление осталось позади. Дети в этом возрасте уже понимают для себя, кого они могут посвятить в свои секреты, а кто не достоин этого. Раскрывая душу близким, ребенок лучше понимает самого себя. Он подготавливается к дружбе, партнерству, взаимоотношениям.

Для того, чтобы ребенок мог делиться своими уязвимыми чувствами и мыслями, должны быть благоприятные условия:

- Необходимо, чтобы изначально ребенок был привязан к взрослому посредством эмоциональной близости.
- Ребенок чувствует, что он может спокойно поделиться сокровенным и что это совершенно безопасно.
- Родитель аккуратно и нежно приглашает ребенка поделиться с ним тем, что его беспокоит. При этом взрослый не оказывает давления.
- Родитель в ответ на признания демонстрирует понимание, поддержку, сопереживание.

Если ребенок привязывается к человеку посредством познания, он в состоянии будет пережить и длительную разлуку с ним. Внутренне это позволит держаться за значимого для него взрослого [1, с. 127–130, 2, с. 36–38].

Выводы. Привязанность – это то, что позволяет ребенку развиваться, стать самостоятельной и зрелой личностью. Без нее невозможно достичь гармонии, самоидентифицироваться, научиться выстраивать полноценные отношения не только с родными, но и другими людьми. Благодаря привязанности на глубоких уровнях ребенку удастся реализовывать свой потенциал, чувствовать себя в безопасности в отношениях. В то же время, привязанность ребенка дает возможность родителям гораздо проще и легче «управлять» ребенком, не травмируя его и не подавляя его личность. Но, к сожалению, привязанность на шестом уровне встречается нечасто, а ведь именно через нее в будущем человек получает возможность ощущать себя в эмоциональной безопасности и быть удовлетворенным в романтических отношениях. Ввиду этого проблема развития привязанности остается актуальной.

Именно потому, что формирование привязанности на разных уровнях способствует огромному влиянию на развитие личности, этой проблеме уделяло внимание немало зарубежных и отечественных исследователей. Несмотря на это, вопрос нельзя назвать всесторонне изученным, поэтому он нуждается в дальнейшем исследовании, ключевая цель которого – помочь детям и родителям в создании условий и отношений, в которых привязанность сможет естественным образом развиваться и углубляться до самого глубокого – шестого уровня эмоциональной близости и познания. Из этого следует, что необходимо уделять повышенное внимание просветительской работе среди родителей, направленной на формирование зрелого взгляда на детско-родительские отношения, а так же понимание особенностей психологического развития ребенка на разных возрастных этапах.

Список литературы:

1. Макнамара Д. Покой, игра, развитие. Как взрослые растят маленьких детей, а маленькие дети растят взрослых / пер. с англ. Н. Шестакова. Москва, 2017. 328 с.
2. Нойброннер Д. Понимать детей. Путеводитель по теории привязанности Гордона Ньюфелда. Москва, 2015. 136 с.
3. Ньюфелд Г. Ключи к благополучию детей и подростков. Москва, 2012. 40 с.
4. Ньюфелд Г., Матэ Г. Не упускайте своих детей / пер. Петровой Е., Абрамовой А., Шапиро Б. Москва, 2018. 448 с.
5. Писарик О. Привязанность – жизненно важная связь. URL: http://alpha-parenting.ru/wp-content/uploads/2013/06/privjazannost_pisaryk_read.pdf (дата обращения: 21.03.2019).

References:

1. MacNamara D. (2017). Pokoy, igra, razvitiye. Kak vzroslyye rastyat malen'kikh detey, a malen'kiye deti rastyat vzroslykh [Rest, Play, Grow: Making Sense of Preschoolers]. Moscow : Resurs. (in Russian)
2. Neubronner D. (2015). Putevoditel po teorii privyazannosti Gordona Neufelda [Gordon Neufeld's Affection Theory Guide]. Moscow : Resurs. (in Russian)
3. Neufeld G. (2012). Klyuchi k blagopoluchiyu detey i podrostkov [Keys to the well-being of children and adolescents]. Moscow : Resurs. (in Russian)
4. Neufeld G., Mate G. (2015). Ne upuskayte svoikh detey [Hold On to Your Kids: Why Parents Need to Matter More Than Peers]. Moscow : Resurs. (in Russian)
5. Pisaryk O. (2011). Pryvyazannost – zhyznenno-vazhnaya svyaz [Attachment is a vital connection]. Available at: http://alpha-parenting.ru/wp-content/uploads/2013/06/privjazannost_pisaryk_read.pdf (accessed 21 March 2019).