

Джон Боулби

---

**СТАБИЛНА ОСНОВА**

ПРИВЪРЗАНОСТТА РОДИТЕЛИ-ДЕЦА  
И ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

София, 2019

**Преводът е направен по**

John Bowlby

*A Secure Base*

*Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*

Routledge, a member of the Taylor & Francis Group

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на издателство „Изток-Запад“.

Copyright © 1988 R.P.L. Bowlby, R.J.M. Bowlby, and A. Gatling  
Authorised translation from the English language edition published  
by Routledge, a member of the Taylor & Francis Group.

© Светлана Кимпан, превод, 2019

© Издателство „Изток-Запад“, 2019

ISBN 978-619-01-0385-1

КЛАСИЦИ НА  
ПСИХОТЕРАПИЯТА

ДЖОН БОУЛБИ

# СТАБИЛНА ОСНОВА

ПРИВЪРЗАНОСТТА РОДИТЕЛИ-ДЕЦА  
И ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ

Превод от английски  
*Светлана Кимпан*



БИБЛИОТЕКА  
**КЛАСИЦИ НА**  
ПСИХОТЕРАПИЯТА

Под общата редакция на  
**Росица Георгиева**

---

**Роло Меї**

*Човекът в търсене на себе си*

**Карл Роджърс**

*Начин да бъдеш*

**Роберто Асаджолі**

*Психосинтеза. За хармония в живота*

**Ейбрахам Х. Маслоу**

*Към психологията на Битието*

**Карл Роджърс**

*Израстването на личността*

**Джон Боулби**

*Стабилна основа*

# СЪДЪРЖАНИЕ

## *Предговор / 9*

### **ПЪРВА ЛЕКЦИЯ**

#### **Отглеждане на децата / 11**

Незаменима социална роля.....	11
Етологичен подход.....	13
Инициация на връзката майка – дете.....	17
Ролите на майката и бащата: сходства и различия.....	21
Осигуряване на стабилна основа.....	23
Пренатални и постнатални обстоятелства, които помагат или пречат.....	25
Влиянието, което оказват детските преживявания на родителите.....	29
Как да помогнем.....	33

### **ВТОРА ЛЕКЦИЯ**

#### **Произход на теорията за привързаността / 35**

Нов поглед към теорията.....	40
Привързаността на детето към неговата майка.....	40
Тревожност от раздяла.....	47
Тъгуването.....	49
Защитни процеси.....	51
Алтернативна рамка.....	54
Изследвания.....	55

**ТРЕТА ЛЕКЦИЯ****Психоанализата като изкуство и наука / 59**

Фокус на изучаване.....	60
Начини за събиране на информация.....	61
Скептицизъм и вяра.....	62

**ЧЕТВЪРТА ЛЕКЦИЯ****Психоанализата като естествена наука / 83****ПЕТА ЛЕКЦИЯ****Насилието в семейството / 105**

Въведение.....	105
Концептуална рамка.....	108
Изследователски открития.....	113
Превантивни мерки.....	128

**ШЕСТА ЛЕКЦИЯ**

**Да знаеш това, което не трябва  
да знаеш, и да чувстваш това, което  
не бива да чувстваш /133**

**СЕДМА ЛЕКЦИЯ**

**Ролята на привързаността  
в личностното развитие / 157**

Някои отличителни характеристики на теорията за привързаността .....	157
Първичността на интимните емоционални връзки.....	159
Модели на привързване и условия, определящи тяхното развитие .....	162
Постоянство на моделите.....	166
Теория за интернализацията .....	170
Вариации в начина, по който майката си припомня собствените преживявания от детството.....	174
Пътеки на личностното развитие.....	177

**ОСМА ЛЕКЦИЯ**  
**Привързаност, комуникация**  
**и терапевтичен процес / 181**

Пет терапевтични задачи.....	182
Влияние на ранните преживявания върху преносните взаимоотношения.....	187
Някои патогенни ситуации и случки в детството .....	192
Заплахата към детето да не бъде обичано като средство за упражняване на контрол върху него.....	193
Заплахите за изоставяне на детето .....	193
Заплахи за самоубийство.....	194
Отрицание и опровержение.....	195
Позицията на терапевта .....	199
Емоционална комуникация и реструктуриране на работните модели.....	203

**ДЕВЕТА ЛЕКЦИЯ**  
**Детската психиатрия**  
**става на възраст / 207**

Емоционално опосредствани връзки и психично здраве .....	210
Функция и организация на емоционалните връзки.....	212
Моделите на привързаност и техните детерминанти.....	217
Непрекъснатост и прекъсване: уязвимост и устойчивост .....	223
Закljučения.....	231

***Благодарности / 235***

***Използвана литература / 237***

Допълнение към използваната литература.....	253
---	-----

*На Мери Д. С. Ейнсуърт, която въведе концепцията  
за стабилна основа*



## Предговор

---

През 1979 година публикувах кратък сборник под заглавието *Създаване и разрушаване на емоционалните връзки* с лекции, които бях изнесъл пред различни аудитории през предишните две десетилетия. В тази книга представям един по-нататъшен подбор от лекции, които съм изнасял оттогава насам. Всяка от първите пет, както и деветата, са изнесени пред различни аудитории по определен повод; подробностите към всяка от тях са изложени в кратко предисловие в началото им. Останалите три са разширени версии на лекции, изнесени съвсем импровизирано, без подготовка, пред публика, състояща се предимно от професионалисти по психично здраве, в европейските страни и в Америка. Както и в предишната сбирка, реших, че ще е най-добре всяка лекция да се отпечата под форма, която е близка до оригиналната си публикация.

Тъй като теорията за привързаността предоставя базата за всяка лекция, необходимо бе да се съкратят някои неща, с цел да се избегне излишното повторение. Надявам се, че това, което съм оставил, представяйки същите идеи в различен контекст, изяснява и подчертава отличителните черти на теорията.

Малко необичайно е, че макар и теорията за привързаността да бе формулирана от лекар с цел да се използва в диагностиката и лечението на пациенти с емоционални разстройства и техните семейства, нейната употреба до този момент се свежда предимно до подкрепа на изследванията в областта на психологията на развитието. Макар и да при-

ветствам откритията на тези изследвания като изключително обогатяващи разбирането ни за личностното развитие и психопатологията, като следователно смятам, че имат и огромно клинично значение, все пак не мога да отрека и известно разочарование от мудността, с която лекарите подхождат към проверката на ползите от тази теория. За това вероятно има множество причини. Една от тях е, че първоначално натрупаните данни изглеждаха прекалено бихейвиористични. Друга причина е, че лекарите обикновено са доста заети и естествено, не горят от желание да отделят време за усъвършенстването на нови и странни концептуални рамки поне докато не натрупат основателни причини да вярват, че това би подобрило клиничното им разбиране и терапевтичните им умения. За тези от тях, които са решили, че е дошло времето да изпробват какво може да им предложи тази нова перспектива, се надявам, че настоящият сборник от лекции би бил едно подходящо въведение.