



УДК 159.99

А. А. Лифинцева

РОДИТЕЛЬСКАЯ ПОДДЕРЖКА И ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Описываются особенности родительской поддержки как социально-психологического феномена и ее связи с психосоматическим здоровьем (депрессивными, тревожными и соматизированными проявлениями) детей и подростков. Представлена вероятностная структурно-функциональная модель родительской поддержки, включающая в себя содержание, компоненты и функции. В качестве критериев ее эффективности предлагается рассматривать конгруэнтность, доступность и комплементарность.

85

This article describes the features of parental support as a socio-psychological phenomenon and its relation to psychosomatic health (depression, anxiety, and somatization) in children and adolescents. The author presents a probability structural-functional model of parental support covering its content, components, and functions. Congruity, accessibility, and complementarity are suggested as efficiency criteria.

Ключевые слова: социальная поддержка, родительская поддержка, психосоматическое здоровье детей и подростков.

Key words: social support, parental support, psychosomatic health of children and adolescents.

Среди множества факторов риска нарушений психосоматического здоровья в детском и подростковом возрасте можно выделить аспекты как биологического порядка (особенности темперамента, обменных и гормональных процессов, конституциональная принадлежность и т.д.), так и психосоциального. Описание последних стало возможным также благодаря интегративной многофакторной психосоциальной модели эмоциональных расстройств, разработанной А.Б. Холмогоровой и Н.Г. Гаранян, включающей в себя интерперсональные факторы возникновения и течения этих дисфункций [1]. Доминирующим из них является социальная поддержка, при обсуждении которой большинство специалистов фокусируют свое внимание на типах и видах, упуская характеристики источников социальной поддержки и их значимость для психосоматического здоровья детей и подростков. В то же время многочисленные исследования и обзорные статьи, опубликованные за последние пятьдесят лет, свидетельствуют о важности роли родительской поддержки, и нехватка ее у детей способствует «разрушающему» поведению при



построении межличностных контактов с другими детьми, неспособности к кооперации, а также приводит к замкнутости и невнимательности к остальным. Кроме того, у данных детей была отмечена высокая степень переживания ими чувств безысходности и отчаяния [6].

Принято считать, что поддержка, получаемая от родителей в детстве, оказывает значимое влияние на здоровье ребенка, поскольку взаимоотношения между ними служат контекстом, внутри которого протекают большинство процессов его физического, социального и психического развития. Например, если родители окружают ребенка атмосферой заботы, то затем дети могут обобщить усвоенный опыт. Когда они вырастают, то ищут такое окружение, где могут легко получить социальную поддержку. И наоборот, если родители не помогают детям и эта помощь недоступна для них, то в дальнейшем у детей могут развиться поведенческие паттерны избегания контактов.

Среди подростков с высоким уровнем такой поддержки гораздо реже встречаются тревожные и депрессивные: можно констатировать наличие адекватной самооценки в контексте их совладания со стрессовыми ситуациями [4]. В отдельных зарубежных работах показано, что родительская поддержка напрямую связана с позитивным функционированием ребенка: она играет ключевую роль в решении его экстернализированных и интернализированных проблем, способствует повышению уровня самооценки и академической успеваемости [2]. М. Хоффман, В. Ушпиц и Р. Леви-Шифт считают, что дети и подростки с высоким уровнем осознаваемой родительской поддержки имеют меньше проблем с адаптацией [5].

Обобщая результаты исследований, проведенных в разных странах и разные годы, можно сказать, что дети и подростки, получающие достаточно поддержки, демонстрируют меньше негативных психологических и физических симптомов в период раннего возраста, нежели те, которые получают немного.

Научный конструкт «родительская поддержка», несмотря на его широкую распространенность в зарубежных экспериментальных исследованиях, не имеет однозначного толкования. В ранних психоаналитических подходах данное понятие описывалось через процессы удовлетворения родителями потребностей ребенка и проявление ими тепла, принятия и контроля. Во многих теориях социального научения родительская поддержка рассматривается как баланс между теплотой и степенью чувствительности, а также контролем и требовательностью по отношению к ребенку.

Говоря о принципиальных позициях относительно современного понимания конструкта «родительская поддержка», можно отметить нацеленность большинства исследователей на его описание через поведенческие категории — действия, поведенческие акты и/или пове-



денческую активность. Пионеры в данной области Б. Роллинз и Д. Томас рассматривали ее как «поведение, проявляющееся у родителей по отношению к ребенку, заставляющее его чувствовать себя комфортно в присутствии родителей и укрепляющее в нем уверенность в принятии и заботе» [7, р. 319]. Б. Шоу, Н. Краузе и другие предполагали, что родительская поддержка включает в себя «жесты или акты заботы, одобрения и содействия, которые родитель проявляет по отношению к своему ребенку» [8, р. 4]. Схожее содержание данного понятия можно встретить и в работах Дж. Райта: «определенные родительские действия, обеспечивающие ребенку любовь, заботу, принятие и сочувствие и предоставляющее информацию и материальные ресурсы» [9, р. 21].

Ориентация на бихевиористское понимание родительской поддержки игнорирует, на наш взгляд, целый пласт психологических феноменов, например, таких как чувствительность к потребностям ребенка, конгруэнтность эмоциональных переживаний родителей в ситуациях взаимодействия с ним, чувствительность ребенка к предоставляемой ему поддержке, ее комплементарность и т. п. Результаты теоретико-методологического анализа позволили нам определить *родительскую поддержку как динамический социально-психологический феномен предоставления родителями ребенку различных ресурсов, имеющих для него субъективную значимость в данный момент времени.*

Рассматривая родительскую поддержку как социально-психологический феномен, нами была разработана ее *вероятностная структурно-функциональная модель*, включающая в себя содержание, компоненты, функции и критерии эффективности.

Как и любой подобный феномен родительская поддержка выполняет важнейшие *функции* в отношении только формирующейся личности ребенка. При соответствии критериям комплементарности, доступности и конгруэнтности, родительская поддержка обеспечивает, во-первых, подачу определенной информации о мире в целом и о конкретных жизненных ситуациях; во-вторых, являет собой механизм предоставления ребенку обратной связи о его поведении, действиях, поступках, переживаниях и состояниях; в-третьих, формирует у него жизненный план и поддерживает устойчивость к разного рода воздействиям, в том числе и травмирующим. Поддерживающее поведение родителей может выступать «буфером» между переживаниями ребенка и его стрессовыми ситуациями, обеспечивать решение важных для ребенка жизненных проблем, являться источником практического опыта, его идентичности и эмоциональной чувствительности.

Мы предлагаем выделять четыре типа *содержания родительской поддержки*: эмоциональный, инструментальный, информационный и оценочный. Эмоциональная поддержка связана с демонстрацией ребенку того факта, что его любят и ценят, независимо от достижений



и успехов. Инструментальную (материальную, финансовую) поддержку легко отличить от эмоциональной, так как она включает в себя такие непосредственные действия, как обеспечение карманными деньгами, покупка вещей, помощь в бытовых делах и т.д. Информационная родительская поддержка включает в себя предоставление информации, либо касающейся потребностей ребенка в данный момент времени (например, сбор и передача сведений относительно высшего учебного заведения, куда он планирует поступить после школы и т.п.), либо необходимой для борьбы или совладания с трудными жизненными ситуациями. Оценочная поддержка включает освещение информации, относящейся к сомнению ребенка, оценки его успехов или достижений.

В качестве ключевых *компонентов родительской поддержки* наиболее оптимальным, на наш взгляд, является выделение ее когнитивных, поведенческих и эмоциональных составляющих. Представления и знания родителей о том, что такое поддержка, и их умения и способности оказывать ребенку помощь в различных ситуациях его жизни, в том числе и кризисных, — это база *когнитивного компонента*. *Поведенческий компонент* имеет прямое отношение к тем или иным актам поведения родителей в момент предоставления ребенку. Он может быть связан с демонстрацией физической близости (тактильные контакты, поцелуи, объятия, прикосновения, присутствие рядом) и привязанностей (вербальное выражение любви и нежности; открытая чувствительность к потребностям ребенка, оценка, похвала, выказывание доверия, ободрение и поддержка). Кроме того, проявление поведенческого компонента родительской поддержки можно обнаружить в коммуникативных взаимодействиях (открытое и позитивное общение, честность и откровенность в межличностном контакте, их частота, степень «свободы» родителя и ребенка при взаимосвязи). *Эмоциональный компонент* отражает весь спектр чувств и переживаний родителей, возникающих у них по отношению к ребенку, и содержит позитивную эмоциональность, чувства теплоты и близости, интерес к ребенку, принятие его и вера в него.

Выделение критериев эффективности родительской поддержки составляет одну из самых сложных задач, решение которой имеет непосредственные практические следствия для детского и подросткового психологического консультирования и психотерапии. В семейной терапии и консультировании зачастую специалисты ориентируются на дисфункциональные паттерны поведения членов семьи, гиперопеку и гиперпривязанность родителей к ребенку, противоречивые семейные правила и дезадаптацию, игнорируя тот факт, что мишенью психотерапевтического процесса может быть и неэффективная родительская поддержка. Как показал наш теоретико-методологический анализ,



к настоящему времени лишь отдельные исследователи касались проблем определения критериев эффективности родительской поддержки.

Например, Е. Элиссон было выделено четыре важных фактора, определяющих ее эффективность: доступность, дружеское общение, нежная забота и родительское медиаторство [3]. Доступность связана как с количеством времени, которое родитель и ребенок проводят вместе, так и с числом «препятствий», ограничивающих их контакты. Дружеское общение включает в себя типы и частоту совместных действий, в которые родитель и ребенок одновременно вовлечены (например, это может быть повседневная активность — покупка продуктов, бытовые дела; или специфическая — экскурсии, путешествия, совместные занятия спортом и т.д.). Нежная забота представляет собой определенную характеристику родительско-детских отношений и включает в себя эмоциональную экспрессию, тактильные контакты, а также чувства близости и любви. Медиаторство связано с определенной посреднической ролью родителя между ребенком и обществом [3].

Ограниченность классификации Е. Элиссон, с нашей точки зрения, обусловлена двумя причинами: во-первых, в процессе психологического консультирования и психотерапии весьма затруднительным со стороны специалиста представляется оценка степени дружеского общения и нежной заботы со стороны родителей, и, во-вторых, в данной классификации речь, скорее, идет о «родительской активности» в оказании поддержки ребенку, а его потребности в ней нивелируются.

По нашему мнению, *критериями эффективности* поддержки выступают ее доступность, комплементарность и конгруэнтность. Доступность родительской поддержки — двуединый процесс, связанный, с одной стороны, с возможностью родителя предоставить ее ребенку, а с другой — способностью ребенка ее получить. Согласованность содержания и частоты предоставления поддержки с актуальными потребностями ребенка и ее субъективной значимостью для него в данный момент времени представляет собой комплементарность родительской поддержки. При этом следует отметить, что комплементарность, также как и доступность, касается различных типов ее содержания и основных составляющих. Схожа с данным критерием эффективности и конгруэнтность родительской поддержки, которая, скорее, связана с актуальными потребностями и переживаниями. Она представляет собой согласованность потребностей родителя оказать поддержку своему ребенку и степень ее необходимости в ситуации взаимодействия с ним.

Определение ключевых компонентов родительской поддержки имеет важное практическое значение для психоконсультационной и психотерапевтической работы с родителями детей/подростков с нарушениями в психосоматическом здоровье. Некомплементарность, неконгруэнтность и дефицитарность родительской поддержки могут яв-



ляться интерперсональными факторами нарушений в психосоматическом здоровье ребенка/подростка и выступать в качестве мишеней психотерапии. В данном случае наиболее оптимальными методами психотерапевтической помощи являются системная семейная терапия, когнитивно-поведенческая терапия и интегративные психотерапевтические стратегии.

Исследование выполнено при финансовой поддержке Совета по грантам Президента Российской Федерации для государственной поддержки молодых российских ученых – кандидатов наук МК-172.2012.6 «Микросоциальные факторы психосоматического здоровья детей и подростков».

Список литературы

1. Холмогорова А. Б. Интегративная психотерапия расстройств аффективно-го спектра. М., 2011.
2. Barrera M., Chassin L., Rogosch F. Effects of social support and conflict on adolescent children of alcoholic and nonalcoholic fathers // *Journal of personality and social psychology*. 1993. №64.
3. Ellison E. S. Parental support and school-aged children // *Western journal of nursing research*. 1983. №7(4). P. 401–424.
4. Enos D. M., Handel P. J. The relation of parental marital status and perceived family conflict to adjustment in white adolescents // *Journal of consulting and clinical psychology*. 1986. №54(6). P. 820–824.
5. Hoffman M. A., Ushpiz V., Levy-Shift R. Social support and self-esteem in adolescence // *Journal of youth and adolescence*. 1988. №17(4). P. 307–316.
6. Kashani J. H., Canfield L. A., Bordin C. M. et al. Perceived family and social support: Impact on children // *Journal of the American academy of child and adolescent psychiatry*. 1994. №33. P. 819–823.
7. Rollins B. C., Thomas D. L. Parental support, power, and control: Techniques in the socialization of children // *Contemporary theories about the family*. N. Y., 1979. Vol. 1. P. 317–374.
8. Shaw B. A., Krause N., Chatters L. M. et al. Emotional support from parents in early life, aging, and health // *Psychology and aging*. 2004. №19(1).
9. Wright J. Parental support and juvenile delinquency: A test of social support theory. Cincinnati, 1995.

Об авторе

Алла Александровна Лифинцева – канд. психол. наук, доц., Балтийский федеральный университет им. И. Канта, Калининград.

E-mail: ALifintseva@kantiana.ru

About the author

Dr Alla Lifintseva, Associate Professor, Immanuel Kant Baltic Federal University, Kaliningrad.

E-mail: ALifintseva@kantiana.ru