

Зарубежные исследования сепарационной тревоги

Кочетова Ю.А.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9853-569X>, e-mail: kochetovayua@mgppu.ru*

Климакова М.В.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2048-3105>, e-mail: klimakovamv@mgppu.ru*

Работа направлена на изучение феномена сепарационной тревоги в разных возрастах. В настоящее время становится все более актуальным изучение сепарационной тревоги на разных этапах развития человека. В настоящей статье представлен анализ феномена сепарационной тревоги, его проявления и клиническая картина, а также рассмотрены диагностические критерии и методы психотерапии, в частности, применение недирективной игровой терапии, методов когнитивно-поведенческой терапии (программа «The Coping Cat»). Проведен анализ зарубежных исследований, показывающих связь уровня сепарационной тревоги родителей младенцев с уровнем тревожности их детей, с личностным ростом самих родителей, а также исследований, посвященных влиянию сепарационной тревоги на психическое развитие детей. Полученные в исследованиях данные позволяют увидеть роль тревожного расстройства, вызванного разлукой, в формировании личности, что является важным условием для создания терапевтических и коррекционных мероприятий.

Ключевые слова: тревожное расстройство; тревожное расстройство, вызванное разлукой; сепарационная тревога; детско-родительские отношения; тип привязанности; диагностика и психотерапия тревоги.

Для цитаты: Кочетова Ю.А., Климакова М.В. Зарубежные исследования сепарационной тревоги [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2022. Том 11. № 1. С. 39—47. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2022110104>

Foreign Studies of Separational Anxiety

Yulia A. Kochetova

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9853-569X>, e-mail: kochetovayua@mgppu.ru*

Maria V. Klimakova

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0777-1122>, e-mail: klimakovamv@mgppu.ru*

The article aims to studying the phenomenon of separation anxiety in different ages. Currently separation anxiety studying its become more relevant at different stages of human development. This article presents an analysis of the phenomenon of separation anxiety, its manifestations and clinical picture, diagnostic criteria and methods of psychotherapy, in particular, the use of non-directive play therapy, methods of cognitive behavioral therapy (the program “The Coping Cat”). The analysis of foreign studies shows the relationship between the level of infant’s parents separation anxiety with the level of anxiety of their children, with the personal growth of the parents. Modern foreign studies shows the impact of separation anxiety on the mental development of children. The data obtained in the studies allow us to see the role of anxiety disorder caused by separation in the personality formation, which is an important condition for the therapeutic and corrective tools.

Keywords: anxiety disorder, separation anxiety disorder, child-parent relationship, type of attachment, diagnosis and psychotherapy of anxiety.

For citation: Kochetova Yu.A., Klimakova M.V. Foreign Studies of Separational Anxiety. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2022. Vol. 11, no. 1, pp. 39—47. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2022110104> (In Russ.).

Введение

На современном этапе развития общества тревожные расстройства занимают одно из центральных мест в психологической практике, в том числе это касается и детских возрастов. Как правило, большинство расстройств тревожного спектра, возникающих в детских возрастах, имеют достаточно схожие диагностические критерии, что и у взрослых. Однако в МКБ-10 и в Диагностическом и статистическом руководстве по психическим расстройствам сепарационная тревога относится к детским и подростковым расстройствам. Такой диагноз, как тревожное расстройство, вызванное разлукой, обычно ставится, начиная с младенческого возраста. При этом отмечается, что значительная часть населения обращается к специалистам с симптомами тревожного расстройства, вызванного разлукой, и во взрослых возрастах [7].

Отмечается также, что тревога считается «нетипичной для ожидаемого уровня развития и возраста» [11]. Подобное состояние дезадаптирует ребенка, снижая качество жизни, проявляя себя как в социальной сфере (например, отказ от посещения детского сада, школы [13], так и в физическом и психическом здоровье (возникновение различных психосоматических расстройств).

Основной симптом, характеризующий данное расстройство, связан с тем, что ребенок испытывает тревогу, которая возникает, в первую очередь, из-за разлуки с матерью или близким взрослым [2]. Также иногда тревожность ребенка связана с разлучением с неодушевленными предметами, например, любимыми игрушками, знакомыми местами (дом, своя комната и пр.) [1].

Несмотря на то, что определенный уровень сепарационной тревоги у детей младенческого, раннего и дошкольного возраста является нормативным [25], в ситуации реального или угрожающего расставания с близким взрослым, тем не менее, уровень тревоги, переходящий в невротический и дезадаптирующий ребенка, приравнивается к тревожному расстройству. Дифференциация нормального уровня тревоги от тревожного расстройства проводится по уровню ее выраженности, «включая аномальную стойкость свыше обычного возрастного периода, и сочетается со значительными проблемами в социальном функционировании» [17].

В Международной классификации болезней присутствуют диагностические критерии для выявления тревожного расстройства у детей, вызванного разлукой или, по-другому, сепарационной тревоги у детей. В первую очередь, к таким критериям можно отнести высокий уровень тревоги в ситуации отделения от близких взрослых, к которым у ребенка присутствует привязанность; при этом такая тревога не должна являться частью генерализованной тревоги относительно других ситуаций.

Данная тревога может проявляться в страхе ребенка потерять близкого взрослого, при этом может возникнуть страх потеряться самому, остаться в одиночестве без близкого взрослого, к которому привязан ребенок. Подобные страхи сопровождаются отказом от посеще-

ния детского сада или школы, возникают проблемы со сном, когда ребенок отказывается спать без близкого взрослого рядом, при этом могут возникать повторяющиеся ночные кошмары [17].

Помимо прочего, сепарационная тревога проявляет себя в дистрессе и психосоматических расстройствах, проявляющихся в физических симптомах. Так, при разлуке с близким взрослым или при предчувствии разлуки ребенок может ощущать тошноту, боль в животе, головную боль, у него могут проявляться различные тики [21].

В DSM-IV для постановки диагноза, связанного с сепарационной тревогой, должны присутствовать следующие диагностические критерии: «... тревога должна выходить за пределы ожидаемой для соответствующей стадии развития ребенка, продолжаться больше четырех недель, возникать в возрасте до 18 лет и приводить к значительному дистрессу или нарушениям» [23].

Проявления сепарационной тревоги и клиническая картина зависят от возраста. Ночные кошмары, содержание которых связано с разлукой, чаще встречаются у детей ранних возрастов, нежели у подростков, которые также реже демонстрируют дистресс при разлуке. Подростки чаще проявляют протестное поведение, сопровождающееся вспышками гнева, раздражения в ситуации вынужденной разлуки.

Сепарационная тревога усиливается в психотравмирующих ситуациях — смена места жительства, смена школы или детской компании, начало учебного года, а также в ситуациях, связанных с буллингом, одиночеством в коллективе и пр.

Пиковые значения симптомов приходятся на возраст от 9 до 13 месяцев и в норме снижаются к 2—3 годам, когда ребенок приближается к возрастному кризису трех лет, который проявляет себя в возрастающей самостоятельности ребенка и желании отделиться от взрослых. Усиление симптомов возникает к периоду посещения школы [8; 12; 13]. В подростковом возрасте у трети детей сохраняются симптомы сепарационной тревоги, если она не подвергалась психотерапии. Последствия сепарационной тревоги в детских возрастах проявляют себя в нарушении социального функционирования у взрослых, которые часто остаются одинокими или переживают конфликт в семье [24].

Несмотря на то, что сепарационная тревога в DSM-IV представлена как расстройство детского возраста, некоторые исследования показали наличие данного расстройства у взрослых респондентов — распространенность тревожного расстройства, вызванного разлукой, среди взрослых составляет 6%, при этом более 70% случаев проявления начинаются в подростковом возрасте [24].

Диагностические методики и оценочные шкалы

С целью комплексной и системной оценки проблемы сепарационной тревоги необходимо привлекать к

диагностике как детей, так и родителей, а также при необходимости — учителей и других значимых взрослых.

Наиболее распространенными методами диагностики сепарационной тревоги выступают как структурированные, так и полуструктурированные клинические интервью. К подобным методикам можно отнести опросный лист «The Anxiety Disorder Interview Schedule for DSM-IV Child and Parent Version (ADIS-IV-C/P), который был разработан для детей от 6 до 17 лет с целью оценки тревожных и общих расстройств психологического развития, а также расстройств настроения, включенных в DSM-IV.

Также, с целью диагностики сепарационной тревоги, используется шкала «The Kiddie Schedule of Affective Disorders and Schizophrenia for School age children, Present and Lifetime version» (K-SADS-PL). Данную методику можно использовать в возрасте от 6 до 18 лет.

С целью оценки уровня тревожности у детей дошкольного возраста применяется шкала PAS (Preschool Anxiety Scale). Данную шкалу необходимо заполнять родителям, оценивая приведенные в ней ситуации с точки зрения того, как часто они проявляются у их детей.

Для диагностики родителей также можно использовать структурированное интервью «The Preschool Age Psychiatric Assessment» (PAPA). Родители оценивают особенности развития детей в возрасте от 2 до 5 лет.

Диагностический инструментарий позволяет оценить сепарационную тревогу во взрослых возрастах, например: опросник сепарационной тревоги взрослых (Adult Separation Anxiety Questionnaire, ASA-27); шкалу Гамильтона для оценки тревоги (Hamilton anxiety rating scale, HARS) — клиническая рейтинговая шкала, которая соответствует критериям TPC в DSM-V и проекте МКБ-11 оценки тяжести тревоги; структурированное клиническое интервью для оценки симптомов сепарационной тревоги (Structured Clinical Interview for Separation Anxiety Symptoms, SCI-SAS) и пр.

Также проявление тревоги у детей можно оценить с помощью следующих методик.

- Тест уровня школьной тревожности Филлипса (School Anxiety Scale, SAS) — выявляет общий уровень школьной тревожности.
- Шкала явной тревожности для детей (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale, CMAS) — предназначена для диагностики тревожности как устойчивого образования у детей в возрасте 7—12 лет.
- Шкала личностной тревожности учащихся (А.М. Прихожан) — позволяет диагностировать детскую и подростковую тревожность, связанную со школьными ситуациями.
- Шкала тревоги Спилбергера (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) — представляет собой опросник для самооценки уровня тревожности (как реактивной, так и личностной).
- Шкала проявлений тревоги Тейлора (Taylor Manifest Anxiety Scale, TMAS) — измеряет проявления тревожности, утверждения для теста отобраны из опросника MMPI.

Таким образом, тема сепарационной тревоги является крайне актуальной, поскольку берет свое начало в младенческом и раннем возрастах и оказывает существенное влияние на психическое благополучие в дальнейшем. Среди российской выборки данная тема изучена недостаточно, что открывает поле для дальнейших исследований. В зарубежной психологической науке и практике проблема сепарационной тревоги активно разрабатывается; с одной стороны рассматривается как отдельный феномен, с другой — в контексте детско-родительских отношений.

Так, в исследовании 2021 г., проведенном О. Таубман-Бен-Ари (Университет имени Бар-Илана, Рамат-Гане), изучалась связь личностного роста родителей маленьких детей (до 24 мес.) в связи с сепарационной тревогой родителей. Участие в нем приняли 315 родителей, воспитывающих детей в возрасте до 24 месяцев. Из них — 234 матери в возрасте от 20 до 45 лет и 81 отец в возрасте в возрасте от 21 до 45 лет. В качестве методик использовались: шкала PTGI (The Post-Traumatic Growth Inventory), измеряющая личностный рост; шкала Maternal Separation Anxiety Scale, измеряющая уровень сепарационной тревоги. Обе шкалы были адаптированы для родителей Израиля [27]. С помощью процедуры анализа PROCESS было выявлено, что более высокий уровень сепарационной тревоги родителей связан с более активным личностным ростом обоих родителей, причем у отцов данная связь выражена сильнее, чем у матерей ($b = 0,97$, $p < 0,001$; $b = 0,42$, $p = 0,014$ соответственно). Регрессионный анализ показал, что высокий уровень сепарационной тревоги вносит значимый вклад (10,9%) в более активный личностный рост родителей. Таким образом, автор оценивает стресс перехода к родительству и связанную с ним сепарационную тревогу как положительный опыт для матерей и отцов.

Дж. Кольхофф, Б. Барнетт и В. Ипен в 2015 г. провели исследование, посвященное связи сепарационной тревоги матерей младенцев с привязанностью к ребенку и стилями воспитания детей [19]. В исследовании приняли участие 83 женщины, только что родившие детей и находящиеся с ними в стационаре. Методами исследования выступили клиническое интервью и шкала сепарационной тревоги ASA. Кроме того, особенности поведения младенцев фиксировались медсестрами 24 часа в сутки. Эксперимент показал, что в данной выборке распространенность сепарационной тревоги среди матерей составила 19,3%. У женщин с высоким уровнем сепарационной тревоги чаще, чем у женщин с низким уровнем, отмечались депрессивные и тревожные расстройства. Эти же женщины сообщали о негативном опыте детско-родительских отношений в своем детстве, небезопасном типе привязанности. У детей этих женщин были зафиксированы проявления беспокойства и тревожности. Таким образом, негативный ранний детский опыт воспитания связан с сепарационной тревогой во взрослом возрасте, который, в свою очередь,

связан с проявлениями тревожности у новорожденных детей.

Группа исследователей под руководством С. Пини (Пизанский университет, Пиза), изучала связь сепарационной тревоги, диагностированной в детстве, со способностью к регуляции собственного поведения во взрослом возрасте [26]. С этой целью были отобраны 377 пациентов амбулаторных психиатрических клиник, из которых: 168 человек не имели установленного тревожного расстройства, вызванного разлукой (т. е. сепарационной тревоги); 81 человек имели установленное во взрослом возрасте тревожное расстройство, вызванное разлукой; 97 человек имели данное расстройство; у 31 человека было установлено данное расстройство в детском возрасте. В эксперименте использовались шкала RSRI (оценка поведенческого торможения) и шкала ASA-27 (оценка уровня сепарационной тревоги). У 242 пациентов было диагностировано паническое расстройство, у 143 — биполярное, у 133 — депрессивное, у 71 — обсессивно-компульсивное и у 43 — социальная тревожность. Среди респондентов было 255 женщин и 122 мужчины. Было обнаружено, что испытуемые, имевшие установленное тревожное расстройство, вызванное разлукой, имели более высокие баллы по параметру «поведенческое торможение», вне зависимости от возраста, в котором этот диагноз был поставлен. Была выявлена умеренная корреляционная связь между показателем поведенческого торможения и показателями тревожного расстройства, вызванного разлукой ($r=0,436$; $p<0,001$). Регрессионный анализ показал значительную прогностическую ценность оценок шкалы RSRI (поведенческое торможение) по общему показателю шкалы ASA-27 (сепарационная тревога) ($p < 0,01$), однако связи с возрастом начала сепарационной тревоги выявлено не было. Таким образом, поведенческое торможение является фактором риска возникновения сепарационной тревоги, как в детских, так и во взрослых возрастах. Похожие результаты были получены в более раннем исследовании, проведенном в 2020 г. А. Таном и др. (Мэрилендский университет в Колледж-Парке). Поведенческое торможение младенцев предсказывало появление тревожного и депрессивного расстройства у 30-летних взрослых [18].

В исследовании У. Астутти и др., которое было проведено в 2020 г., изучалась связь сепарационной тревоги детей 5—6 лет с привязанностью родителей [5]. В нем приняли участие 185 детей (87 мальчиков и 98 девочек). Для измерения привязанности родителей к детям использовалась анкета Parental-Child Attachment-Child Survey, а для измерения сепарационной тревожности — шкала CSAS, которую экспериментаторы зачитывали детям вслух. Регрессионный анализ показал, что более сильная привязанность родителей к детям связана с более низким уровнем сепарационной тревожности ($F_{\text{count}} = 15,26 < F_{\text{table}} = 3,045$ со значением $\text{Sig } 0,000 < 0,05$). Близость между ребенком и родителем поддерживает способность ребенка адаптироваться в группе сверстников.

В исследовании Г. Ростами и других (2020 г.), которое является частью Квебекского лонгитюдного исследования развития детей, оценивались показатели бруксизма во сне у детей в возрасте от 1,5 до 7 лет. Респондентами являлись матери детей (1946 человек). Бруксизм измерялся с помощью опросника The Self-Administered Questionnaire for Mother, а сепарационная тревога — с помощью опросника Interviewer-Completed Computerized Questionnaire. Бруксизм во сне и уровень сепарационной тревоги показали значимые, но слабые связи ($X^2 = 37,84$; $p < 0,001$). Однако, у детей с более высоким уровнем сепарационной тревоги риск развития бруксизма был в два раза выше, чем у детей с низким уровнем (95% CI = 1,25 — 3,22; $p = 0,04$) [15].

В рамках этого же лонгитюдного исследования, под руководством М. Батталья в 2017 г. были оценены траектории развития детей с высоким уровнем сепарационной тревоги. В исследовании приняли участие 1290 детей, у которых с помощью опросника Interviewer-Completed Computerized Questionnaire была установлена сепарационная тревожность в возрасте от 1,5 лет. Сами дети (от 8 лет), а также их семьи и учителя оценивали такие параметры, как физическое здоровье, академическая успеваемость и др. Дисперсионный анализ MANCOVA позволил выявить, что дети с высоким уровнем сепарационной тревожности, установленной в младенчестве, склонны к более высокому уровню интернальности — т. е. к более высокому уровню субъективного контроля, имеют более слабые академические достижения, более высокие показатели агорафобии, а также более слабое физическое здоровье (головные боли до 12 лет, хроническая астма в возрасте от 10 до 13 лет). Все это — по сравнению с детьми с низким уровнем сепарационной тревоги [10].

В настоящее время сепарационная тревога исследуется и в контексте COVID-19. Многие ученые отмечают, что ситуация пандемии влияет на эмоциональное состояние и психологическое благополучие людей любых возрастов. С целью изучить влияние пандемии на эмоциональное состояние и сепарационную тревогу детей в актуальных условиях, исследователи К. Колджакоглу и Г. Юджел (Университет Эрджис, Кайсери) провели эксперимент, в котором использовали авторскую анкету, направленную на изучение привычек детей, и шкалу SPAS для оценки тревожности детей. В исследовании приняли участие 405 родителей, воспитывающих детей дошкольного возраста. Было выявлено, что в условиях пандемии сепарационная тревога у дошкольников была выражена сильнее, чем общий уровень тревоги ($M \pm SD$: 10,10 \pm 3,92 и 17,92 \pm 4,41; $p < 0,010$). Кроме того, родители сообщили о наличии истерик ($p = 0,010$), приступов плача ($p = 0,010$) и агрессии ($p = 0,010$) у детей. Также было обнаружено, что привычки сосать палец ($p = 0,010$), кусать ногти ($p = 0,040$) и кусать губы ($p = 0,010$), которые отмечались до комендантского часа, введенного в связи с COVID-19, значительно уменьшились после введения комендантского часа. Можем предположить,

что данные поведенческие проявления связаны с возросшим уровнем сепарационной тревоги, что требует дальнейшего изучения [20].

В другом исследовании, проведенном в 2020 г. (Столичный медицинский университет, Пекин, Китай), сепарационная тревога также выступила одним из основных расстройств, которым подвержены дети во время пандемии COVID-19 [9]. Также сообщалось, что сепарационная тревога была одной из самых распространенных проблем среди детей, лежащих в больнице с диагнозом COVID-19 [16]. Эти проявления сепарационной тревоги объяснимы реальной разлукой с родителями, а также стрессом в связи с заболеванием, плохим самочувствием, происшествием [3]. Таким образом, изучение сепарационной тревоги с целью последующей разработки психотерапевтических методов очень актуально в наши дни.

Методы психотерапии

В исследовании Б. Хатели (Исфаханский университет, Исфахан, Иран) было доказано, что одним из наиболее эффективных методов психотерапии сепарационной тревоги у детей является метод недирективной игровой терапии, которая также известна как игра, ориентированная на ребенка. Недирективная игра — это подход, при котором ребенку предоставляется максимальная свобода в выборе сюжета игры, игровых материалов и пр.

Целью данного исследования была оценка эффективности недирективной игровой терапии для снижения уровня тревожности у детей. Для реализации поставленной цели использовалась шкала детской тревожности Спенса (SCAS). Выборка состояла из 20 учащихся начальных классов, у которых был диагностирован высокий уровень сепарационной тревоги. Респонденты были разделены на экспериментальную и контрольную группу. Экспериментальная группа приняла участие в 10 сеансах игровой терапии. После окончания занятий с детьми вновь проводилась анкета SCAS в качестве инструмента посттестирования. Для анализа данных был использован ковариационный анализ.

Результаты проведенного исследования показали, что баллы по шкале тревожности значительно снизились в экспериментальной группе. Это свидетельствовало о том, что недирективная игровая терапия являлась эффективным методом снижения детской тревожности и гармонизации детско-родительских отношений. Однако авторы исследования замечают, что тема является крайне актуальной и для подтверждения полученных результатов необходимы дополнительные исследования [14].

Эффективность применения программы «The Coping Cat» с целью уменьшения у детей симптомов тревожного расстройства, вызванного разлукой, была измерена А. Ягуби др. (Университет Бу-Али Сина, Хамедан, Иран) [28]. Данная программа предназна-

на для детей и подростков и представляет собой запатентованную методику, включающую в себя последовательность шагов совладания с тревожными расстройствами, в том числе и с сепарационной тревогой. Психолог Ф. Кендалл был первым, кто предложил использовать методы когнитивно-поведенческой терапии с детьми. Он разработал первый пошаговый метод лечения детской тревожности, основанный на когнитивно-поведенческом подходе, который назвал «The Coping Cat». Программа включает когнитивное реструктурирование, релаксационный тренинг, а также постепенное помещение ребенка в ситуации, провоцирующие тревогу с применением сформированных навыков ее преодоления.

Авторы указывают на то, что ранняя диагностика и лечение психических расстройств в детском возрасте крайне важны. Одним из наиболее распространенных детских психических расстройств является тревожное расстройство при разлуке. Эпидемиологические исследования показали, что от 2,1 до 6,6% детей страдают данным расстройством. Для диагностики сепарационной тревоги необходимо наличие трех признаков: высокий уровень дискомфорта при разлуке с близким взрослым, постоянная тревога по поводу расставания, страх и беспомощность перед разлукой, физические жалобы, повторяющиеся ночные кошмары, проблемы со сном, которые длятся не менее 4 недель, страх перед школой. Авторы замечают, что три четверти детей, не посещающих школу, страдают тревожным расстройством, вызванным разлукой, и, если не включать таких детей в процесс психотерапии, в будущем у них может возникнуть генерализованное тревожное расстройство. Поэтому крайне важно уделять особое внимание терапии данного расстройства, особенно в дошкольном и младшем школьном возрастах.

Результаты клинических испытаний подтверждают применение когнитивно-поведенческой терапии для детей и подростков с тревожностью.

Целью данного исследования была оценка эффективности использования метода «The Coping Cat» для уменьшения симптомов сепарационной тревоги у детей. В выборку исследования входили 7-летняя девочка и 8-летний мальчика, у которых было диагностировано тревожное расстройство, вызванное разлукой (использовалось диагностическое интервью).

Далее с испытуемыми была проведена базовая часть программы и 10 индивидуальных сеансов, согласно протоколу лечения Кендалла. Терапевтические изменения, процент выздоровления и оценка эффективности программы были получены с помощью методики «Индекс клинических симптомов» (SCI-4). Данная методика имеет две формы: родительская (97 пунктов) и учительская (77 пунктов). Методика SCI-4 применяется для скрининга тринадцати поведенческих и эмоциональных расстройств, среди которых такие, как СДВГ, вызывающее оппозиционное расстройство, генерализованное тревожное расстройство, социальная тревожность, сепарационная тревога (тревожное

расстройство, вызванное разлукой), обсессивно-компульсивное расстройство, специфическая тревога и др. В данном исследовании использовались только шкалы, связанные с тревожными расстройствами.

Результаты показали, что применение протокола преодоления тревожности по программе «The Coping Cat» является эффективным средством уменьшения симптомов сепарационной тревоги у детей: уменьшает тяжесть, частоту и сложность симптомов тревожного расстройства, вызванного разлукой.

Поскольку данный метод показал большую эффективность у испытуемой женского пола, авторы сделали вывод, что программа преодоления тревожности более результативна для девочек школьного возраста, чем для мальчиков.

Через месяц после проведения программы было предпринято дальнейшее наблюдение и тестирование респондентов, т. е. оценивался отсроченный эффект программы. Авторы указывают на сохранение терапевтического эффекта от программы.

Согласно результатам исследования, можно судить о том, что применение протокола преодоления тревожного расстройства, вызванного разлукой, по программе «The Coping Cat», является одним из успешных методов психотерапии. Использование данного метода уменьшает такие симптомы тревоги, как беспокойство, стресс, страхи и др.

Эффективность применения когнитивно-поведенческой терапии подтверждается и в других исследованиях [6; 22]. Так, было выявлено, что групповая когнитивно-поведенческая игровая терапия оказывает значительное влияние на повышение психологической гибкости ($p < 0,05$; $F = 1/031$) и эффективна в большей степени, чем игровая терапия [22].

Вывод

Результаты рассмотренных зарубежных исследований позволяют предположить, что, начинаясь в младенческом и раннем возрастах [17; 25], сепарационная тревога обостряется в стрессовых ситуациях [3; 9; 16; 21], оказывает воздействие на дальнейшее развитие эмоциональной и личностной сфер ребенка [10] и может приводить к появлению вредных привычек [21], ухудшению школьной успеваемости, прогулам, фобиям и проблемам со здоровьем [10], а также связана с особенностями проявления тревоги у детей [19]. В то же время сепарационная тревога связана с более активным личностным ростом родителей после рождения

детей, особенно у отцов [27]. Можем предположить, что это связано с переоценкой жизни, изменениями в самовосприятии, и т. п.

Подводя итоги обзору зарубежных исследований, посвященных феномену сепарационной тревоги, отметим, что многие исследования проводятся с учетом анализа отношений в диаде мать—ребенок. Однако отмечается, что особенности взаимодействия ребенка с отцом также являются важным фактором устойчивости ребенка к возникновению тревоги [4].

Одним из ограничений представленных исследований является использование методов самоотчета, что может снижать достоверность полученных результатов. Не во всех методиках, используемых в рассмотренных эмпирических исследованиях, имеется шкала лжи, позволяющая оценить социальную желательность испытуемых.

Кроме того, в части исследований выборку испытуемых можно охарактеризовать как недостаточно репрезентативную. Так, в одном из исследований, выборка насчитывает всего 2 человека. С одной стороны, такое количество испытуемых не позволяет переносить полученные данные на всю генеральную совокупность, с другой — исследование проводилось скорее в форме обучающего эксперимента, где автор описывает процесс и результат психотерапии методом КПТ, используя метод case-study.

Следует заметить, что проявления сепарационной тревоги могут быть связаны с социальными факторами, характерными для определенной культуры или определенных условий жизни, поэтому интерес представляют кросс-культурные исследования, позволяющие оценить вероятные различия. Это может стать перспективой дальнейшего изучения феномена сепарационной тревоги.

Отметим, что в исследованиях, оценивающих эффективность психотерапии тревожных расстройств, вызванных разлукой, в основном используются методы работы с детьми. Тем не менее, необходимо подчеркнуть эффективность методов преодоления тревоги у детей, ориентированных на гармонизацию детско-родительских отношений [14; 22; 28].

В заключение еще раз подчеркнем, что проблема сепарационной тревоги крайне актуальна и изучается на разных этапах онтогенеза. Полученные в проанализированных исследованиях данные позволяют увидеть роль тревожного расстройства, вызванного разлукой, в формировании личности, что является важным условием для создания терапевтических и коррекционных мероприятий.

Литература

1. Жихарева Л.В. Теория привязанности, теоретические и практические аспекты [Электронный ресурс] // Перспективы Науки и Образования. 2013. № 4(4). С. 134—154. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20195377> (дата обращения: 22.03.2022).
2. Роженко В.А. Сепарация и тревога в детско-родительских отношениях [Электронный ресурс] // Семья в гештальт-терапии: материалы научно-практической конференции: Казань, 24—25 ноября 2018 года. Казань:

- Университет управления «ТИСБИ», 2019. С. 14—20. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44215221> (дата обращения: 22.03.2022).
3. A 3-year retrospective study of 866 children and adolescent outpatients followed in the Nice Pediatric Psychotrauma Center created after the 2016 mass terror attack / M. Gindt, A. Fernandez, M. Ménard, O. Nachon, A. Richez, P. Auby, M. Battista, F. Askenazy // Research Square. 2022. P. 1—15. DOI:10.21203/rs.3.rs-1388007/v1
 4. Al-Yagon M., Garbi L., Rich Y. Children's resilience to ongoing border attacks: the role of father, mother, and child resources // Child Psychiatry & Human Development. 2022. 12 p. DOI:10.1007/s10578-021-01303-6
 5. Astuti U., Hartono H., Sunawan S. The Influence of Parental Attachment toward Early Childhood Children's Separation Anxiety [Электронный ресурс] // Journal of Primary Education. 2020. Vol. 9. № 5. P. 501—510. URL: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpe/article/view/43210> (дата обращения: 22.03.2022).
 6. Bertelsen T.B., Himle J.A., Håland Å.T. Bidirectional Relationship Between Family Accommodation and Youth Anxiety During Cognitive-Behavioral Treatment // Child Psychiatry & Human Development. 2022. 8 p. DOI:10.1007/s10578-021-01304-5
 7. Cartwright-Hatton S. Anxiety of childhood and adolescence: Challenges and opportunities // Clinical Psychology Review. 2006. Vol. 26. № 7. P. 813—816. DOI:10.1016/j.cpr.2005.12.001
 8. Costello E.J., Egger H.L., Angold A. The developmental epidemiology of anxiety disorders: phenomenology, prevalence, and comorbidity // Child and Adolescent Psychiatric Clinics. 2005. Vol. 14. № 4. P. 631—648. DOI:10.1016/j.chc.2005.06.003
 9. Cui Y., Li Y., Zheng Y. Mental health services for children in China during the COVID-19 pandemic: results of an expert-based national survey among child and adolescent psychiatric hospitals // European child & adolescent psychiatry. 2020. Vol. 29. № 6. P. 743—748. DOI:10.1007/s00787-020-01548-x
 10. Early childhood trajectories of separation anxiety: Bearing on mental health, academic achievement, and physical health from mid-childhood to preadolescence / M. Battaglia, G. Garon-Carrier, S.M. Côté, G. Dionne, E. Touchette, F. Vitaro, R.E. Tremblay, M. Boivin // Depression and anxiety. 2017. Vol. 34. № 10. P. 918—927. DOI:10.1002/da.22674
 11. Ehrenreich J.T., Santucci L.C., Weiner C.L. Separation anxiety disorder in youth: phenomenology, assessment, and treatment // Psicologia conductual. 2008. Vol. 16. № 3. P. 389—412. DOI:10.1901/jaba.2008.16-389
 12. Elliott J. G., Place M. Practitioner review: school refusal: developments in conceptualisation and treatment since 2000 // Journal of Child Psychology and Psychiatry. 2019. Vol. 60. № 1. P. 4—15. DOI:10.1111/jcpp.12848
 13. Functional profiles of school refusal behavior and their relationship with depression, anxiety, and stress / C. González, C.A. Kearney, C.E. Jiménez-Ayala, R. Sanmartín, M. Vicent, C.J. Inglés, J.M. García-Fernández // Psychiatry research. 2018. Vol. 269. P. 140—144.
 14. Hateli B. The effect of non-directive play therapy on reduction of anxiety disorders in young children // Counselling and Psychotherapy Research. 2022. Vol. 22. № 1. P. 140—146. DOI:10.1002/capr.12420
 15. High separation anxiety trajectory in early childhood is a risk factor for sleep bruxism at age 7 / E.G. Rostami, É. Touchette, N. Huynh, J. Montplaisir, R.E. Tremblay, M. Battaglia, M. Boivin // Sleep. 2020. Vol. 43. № 7. 9 p. DOI:10.1093/sleep/zsz317
 16. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? / D.M. de Miranda, B. da Silva Athanasio, A.C.S. Oliveira, A.C. Simoes-e-Silva // International Journal of Disaster Risk Reduction. 2020. Vol. 51. Article ID 101845. 8 p. DOI:10.1016/j.ijdr.2020.101845
 17. ICD-11: International Classification of Diseases 11th Revision [Электронный ресурс] // World Health Organization. 2022. URL: <https://icd.who.int/en> (дата обращения: 11.03.2022).
 18. Infant behavioral inhibition predicts personality and social outcomes three decades later / A. Tang, H. Crawford, S. Morales, K.A. Degnan, D.S. Pine, N.A. Fox // Proceedings of the National Academy of Sciences. 2020. Vol. 117. № 18. P. 9800—9807. DOI:10.1073/pnas.1917376117
 19. Kohlhoff J., Barnett B., Eapen V. Adult separation anxiety and unsettled infant behavior: associations with adverse parenting during childhood and insecure adult attachment // Comprehensive psychiatry. 2015. Vol. 61. P. 1—9. DOI:10.1016/j.comppsy.2015.05.004
 20. Kolcakoglu K., Yucel G. Anxiety and harmful oral habits in preschool children during the 2020 first-wave COVID-19 lockdown in Turkey // Dental and Medical Problems. 2021. Vol. 58. № 4. P. 433—439. DOI:10.17219/dmp/142284
 21. Leisman G., Sheldon D. Tics and Emotions // Brain Sciences. 2022. Vol. 12. Article ID 242. 14 p. DOI:10.3390/brainsci12020242
 22. Mohammadi G., Pirani Z., Motlag F.Z. Comparison of the effectiveness of philosophy program for children and group play therapy with cognitive-behavioral method on psychological flexibility in children with separation anxiety disorder [Электронный ресурс] // Thinking and Children. 2022. Articles in Press. URL: https://fabak.ihcs.ac.ir/article_7563.html?lang=en (дата обращения: 11.03.2022).
 23. Namlı Z., Özbay A., Tamam L. Adult Separation Anxiety Disorder: A Review // Psikiyatride Guncel Yaklasimler. 2022. Vol. 14. № 1. P. 46—56. DOI:10.18863/pgy.940071

24. Prevalence and correlates of estimated DSM-IV child and adult separation anxiety disorder in the National Comorbidity Survey Replication / K. Shear, R. Jin, A.M. Ruscio, E.E. Walters, R.C. Kessler // *American Journal of Psychiatry*. 2006. Vol. 163. № 6. P. 1074—1083. DOI:10.1176/ajp.2006.163.6.1074
25. Psychometric Properties of Scared-C Scale in a Romanian Community Sample and Its Future Utility for Dental Practice / S.M. Bucur, A. Moraru, B. Adamovits, E.S. Bud, C.D. Olteanu, L.L. Vaida // *Children*. 2022. Vol. 9. № 1. Article ID 34. 17 p. DOI:10.3390/children9010034
26. Relationship of Behavioral Inhibition to Separation Anxiety Disorder [Электронный ресурс] / S. Pini, M. Abelli, B. Costa, M.A. Schiele, K. Domschke, D.S. Baldwin, G. Massimetti, B. Milrod. Pisa: University of Pisa, 2022. 19 p. // SSRN. URL: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4030392 (дата обращения: 11.03.2022).
27. *Taubman-Ben-Ari O.* First-time parents' personal growth: Role of parental separation anxiety // *Health & Social Care in the Community*. 2022. P. 1—8. DOI:10.1111/hsc.13729
28. *Yaghoubi A., Khosro Rashid, Bayat A.* The Effectiveness of Applying the Coping Cat Protocol on Reducing Symptoms of Separation Anxiety Disorder in the Children (A Case Study) [Электронный ресурс] // *Razi Journal of Medical Sciences*. 2021. Vol. 28. № 9. 11 p. URL: <http://rjms.iuims.ac.ir/article-1-6254-en.html> (дата обращения: 11.03.2022).

References

1. Zhikhareva L.V. Teoriya privyazannosti, teoreticheskie i prakticheskie aspekty [Attachment theory, theoretical and practical aspects] [Elektronnyi resurs]. *Perspektivy Nauki i Obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*, 2013, no. 4, pp. 134—154. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20195377> (Accessed 22.03.2022). (In Russ.).
2. Rozhenko V.A. Separatsiya i trevoga v detsko-roditel'skikh otnosheniyakh [Separation and anxiety in parent-child relationships] [Elektronnyi resurs]. *Sem'ya v gestalt'-terapii: materialy nauchno-prakticheskoi konferentsii [Family in Gestalt Therapy: Proceedings of the Scientific and Practical Conference]: Kazan', 24—25 noyabrya 2018 goda*. Kazan: Universitet upravleniya "TISBI", 2019, pp. 14—20. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44215221> (Accessed 22.03.2022). (In Russ.).
3. Gindt M., Fernandez A., Ménard M., Nachon O., Richez A., Auby P., Battista M., Askenazy F. A 3-year retrospective study of 866 children and adolescent outpatients followed in the Nice Pediatric Psychotrauma Center created after the 2016 mass terror attack. *Research Square*, 2022, pp. 1—15. DOI:10.21203/rs.3.rs-1388007/v1
4. Al-Yagon M., Garbi L., Rich Y. Children's resilience to ongoing border attacks: the role of father, mother, and child resources. *Child Psychiatry & Human Development*, 2022. 12 p. DOI:10.1007/s10578-021-01303-6
5. Astuti U., Hartono H., Sunawan S. The Influence of Parental Attachment toward Early Childhood Children's Separation Anxiety [Elektronnyi resurs]. *Journal of Primary Education*, 2020. Vol. 9, no. 5, pp. 501—510. URL: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpe/article/view/43210> (Accessed 22.03.2022).
6. Bertelsen T.B., Himle J.A., Håland Å.T. Bidirectional Relationship Between Family Accommodation and Youth Anxiety During Cognitive-Behavioral Treatment. *Child Psychiatry & Human Development*, 2022. 8 p. DOI:10.1007/s10578-021-01304-5
7. Cartwright-Hatton S. Anxiety of childhood and adolescence: Challenges and opportunities. *Clinical Psychology Review*, 2006. Vol. 26, no. 7, pp. 813—816. DOI:10.1016/j.cpr.2005.12.001
8. Costello E.J., Egger H.L., Angold A. The developmental epidemiology of anxiety disorders: phenomenology, prevalence, and comorbidity. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 2005. Vol. 14, no. 4, pp. 631—648. DOI:10.1016/j.chc.2005.06.003
9. Cui Y., Li Y., Zheng Y. Mental health services for children in China during the COVID-19 pandemic: results of an expert-based national survey among child and adolescent psychiatric hospitals. *European child & adolescent psychiatry*, 2020. Vol. 29, no. 6, pp. 743—748. DOI:10.1007/s00787-020-01548-x
10. Battaglia M., Garon-Carrier G., Côté S.M., Dionne G., Touchette E., Vitaro F., Tremblay R.E., Boivin M. Early childhood trajectories of separation anxiety: Bearing on mental health, academic achievement, and physical health from mid-childhood to preadolescence. *Depression and anxiety*, 2017. Vol. 34, no. 10, pp. 918—927. DOI:10.1002/da.22674
11. Ehrenreich J.T., Santucci L.C., Weiner C.L. Separation anxiety disorder in youth: phenomenology, assessment, and treatment. *Psicologia conductual*, 2008. Vol. 16, no. 3, pp. 389—412. DOI:10.1901/jaba.2008.16-389
12. Elliott J. G., Place M. Practitioner review: school refusal: developments in conceptualisation and treatment since 2000. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2019. Vol. 60, no. 1, pp. 4—15. DOI:10.1111/jcpp.12848
13. González C., Kearney C.A., Jiménez-Ayala C.E., Sanmartín R., Vicent M., Inglés C.J., García-Fernández J.M. Functional profiles of school refusal behavior and their relationship with depression, anxiety, and stress. *Psychiatry research*, 2018. Vol. 269, pp. 140—144.
14. Hateli B. The effect of non-directive play therapy on reduction of anxiety disorders in young children. *Counselling and Psychotherapy Research*, 2022. Vol. 22, no. 1, pp. 140—146. DOI:10.1002/capr.12420
15. Rostami E.G., Touchette É., Huynh N., Montplaisir J., Tremblay R.E., Battaglia M., Boivin M. High separation anxiety trajectory in early childhood is a risk factor for sleep bruxism at age 7. *Sleep*, 2020. Vol. 43, no. 7, 9 p. DOI:10.1093/sleep/zsz317

16. de Miranda D.M., da Silva Athanasio B., Oliveira A.C.S., Simoes-e-Silva A.C. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 2020. Vol. 51, article ID 101845, 8 p. DOI:10.1016/j.ijdr.2020.101845
17. ICD-11: International Classification of Diseases 11th Revision [Elektronnyi resurs]. *World Health Organization*, 2022. URL: <https://icd.who.int/en> (Accessed 11.03.2022).
18. Tang A., Crawford H., Morales S., Degnan K.A., Pine D.S., Fox N.A. Infant behavioral inhibition predicts personality and social outcomes three decades later. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 2020. Vol. 117, no. 18, pp. 9800—9807. DOI:10.1073/pnas.1917376117
19. Kohlhoff J., Barnett B., Eapen V. Adult separation anxiety and unsettled infant behavior: associations with adverse parenting during childhood and insecure adult attachment. *Comprehensive psychiatry*, 2015. Vol. 61, pp. 1—9. DOI:10.1016/j.comppsy.2015.05.004
20. Kolcakoglu K., Yucel G. Anxiety and harmful oral habits in preschool children during the 2020 first-wave COVID-19 lockdown in Turkey. *Dental and Medical Problems*, 2021. Vol. 58, no. 4, pp. 433—439. DOI:10.17219/dmp/142284
21. Leisman G., Sheldon D. Tics and Emotions. *Brain Sciences*, 2022. Vol. 12, article ID 242, 14 p. DOI:10.3390/brainsci12020242
22. Mohammadi G., Pirani Z., Motlag F.Z. Comparison of the effectiveness of philosophy program for children and group play therapy with cognitive-behavioral method on psychological flexibility in children with separation anxiety disorder [Elektronnyi resurs]. *Thinking and Children*, 2022. Articles in Press. URL: https://fabak.ihcs.ac.ir/article_7563.html?lang=en (Accessed 11.03.2022).
23. Namlı Z., Özbay A., Tamam L. Adult Separation Anxiety Disorder: A Review. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 2022. Vol. 14, no. 1, pp. 46—56. DOI:10.18863/pgy.940071
24. Shear K., Jin R., Ruscio A.M., Walters E.E., Kessler R.C. Prevalence and correlates of estimated DSM-IV child and adult separation anxiety disorder in the National Comorbidity Survey Replication. *American Journal of Psychiatry*, 2006. Vol. 163, no. 6, pp. 1074—1083. DOI:10.1176/ajp.2006.163.6.1074
25. Bucur S.M., Moraru A., Adamovits B., Bud E.S., Olteanu C.D., Vaida L.L. Psychometric Properties of Scared-C Scale in a Romanian Community Sample and Its Future Utility for Dental Practice. *Children*, 2022. Vol. 9, no. 1, article ID 34, 17 p. DOI:10.3390/children9010034
26. Pini S., Abelli M., Costa B., Schiele M.A., Domschke K., Baldwin D.S., Massimetti G., Milrod B. Relationship of Behavioral Inhibition to Separation Anxiety Disorder [Elektronnyi resurs]. Pisa: University of Pisa, 2022. 19 p. SSRN. URL: https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4030392 (Accessed 11.03.2022).
27. Taubman-Ben-Ari O. First-time parents' personal growth: Role of parental separation anxiety. *Health & Social Care in the Community*, 2022, pp. 1—8. DOI:10.1111/hsc.13729
28. Yaghoubi A., Khosro Rashid, Bayat A. The Effectiveness of Applying the Coping Cat Protocol on Reducing Symptoms of Separation Anxiety Disorder in the Children (A Case Study) [Elektronnyi resurs]. *Razi Journal of Medical Sciences*, 2021. Vol. 28, no. 9, 11 p. URL: <http://rjms.iuims.ac.ir/article-1-6254-en.html> (Accessed 11.03.2022).

Информация об авторах

Кочетова Юлия Андреевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии имени профессора Л.Ф. Обухова факультета психологии образования, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9853-569X>, e-mail: kochetovayua@mgppu.ru

Климакова Мария Вячеславовна, преподаватель кафедры возрастной психологии имени профессора Л.Ф. Обухова факультета психологии образования, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2048-3105>, e-mail: klimakovamv@mgppu.ru

Information about the authors

Yulia A. Kochetova, PhD in Psychology, Associate Professor, Chair of Developmental Psychology, Department of Psychology of Education, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9853-569X>, e-mail: kochetovayua@mgppu.ru

Maria V. Klimakova, lecturer, Chair of Developmental Psychology, Department of Psychology of Education, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2048-3105>, e-mail: klimakovamv@mgppu.ru

Получена 11.02.2022

Received 11.02.2022

Принята в печать 17.03.2022

Accepted 17.03.2022