**Особливості взаємозв’язку типу прив’язаності та взаємостосунків у подружній підсистемі**

**Анотації**

У статті розкрито основні підходи щодо інтерпретації типу прив’язаності у дорослих. Висвітлено основні дослідження почуття прив’язаності у романтичних стосунках. Розглянуто результати емпіричного дослідження взаємозв’язку типу прив’язаності та взаємостосунків подружжя.

***Ключові слова:*** прив’язаність, тип прив’язаності, надійна прив’язаність, тривожно-амбівалентна прив’язаність, уникаюча прив’язаність, боязлива прив’язаність, почуття.

В статье раскрыты основные подходы к интерпретации типов привязанности у взрослых. Освещены основные исследования чувства привязанности в романтических отношениях. Рассмотрены обобщенные результаты эмпирического исследования взаимосвязи типов привязанности и взаимоотношений супругов.

***Ключевые слова****:* привязанность, тип привязанности, надежная привязанность, тревожно-амбивалентная привязанность, избегающая привязанность, боязливая привязанность, чувство.

The article covers the main approaches to the interpretation of attachment in adults. Highlights the key research affection in romantic relationships. We consider the generalized results of the empirical study on the relationship of attachment and relationship of the spouses.

***Keywords:*** affection, attachment style, secure attachment, anxious-ambivalent attachment, avoidant attachment, fearful attachment, a feeling

***Актуальність дослідження.*** Сімейні стосунки - це сфера життя, завдяки якій людина може розвиватись, самовдосконалюватись. Для нормального соціального та емоційного розвитку людині необхідно відчувати підтримку значущої людини. Подружні стосунки можуть впливати на партнерів як конструктивно, так і деструктивно, проте так чи інакше вони відчувають почуття прив’язаності один до одного. Прив’язаність може формувати гармонійні стосунки у подружній підсистемі, які будуються на довірі, емоційній близькості, розумінні, а може й заважати формуванню близьких та довірливих стосунків, що у свою чергу породжує конфліктні ситуації, сварки та нерозуміння між подружжям. Вивчення почуття прив’язаності у дорослих викликає значний інтерес у сучасних дослідженнях сімейних стосунків. Перші дослідження почуття прив’язаності у дорослих були проведені у середині 1980-х років американськими вченими С. Хэйзан та Ф. Шейвер, які застосовували теорію Дж. Боулбі у контексті романтичних стосунків. Вони стверджували, що емоційний зв’язок, що виникає між дорослими партнерами у романтичних стосунках, частково є проявом тієї ж мотиваційної системи - пошуку прив’язаності, яка спочатку служила для встановлення емоційного зв’язку між дітьми та їх батьками. С. Хэйзан і Ф.Шейвер відзначили, що взаємини між дітьми та батьками, і стосунки між дорослими романтичними партнерами мають такі особливості:

• відчувають себе у безпеці, коли інший знаходиться поблизу і виявляє чуйність;

• здатні здійснювати близький контакт;

• відчувають себе невпевнено, коли партнер недоступний;

• здатні ділитися відкриттями один з одним;

• взаємно милуються один одним, рисами обличчя, демонструють взаємну захопленість один одним;

• використовують ласкаві слова.

Пізніше з кінця 1980-хроків дослідники К. Бартоломью та Л. Горовітц запропонували чотиривимірну модель індивідуальних відмінностей прив’язаності у дорослих…. З 1990-х років дослідженнями прив’язаності дорослих займалися американські вчені М. Микулинсер, К. Бреннан, Р. Борнстейн, Н. Колінс, Б. Фіней, П. Крітендер, Дж. Холмс, Л. Кіркпатрік, М. Мейн, а також В. Ролс, Дж. Сімпсон та Е. Вотерс. У вітчизняній психології дослідження даного почуття у дорослих вивчається з 2000-х років такими вченими як, В.О. Анікіна, Е.О. Смирнова, Р. Радєва, С. Калмикова, М.А. Падун, Т.В. Казанцева, В.Н. Куніцина та ін.

У сучасних психологічних дослідженнях, зважаючи на кризу інституту сім’ї, питання прив’язаності у контексті подружніх стосунків досить нерозглянуте й важливе, адже гармонійність та взаєморозуміння між подружжям - запорука стабільного та прогресивного суспільства. Тому ***метою статті*** є визначення взаємозв’язку типу прив’язаності та взаємостосунків у подружній підсистемі.

Досліджуючи визначення такого взаємозв’язку необхідно розпочати з короткого розгляду типів прив’язаності. Згідно з теоріями прив’язаності, типи прив’язаності відносно стабільні у часі, вважається, що сталість стилю батьківських взаємин у процесі розвитку дитини впливає на незмінність типу прив’язаності [10,11]. Якщо у дитинстві паттерн прив’язаності модифікується, то повинні мати місце відповідні зміни у якості дитячо-батьківської взаємодії. Дж. Боулбі стверджує можливість зміни і у дорослості. Така зміна, з його точки зору, до якої ми також схиляємось, може відбутися під впливом нових емоційних стосунків та розвитку абстрактного мислення - поєднання цих подій дозволяє індивіду усвідомити і по-новому інтерпретувати значення минулого і досвіду сьогодення [2,3]. Виходячи з досліджень К. Бартоломью та Л. Горовітц у дорослості виділяють чотири типи прив’язаності:

· ***Надійний тип*** - характерний відчуттям комфортності у близьких, довірливих стосунках, люди з таким типом здатні з легкістю створювати та підтримувати довготривалі емоційно близькі стосунки.

· ***Тривожно-амбівалентний*** - співвідноситься з емоційними крайнощами від нав’язливого поглинання партнером до ревнощів та конфліктів.

· ***Уникаючий*** - співвідноситься зі страхом близькості, нерозуміння, відсутності підтримки у потрібний час та недовіри до партнера.

· ***Боязливий*** - характеризується негативним ставленням як до себе, так і до партнера, незадоволенням взаємостосунками з партнером [9].

У нашому дослідженні взаємозв’язку типу прив’язаності та взаємостосунків у подружній підсистемі прийняло участь 30 подружніх пар (60 чоловік), віком від 20 до 50 років (20-30 років - 50%, 31-40 - 40%, 41-50 - 10%), з сімейним стажем від 1 до 25 років подружнього життя (1-5 років - 60%, 6-8 - 13.3%, 11-25 - 26.6%). У досліджені було використано комплекс теоретичних, емпіричних методів та методи статичної обробки даних. До теоретичних методів належать аналіз, синтез, узагальнення дослідних даних з обраної теми дослідження. До комплексу емпіричних методів увійшли: спостереження, бесіда та психодіагностичні методики. До комплексу методів статичної обробки даних увійшли дисперсійний, порівняльний та кореляційний аналізи. При обробці даних використовувались комп’ютерні програми MS Excel; SPSS 17.0.

У результаті проведеного емпіричного дослідження було виявлено, що більшість респондентів (50%) мають надійний тип прив’язаності, у яких близькі стосунки пов’язані з переживанням щастя, дружби і довіри, вони ставляться до любовних почуттів як до стабільного, поступово розвиваючогося і згасаючого явища. Такі люди скептично ставляться до романтичних історій, їм властиво більшою мірою контролювати свої емоції, однак вони не відкидають можливості міцного емоційного зв’язку. У близьких довірливих стосунках такі люди відчувають себе комфортно, вони проявляють велику ніжність і турботу до свого партнера, виправдано чекаючи від нього того ж самого, такі люди створюють близькі стосунки і не бояться ні стати занадто залежними, ні втратити кохану людину. Вони здатні підтримувати тривалі міцні стосунки, що приносять задоволення. Боязливий тип прив’язаності притаманний 25% досліджуваним, тобто їх уявлення і про себе, і про партнера носять негативний характер, представники даного типу частіше схильні переживати незадоволеність романтичними стосунками та у складних, нестандартних ситуаціях такі люди частіше незадоволені взаємодією з партнером. 13.3% респондентів з уникаючим типом прив’язаності, що свідчить про їх страх близькості, емоційні злети і падіння, а також ревнощі. Представники уникаючого типу прив’язаності ставляться скептично до міцності романтичних стосунків і вважають, що достатньо рідко вдається знайти людину, у яку можна закохатися. Також можна відзначити такі риси характеру як невпевненість у собі, низьку самооцінку, вразливість, їх внутрішній страх того, що у важкій ситуації вони не знайдуть розуміння і підтримки з боку об’єкта прив’язаності, змушує проявляти стриманість, а часом і холодність в романтичних стосунках. Лише 10% досліджуваних становлять тривожно-амбівалентний тип прив’язаності, який виражається у людей нав’язливим поглинанням коханою людиною, бажанням тісного зв’язку, емоційними крайнощами і ревнощами. Часом їм важко контролювати свої емоції та бажання. Для представників даного типу проблематичним є вибудовування довготривалих міцних стосунків з партнером, вони не дуже довіряють оточуючим, а тому часто ревниві і поводяться, як власники. Вони можуть регулярно сваритися з партнером і бурхливо, гнівно реагувати на всі обговорення конфліктних ситуацій, тому однією з найбільш серйозних проблем, що часто зустрічається у представників даного типу прив’язаності є ревнощі, що виходять з під контролю, людина постійно стурбована можливою втратою партнера і може навіть уявляти його зв’язок з іншими людьми. Наочно отримані показники продемонстровано на рис. 1.



Рис. 1. Типи прив’язаності за методикою К. Бартоломью "Самооцінка генералізованого типу прив’язаності" (n = 60; %).

У результаті кореляційного аналізу отриманих результатів (за коефіцієнтом кореляції Пірсона r), нами виявлено, що надійний тип прив’язаності корелює з повагою до партнера (r = 290(\*), тобто чим більш надійний тип прив’язаності, тим більше поваги до партнера. Така кореляція може пояснюватися тим, що люди з позитивним поглядом на себе та інших, які вважають себе гідними для близьких стосунків, а партнерів - чуйними та надійними, приймають свого партнер як особистість, поділяють його світогляд, інтереси, думки враховують і приймають їх. Також він корелює з довірою до партнера (r = 267(\*), позитивна кореляція, свідчить про прямий зв’язок, тобто чим більш виражений надійний тип прив’язаності, тим більше довіри до партнера, такий взаємозв’язок зрозумілий, адже людині, яка впевнена у собі, має базову довіру до навколишнього світу, легко будувати свої стосунки на довірі, такі люди у близьких довірливих стосунках відчувають себе комфортно, вони проявляють ніжність і турботу до свого партнера.

Наступним взаємозв’язком з даним типом прив’язаності є емоційна близькість до партнера (r = 305(\*), зв’язок також прямий, це свідчить про те, що людям з надійною прив’язаністю необхідний стійкий близький емоційний зв’язок, що служить для них джерелом впевненості і відновлення життєвої енергії. Також чим більш надійний тип прив’язаності, тим більш легкі та комфортні стосунки (r = 342(\*\*) та більш виражена взаємна підтримка (r = 276(\*). Слід зауважити, що найбільш значима кореляція на рівні 0.01 з комфортністю та легкістю стосунків, це пояснюється тим, що надійно прив’язані люди, яким притаманна впевненість у собі та партнері, відчувають себе комфортно у міцних емоційних стосунках. Наочно дані представлені на рис. 2. подружжя партнер почуття прив’язаність

Щодо тривожно-амбівалентного типу прив’язаності, то він також корелює з довірою до партнера та емоційною близькістю, але у даному зв’язку кореляція зворотня (r = -,365(\*\*) та r = -,345(\*\*), тобто чим більш виражений тривожно-амбівалентний тип, тим менше довіри між подружжям та емоційної близькості, це пояснюється відсутністю базової довіри та негативним представленням про себе, такі люди вважають, що вони не заслуговують на близькі стосунки.



Рис. 2. Взаємозв’язок надійного типу прив’язаності та взаємостосунків між подружжям (n = 60; %).

Також прослідковується значуща зворотня кореляція зі стабільністю стосунків (r = -,391(\*\*), тобто більша вираженість даного типу свідчить про менш стабільні стосунки, це легко пояснити, адже тривожно-амбівалентний тип передбачає емоційні крайнощі партнера у стосунках, від нав’язливості до ревнощів та конфліктів. Наочно дані представлені на рис. 3



Рис. 3. Взаємозв’язок тривожно-амбівалентного типу прив’язаності та взаємостосунків між подружжям (n = 60; %).

Аналізуючи уникаючий тип прив’язаності, варто зазначити його значиму пряму кореляцію на рівні 0.01 з униканням близькості (r = 432(\*\*), що свідчить про страх близьких стосунків, того, що у потрібний час партнера не буде поряд або він проявить нерозуміння, відсутність підтримки та недовіру, людям з таким типом прив’язаності притаманні такі риси характеру як невпевненість у собі, низька самооцінка, вразливість. Їх внутрішній страх того, що у важкій ситуації вони не знайдуть розуміння і підтримки з боку об’єкта прив’язаності, змушує проявляти стриманість, а часом і холодність в романтичних стосунках.

Такий тип прив’язаності як боязливий, корелює з єдністю цінностей (r = -,337(\*\*), чим більш боязливий тип, тим менш єдині цінності у подружжя, це пояснюється не прийняттям як власного "Я", так і партнера, тому виникає супереч взаємоцінностей партнерів.

Підводячи підсумки дослідження, можна прийти до висновку, що типи прив’язаності важливим чином впливають на взаємостосунки між подружжям, адже саме вони визначають основу взаємин - довіру, емоційну близькість між партнерами, взаємну підтримку та комфортність стосунків. Тому подальшою перспективою наших досліджень стануть розгляд таких аспектів як тип прив’язаності та взаєморозуміння між подружжям, а також взаємозв’язок прив’язаності та залежності від партнера.

**Список використаних джерел**

. Аникина В.О. Изучение привязанности у взрослых. Эмоции и отношения человека на ранних этапах развития / В.О. Аникина // СПб: изд-во СПбГУ, 2007. - 283 с.

2. Боулби Дж. Привязанность / Боулби Дж. // М.: Гардарики, 2003. - 477с.

. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Боулби Дж. // М.: Академический проект, 2004. - 232с.

. Казанцева Т.В. Воспроизведение типов привязанности в отношениях с близкими людьми / Казанцева Т.В, Куницына В.Н // Вестник СПГУ, Серия 12, Вып. 1 Ч. II., 2009. - С. 3-8.

. Казанцева Т.В. Исследование психологической близости в теории привязанности. / Т.В. Казанцева // Вестник СПбГУ. Сер. 12. 2010. Вып. 4. - С.94-98.

. Кроник А.А. В главных ролях: Вы, Мы, Он, Ты, Я: Психология значимых отношений / Кроник А.А., Кроник Е.А. // М.: Мысль, 1989. - 204 с.

. Николаева Л.А. Психологическая привязанность и конфликты в семье. Семья в современном мире / Л.А. Николаева // СПб.: изд-во СПбГУ, 2010. - 223 с.

. Скрипкина Т.П. Психология доверия. Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. / Т.П. Скрипкина // М.: Издательский центр "Академия", 2000. - 264 с.

. Bartholomew K. Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. / Bartholomew K., Horowitz, L. // Journal of Personality and Social Psychology. - 1991, Vol. 61, No. 2. pp. 226-244.

. J. Davila Why Does Attachment Style Change? / J. Davila, D. Burge, C. Hammen // Journal of Personality and Social Psychology, October 1997. Vol. 73, No. 4. pp. 826-838.

. P. Fonagy The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment / P. Fonagy, M. Steele, G. Moran, M. Steele, A. Higgitt // Infant Mental Health Journal. 1991. N.13. pp. 200-216.