

ВИДИ ПРИВ'ЯЗАНOSTІ ТА ЇЇ ФУНКЦІЇ В ОСІБ ДОРΟΣЛОГО ВІКУ

Лобода Д. В.

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького,

darinaloboda85@gmail.com

Науковий керівник: кандидатка педагогічних наук, доцентка Сіпко Л. О.

Багато психологів визнають вплив дитячого зв'язку зі значущими дорослими на розвиток особистості. Джон Боулбі був засновником теорії прив'язаності. Він вказував, що ранні переживання прихильності дитини до матері або іншої значущої людини створюють психічні уявлення, які потім проявляються в несвідомому і визначають розвиток рис особистості та міжособистісних відносин (Боулбі, 2003). Джон Боулбі вважав, що мати і дитина утворюють певну саморегулюючу систему, частини якої є взаємозалежними. Особливим аспектом у формуванні прихильності є «чутлива поведінка» матері або особи, що її замінює, щодо дитини. Емоційний контакт, здатність розпізнавати і правильно розуміти сигнали дитини, відчуття безпеки і захисту можуть позитивно вплинути на створення надійної прихильності.

Цією проблемою цікавилися й інші психологи. Карен Хорні зазначає, що дитинство відіграє важливу роль у розвитку особистості. Всі пережиті в дитинстві емоції, страхи, бажання не зникають з часом, і дитина дорослішає, але залишається у підсвідомості. А позачасовість несвідомого забезпечує інтенсивність цих переживань протягом усього життя людини (Manzo, 2003).

У 1980-х роках американські психологи Сінді Хазан і Філіп Шейвер застосували концепції теорії прихильності щодо дорослих (Fraley, 2010). Вони виявили схожі моделі взаємодії дорослого з партнером і дитини зі значущим дорослим. Сінді Хазан і Філіп Шейвер застосували конструкції та методи теорії прихильності до романтичних стосунків дорослих і визначили два типи прив'язаності дорослих: безпечна прив'язаність і небезпечна. Останній тип

поділяється на тривожно-амбівалентну, тривожно-уникаючу та дезорієнтовану прив'язаність.

Надійний тип у дорослому житті визначається вмінням будувати стабільні, довгострокові відносини з довірою до людей, готовністю співробітничати, високою самооцінкою та здатністю ділитися емоціями та переживання із близькими.

Тривожно-амбівалентний проявляється у дорослому віці небажанням бути поруч із людьми, небажанням відкриватися і довіряти іншим, а наприкінці стосунків почуттям глибокого розчарування та смутку.

Тривожно-уникаючий тип прив'язаності у дорослому віці проявляється у страху та низькій самооцінці, невмінні ділитися почуттями та внутрішнім світом з іншими людьми, у проблемах в інтимній сфері на фізичному та емоційному рівні, небажання вклатися у соціальні відносини.

Дезорієнтований у дорослому віці може виявлятися в агресивній поведінці та неадекватності спілкування у відносинах з оточуючими.

Тож, у роботах дослідників феномену прив'язаності знаходимо підтвердження тому факту, що тип прив'язаності поширюється на весь період онтогенезу і сприяє створенню зв'язку зі значними об'єктами протягом усього життя індивіда. Автори переглядають фактичний зв'язок між типом прив'язаності у ранньому віці та подальшими успіхами людини у спілкуванні, сімейному житті, професійними досягненнями, кар'єрою. До того ж, теорія прихильності поширюється на область клініки та патології. Різного роду акцентуації і психічні аномалії розглядаються як результат різних типів ранніх негармонійних відносин з батьками і пов'язуються з певною якістю відносин прив'язаності.

В результаті серії експериментів Дж. Боулбі та Мері Ейнсворт виділили чотири основні функції прихильності (Боулбі, 2003):

- протягом усього життя людина прагне мати і підтримувати емоційний та фізичний контакт із важливими об'єктами прихильності. Їй важливо відчувати та розуміти, що вони підтримують її, емоційно доступні та піклуються про неї.

• людина звертається до близьких за підтримкою, коли відчуває страх, тривогу, смуток. Безпечна близькість дає відчуття базової безпеки та дозволяє вам особі керувати своїми емоціями, взаємодіяти та довіряти іншим людям.

• людина переживає фізичну чи емоційну розлуку. Така туга, страх втрати сильно впливають на самопочуття, й ізоляція може бути травмуючою.

• людина очікує появи значного об'єкта прив'язаності поряд з нею щоб підтримувати її, коли вона досліджує світ навколо себе. Чим більша довіра до міцності відносин, тим краще людина може бути самостійною та незалежною.

Ці чотири елементи універсальні та типові для будь-яких відносин між будь-якими людьми, незалежно від культури, релігії, національності тощо. Зміст цієї концепції у тому, що формування глибокої взаємної близькості є абсолютною необхідністю у житті всіх представників людського роду.

Психологічні студії засвідчують, що тип прив'язаності небезпечний, то його можна змінити. Варто, по-перше, усвідомити свій тип прив'язаності; по-друге, знайти партнера, з яким вдається безпечно зв'язатися. І ризикувати розмовляти з ним, зближуватися, просити про підтримку, замість того, щоб ображатися або йти; по-третє, зважитись на психотерапію.

Відкритим для нас залишається питання, чи змінюється тип прив'язаності протягом дорослого життя сам по собі, природнім шляхом. Це питання є метою нашого подальшого дослідження.

Література:

1. Боулби Д. Привязанность. М.: Гардарики, 2003. 480 с.
2. Fraley R.C. A Brief Overview of Adult Attachment Theory and Research. Illinois, 2010. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://internal.psychology.illinois.edu/~rcfraley/attachment.htm>
3. Manzo L. Beyond house and haven: Toward are visioning of emotional relationships with places. *Journal of Environmental Psychology*. №23. 2003. P. 47-61.