

Гавриловська Ксенія

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної та практичної психології
Житомирського державного університету імені Івана Франка*

Пирог Ганна

*кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри соціальної та практичної психології
Житомирського державного університету імені Івана Франка*

Паламар Альона

*магістрант спеціальності Психологія
Житомирського державного університету імені Івана Франка*

ОСОБЛИВОСТІ СІМЕЙНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ІЗ РІЗНИМИ ТИПАМИ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ

Анотація. У статті розглянуто проблему сімейної взаємодії у контексті теорії прив'язаності. Важливу роль у сімейній взаємодії має здатність партнерів до встановлення близьких довірливих стосунків, яка визначається їх типом прив'язаності. Прив'язаність у контексті міжособистісних стосунків описує емоційний зв'язок між людьми, відображає рівень довіри, емоційної відкритості, бажання бути разом. Згідно з теорією Дж. Боулбі, типи прив'язаності формуються в дитинстві та впливають на спосіб, яким люди будують і підтримують близькі стосунки. Партнери з надійним типом прив'язаності здатні до встановлення глибоких і довготривалих стосунків, відкриті до емоційної близькості, взаєморозуміння та підтримки. Партнери з ненадійними типами прив'язаності можуть уникати близькості, мають ризик потрапляти у співзалежні, дисгармонійні стосунки.

Емпіричне дослідження (n=68) дозволило виявити особливості міжособистісних стосунків у партнерів із різними типами прив'язаності. Виявлено, що переважна більшість досліджуваних мають виражений надійний тип прив'язаності, вони частіше обирають співпрацю і компроміс як способи врегулювання конфліктних ситуацій, відкриті до проявів кохання та симпатії у стосунках, мають високий рівень задоволеності стосунками. Досліджувані з ненадійною прив'язаністю (тривожно-амбівалентним, уникаючим, дезорганізованими типами прив'язаності) мають певні труднощі у вираженні кохання та симпатії у стосунках, серед способів регулювання конфліктів обирають суперництво або уникнення, мають низький рівень задоволеності стосунками. Отже, сімейна взаємодія пов'язана із типом прив'язаності: партнери з надійною прив'язаністю частіше проявляють почуття та близькість, використовують більш конструктивну поведінку у конфліктах, більше задоволені стосунками, ніж партнери з ненадійною прив'язаністю.

Ключові слова: сімейна взаємодія, прив'язаність, надійна прив'язаність, ненадійна прив'язаність, стилі поведінки в конфлікті, симпатія, задоволеність шлюбом.

Havrylovska Kseniia

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor of Social and Applied Psychology Department of Zhytomyr Ivan Franko State University*

Pyroh Hanna

*Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor of Social and Applied Psychology Department of Zhytomyr Ivan Franko State University*

Palamar Alona

*Applicant for Higher Education of the second (master's)
Degree Majoring in Psychology of
Zhytomyr Ivan Franko State University*

PECULIARITIES OF FAMILY INTERACTION OF PEOPLE WITH DIFFERENT TYPES OF ATTACHMENT

Abstract. The article deals with the problem of family interaction in the context of attachment theory. An important role in family interaction is played by the ability of partners to establish close, trusting relationships, which is determined by their type of attachment. Attachment in the context of interpersonal relationships describes the emotional connection between people, reflects the level of trust, emotional openness, and desire to be together. According to J. Bowlby's theory, attachment types are formed in childhood and influence the way people build and maintain close relationships. Partners with a secure attachment type are capable of establishing deep and lasting relationships, and are open to emotional intimacy, mutual understanding, and support. Partners with insecure attachment styles may avoid intimacy and are at risk of getting into codependent, disharmonious relationships.

The empirical study (n=68) allowed us to identify the peculiarities of interpersonal relationships in partners with different types of attachment. It was found that most of the subjects have a secure type of attachment, they more often choose cooperation and compromise as ways to resolve conflict situations, are open to expressions of love and sympathy in relationships, and have a high level of relationship satisfaction. Subjects with insecure attachment (anxious-ambivalent, avoidant and disorganized attachment) have some difficulty expressing love and sympathy in relationships, choose rivalry or avoidance as ways to resolve conflicts, and have a low level of relationship satisfaction. Thus, family interaction is related to the type of attachment: partners with secure attachment are more likely to show feelings and intimacy, use more constructive behavior in conflicts, and are more satisfied with their relationships than partners with insecure attachment.

Keywords: family interaction, attachment, secure attachment, insecure attachment, conflict behavior styles, sympathy, marriage satisfaction.

Постановка проблеми й аналіз досліджень.

У сучасних умовах важко переоцінити важливість сім'ї та гармонійної сімейної взаємодії для збереження та/або відновлення психологічного добробуту особи. Під час війни люди мають потребу перебувати в родині як у безпечному доброзичливому середовищі, що надає соціальну підтримку, розуміння, прийняття з боку близьких, однак не завжди сімейна взаємодія створює підтримуюче середовище для членів родини: домашнє насильство, конфлікти, емоційна відстороненість можуть спричинити сімейні кризи та призводити до розлучення. Саме тому надзвичайно актуальними є дослідження чинників та особливостей налагодження гармонійної сімейної взаємодії у родині.

Сімейна взаємодія проявляється як комунікація й емоційний зв'язок між партнерами, що мають велике значення для їхнього психологічного добробуту. Стійкі емоційні стосунки сприяють задоволенню потреби у самопізнанні та пізнанні іншої особи, забезпечують психофізіологічний комфорт, виконують функції «емоційного захисту», коли індивід відчуває свою потрібність, цінність, унікальність і неповторність [9]. Ж. Тіммерман акцентує на важливості близькості (intimacy) у сімейній взаємодії. За наявності взаємного почуття довіри й емоційної близькості партнери здатні відкрито висловлювати думки та почуття один одному. Умови близькості включають взаємну довіру, емоційне прийняття та само-

розкриття [12]. Уявлення про те, якою має бути сім'я, часто включають такі категорії, як «почуття захищеності», «взаємна підтримка», «емоційний комфорт» [1].

На сімейну взаємодію впливають різні чинники, зокрема індивідуальні психологічні особливості шлюбних партнерів. Особливою значущості у розвитку сімейної взаємодії набуває тип прив'язаності партнерів. Прив'язаність у контексті міжособистісних стосунків пояснює емоційний зв'язок, відображає рівень взаємодії, довіри, бажання бути разом і важливість цього зв'язку для психологічного добробуту та розвитку.

Згідно з теорією прив'язаності Дж. Боулбі, існує вроджена потреба встановлювати близькі та стабільні зв'язки з іншими людьми. За Дж. Боулбі, прив'язаність може бути надійною, або безпечною (secure); тривожно-уникаючою (avoidant); тривожно-амбівалентною (anxious-ambivalent); хаотичною, або дезорганізованою (disorganized) [5]. Соціально-психологічними характеристиками надійної прив'язаності є довіра і відкритість: особи з надійною прив'язаністю відчувають впевненість у стабільності та надійності близьких відносин, відкриті до виявлення емоцій, думок і потреб і сподіваються на розуміння та підтримку від партнерів; мають бажання бути близькими та підтримувати інших; активно проявляють бажання бути емоційно близькими до своїх партнерів і надавати їм підтримку.

Особи з ненадійними типами прив'язаності, як зазначає П. Лі, хочуть бути ближче до інших, але не впевнені у готовності інших бути ближчими до них, відчувають дефіцит любові, бажають емоційної близькості, але бояться бути покинутими, стурбовані своїми відносинами [10]. Вони залежні від партнерів, вимагають постійного запевнення у щирості почуттів, мають негативний образ самих себе, більш високий рівень депресії, нижчий рівень емоційного благополуччя. Дорослі із тривожним типом прив'язаності мають тенденцію сердитися та боятися втратити відносини зі своїми партнерами [6].

Про прив'язаність як чинник якості романтичних стосунків писали С. Хейзан і П. Шейвер. Вони визначили романтичну любов як процес формування прив'язаності, що відбувається у тій самій послідовності стадій, які є у ході розвитку прив'язаності у діаді «немовля – мати» [7]. Романтична любов поєднує три взаємодіючі компоненти: прив'язаність, турботу й інтимні стосунки.

Значний внесок у вивчення взаємостосунків між дорослими людьми з позиції теорії прив'язаності зробили К. Бартоломью і Л. Хоровітц, котрі дослідили зв'язок між стилем прив'язаності та функціонуванням міжособистісних стосунків, самооцінкою та психологічним добробутом. Вони розробили чотиривимірну модель типів прив'язаності, відому як «Модель чотирьох стилів прив'язаності», орієнтуючись на два параметри – ставлення до себе (modelofself) і ставлення до інших (modelofothers). Так, при позитивному ставленні до себе та позитивному до інших у людини формується надійна прив'язаність, або тип А (secureattachment). При негативному ставленні до себе і позитивному до інших розвивається тривожно-амбівалентна, або тип В (preoccupied) прив'язаність. При негативному ставленні до інших і позитивному до себе формується уникаючий, або тип С (dismissing) тип прив'язаності. При негативному ставленні і до інших, і до себе виникає боязливий, або тип D (fearful) прив'язаності [4]. Вчені виявили, що ці стилі прив'язаності впливають на спосіб, яким люди формують і підтримують близькі стосунки. У дослідженнях показано, що особи з надійною прив'язаністю зазвичай мають більше задоволення від стосунків, кращий психологічний добробут і вищу самооцінку. З іншого боку, особи з ненадійними стилями прив'язаності можуть відчувати більшу тривогу, меншу задоволеність стосунками та нижчий рівень психологічного добробуту.

Дж. Сімпсон, С. Тран, К. Гайдон і В. Коллінз провели лонгітюдне дослідження романтичних стосунків у контексті теорії прив'язаності. Результати цього дослідження доводять, що вираження емоцій у романтичних стосунках дорослих може бути пов'язане з попереднім дитячим досвідом прив'язаності [11]. Назагал чотири основних патерни прив'язаності, що спостерігаються у дорослих, збігаються з патернами з дитинства. Дорослі з надійним типом прив'язаності є люблячими, довірливими й інтимними, знаходять цінність у своїх відносинах і використовують почуття безпеки, щоб регулювати свої емоційні переживання [8]. У проявах прив'язаності існують вікові відмінності: надійний тип прив'язаності більше притаманний особам дорослого віку, а юнакам/юнкам – уникаючий тип. Суттєвий зв'язок між типом прив'язаності та рівнем задоволеності партнерськими стосунками притаманний досліджуванім зрілому віку, для юнацького віку немає зв'язку між типом прив'язаності та рівнем задоволеності стосунками [2]. Якість прив'язаності пов'язана з особливостями романтичних стосунків у юнацькому та зрілому віці [3].

Отже, тип прив'язаності формується у дитинстві та впливає на особливості сімейної взаємодії та психологічний добробут у родині у дорослому віці. Типи прив'язаності можуть проявлятися у здатності/нездатності мати довірливі та близькі стосунки, у типах реагування на конфліктні ситуації, у ризику потрапляння у співзалежні стосунки. Партнери з надійним типом прив'язаності здатні до встановлення глибоких і довготривалих стосунків, здатні довіряти, відкриті до емоційної близькості, взаєморозуміння та підтримки. Партнери з ненадійними типами прив'язаності можуть уникати близькості, мають ризик потрапляти у співзалежні, дисгармонійні стосунки. Наявність соціальної підтримки, індивідуальні ресурси також можуть впливати на якість і стабільність сімейної взаємодії.

Мета дослідження – теоретично й емпірично вивчити особливості сімейної взаємодії у партнерів із різними типами прив'язаності. Ми припускаємо, що існує взаємозв'язок між типом прив'язаності та сімейною взаємодією у парі: партнери з надійною прив'язаністю більш відкриті до проявів кохання та симпатії у стосунках, мають вищий рівень задоволеності стосунками, у конфліктній взаємодії більш схильні обирати співробітництво; партнери з ненадійними типами прив'язаності (уникаючим, тривожно-амбівалентним чи дезорганізованим) є більш емоційно

закритими, схильні обирати суперництво й уникнення як стилі поведінки у конфліктах; мають нижчий рівень задоволеності стосунками.

Виклад основного матеріалу. В емпіричному дослідженні використано такі методики: тест на визначення якості прив'язаності MAQ (К. Карвер); опитувальник «Шкала кохання і симпатії» (З. Рубін); опитувальник «Стили поведінки у конфлікті» (К. Томас, Р. Кілманн); тест-опитувальник задоволеності шлюбом (В. Столін, Т. Романова, Г. Бутенко). Для статистичної обробки результатів застосовано кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції Пірсона).

Загальна вибірка досліджуваних складала 68 осіб (34 різностатеві пари), віком від 25 до 45 років. Тривалість перебування респондентів у стосунках – від 1 до 15 років; 80% із них перебувають в офіційно зареєстрованому шлюбі, решта описали свій шлюбний статус як «цивільний шлюб» або «тривалі моногамні стосунки».

Результати дослідження якості прив'язаності за опитувальником MAQ К. Карвера показують, що у 54% опитаних більш виражений надійний тип прив'язаності, у 19% – унікаючий, у 22% – тривожно-амбівалентний, у 5% – дезорганізований.

За даними дослідження, найбільш виражений надійний тип прив'язаності мають 35% чоловіків і 19% жінок, котрі надають партнеру(-ці) емоційну підтримку у важкі часи, мають високий рівень довіри у стосунках, цінують взаємоповагу, характеризуються високою самооцінкою та самовизначеністю. Такий вид прив'язаності характерний для досліджуваних пар, котрі перебувають в офіційному шлюбі, тривалістю стосунків від 4 до 10 років або більше 15 років.

Унікаючий тип прив'язаності виражений у 15% чоловіків і 4% жінок, які можуть уникати близькості, схильні до самоізоляції, мають проблеми у сфері соціальної взаємодії. Чоловіки з таким видом прив'язаності бояться виражати власні емоції, тому що вважають це виявом слабкості, вони схильні до створення умовної відстані, можуть дистанціюватися від партнерки без узгодження спільних планів тощо. Жінкам із унікаючим типом прив'язаності зазвичай властиве невміння просити про допомогу та делегувати частину справ своєму партнеру, вони більш схильні до заперечень власної вразливості. Унікаючий тип прив'язаності здебільшого притаманний досліджуваним парам із вільними або довготривалими моногамними стосунками, рідше – парам у цивільному й офіційному шлюбі. У стосунках

два партнери з виразними характеристиками унікаючого типу прив'язаності є рідкістю.

Тривожно-амбівалентний тип прив'язаності виражений у 13% жінок і 9% чоловіків, котрим притаманні страх розлуки, викликаний невпевненістю у собі та низькою самооцінкою; ревності; невміння управляти емоціями; почуття стану небезпеки у стосунках; низький рівень довіри. Чоловіки з таким видом прив'язаності схильні до емоційної нестабільності, виражають потребу у підтримці, гостро переживають відокремлення від партнерки. Жінки мають високий рівень інтенсивності емоцій, постійно потребують уваги, підтримки, схвалення як від партнера, так і від інших учасників соціальної взаємодії, також мають виражений страх відмови. Такий тип прив'язаності переважно властивий для респондентів, що перебувають в офіційному/цивільному шлюбі або мають довготривалі стосунки.

Дезорганізований (боязливий) тип прив'язаності виявлений у 3% жінок і 2% чоловіків, особливостями яких є суперечлива поведінка, боязнь нового, заплутаність у поглядах і діях, нерегульовані емоції тощо. Чоловіки з таким типом прив'язаності часто перебувають у тривозі, можуть мати нерегульовану поведінку не тільки у стресових ситуаціях, чинять спротив у близькості й інтимності стосунків. Жінки з цим типом прив'язаності частіше схильні до розривів стосунків, вони психологічно нестабільні у власних рішеннях, саме вони здатні переживати страх відкидання. Прослідковується тенденція, що такі стосунки характерні для тих досліджуваних, хто перебуває в офіційному шлюбі.

Отже, за результатами дослідження якості прив'язаності визначено, що у респондентів є найбільш вираженим надійний тип прив'язаності, ознаками якого є близькість, довіра, теплі стосунки, емоційна рівноваженість та інше.

Опитування за «Шкалою кохання і симпатії» З. Рубіна показує, що переважна більшість досліджуваних мають високі показники за шкалою «Кохання» ($M=23$), що може проявлятися як емоційна відкритість (вираження почуттів через слова, вирази обличчя, жести тощо), дбайливість один щодо одного, а також прагнення до фізичної близькості. За шкалою «Симпатія» також переважна більшість досліджуваних показує високі показники ($M=20$), що проявляється через ввічливість та уважність, спільні інтереси, однакові способи вираження почуттів, позитивні словесні висловлювання, тактильність, бажання зробити приємно.

Результати дослідження стилів поведінки у конфлікті за опитувальником Томаса-Кілманна показують переважання у респондентів співпраці (25,4%) та компромісу (23,6%); менш характерними є пристосування (18,8%), уникнення (17,2%) і суперництво (15,1%). Відмінності у показниках чоловіків і жінок є незначними.

За результатами вивчення задоволеності шлюбом встановлено, що низький рівень задоволеності шлюбом мають 13% опитаних (9% жінок і 4% чоловіків), помірний рівень задоволеності шлюбом мають 22% опитаних (11% жінок і 11% чоловіків), високий рівень задоволеності шлюбом мають 44% опитаних (22% жінок і 22% чоловіків), дуже високий рівень задоволеності шлюбом мають 21% опитаних (9% жінок і 12% чоловіків). Як бачимо, різниця у показниках чоловіків і жінок є незначною.

На основі даних кореляційного аналізу можна зробити висновки, що досліджувані з вираженим надійним типом прив'язаності проявляють у стосунках більше кохання ($r=0,40$; $p \leq 0,01$) і симпатії ($r=0,37$; $p \leq 0,01$). У конфліктних ситуаціях партнери з надійним типом частіше обирають компроміс ($r=0,50$; $p \leq 0,01$) і співпрацю ($r=0,35$; $p \leq 0,01$), зрідка вдаються до суперництва ($r=-0,46$; $p \leq 0,01$) та уникнення конфліктної взаємодії ($r=-0,31$; $p \leq 0,01$).

Досліджувані з унікаючим типом прив'язаності не схильні проявляти у стосунках кохання ($r=-0,38$; $p \leq 0,01$) і симпатію ($r=-0,31$; $p \leq 0,01$). У конфліктних ситуаціях партнери з унікаючим типом частіше обирають суперництво ($r=0,31$; $p \leq 0,01$), але зрідка компроміс ($r=-0,33$; $p \leq 0,01$).

Досліджувані з дезорганізованим типом прив'язаності не схильні проявляти кохання ($r=-0,27$; $p \leq 0,05$) у стосунках. У конфліктних ситуаціях партнери з дезорганізованим типом частіше обирають уникнення ($r=0,34$; $p \leq 0,01$), суперництво ($r=0,30$; $p \leq 0,05$) і зрідка компроміс ($r=-0,40$; $p \leq 0,01$).

Досліджувані із тривожно-амбівалентним типом прив'язаності не схильні проявляти у стосунках кохання ($r=-0,17$) і симпатію ($r=-0,12$), мають

тенденцію уникати конфліктних ситуацій (0,20). Проте всі коефіцієнти кореляції для цієї частини вибірки є статистично незначимі.

Також було виявлено, що чим вищий рівень надійної прив'язаності, тим вищий рівень задоволеності стосунками ($r=0,40$; $p \leq 0,01$); чим вищий рівень дезорганізованої прив'язаності, тим нижчий рівень задоволеності стосунками ($r=-0,32$; $p \leq 0,01$).

Висновки. За результатами дослідження виявлено таке:

- в опитаних переважає надійний тип прив'язаності (54%), який характерний для досліджуваних пар зі стабільними, довготривалими стосунками та проявляється у сімейній взаємодії через кохання і симпатію, співпрацю і компроміс як способи врегулювання конфліктних ситуацій, високий рівень задоволеності стосунками;

- тривожно-амбівалентний тип прив'язаності виражений у 22% досліджуваних, котрі не схильні проявляти кохання та симпатію у стосунках, мають тенденцію уникати конфліктних ситуацій;

- унікаючий тип прив'язаності є вираженим у 19% досліджуваних, які не проявляють кохання і симпатії у стосунках, у конфліктних ситуаціях використовують суперництво, не схильні до компромісів;

- найменш вираженим є дезорганізований тип прив'язаності (5% опитаних), партнерам із цим типом властиві труднощі у вираженні кохання і симпатії, вибір суперництва або уникнення для регулювання конфліктів, низький рівень задоволеності стосунками.

Отже, за результатами дослідження припущення про те, що тип прив'язаності пов'язаний із особливостями сімейної взаємодії, підтверджено: партнери з надійною прив'язаністю частіше проявляють почуття та близькість, використовують більш конструктивну поведінку у конфліктах, більше задоволені стосунками; партнери із тривожно-амбівалентною, унікаючою та дезорганізованою прив'язаністю демонструють меншу близькість у стосунках і нижчий рівень задоволеності стосунками.

Список використаних джерел

1. Гавриловська К.П., Базилюк І.І. Образ сім'ї в свідомості молодих матерів із різними соціальними статусами. *Молодий вчений*. 2016. № 12.1 (40). С. 202–206.
2. Пирог Г., Горнович Ю. Особливості зв'язку прив'язаності та задоволеності партнерськими стосунками в юнацькому та зрілому віці. *Психологічні дослідження*. Вип. 15. 2022. С. 27–30.
3. Семків І.І., Вонс О.-М.С. Психологічні особливості романтичних стосунків осіб із різним типом прив'язаності в юнацькому та зрілому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. Вип. 3. С. 46–56.

4. Bartholomew K., Horowitz L. Attachment styles among young adults: A test of a fourcategory model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991. № 5 (61). P. 226–244.
5. Bowlby J. A Secure Base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books Reprint edition, 2008. 225 p.
6. Foroughe F., Muller T. Attachment-based interventions strategies in family therapy with survivors of intra-familial trauma: A case study. *Journal of Family Violence*. 2014. № 29. P. 539–548.
7. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. №52 (3). P. 511–524.
8. Johnson S. Attachment theory in practice: Emotionally focused therapy (EFT) with individuals, couples, and families. London–New York, 2019.
9. Levinger G. A social psychological perspective on marital dissolution. *Journal of Social Issues*. 2016. № 32 (1). P. 21–47.
10. Li P. Attachment Styles & Your Relationships. Parenting for brain. 2014. URL: <https://www.parentingforbrain.com/attachment-styles/>
11. Simpson J.A., Collins W.A., Tran S., Haydon K.C. Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: a developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2007. № 92 (2). P. 355–367.
12. Timmerman G. A Concept Analysis of Intimacy. *Issues in mental health nursing*. 2009. № 12. P. 19–30.