

*Кожевнікова Д.Г., студентка
4 курсу факультету психології ВНУ
імені Лесі Українки
Крижановська З.Ю., кандидат
психологічних наук, доцент кафедри
загальної та клінічної психології ВНУ
імені Лесі Українки*

ЕМОЦІЙНА ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ ПІДЛІТКІВ ЯК ЧИННИК ЇХ САМОСТАВЛЕННЯ

У статті проаналізовано особливості феномену емоційної прив'язаності підлітків як чинника їх самоствавлення, розглянута сутність та прояви емоційної прив'язаності. Здійснено теоретико-емпіричний аналіз впливу емоційної прив'язаності на самоствавлення та самооцінку підлітків.

***Ключові слова:** Емоційна прив'язаність, тип прив'язаності, депривація, самоствавлення,*

Постановка проблеми. Все більшу увагу дослідників привертає емоційна прив'язаність як основа гармонійного розвитку особистості підлітка та її успішної соціалізації і побудови здорових відносин. Проте вивчення особливостей типів прив'язаності, емоційної прив'язаності як чинника самоствавлення підлітків відноситься до найважливіших недостатньо розроблених, спірних питань сучасної психологічної науки. Проблема самоствавлення особливо актуальна для підліткового віку. Для успішного соціально-емоційного розвитку і, зокрема, для того щоб навчитися ефективно регулювати свої почуття, підліток має розвивати відносини, як мінімум, з одним значущим для нього дорослим, або іншим дорослим із його оточення. В цей важкий для підлітка період важлива підтримка і розуміння з боку дорослих.

Мета: здійснити теоретичний аналіз та емпірично дослідити особливості емоційної прив'язаності підлітків, особливості самоствавлення, самооцінки підлітків.

Виклад основного матеріалу. У теорії прив'язаності термін «прив'язаність» розуміється як «підвид емоційного зв'язку, в якому почуття безпеки людини пов'язано з відносинами» [7]. Первинний досвід взаємин і безпеки немовля отримує через матір. Головною метою формування емоційного зв'язку між дитиною і матір'ю є передача дитині відчуття захищеності і безпеки [2].

Науково-методологічною базою дослідження стали праці таких вчених праць таких дослідників: Дж.Боулби, М. Ейнсворт, Мері Мейн, Диксон, Ньюфелд, Роджерс.

Прив'язаність – це емоційний зв'язок, сформований у перший рік життя між дитиною і значущим дорослим на основі чутливості реагування дорослого до сигналів дитини, а також базуючись на частоті та тривалості їхньої взаємодії. Цей зв'язок представляє собою емоційну основу життя людини. Тип

прив'язаності – це певний тип взаємозв'язку, який визначається особливостями емоційного зв'язку між дитиною й дорослим, чутливістю реагування дорослого до сигналів дитини, близькістю та характером взаємодії між дорослим і дитиною.

Вирішальне значення у формуванні надійної прив'язаності, має якість батьківського догляду, міжособистісні стосунки, саме вони пов'язують дитину з іншими людьми і тим самим дозволяють формувати ідентичність особистості. Дітям просто необхідно відчувати і переживати прив'язаність. Від неї залежить їх почуття безпеки, власної гідності, емпатії, здатності контролювати емоції.

Кожна людина від народження має потребу в близькості. Це відкриття належить британському психоаналітикови Джону Боулбі [1]–творцеві «теорії прив'язаності» (англ. Attachment theory). Глибокі емоційні зв'язки зі значущими людьми є основою життєвих сил для кожної людини.

Самоставлення переважно формується в сім'ї, психологічний клімат якої стає середовищем найближчого соціального оточення [5]. Наслідки негативних форм прояву виховних впливів надзвичайно небезпечні та можуть позначитися не лише на успішності процесу соціалізації, а й на психічному здоров'ї взагалі.

Від того, як батьки сприймають і розуміють підлітка, його потреби, інтереси, психологічні стани та переживання, а, отже, відповідно і взаємодіють з ним, залежить сприймання і оцінка підлітком себе, формування позитивного чи негативного образу «Я», прийняття чи не прийняття своєї особистості.

В своїх роботах М. Ейнсворт вказує на те, що сприятливе фізичне середовище не компенсує брак любові та емоційного контакту з боку значимого дорослого [8]. Саме тому ключовим пунктом у дослідженні дитячо-батьківських стосунків (через призму прив'язаності) є тісна взаємодія таких ключових факторів як: стосунки батька й матері між собою; ставлення батьків до своїх батьків. В своїх роботах Г. Ньюфелд стверджує, що результатом втрати прив'язаності до батьків стає втрата контексту для здорового розвитку особистості [3].

М. Д. Ейнсворт [8] вказує, що навіть короткий деприваційний досвід, який проходить без видимих наслідків, залишає хоча б один прихований наслідок, а саме підвищену «уразливість» у разі повторного виникнення подібного досвіду чи іншої несприятливої життєвої ситуації.

К. Роджерс [4] визначає самоприйняття і самооцінку як дві складові самоставлення, яке складається з двох підсистем: самооціночну та емоційну [9].

О. Камінська виділила основні характеристики самоставлення: структурні, а саме: самоповага, аутосимпатія, очікування позитивного ставлення від інших, самоінтерес, самовпевненість, ставлення інших, самоприйняття, самокерування, самопослідовність, самозвинувачення, самоцікавість, саморозуміння.

Для підлітка властиве прагнення до подолання своїх недоліків, у зв'язку з яким виникає самовиховання. Отже, уявлення дитини про себе починають складатися в процесі взаємодії з батьками, однолітками, вчителями. Але саме

батьки служать основним джерелом задоволення провідних потреб дитини, і її емоційна прив'язаність до них породжує своєрідну залежність самосвідомості від батьківського ставлення та наявного в батька образу дитини, і саме в сім'ї закладається основа для сприятливого або несприятливого розвитку самоставлення дитини [6]

В емпіричному дослідженні взяло участь 45 осіб – учні 10-11 класів міста Луцька, віком 15-16 р. В якості основного діагностичного матеріалу нами були обрані такі методики: 1. Методика «Опросник на привязанность к родителям для старших подростков (Яремчук М.В., 2005); 2. Методика «Дитячо-батьківських відносин у підлітковому віці» – батьків очима підлітка; 3. Шкала для вимірювання рівня самоповаги (за Розенбергом); Методика «Вивчення рівня самооцінки».

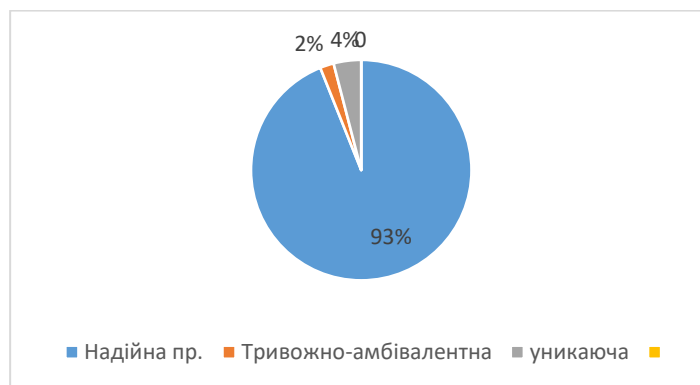


Рис. 1. Відсотковий розподіл отриманих показників (прив'язаність до мами) за методикою «Прив'язаність до батьків для старших підлітків» (М.В. Яремчук)»

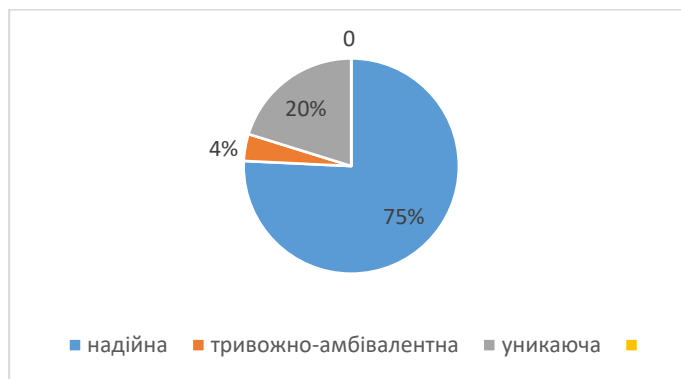


Рис. 2. Відсотковий розподіл отриманих показників (прив'язаність до батька) за методикою «Прив'язаність до батьків для старших підлітків» (М.В. Яремчук)»

Ми можемо побачити на рис 1, що за результатами відповідей підлітків 93,3 % мають надійну прив'язаність до своєї мами та 75 % надійна прив'язаність до батька (рис. 2). Високі показники у батька за шкалами задоволення потреб дитини та надання заохочень. За шкалою співпраця та заохочення автономності в обох батьків показники знаходяться в нормі 75% та

71% відповідно. Рівень емпатії та емоційної близькості в обох батьків знаходиться в межах норми, постає як умова та наслідок розвитку продуктивного ділового співробітництва у дитячо-батьківських відносинах, визначаючи характеристики типу сімейного виховання та його гармонійність. Емоційна близькість та співпраця взаємообумовлюють один одного таким чином, що високий ступінь емпатії дозволяє партнерам побудувати ефективне, особистісно-орієнтоване спілкування та співпрацю, результатом якого, у свою чергу, стає скорочення емоційної дистанції (у мами 64% опитуваних, у батька - 48% опитуваних в межах норми) та налагодження кращого емоційного взаєморозуміння та формування почуття «Ми», високі показники в обох батьків, рівня задоволеності відносинами, таким чином ми бачимо як емоційна прив'язаність важлива в батьківсько-сімейних відносинах.

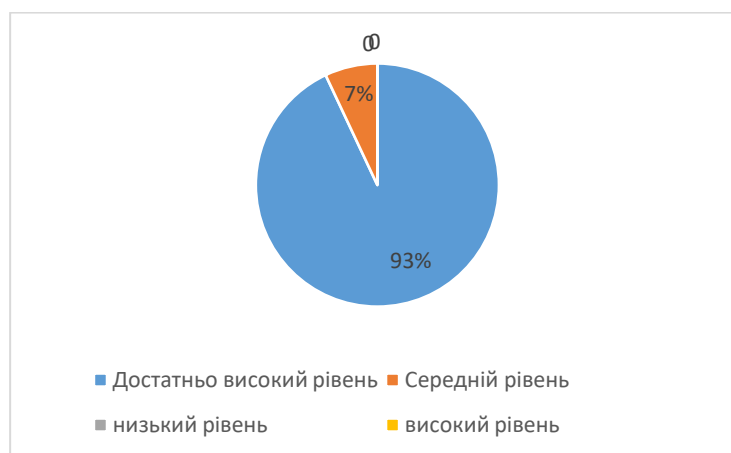


Рис. 3. Відсотковий розподіл даних за методикою Шкала для вимірювання рівня самоповаги (за Розенбергом)

За результатами відсоткового розподілу даних за методикою Шкала для вимірювання рівня самоповаги (за Розенбергом) ми спостерігаємо що у 93% досліджуваних достатньо високий рівень самоповаги, свідчить про те, що самоповага переважає, і вони можуть адекватно оцінювати свої достоїнства і недоліки, можуть погодитися з тим, що бувають неправі, зберігають повагу до себе при невдачах (рис. 3).

За результатами відсоткового розподілу за методикою «Вивчення рівня самооцінки» ми можемо помітити, що високий рівень самооцінки мають 11 % досліджуваних, високий рівень самооцінки, за яким людина, як правило, не обтяжена «комплексом неповноцінності», правильно реагує на зауваження і рідко піддає сумніву власні дії; а середній рівень самооцінки мають 89 % опитуваних за якого людина болісно сприймає критичні зауваження на свою адресу, намагається завжди зважати на думку інших і часто страждає від «комплексу неповноцінності».

Проаналізувавши теоретичні джерела ми також помітили, що дослідження багатьох вчених також підтверджують вплив ранніх стилів прив'язаності на особливості самооцінки дорослої людини, а саме вплив дитячої травми на психіку дорослого, особливо низьку самооцінку.

Висновок. Зважаючи на результати даного емпіричного дослідження та дослідження багатьох вчених ми можемо спостерігати зв'язок між надійним типом прив'язаності та високою самоповагою і самооцінкою. Ми з'ясували, що Незадоволення потреб дитини впливає на формування порушень прив'язаності, що, в свою чергу, веде до розвитку та закріплення ранніх дисфункційних схем, які впливають на емоції, поведінку, особливості сприйняття соціальних ситуацій та стосунків із іншими людьми, а подекуди може призвести до емоційної депривації, а безпечна та надійна прив'язаність дає базу для формування позитивного самоствавлення та самоприйняття. У підсумку ми бачимо, що емоційна прив'язаність як чинник самоствавлення має значний вплив на самоповагу та самоприйняття підлітків. Дітям просто необхідно відчувати і переживати прив'язаність. Від неї залежить їх почуття безпеки, власної гідності, емпатії, сприйняття світу, здатність контролювати власні емоції тощо. Підліток в якого сформована прив'язаність, нормально розвивається, вчиться розрізняти власні почуття і почуття інших, розвиває соціальні зв'язки, довіряє оточуючим, стає впевненою в собі, проявляє любов і ніжність до інших.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у вивченні впливу прив'язаності на пізнавальну та когнітивну сфери особистості дитини.

Література

1. Боулби, Дж. (2003). *Привязанность*. Москва: Гардарики.
2. Крижановська, З. (2021). Надійний тип прив'язаності як основа розвитку психічного здоров'я дитини. *Сучасні психологічні тенденції підтримки та відновлення психічного здоров'я особистості: теорія та практика, тези доповідей II міжнарод. міждисциплінар. конференції*. Харків.
3. Крижановська, З., Бабак, К. (2022). Емоційна прив'язаність дитини до матері як предиктор її соціальної адаптації до шкільного життя. *Психологічні перспективи*, 38, 138–150.
4. Кожевнікова, Д., Крижановська, З. (2021). Вплив типу прив'язаності на довіру до інших та самооцінку підлітка. *Сучасні психологічні тенденції підтримки та відновлення психічного здоров'я особистості: теорія та практика, тези доповідей II міжнарод. міждисциплінар. конференції*. Харків. 42–44.
5. Роджерс, К. (1994). *Взгляд на психотерапию. Становление человека*. М.: Прогресс.
6. Федоришин, Г.М. (2006). *Психологія становлення особистості у батьківській сім'ї*. Івано-Франківськ: Місто НВ.
7. Шаповаленко, И.В. (2005). *Возрастная психология. Психология развития и возрастная психология*. М.: Гардарики.
8. Adler, Y. G. (1994). *A Mischling attempts to fight for his rights*. 205-215.
9. Howe, D. (2006). Disabled children parent-child interaction and attachment. *Child & Family Social Work*, 11(2), 95 - 106