

# ВЛИЯНИЕ ТИПА ПРИВЯЗАННОСТИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ И ОСОБЕННОСТИ ПОСТРОЕНИЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА

**Исакова Татьяна Васильевна**

клинический психолог, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва  
[yana.f.2020@list.ru](mailto:yana.f.2020@list.ru)

## THE INFLUENCE OF THE TYPE OF ATTACHMENT ON THE FORMATION OF THE PERSONALITY AND PECULIARITIES OF THE CONSTRUCTION OF INTERPERSONAL RELATIONSHIPS OF THE ADULT

**T. Isakova**

*Summary:* The article focuses on the problems of studying the influence of the type of attachment on personality formation and the specifics of structuring interpersonal relationships in adulthood. The author approaches the solution of this problem by determining the type of attachment of a person, analyzing its properties and characteristics in conjunction with the main factors that determine the corresponding type of attachment, as well as by comparing the characteristics of a person and the properties of interpersonal relations characteristic of the structure and features of its integration. The article identifies the main types of attachment, personal characteristics of the representatives of the studied groups, depending on the type. The author investigated the specificity of interpersonal relations of representatives of each type of attachment.

*Keywords:* type of attachment, personality traits, personality formation, specificity of interpersonal relations, adults.

*Аннотация:* В статье актуализируется проблематика исследования влияния типа привязанности на формирование личности и специфику структурирования межличностных взаимоотношений во взрослом возрасте. Автор подходит к решению данной проблемы путем определения типа привязанности личности, анализа ее свойств и особенностей во взаимосвязи с основным факторами, обуславливающими соответствующий тип привязанности, а также путем сопоставления характеристик личности и свойств межличностных отношений, характерных для структуры и особенностей ее интеграции. В статье выявлены основные типы привязанности, личностные особенности представителей исследуемых групп в зависимости от типа. Автором исследована специфика межличностных отношений представителей каждого типа привязанности.

*Ключевые слова:* тип привязанности, особенности личности, формирование личности, специфика межличностных отношений, взрослые.

**П**роблематика трансмиссии типа привязанности из одного типа отношений в другой является в настоящее время достаточно дискуссионной, что предопределяет теоретико-методологическое и практическое обогащение теории привязанности и практики формирования паттернов взаимодействия в вопросах устойчивости/стабильности отношений личности на различных возрастных этапах [2; 6].

Теоретические и практические исследования данной сферы связывают первый коммуникационный личностный опыт с так называемым «выбором» психики субъекта отношений одного из их [отношений] типов, на основе которого продолжает регулироваться спектр связей и взаимодействий, в которые данная личность социально интегрируется. Тип привязанности в процессе последующей жизнедеятельности определяет специфику и характер процесса построения и структуры тех межличностных отношений, в которых взаимодействует взрослый человек, а именно в сфере учебной и профес-

сиональной деятельности; самореализации и саморазвития; общения с друзьями, родственниками, близкими и знакомыми/незнакомыми людьми; становления в творческой деятельности и т.п., т.е. выступает, во многом определяющим, фактором положительной социализации личности в процессе взросления и развития [4].

Говоря о родительской заботе, которая с самых первых лет жизни ребенка становится фактором, обуславливающим формирование базового доверия к окружающей действительности, необходимо отметить, что степень ее [заботы] проявления и включенности в отношения с самим ребенком опосредуют становление всей его последующей жизни. Нахождение взрослых/родителей в поле изначального восприятия ребенком мира обеспечивает ощущение целостности, теплоты и наполненности того пространства, в котором ребенок учится общаться, взаимодействовать, раскрываться и воспринимать себя в единстве этих социальных взаимодействий. Только в таком качестве родительской заботы

можно говорить о положительной социализации личности, о слиянии социализации и воспитания в единый процесс, обеспечивающий дальнейшее успешное социальное взаимодействие.

Истоки привязанности лежат в плоскости детско-родительских взаимоотношений, а именно взаимоотношений с матерью, которая является некой исходной генетически первичной субстанцией/началом, присутствующей в сознании ребенка. Существование мамы как источника чувствования защищенности, поддержки, безопасности, эмоциональной близости и т.д. порождает в сознании ребенка неосознанное знание уникальности собственной личности, целостности единства с окружающим миром, которые проецируются на характер формирующихся взаимоотношений. Эталонность этих отношений априори присутствует в связи «мама-ребенок» и определяет развитие коммуникативных поведенческих паттернов, основанных на подражании этим связям, межличностной оценке дальнейших форм отношений и их содержания. Связь «мама-ребенок» выполняет не только роль истока привязанности, но и систематической «энергетической подпитки», к которой ребенок всегда возвращается в процессе исследования и познания мира.

На зарождение и формирование структуры, а также трактовку значения привязанности представители научной области психологии имеют различные взгляды: некоторые из них полностью сходны с положениями теории привязанности, некоторые характеризуются принципиальными отличиями, в контексте которых наследие психодинамически ориентированных школ основывается на теорию влечения, формирование аддиктивных связей. В этой структуре связь «мама-ребенок» обуславливается психическими процессами слияния, в которых оба субъекта не дифференцированы изначально. В ходе первичной социализации ребенок начинает интрапсихически выделяться, индивидуализируясь в первичном микросоциуме.

Напротив, теория привязанности актуализирует внимание на отчетливом восприятии ребенком мамы, которое происходит в течение первого года жизни и формирует соответствующую взаимосвязь, не являющуюся, однако, изначально симбиотической. Теория привязанности Д. Боулби сфокусирована на привязанности как системе внутренней регуляции, механизмы которой «запускаются» через контакт с матерью. Специфика же этого контакта опосредует формирование различных паттернов привязанности.

Как мы уже говорили ранее, опыт первичных отношений ребенка с мамой основывается на необходимости ощущать так называемую защитную близость. Если в рамках первичных взаимоотношений ребенок полу-

чает чувство защищенности, то становится способным переключать свое внимание на окружающий мир, актуализировать себя в нем. Позднее удовлетворение эмоциональной близости с матерью формирует у ребенка способность переключаться на собственные личностные ресурсы, быть устойчивым и уверенным в различных ситуациях. Это позволяет полноценно реализоваться той исследовательской активностью личности, на основе которой формируется вся последующая система связей и отношений, в которые интегрируется личность в процессе жизнедеятельности.

Необходимо отметить, что в детском возрасте система привязанностей резко активизируется в случае возникновения ощущения тревоги, опасности, дискомфорта и пр. В этих условиях контакт с матерью и его качество обеспечивают своеобразный психологический комфорт, влияющий на успешную положительную социализацию и способность ребенка выстраивать межличностные отношения в контексте социального взаимодействия.

Таким образом, проблематика взаимосвязи типа привязанности и формирования межличностных отношений личности во взрослом возрасте является актуальной в плане исследования практической сферы социализации и социальной адаптации личности, а также успешности раскрытия личностного потенциала, обеспечивающего стабильность и устойчивость отношений в различных субъект-субъектных и субъект-объектных связях/системах [1; 3].

Данная проблема находит широкий отклик в научных исследованиях фундаментального и инновационного характера. Так, следует особо отметить труды J. Bowlby, в которых автор анализирует и раскрывает с позиций «системы поведения привязанности» вектор, направляющий человека в его поведенческих паттернах взаимодействия и привычках формирования и поддержания отношений [7; 8].

Вопросами терапии нарушений привязанности посвящены исследования К.Н. Brisch, К. Kronenberg [9].

Практическим и теоретическим аспектам теории привязанности в исследовании межличностных отношений детей и взрослых, а также вопросам моделирования поведения посвящены работы Л.В. Жихаревой, Ю.А. Задоровой, А.В. Липкина, Н.В. Сабельниковой и др. [1; 2; 3; 5].

Говоря о структуре привязанности в контексте концепции Дж. Боулби и его последователей, необходимо отметить значимость трех основных ее [структуры] компонентов, а именно:

- когнитивный компонент, аккумулирующий признаки тождества образов и представлений, связанных с матерью и характером отношений с ней;

- эмоциональный компонент, в основе которого нужно рассматривать как ощущения и чувства, связанные с качеством заботы (о ребенке), так и реакции самого ребенка, «адресованные» матери (реакции могут связаны с потребностями, удовлетворенностью и т.д.);
- поведенческий компонент, опосредуемый реакциями ребенка в действии [7; 8].

В течение жизни, когда личность приобретает определенный опыт самостоятельности, привязанность не исчезает. Она преодолевает качественные трансформации, становится более сложной по форме проявления содержанию и пр. Сложный спектр эмоций, чувств, связей и отношений проецируется на характер взаимодействия с другими членами социума и отражает «источковое» содержание привязанности: эмоциональное принятие, защищенность и конформность способствуют формированию добрых и открытых отношений к миру, одновременно несущих самостоятельность, ответственность и самореализованность; травма или утрата (потеря матери, негативные отношения, избегание и т.п.) формируют замкнутость, подверженность глубокой депрессии, аддикциям, нарушениями психического развития личности и т.п.

Таким образом, тип привязанности оказывает достаточно серьезное воздействие на формирование межличностных отношений во взрослом возрасте, а также способность личности к преодолению соответствующих психологических барьеров в выстраивании отношений.

Возрастающий интерес к проблеме исследования определили направленность исследования, его задачи, методический замысел.

Выборку исследования составили взрослые ( $n=109$ ) в возрасте 25-30-ти лет. Исследование носит экспериментально-аналитический характер. В исследовании использовались следующие методы и методики: теоретического анализа научной и специальной отечественной и зарубежной литературы; мультиметодический подход, включающий определение типа привязанности согласно экспериментальной процедуре по методике M.D. Ainsworth с опорой на положения теории Дж. Боулби и использование вербальных и символических репрезентаций, а также наблюдение, эксперимент, исследование специфики межличностных отношений и соответствия «Я-структуры» актуального и идеального по методике Т. Лири.

Так, на сегодняшний день область социальной психологии исследует следующие основные типы привязанности (определение типа согласно экспериментальной процедуре по методике M.D. Ainsworth с опорой на положения теории Дж. Боулби) [5]:

- *надежный тип* ( $n=35$ ), в рамках которого личность демонстрирует уверенность в поддержке со стороны близких, окружающих, а также самосознает себя как субъекта направленного уважения, любви, заботы и т.п.; личность, характеризуемая с позиций надежного типа привязанности, формируется в устойчивых границах доверительности к окружающей действительности, транслирует доверчивость, открытость и интерес к другим субъектам социального окружения; на этапе взросления такой человек укрепляется в положительном отношении к другим членам социума, демонстрирует устойчивость поведенческих и психоэмоциональных реакций, но тем, не менее, испытывает легкий дискомфорт при отсутствии человека, к которому существует привязанность; однако, тем не менее, необходимо отметить, что отсутствие близкого окружения не влияет деструктивно на существование и коммуникативный социальный контакт данной личности, поскольку познавательный социальный интерес и видение потенциала для развития в окружающем мире формирует достаточно активную социально-исследовательскую позицию такого человека; обладая (в процессе социализации) «здоровой», умеренной тревожностью, эмоциональной устойчивостью и положительным восприятием окружающей действительности, люди с надежным типом привязанности характеризуются положительным «Я-образом» и удовлетворяющей их «Я-концепцией», которая, в свою очередь демонстрирует незначительную разницу «Я-актуального» и «Я-идеального» образов в процессе самовосприятия (88,57% от общего числа респондентов с надежным типом привязанности согласно методике Т. Лири в исследовании межличностных отношений); это позволяет личности успешно развиваться и самореализовываться; необходимо отметить, что данная категория людей является наиболее адаптивной в сфере формирующихся связей, что выражается в проявлении позитивного взаимодействия, определяемого в большинстве случаев как дружелюбный тип межличностных взаимоотношений (дружелюбный сотрудничающий, гибкий – 74,28%; эмоционально-лабильный – 14,29%; альтруистический ответственный отзывчивый – 11,43%);
- *тревожно-избегающий тип* ( $n=23$ ); данный тип привязанности имеет психологические корни в сформированных отношениях «холодного» типа, при которых установление тесного контакта не является желательным для личности; привязанность для таких людей существует в ипостаси стрессовой неопределенности, избегая состояние которой данная категория людей отчуждает помощь окружающих, но, тем не менее, с возникающим стрессом зачастую не справляется; для

данной категории людей характерны: отсутствие «живых» эмоциональных реакций, своеобразная свернутость чувств, хотя это не говорит о том, что они их не ощущают; среди таких людей встречаются аддикты избегания, стремящиеся полагаться только на себя; при формировании межличностных отношений среди таких людей во взрослом возрасте наиболее часто встречаются подозрительный отчужденный тип (47,83%), критичный необщительный с характерными трудностями в интерперсональных контактах (30,43%), критичный по отношению к окружающему социуму (21,74%), хотя бывают и проявления признаков скрытого агрессивного упрямого типа, проявляющегося в смешанности типовых признаков (13,04%);

- *тревожно-устойчивый или амбивалентный тип* (n=17); будучи определяемой данным типом привязанности, личность характеризуется недостаточной уверенностью в себе, что может выражаться в высокой фрустрированности; это предопределяет необходимость всегда иметь рядом объект, дающий поддержку и помощь; данный тип людей, как правило, даже во взрослом возрасте трудно назвать эмоционально устойчивыми, что проявляется в несдержанности реакций, влекущих за собой дистанцирование окружающих от данного личностного типа; даже временное нахождение без объекта, обеспечивающего поддержку, привносит в состояние такой личности ощущения неустойчивости в окружающем мире, опасности, что выступает предиктором возникновения чувства обиды и агрессии на объект; необходимо также отметить что и среди данной категории людей встречаются аддикты избегания, демонстрирующие своеобразные «защитные инстинкты» по отношению к людям, проявляющим интерес; характеристика межличностных отношений, которые могут формироваться во взрослом возрасте людей с таким типом привязанности, как правило, находится в следующих границах: ярко выраженный зависимый (17,65%) и подчиняемый (29,41%) типы взаимоотношений, в которых присутствуют такие основные признаки как неуверенность, высокая тревожность, навязчивость и опасения, во втором случае – слабость, пассивность, стремление найти опору и пр.; также среди людей с данными типом привязанности встречаются и сочетания «агрессивно обвиняющий + подозрительный критичный + подчиняемый/зависимый» (23,53%) и «зависимый + дружелюбный истероидный» (29,41%); необходимо также отметить, что на характер межличностных взаимоотношений таких людей достаточно серьезное влияние оказывает характер реакций на идентичные стимулы, динамика настроения и пр.,

что мешает формироваться устойчивым стабильным уверенным отношениям;

- *дезорганизованная или деструктивная привязанность* (n=5); в основном данный тип привязанности характерен для людей, которые имели в детстве психологическую травму или утрату, что сформировало у них устойчивое глубокое стрессовое состояние покинутости; это состояние, трансформированное в последствии в постоянное агрессивно-оборонительное пребывание по отношению к социальной действительности, не позволяет личности преодолеть до конца длительные депрессивные внутренние реакции; уровень качества жизни, в которой не было необходимых такому человеку заботы, тепла и любви, во взрослом возрасте зависит от характера их реакций на происходящее, соотносимых с возникновением чувства разочарования, готовности к угрозе (когда ее не существует) и т.п.; в связи с этим, межличностные отношения во взрослом возрасте также могут характеризоваться непредсказуемостью их реакций; деструктивно выраженные личностные особенности данной категории людей определяют их высокий уровень тревожности, низкий уровень нервно-психической устойчивости, высокий уровень фрустрации, что сопровождается еще и невротичностью, неспособностью управлять эмоциями, систематически возникающими страхами и пр.; данная группа людей весьма трудно интегрируется в какие-либо межличностные отношения поскольку с одной стороны, избегают их, а с другой, демонстрируют неадекватное поведение, сопровождающееся требованиями признаний, доказательств чувств и т.п., чем отталкивают других субъектов/участников взаимоотношений; межличностные взаимодействия, обычно, сопровождаются проявлениями со стороны такой личности агрессией, высоким уровнем зависимости от других людей и т.д.; среди них, как правило, встречаются резко неуверенные зависимые в отношениях (40,0%), агрессивный подчиняемый (60,0%), а также имеющие признаки вербальной асоциальной жесткости (20,0%);
- *смешанный тип привязанности* (n=29); данный тип привязанности рассматривается как тип синтетический и характеризуется средними модельными характеристиками, проявляющимися во всех вышерассмотренных типах; необходимо отметить, что для данной категории людей различные обстоятельства могут выступать факторами, определяющими тип поведенческой реакции, которая сложилась на типичные обстоятельства в детстве, например, замена «живых» отношений с близкими на виртуальное общение в Интернет-среде может провоцировать спокойную реакцию на отсутствие близкого, но агрессивную

реакцию на запрет коммуникации с виртуальным собеседником; среди испытуемых, отнесенных к категории с данным типом, были выявлены: а) достаточно целостные личности со сниженным (неполезным) уровнем тревожности, что обуславливало отсутствие потребности разбираться в различных сложившихся ситуациях, неготовности к решению возникающих проблем и пр. (44,83%); б) инертные, ригидные, не имеющие сформированной мотивации к саморазвитию и восприятию чего-либо нового в отношениях, жизни и т.д. (55,17%); обычно и тот, и другой тип в формирующихся межличностных отношениях не характеризуются открытостью, способностями к коммуникативной самопрезентации, самораскрытию, будучи, как правило, достаточно обособленными и не уверенными во взаимном интересе других субъектов отношений; данная категория людей в взрослом возрасте, обычно, является интегрированной в такие межличностные отношения как: подозрительный замкнутый скептический (в основном, представители подгруппы б) смешанного типа привязанности – 31,03%); подозрительный отчужденные недовольный (37,93%); подчиняемы уступчивые пассивный (в основном, представители подгруппы а) смешанного типа привязанности – 31,04%).

Таким образом, подводя итоги исследования, необходимо отметить следующее:

- нахождение взрослых/родителей (в системе отношений «мама-ребенок» как отношений первичной социализации) в поле изначального восприятия ребенком мира обеспечивает ощущение целостности, теплоты и наполненности того пространства, в котором ребенок учится общаться взаимодействовать, раскрываться и воспринимать себя в единстве этих социальных взаимодействий;
- истоки и значение привязанности связывают с оформлением первоначальных чувств защищен-

ности, поддержки, безопасности, эмоциональной близости и т.д., которые порождают в сознании ребенка неосознанное знание уникальности собственной личности, целостности единства с окружающим миром, проецирующихся в дальнейшем на характер формирующихся взаимоотношений;

- тип привязанности психологически раскрывается в контексте системы внутренней регуляции, механизмы которой «запускаются» через контакт с матерью, и имеет следующую структуру: когнитивный компонент, эмоциональный компонент, поведенческий компонент;
- первичный контакт с матерью и его дальнейшее качество обеспечивают своеобразный психологический комфорт, влияющий на успешную положительную социализацию и способность ребенка выстраивать межличностные отношения в контексте социального взаимодействия во взрослом возрасте;
- среди респондентов, принявших участие в исследовании, 32,11% составили представители надежного типа привязанности, которые способны к интеграции в межличностные отношения конформного характера, дружелюбного, а также альтруистического типов. 67,89% (n=74) характеризовались ненадежными типами привязанности, что определило характер складывающихся во взрослом возрасте межличностных взаимоотношений, характеризующихся подозрительным, подчиняемым, зависимым и агрессивным типами.

Следует также отметить, что личностные свойства и черты личности, развивающейся и социализирующей в рамках определенного типа привязанности оказывают существенное влияние на специфику формирующихся межличностных отношений во взрослом возрасте, что, однако, не является непреодолимым для данной личности. Важным здесь является фактор психологической помощи и готовности самой личности к самопреобразованию.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Жихарева, Л.В. Теория привязанности, теоретические и практические аспекты / Л. В. Жихарева // Перспективы науки и образования. – 2013. – № 4. – С. 144-154.
2. Задорова, Ю.А. Трансляция паттернов привязанности в поколениях семьи / Ю.А. Задорова, Е.В. Куфтяк // Медицинская психология в России. – 2017. – № 2. – С. 10-18.
3. Липкин, А.В. Субъект-субъектные отношения. Отношения между мужчиной и женщиной [Электронный ресурс] / А.В. Липкин. – 2019. – Режим доступа: <https://www.b17.ru/blog/razvodotnozenielab/>
4. Озолина, О.Я. Теория привязанности в рамках менеджмента личности / О.Я. Озолина // Молодой ученый. – 2020. – № 24 (314). – С. 493-495.
5. Сабельникова, Н.В. Методы исследования привязанности в процессе возрастного развития в современной зарубежной психологии / Н.В. Сабельникова // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. – 2008. – № 3. – С. 36-47.
6. Чиркова, И.Н. Концепт «Привязанность» в координатах пространства и времени / И.Н. Чиркова // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2015. – № 2. – С. 47-50.

7. Ann Gath (2018). Child Care and the Growth of Love: John Bowlby, *British Journal of Psychiatry*: Published online by Cambridge University Press, Pp. 579-580.
8. Courtney E. Ackerman (2020). What is Attachment Theory? Bowlby's 4 Stages Explained [Electronic resource]. – Access mode: URL: <https://positivepsychology.com/attachment-theory/>
9. Karl Heinz Brisch, Kenneth Kronenberg (2004). *Treating Attachment Disorders: From Theory to Therapy*, Guilford Press, 294 p.

---

© Исакова Татьяна Васильевна (yana.f.2020@list.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»

