

УКРАЇНСЬКИЙ КАТОЛИЦЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет наук про здоров'я
Кафедра психології та психотерапії

Магістерська робота
ТИП ПРИВ'ЯЗАНОСТІ ЯК ЧИННИК ЯКОСТІ РОМАНТИЧНИХ
СТОСУНКІВ У РІЗНІ ВІКОВІ ПЕРІОДИ

Студентки 6 курсу
магістерської програми з
клінічної психології з основами
психодинамічної терапії
Олени-Мирослави Вонс

Науковий керівник:
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та
психотерапії
І. Семків

Львів – 2019

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1	7
РОЛЬ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У ФОРМУВАННІ ЯКІСНИХ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ.....	7
1.1. Погляд теорій прив'язаності та об'єктних стосунків на формування романтичних стосунків.....	7
1.2. Критерії якості романтичних стосунків.....	16
1.3. Роль кризи середнього віку в зміні образу партнера в романтичних стосунках.....	24
РОЗДІЛ 2	35
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ТИПУ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА ЯКІСТЬ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ	35
2.1. Методологічні основи дослідження типу прив'язаності як чинника якості романтичних стосунків у різні вікові періоди	35
2.1.1. Опис процедури дослідження та досліджуваної групи.....	35
2.1.2. Опис методів та методик дослідження	36
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження	41
2.2.1. Особливості взаємозв'язку між типами прив'язаності та показниками якості романтичних стосунків у людей дорослого віку.....	41
2.2.2. Особливості взаємозв'язку між типами прив'язаності та показниками якості романтичних стосунків у людей юнацького віку.....	51

2.2.3. Порівняльна характеристика досліджуваних груп за показниками якості романтичних стосунків та проявами типів прив'язаності	56
2.2.4. Аналіз образу романтичного партнера у досліджуваних груп.....	61
Висновки до розділу 2	65
ВИСНОВКИ.....	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	69
ДОДАТКИ.....	72

ВСТУП

Актуальність:

На сьогодні питання якості романтичних стосунків присвячено багато теоретичних концепцій у різних психологічних школах, зокрема в психодинамічній (З. Фройд, К. Г. Юнг, Е. Фромм, О. Кернберг) та гуманістичні (А. Г. Маслоу), які розглядали взаємини через призму любові.

Якісні стосунки є основою для щасливих взаємин. Такі стосунки добре впливають на емоційний стан людини, і відображаються на її психічному та фізичному здоров'ї. Проте, романтичні взаємини часто є дуже заплутаними та породжують труднощі між партнерами. За даними 2018 року 39% запитів на психотерапію в Америці складають особистісні проблеми, до яких належать складнощі в підтримці близьких відносин. Що стосується України, то проблеми в стосунках очолюють список запитів, з якими українці звертаються до психотерапевта.

Більшість психодинамічних концепції прийшли до висновку, що якісні романтичні стосунки формуються на базі успішних дитячо-батьківських взаємин. Про це писали М. Кляйн, М. Малер, Дж. Боулбі, О. Кернберг.

За результатами досліджень, важливими складовими стосунків є безпека та емоційна близькість між партнерами, адже вони сприяють розвитку партнерів та легшому подоланню конфліктів. Про це також писав Дж. Боулбі, говорячи про те, що безпечна прив'язаність є основою для вміння любити та будувати стосунки. Тому в нашому дослідженні ми спробуємо дослідити, як тип прив'язаності визначає якість романтичних стосунків у різних вікових періодах.

Об'єкт: тип прив'язаності

Предмет: якість романтичних стосунків у людей із різним типом прив'язаності

Мета дослідження: встановити та обґрунтувати взаємозв'язок між типом прив'язаності та якістю романтичних стосунків

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати підходи до розуміння романтичних стосунків та встановити ключові чинники якісних романтичних стосунків та відмінностей у вікових періодах, що пов'язано із необхідністю вивчення проблематики з погляду різних концепцій; визначити зміст таких понять: тип прив'язаності, якісні романтичні стосунки, різні вікові періоди, проекція.
2. Підібрати психодіагностичний інструментарій для вивчення прив'язаності та романтичних стосунків; обґрунтувати вибір методів та методик дослідження.
3. Встановити особливості зв'язку між типом прив'язаності та якістю романтичних стосунків та дослідити відмінності між різними віковими періодами.
4. Проаналізувати відмінності між образом партнера в романтичних стосунках та проявом типів прив'язаності людей юнацького та дорослого віку.

Гіпотези:

1. Ймовірно, що люди з безпечним типом прив'язаності більше задоволені власними стосунками та менше схильні до співзалежності в стосунках. На противагу їм, люди з унікаючим, тривожно-амбівалентним чи дезорганізованим типом прив'язаності, більше схильні до співзалежності в стосунках, і менш задоволені ними.

2. Припускаємо, що у юнацькому віці образ партнера більше наповнений проекціями, ніж у зрілому віці.

3. Ймовірно, у юнацькому віці образ романтичного партнера більш ідеалізований та менш реалістичний, ніж у дорослому віці.

У даній роботі застосовувались якісні та кількісні методи збору даних. Для дослідження прив'язаності був застосований «Тест на визначення якості прив'язаності». Для вивчення романтичних стосунків були використані «Шкала Спана-Фішера» та методика «RAQ». Та для вивчення образу партнера – «Тест Лірі» та метод метафоричних карт.

Група досліджуваних складається з 45 людей, з яких 25 юнаків 17-19 років та 20 людей зрілого віку 30 – 55 років. Серед досліджуваних переважають жінки та трапляються люди різного соціального статусу.

РОЗДІЛ 1

РОЛЬ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У ФОРМУВАННІ ЯКІСНИХ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ

1.1. Погляд теорій прив'язаності та об'єктних стосунків на формування романтичних стосунків

На сьогодні є велика кількість різних підходів до теми любові та романтичних стосунків. Важливо зосередитися на тих концепціях, які в основу розвитку особистості ставлять ранні стосунки зі значущими людьми. До таких теорій відносять: теорію прив'язаності Джона Боулбі та теорію об'єктних стосунків Мелані Кляйн.

На думку Еріха Фромма : «Любов є рушійною силою людини, силою, яка руйнує стіни, що відокремлюють її від побратимів, силою, яка об'єднує її з іншими. Любов допомагає побороти людині відчуття відчуженості й самоти та водночас дозволяє бути собою, зберігати свою цілісність. Їй притаманний парадокс: дві істоти перетворюються на одне ціле та водночас залишаються окремими» [16, с.22]. Можна припустити, що мистецтво любові не приходить із народження дитини. Як пише Е. Фромм, що «любов є діяльністю», тобто процесом, який формується протягом життя. У ранньому дитинстві любов проявляється в злитті з іншим. Лише зі зрілістю ми вчимось любити не втрачаючи себе та водночас залишатись одним цілим. Це навчання триває впродовж розвитку людини і вибудовується з досвіду різних стосунків. І перші стосунки, які опановує дитина - це стосунки в діаді. Про це писали теоритики такі, як Дж. Боулбі та М. Кляйн, які описують ранні діадні стосунки, як визначальні у формуванні подальших стосунків.

Підхід теорії прив'язаності до романтичних стосунків говорить про те, що основою вміння любити є ранній досвід безпечної прив'язаності. На думку Джона Боулбі, автора теорії прив'язаності, новонароджена дитина сприймає себе й маму окремо один від одного й не перебуває в злитті з нею. Але залежно від того які стосунки складаються в мами з дитиною, таку компетентність у стосунках дитина збереже протягом життя. У такий спосіб формується прив'язаність, яка представляє собою емоційну основу життя людини [3].

Також Дж. Боулбі виділяє кілька типів прив'язаності, які лежать в основі побудови стосунків у дорослому віці: безпечний, уникаючий, тривожно-амбівалентний та дезорганізований.

Проте він розпочав свої дослідження аналізуючи поведінку маленьких дітей, яких відділяли від їхніх батьків (здебільшого від мами) на різну тривалість часу. Дж. Боулбі зауважив, що коли дитина залишається сама в кімнаті, то проходить через певну послідовність емоційних реакцій. Перша реакція протесту - дитина плаче й активно шукає маму. Друга реакція відчаю - дитина стає пасивною та засмученою. Третя реакція відсторонення – дитина ігнорує і уникає маму, коли вона повертається [3].

Теорія прив'язаності продовжувала розвиватись із дослідженнями Мері Ейнсворт. Вона розробила методику під назвою «Незнайома ситуація», яка була призначена для дослідження поведінки дитини під час розлуки з мамою, і в такий спосіб визначала типи прив'язаності дітей. Їй вдалося дослідити, що чутливість мами до потреб і сигналів дитини на першому році життя є передумовами для формування безпечної прив'язаності. Оскільки діти, мами яких були чутливими в догляді за ними, під час незнайомої ситуації проявили ознаки надійної прив'язаності. А прояв такого патерну поведінки, як ненадійна прив'язаність частіше відмічався в дітей, мами яких не були такими чутливими [25].

На основі спостережень М. Ейнсворт було виділено три типи прив'язаності такі, як: безпечна, уникнення та тривожно-амбівалентна, які перегукуються з емоційними реакціями, що досліджував Дж. Боулбі. Немовлята з тривожно-амбівалентною прив'язаністю часто демонструють поведінку, яку Дж. Боулбі назвав протестом, а немовлята з прив'язаністю уникнення - відсторонену поведінку [25]. Пізніше дослідники Мейн і Соломон на основі результатів власних експериментів виділили четвертий тип прив'язаності, назвавши його дезорганізованим. Дезорганізована прив'язаність характеризується непередбачуваною та імпульсивною поведінкою [27].

Услід за Дж. Боулбі та М. Ейнсворт, Філ Шейвер і Сінді Хазан розглядають романтичні стосунки в концепції прив'язаності. Вони вважають, що ранній соціальний довід, що формує певний тип взаємостосунків, проявляється в романтичній любові дорослих [30]. Прив'язаність відіграє важливу роль у побудові та розвитку романтичних стосунків, оскільки є певним біологічним чинником, що притягує партнерів у той час, коли їхня любов розвивається.

Також вони пишуть про безперервність типу прив'язаності, яка може вказувати на те, що дорослий тип прив'язаності в романтичних стосунках також залежить від дитячого досвіду [30].

Дж. Боулбі пояснює безперервність прив'язаності тим, що в людини сформовані стабільні робочі моделі поведінки. «Внутрішні робочі моделі» розвиваються протягом першого року життя внаслідок засвоєння дитиною багатьох інтеракцій, у яких мама з дитиною розлучаються і знову встановлюють близькість між собою. В такий спосіб у дитини формуються внутрішні моделі поведінки, які пов'язані з афектом своїм і мами. Ці моделі забезпечують передбачувану поведінку дитини й дорослого в різних ситуаціях. Щодо кожного зі значущих дорослих формуються окремі робочі моделі. У міру розвитку дитини,

робоча модель від гнучкої стає більш стабільною, і змінюється на «репрезентацію прив'язаності» та стає частиною психічної структури [5].

Отже, у стосунках яскраво окреслюється важливість прив'язаності, як певного біологічного складника. Тобто будь-яке зародження стосунків починається з певних фізіологічних реакцій, які сприяють процесу закоханості. Але, як саме стосунки будуть розвиватись, наскільки стійкими та якісними вони будуть, залежить не від біологічних чинників, а від певної моделі стосунку, засвоєної в дитинстві. Наприклад, сформований тривожно-амбівалентний тип прив'язаності в дитинстві може проявлятися у постійному відчутті тривоги в романтичних стосунках у дорослому віці. Така безперервність прив'язаності, на думку Дж. Боулбі, можлива в тому випадку, якщо ситуація в сім'ї та в стосунках зі значущою особою ніяким чином не змінюється протягом тривалого часу. Тобто модель стосунків постійно підкріплювалась, з роками ставала все стійкішою й надійно сформувалась у людини.

У своєму дослідженні, ціль якого була виявити схожість моделей поведінки описаних у теорії прив'язаності дитини й мами та дорослих, С. Хазан і Ф. Шейвер поставили запитання чоловікам і жінкам про стосунки. В отриманих даних було виявлено, що частина людей, які були впевнені в надійності свого партнера легко встановлювали близькі стосунки. Інша частина тих, які сумнівалися в стосунках, вони часто дратувалися і тривожилися, намагались усе контролювати або віддалялися, у такий спосіб уникавши близькості [6]. Тобто прив'язаність є визначальною в поведінці і ставленні до партнера. У результаті цього людина може збудувати міцні та надійні стосунки, маючи довіру до партнера, і будучи впевненою в ньому.

С. Хазан і Ф. Шейвер продовжили досліджувати прив'язаність, і в 1987 році вони довели, що закохані з безпечним типом прив'язаності найменш ревниві, далі слідує тривожні партнери та партнери з прив'язаністю уникнення, і тривожно-

амбівалентні виявилися найбільш ревнивими. [24]. Також вони вивчали уявлення партнерів і результат дослідження показав, що люди з різним типом прив'язаності мають різні уявлення про хід романтичної любові. Більше того, що уявлення про наявність романтичних партнерів, довіру до них, та їхню власну любовну гідність, залежать від типу прив'язаності [30]. Це дослідження демонструє, що стосунки в дитячому віці мають взаємозв'язок з уявленнями про романтичну любов. Уявлення також можуть значною мірою визначати хід стосунків.

Також важливим експериментом у вивченні романтичних стосунків у контексті теорії прив'язаності було лонгітюдне дослідження Джеффри Сімпсон, Ендрю Коллінз, Сісі Тран та Кетрін Гайдон У ньому взяло участь 78 осіб, яких вивчали в чотирьох ключових точках їхнього життя: немовлячому віці, ранньому дитинстві, підлітковому віці та дорослому віці. Результати цього дослідження підтверджували попередні теорії прив'язаності. Вираження емоцій у романтичних стосунках у дорослому віці може бути пов'язане з попереднім досвідом прив'язаності. Ті діти, які перебували в безпеці та мали надійну прив'язаність у немовлячому віці, були соціально компетентними серед однолітків у ранньому дитинстві, та виявилися більш безпечними і ближчими до своїх друзів у підлітковому віці, і мали більше виражену емоційну прив'язаність до своїх романтичних партнерів у ранньому дорослому віці.

"Теперішні висновки підкреслюють один шлях розвитку, через який істотні відносини протягом перших років життя пов'язані зі щоденним досвідом у романтичних стосунках протягом дорослого життя", - сказав В. Ендрю Коллінз, провідний автор і професор психології університету Міннесоти [28]. Це означає, що відносини перших років життя є фундаментальними і вони, безумовно, впливають на стосунки в дорослому віці.

Не лише теоретики прив'язаності мислили цими категоріями, але і психоаналітики, зокрема представники теорії об'єктних стосунків вважали, що ранній вік є важливим у розвитку.

Наприклад, Дж. Вісдом, вивчаючи особливості психоаналітичного підходу до любові, припустив, що теорія Мелані Кляйн про депресивну позицію пояснює основні компоненти дорослої любові [35].

На думку Мелані Кляйн у період першого року життя формується стосунок із мамою, який є фундаментальний у житті дитини. Проходячи шизоїдно-параноїдну та депресивну позицію Его дитини має здатність розщеплюватись, переживаючи тривогу і фрустрацію, та інтегруватися під час радісних переживаннях [8]. Відповідно до цього кожен позитивний емоційний досвід укріплює довіру до хороших об'єктів і сприяє синтезу суб'єкта.

Переживання дитиною задоволення та фрустрації періодично повторюються та є дуже інтенсивними для дитини. Відповідно до цього дитина може сприймати процес годування дуже позитивно, але якщо вона відчуває біль чи дискомфорт, то сприйняття про цей процес буде водночас і дуже негативним. Завдяки механізму розщеплення всередині Его є такий контраст між «хорошим» і поганим» об'єктом. Цю стадію М. Кляйн описує, як «шизоїдно-параноїдну позицію». Також такому подвійному ставленню до об'єкта сприяють механізми проекції та інтроєкції. Дитина проектує всі любовні імпульси на «хороший» об'єкт, та деструктивні імпульси на «поганий» об'єкт.

Шляхом інтроєкції, об'єкти формуються всередині психіки дитини. У такий спосіб «хороші» об'єкти стають прототипом людей, які задовольняють потреби дитини, «погані» об'єкти – прототипом усіх фрустраційних об'єктів.

Інтроєктований «хороший» об'єкт закріплює здатність дитини довіряти хорошим людям, любити їх, та посилює бажання інтроєктувати хороші об'єкти. Також такий внутрішній об'єкт є дуже важливим чинником того, як дитина буде

справлятися із тривогою. «Хороший» інтроєкт може виконувати свої функції тільки за тієї умови, якщо він відчувається цілісним і неушкодженим. Тобто якщо він був сформований за умови переважання любові та задоволення в емоційних станах дитини [11].

Описуючи дитячо-батьківську любов, Е. Фромм підкреслив: «Зріла особистість звільнилася від зовнішньої присутності матері й батька, однак створила їх усередині себе» [16, с.76].

Отже, завдяки механізму інтроєкції, який схожий до процесу ідентифікації, але неусвідомленої, у психіці дитини створюється суб'єктивна репрезентація значущого об'єкта. Це означає, що внутрішній об'єкт, що і є по суті цією суб'єктивною репрезентацією, формує в людині вправність справлятися з різного роду переживаннями так, як це вмів робити реальний значущий об'єкт. Отож, такі важливі компоненти зрілих романтичних стосунків, як здатність любити, довіряти та справлятися з тривогою закладаються внаслідок процесу інтроєкції. Не менш важливу роль відіграє проекція.

Проекція любовних почуттів є диспозицією для знаходження «хорошого» об'єкта. Інтроєкція «хорошого» об'єкта стимулює проекцію позитивних почуттів назовні, а це так само стимулює повторну інтроєкцію і через неї укріплює відчуття оволодіння «хорошим» внутрішнім об'єктом.

Відповідно до того, які переживання будуть домінувати в дитини, і формуватиметься інтроєкт [11]. Це означає, що важливим моментом у розвитку дитини є не тільки формування інтроєкту, як певної психічної структури, але і якість його наповнення, а саме домінуючі почуття.

Про це також писав Дж. Боулбі, описуючи формування та роль амбівалентності в психічному житті людини: «Якщо немовля й маленька дитина отримує любов і взаємність своєї матері, а також і свого батька, вона буде рости без надмірного тиску пристрасного лібідозного бажання й без надмірної

схильності до ненависті. Якщо ж вона позбавлена всього цього, то є ймовірність, що її лібідозне бажання буде інтенсивним, що означає, що вона буде постійно шукати любові і прив'язаності, і буде схильна ненавидіти тих людей, які, як вона вважає, не змогли проявити щодо неї любові і прихильності» [4]. Отже, якщо говорити термінами теорії об'єктних стосунків, то дитина, яка не отримує любові, і в якій переважають негативні переживання, скоріш за все інтроектує «поганий» об'єкт. Проекція внутрішнього об'єкта назовні може викликати амбівалентні почуття, які проявляються в інтенсивній любові чи глибокій ненависті.

Завдяки психічному дозріванню, дитина спроможна перейти від процесів розщеплення до «депресивної позиції», на якій здатна інтегрувати часткові об'єкти, тобто образи «хорошої» й «поганої» мами, у єдиний і цілісний образ. Також цей процес підкріплюється розвитком здатності дитини до символізації. З часом цікавість із символізації мами переходить на весь зовнішній світ. У такий спосіб одночасно покращуються відносини з внутрішнім та зовнішнім світом, а Его покращує свою інтегрованість і набирає силу [9].

Якщо дитина ре-інтроектує щоразу реалістичнішу та спокійнішу картину об'єктів та зовнішнього світу, та формує всередині себе непошкоджені та цілісні об'єкти, тоді розвивається зріле Супер-Его [11]. Отже, під час «депресивної позиції» внутрішній об'єкт стає більш стабільним та збалансованим, і вміщає в собі образ «хорошої» та «поганої» мами. Це зумовлює розвиток Его та Супер-Его. Відтак, добре інтегроване Его та зріле Супер-Его формується на основі цілісного внутрішнього об'єкта.

У такий спосіб закладається основа для нормального розвитку: зменшується тривога переслідування, розвиваються стосунки з людьми, внутрішні об'єкти стають стійкішими, у результаті чого збільшується відчуття безпеки, також Его стає більш цілісне та міцне. Усе це сприяє кращому сприйняттю реальності та росту рівня адаптації до внутрішньої та зовнішньої реальності. Дитина стає більш

толерантною до фрустрації, розрізняє її та справляється з нею [11]. Це означає, що цілісний внутрішній об'єкт є основою для сприйняття реальності, розвитку адаптації, толерантності до фрустрації та відчуття безпеки. Тобто добре інтегрований інтроєкт є предиспозицією до побудови зрілих стосунків.

Отже, якщо розглядати романтичні стосунки з погляду теорії прив'язаності та теорії об'єктних стосунків, можна побачити багато спільного між ними. Перше, що об'єднує їхні теорії, це певна психічна структура, що утворюється й розвивається в дитинстві та якість її формування, що є визначальною для подальшого розвитку людини.

Адже на думку М. Кляйн, протягом першого року життя в дитини формується внутрішній об'єкт, як відображення всіх пережитих досвідів у стосунках із мамою чи іншою значущою особою. Цілісність інтроєкту залежить від того, який досвід у взаємодії з мамою переважатиме. Якщо переважає позитивний досвід, то в дитини сформується добре інтегрований внутрішній об'єкт, який вміщує інформацію про те, що мама може бути різною: і доброю, і поганою.

У теорії Дж. Боулбі описується розвиток прив'язаності - певного емоційного зв'язку між мамою й дитиною. Виділяють чотири типи прив'язаності, які є зовсім різними у своїх проявах. Частота і тривалість взаємодії мами й дитини, та чутливість мами до сигналів дитини є важливими та визначальними чинниками у формуванні надійної прив'язаності.

Термін «хороший об'єкт» може бути перефразованим у рамках теорії прив'язаності, як «робоча модель».

Оскільки, за теорією Дж. Боулбі, «робоча модель» дитини стає стабільною внаслідок засвоєння безпечної моделі поведінки та емоційних реакцій дорослого і змінюється на «репрезентацію прив'язаності». Та за теорією М. Кляйн, інтеграція «хорошого об'єкта» стає можливою завдяки безпечному, стабільному та

спокійному об'єкту. Тобто в дитини формується цілісний інтроєкт та стабільна «робоча модель» за певних умов: стабільності та безпеки зі сторони значущої особи.

Також, обидві теорії сходяться на тому, що психічна структура, сформована в дитинстві: внутрішній об'єкт та «робоча модель прив'язаності» є визначальною в побудові стосунків.

Теорія прив'язаності говорить про те, що той емоційний зв'язок, який утворився між дитиною й мамою в перший рік життя залишається таким і в старшому віці та переноситься на партнерські стосунки. Дослідження Дж. Сімпсон, В. А. Колінса, С. Трен, та К. Хейдон це підтверджують [28]. А на думку теоретиків об'єктних стосунків, інтроєкт, що сформувався в дитинстві, проявляється у всіх стосунках, зокрема в романтичних.

1.2. Критерії якості романтичних стосунків

Вивчаючи теорії любові, стає зрозумілим те, що цей феномен можна описати різними термінами, та пояснити з погляду різних підходів. Але не так важливо, чи ранній досвід прив'язаності, чи інтроєкт батьківської фігури став визначальним у формуванні любові та основою для побудови стосунків, а те, чи є стосунки близькими та надійними. Адже було проведено багато досліджень у сфері стосунків, і всі вони сходяться на тому, що безпека та надійність між партнерами є основою щасливих взаємин.

Джефф Сімпсон провів експеримент, у якому взяли участь 83 пари. Жінок попередили, що їх чекає щось дуже неприємне, що в більшості людей викликає стрес. Частина жінок, які охарактеризували свої стосунки, як надійні, з легкістю просили підтримки у своїх партнерів. Інша частина жінок, які уникали близькості в стосунках, переживали це очікування дуже тяжко. Чоловіки також розділилися

на два типи: ті, хто проявляли чуйність і підтримку, та ті, що відсторонювалися і знецінювали переживання партнерів. Результати експерименту виявили, що емоційна близькість між партнерами і впевненість у надійності партнера викликає почуття безпеки в стосунках, яке сприяє тому, що люди легше надають і приймають підтримку.

Також за результатами дослідження Маріо Мікулінсера, у близьких і безпечних стосунках ми спокійніше поводимо себе в конфліктних ситуаціях та легше вирішуємо їх.

Дослідник також підтвердив одну з гіпотез Дж. Боулбі, що люди, які є впевненими в партнері та в стосунках, є більш відкритими до нової інформації.

У дослідженні Брук Фіні було виявлено, що чим ближчий і надійніший партнер в романтичних стосунках, тим незалежнішою й самостійнішою є людина [6]. Отже, емоційна близькість між партнерами, безпека та надійність в стосунках сприяють тому, що пара легше справляється з конфліктами, а також тому, що партнери стають самостійніші, прагнуть до розвитку та підтримують один одного. Окрім того, за словами Сью Джонсон, стосунки - це запорука фізичного, ментального та емоційного здоров'я, що також було підтверджено у дослідженнях.

Наприклад, за результатами експерименту Дженіс Кікольт-Глейзер, напруженість в стосунках погіршує роботу гормональної та імунної системи. У своєму дослідженні вона застала сваритися подружні пари, у яких згодом брали проби крові. За даними аналізу було виявлено, що чим ворожіше поводити себе партнери, тим нижчий у них був імунітет, і вищий рівень гормону стресу в крові [6]. Отже, стосунки, безумовно, впливають на здоров'я людини. І важливим чинником впливу є не лише наявність чи відсутність близьких стосунків, а й їхня якість. Якість стосунків впливає на емоційний стан та на психічне здоров'я людини.

Численні дослідження довели, що напружені та конфліктні стосунки збільшують ризик розвитку депресії в десять разів. Натомість надійні та щасливі стосунки допомагають легше справлятися з важкими ситуаціями в житті та захищають від стресу.

У дослідженні Джима Коена ми також можемо спостерігати, як надійні стосунки допомагають у стресових ситуаціях. Під час експерименту жінкам робили МРТ мозку, та попередили їх, що в певний момент вони можуть відчувати удар струму в місці кріплення датчиків на нозі. На МРТ спостерігалось, що ця інформація стимулювала центри стресу в мозку жінок. Але в той час, коли партнер тримав жінку за руку, спостерігалось зменшення активності. Також в ці моменти біль був слабшим. Цей ефект був яскравіше виражений в тих жінок, які високо оцінювали якість своїх стосунків.

За словами дослідника, люди, яких ми любимо, регулюють наші емоції та процеси, які протікають в організмі. Людині боляче, якщо не «працює» любов. Психолог Наомі Ейнбергер це довела. Результати її досліджень показали, що неприйняття та відкидання активують ті самі нейрони у тій самій частині мозку, що і фізичний біль. Також ця ділянка мозку стимулюється тоді, коли партнери емоційно віддалені один від одного [6]. Отже, якісні стосунки є основою для щасливих взаємин. Такі стосунки добре впливають на емоційний стан людини, і відображаються на її фізичному та психічному здоров'ї. На думку теоретиків прив'язаності, якісні стосунки - це ті, які є емоційно близькими, безпечними та надійними. Психологи гуманістичного напрямку та неофрейдисти вважають, що саме зріла любов володіє такими характеристиками, та є визначальною у побудові здорових стосунків.

Наприклад, Абрахам Маслоу, пишучи про любов, виокремлює два види любові: дефіцитарну та буттєву любов. Дефіцитарна любов характеризується тим, що виникає внаслідок незадоволених базових потреб, наприклад, потреби в

самоповазі, або ж від страху самотності. Такий вид любові веде до злиття з партнером у стосунках, оскільки потреба у любові щоразу зростає, і її важко задовільнити. На відміну від неї, буттєва любов описується на прикладі стосунків мами і дитини, в яких мама любить дитину такою, як вона є, приймає всі недоліки та не засуджує дитину. Тобто такий вид любові характерний для зрілих стосунків, в яких партнери володіють здатністю любити, не розчиняючись в іншому, зберігати свою індивідуальність, турбуватися та віддавати любов. А. Маслоу стверджує, що буттєва любов викликає глибокі переживання, а також вона триває довше й приносить більше задоволення, ніж дефіцитарна любов [1;13].

Про це також писав Еріх Фромм, і виділяв зрілу любов та симбіотичний союз. Симбіотичний союз включає в себе дві форми: садизм і мазохізм, які є взаємозалежними, і які час від часу міняються місцями. «Зріла любов – це єдність за умови збереження цілісності особистості, її індивідуальності». Також зріла любов передбачає турботу, повагу та відповідальність [16]. Думки А. Маслоу та Е. Фромма сходяться на тому, що любов є важливою складовою людського життя, та може бути двох видів: зрілою і симбіотичною. Також психологи вважають, що за своє життя людина повинна навчитися любити, і прагнути до справжньої творчої любові, яка дарує щастя, свободу, прийняття і зберігає ідентичність партнерів.

На противагу вищезгаданих науковців, психолог Роберт Стернберг виокремлює значно більше різновидів любові. Згідно з теорією дослідника, повноцінні стосунки включають в себе такі компоненти, як обов'язки, пристрасть та інтимність. Оскільки кожен з цих елементів є важливим для цілісної любові. Обов'язки у парі являються когнітивним складником любові, тоді як пристрасть – мотиваційним та інтимність – емоційним складником. Різні вираження цих компонентів утворюють сім видів любові такі як: симпатія, закоханість, пуста любов, романтична любов, дружня любов, фатальна любов та досконала любов

[34]. Досконала любов, на думку Стернберга, базується на обов'язках, інтимності та пристрасті, тобто являє собою баланс між когнітивними, емоційними та мотиваційними складниками. Психоаналітики, зі свого боку, описують зрілу любов через призму об'єктних стосунків, які формуються в процесі проходження стадій психосексуального розвитку людини.

За словами Зигмунда Фрейда для становлення зрілих об'єктних стосунків пари, кожен з партнерів має володіти такими компонентами:

1. Сексуальне збудження до об'єкту любові, яке переходить в еротичне бажання.
2. Компромісні форми реалізації цього бажання;
3. Ніжність, що походить з об'єднання лібідозних і агресивно навантажених Я- і об'єкт репрезентацій;
4. Ідентифікація з партнером;
5. Зріла форма ідеалізації зі збереженням суб'єктом власної Его-ідентичності та функції тестування реальності;
6. Взаємна ідентифікація із зобов'язаннями перед партнером, що зрештою формує трансперсональне Super-Ego подружньої пари [15].

Схожі ідеї про стосунки виголошує Отто Кернберг та включає компоненти зрілих об'єктних стосунків, які виділив З. Фрейд, у своє бачення зрілої любові, та доповнює їх.

О. Кернберг описує любов, як складну емоційну реакцію та до критеріїв зрілої любові відносить [7]:

1. Здатність закохуватись. Автор пояснює, що під час закоханості відбувається ідеалізація думок, відчуттів партнера в тій мірі, щоб відчувати його частиною себе. Також ідеалізується тіло партнера та його сексуальна привабливість. Пара потребує глибокої включеності один одного та отримує задоволення від спільного життя, ідеї та цілі.

2. Інтерес до партнера та його інтересів. Пара цікавиться почуттями один одного. Також у партнерів є бажання зробити приємне один одному.

3. Прагнення допомогти партнеру стати щасливим. Тобто основною ціллю для пари є веселощі у стосунках, а також партнери щиро бажають зробити один одного щасливими.

4. Сексуальне збудження, задоволення, ідеалізація.

5. Відкритість і довіра до сексуального потягу

6. Ніжність, загальне задоволення в повсякденному житті.

7. Віра в доброзичливість партнера. Тобто у стосунках є глибока впевненість в добрих наміреннях іншого.

8. Дослідження конфліктів і їх вирішення. Партнери оцінюють один одного не за одиничними діями, а судячи з цілісної картини поведінки, надіються на краще і прямують до розв'язання проблеми.

О. Кернберг посилається на роботи Генрі Дікса, який вивчав конфлікти подружніх пар в психоаналітичній парадигмі. Дослідник виокремив три основні сфери взаємодії пари, які пов'язані між собою та формують спільний Его-ідеал: свідомі уявлення пари про те, якими повинні бути стосунки в подружньому житті; інтеграція уявлень пари в культурному середовищі; несвідома активація минулих інтерналізованих об'єктних стосунків і їхня взаємна індукція доповнюючих ролей до минулих об'єктних стосунків. Він дійшов до висновку, що пари часто перебувають в конфліктній ситуації між їхніми несвідомими об'єктними стосунками та свідомими очікуваннями та бажаннями. Також Г. Дікс пише про те, що взаємна індукція ролей досягається шляхом проективної ідентифікації. Ці Его-ідеали впливають на стосунки, і вони є нездоланими та більш сильними в порушених подружжях [7]. Отже, хоч і конфлікти є нормальним складником зрілої любові, але чим вищий рівень самоусвідомлення у пари, тим

конструктивніший буде вихід із конфліктних ситуацій та очікування до партнера будуть більш реалістичними.

9. Турбота за фізичне самопочуття, здоров'я та майбутнє партнера. Також Ролло Мей (1969) підкреслював важливість турботи, як необхідну умову розвитку зрілої любові.

10. Вміння отримувати задоволення від перебування разом і окремо один від одного.

11. Ревність та настороженість. О. Кернберг пише, що розуміння ризиків того, що хтось втрутиться в стосунки, є цілком природним. Також ревність є нормальним компонентом в стосунках. Тому любов включає довіру, а взаємна система цінностей і відповідальність партнерів слугує захистом для пари.

12. Зрада і горювання, пробачення і відпущення. У стосунках можуть переживатися різні події, в тому числі і зради. Тому зріла любов включає у себе горювання і пробачення. І партнер, який відчув себе зрадженим може пережити справжнє пробачення.

13. Спільна система цінностей, моральні принципи пари.

14. Сміливість бути залежним. У зрілих стосунках партнери мають сміливість говорити про свої почуття та потреби. Наприклад, якщо у когось з пари є потреба в залежності, і вони можуть собі дозволити бути залежними. У такому випадку це є показник здорових стосунків, оскільки пара не перебуває в залежності один від одного весь час, а дозволяє собі іноді побути в такому стані.

15. Міцні кордони між поколіннями. У конфліктних ситуаціях з іншим поколінням пара займає одну позицію. Також пара розуміє, що у конфлікті стосунки любові є важливішими ніж взаємини з батьками.

16. Спільне прийняття рішень та відсутність боротьби за владу. Пара вміє розподіляти обов'язки та в конфліктах прагне до компромісу. За неможливості

знаходження компромісу, кожен з партнерів може зробити свій вибір в певних межах.

17. Толерантність до обмежень і здатність просити про допомогу, щоб їх компенсувати і допомогти партнеру щось компенсувати.

18. Відчуття задоволення, спокою і смирення в стосунках.

19. Толерантність до амбівалентності. Пара приймає позитивний і негативний досвід, та вміє з ним справитись. О. Кернберг наголошує на важливості толерантності до амбівалентності, адже вона сприяє активізації несвідомих сценаріїв і взаємної проективної ідентифікації минулих інтерналізованих об'єктних стосунків. І толерантність до агресії збагачує стосунки пари і надає їм глибину та ніжність. «Ніжність відображає інтеграцію лібідональних і агресивних елементів Я- і об'єкт- репрезентацій і переносимість амбівалентності. Почуття ніжності- це прояв здатності турбуватися про об'єкт любові» [7, с.53].

Також О. Кернберг продовжує свою думку, спираючись на теорію М. Кляйн, і пише про те, що якість любовних стосунків багато в чому залежить від інтеграції ранніх об'єктних стосунків. «Недостаток інтеграції «абсолютно хороших» і «абсолютно поганих» інтерналізованих об'єктних стосунків призводить до примітивної ідеалізації в любовних стосунках у осіб з пограничною організацією особистості. Нереалістична якість ідеалізації легко призводить до конфліктів і руйнування стосунків. Ідеалізація, яка не витримує амбівалентності, тобто легко руйнується будь-якою агресією в стосунках, являється ненадійною та незадовільною, і у партнерів не вистачає здатності до глибокої взаємної ідентифікації» [7, с.86].

Крім того, розвиток та якість романтичних стосунків залежить від відповідності пари, а це проявляється у способі вибору партнера. Тобто, якщо у людини розвинена здатність до цілісних об'єктних стосунків, інтегрована ідентичність, то вона цілком інтуїтивно обере партнера, який відповідає її цілям та

бажанням. Хоч і в зрілому виборі партнера присутні несвідомі детермінанти, проте цей вибір передбачає наявність цілей, певної шкали цінностей, зрілих ідеалів [7]. Отже, З. Фройд та О.Кернберг розглядають зрілу любов, як складну емоційну реакцію, яка включає в себе сексуальне збудження, зрілу форму ідеалізації, ідентифікацію з партнером, а також спільну систему інтересів і цінностей, ніжність та турботу один про одного. Також любов виступає проявом лібідо- психосексуального трибу, трибу життя та креації.

Отже, стосунки - це запорука фізичного та психічного здоров'я людини.

Крім того, якісні стосунки є основою для щасливих взаємин та добре впливають на емоційний стан людини. Теоретики прив'язаності характеризують якісні романтичні стосунки, як такі, що є надійними, безпечними та емоційно близькими. Гуманістичні психологи та неофрейдисти вважають, що саме зріла форма любові забезпечує емоційну близькість та надійність в стосунках та є невід'ємною частиною людського життя. Також справжня творча любов зберігає ідентичність партнерів, та дарує прийняття, свободу і щастя. Психоаналітики, зі свого боку, описують любов через призму лібідо та об'єктних стосунків. Можна зробити висновок, що зріла любов в психоаналітичному розумінні – це поєднання певних типів об'єктних стосунків партнерів, сформованих в процесі успішного проходження стадій психосексуального розвитку кожного з них із лібідо-психосексуальним трибом, що є рушійною силою любові.

1.3. Роль кризи середнього віку в зміні образу партнера в романтичних стосунках

Говорячи про образ партнера в романтичних стосунках, Карл Густав Юнг згадував аніму та анімус, які вміщують у собі внутрішні об'єкти, так звані «образи». «Кожен чоловік несе в собі свій вічний образ жінки; не образ тієї чи

іншої конкретної жінки, а цілком оформлений фемінний образ», - писав К. Г. Юнг в статті про шлюб [21]. З огляду на те, що аніма та анімус несуть в собі образ партнера, це робить їх важливими та визначальними структурами у романтичних стосунках.

«Аніма/анімус — це ставлення, яке управляє нашими стосунками з внутрішнім світом несвідомого; уявою, суб'єктивними враженнями, ідеями, настроєм і емоціями. Аніма — це внутрішнє жіноче начало чоловіка, анімус-внутрішнє чоловіче начало жінки. Якщо розглядати аніму та анімус як психічну структуру — це інструмент, з допомогою якого чоловіки і жінки вступають в контакт і пристосовуються до більш глибоких слоїв своєї психологічної природи» [12, с. 153]. Імовірно, автор мав на увазі, що велике значення має несвідоме людини, до якого належать аніма та анімус. Завдяки цим психічним структурам, чоловіки і жінки вступають в контакт та знаходять порозуміння на більш глибинному рівні.

Отже, анімус — це внутрішній образ чоловічої частини психіки, яка є у кожної жінки у жінки. Так само аніма - образ жіночої частини психіки, яка є у кожного чоловіка. Образи, ідеї і припущення, які виходять із цих внутрішніх структур, стоять за всіма заплутаними і неоднозначними взаєминами між чоловіками і жінками. Люди не розуміють один одного тому, що часто вони звертаються до образу протилежної статі, а не до реальної людини. Чоловіки, охоплені анімою, мають тенденцію іти в почуття образи, жінки, охоплені анімусом, прагнуть нападати [12]. Це означає, що образ партнера часто затінює справжнього партнера та викривлює його сприйняття.

Карл Г. Юнг пояснює, що: «Фактор, який створює проєкції, - це аніма, або скоріш за все несвідоме, яке представлено анімою» [12, с. 154]. Проєкції виникають спонтанно і створюють певні бачення світу і реальності, оскільки внутрішній світ несвідомого контролюється недостатньо.

Крім того, люди постійно проєктують власні погляди на життя, на інших людей, на те, як створений світ. Ці образи складаються із несвідомого вмісту, проєктуються на навколишнє середовище, і продовжують прийматися за абсолютну істину. Аніма/аніmus, говорить К. Г. Юнг, схожі до індійської богині Майї, яка створює ілюзорні світи, і тому Его перебуває в світі, який значною мірою оснований на проєкціях. Також він пише про те, що ми не відповідальні за свої проєкції, але відповідальні за те, що не аналізуємо і не усвідомлюємо їх [20].

Мюррей Стайн розділяє думку К. Г. Юнга: «Дивовижно, наскільки викривленим може бути бачення у деяких людей. І не менш чудово, що всі ми абсолютно віримо в наше власне бачення, навіть коли виявляємо в ньому серйозні недостатки. Дуже рідко ми ставимо під сумнів набір своїх основних установок» [12]. Тобто дуже часто проєкції є неусвідомленими, та рідко піддаються сумніву, оскільки ці образи походять із несвідомого.

Однак, взаємодія між анімою/аніmusом та Его націлена на усвідомлення проєкцій, та на перевірку найбільших романтичних ілюзій. Оскільки усі романтичні перебільшення, казки та міфи – це все частина світу, яку створює аніма/аніmus. В більшості випадків люди чіпляються за самообмани та ілюзії, бо ще не здатні відмовитися від них [12]. Попри те, що людям важко прощатися з ілюзіями, досить важким є і процес їхнього аналізу.

Наприклад, К. Г. Юнг писав про те, що зі свідомої сторони ми можемо дізнатись про аніму/аніmus дуже мало інформації. До того ж, аніма та аніmus можуть бути усвідомлені тільки через емоційні стосунки до партнера протилежної статі, бо тільки в таких стосунках проєкції приводяться в дію.

«Аніму/аніmus можна побачити в проєкції на людину, яка значною мірою несе її риси і якості людини, яка може викликати реакцію несвідомого із цього сектору»[12, с.157]. Усвідомлення цього потребує значної інтроспекції тому, що проєкція зливається з носієм проєкції, аніма/аніmus та інші суб'єкти стають одним

цілим [20]. Отож, лише люди, які мають значний рівень самопізнання, можуть усвідомлювати аніму та анімус у романтичних стосунках.

Переживання аніми/анімуса в проекції доступно людям на багатьох стадіях психологічного дозрівання. Це може бути почуття закоханості між батьками і дітьми в дитинстві, потім це відбувається знову в юності й переживається дуже інтенсивно. Це продовжує траплятися у дорослому житті, і навіть у старості.

Але щоб повністю використати всі психологічні переваги переживання аніми/анімуса, людина повинна досягнути дуже високого рівня усвідомленості, наголошує К. Г. Юнг [22]. Оскільки здатність диференціювати проекцію і носія проекції, ілюзію і реальність – це дуже рідкісне вміння. «Для інших аніма/анімус – це творець ілюзій, містифікатор, міраж вічного закоханого. Якщо одного разу пережити аніму/анімус як трансцендентний досвід, то це стане мостом до абсолютно нового сприйняття світу. Переживання аніми/анімуса – це царська дорога до себе» [12, с.159].

Джеймс Холліс продовжує цю думку, пишучи про те, що кожен із нас з дитинства носить в душі улюблені образи, проектуючи їх на всіх, хто може виявитись екраном для нашого несвідомого матеріалу [18]. Тобто автор також розглядає образ в душі людини з погляду проекції.

Проекція (з латинської «кидати перед собою»)- це основний несвідомий механізм психіки, який переносить психічні елементи суб'єкта на зовнішній об'єкт. Карл Г. Юнг писав, що «основною психологічною причиною проекції завжди являється активізація несвідомого, яке шукає можливість самовираження» [29, с. 352].

Серед проекцій найбільш розповсюджені ті, що спрямовані на романтичні та сімейні стосунки, вони несуть в собі багато несвідомого. Адже більшість наречених не усвідомлюють невідповідність своїх очікувань до партнера: «Ніхто не буде говорити вголос про свої майбутні плани: «Я вважаю, що ти сенс мого

життя». «Я надіюсь, що ти завжди будеш поруч зі мною, коли мені це буде потрібно». «Я гадаю, що ти можеш читати мої думки і передбачити всі мої бажання». «Я вірю, що ти сцілиш мої рани і доповниш все те, чого мені бракує в житті». Під тягарем таких очікувань розпадаються більшість шлюбів, а ті, які зберігаються, зазвичай бувають невдалими» [18, с.8]. Отже, романтичні стосунки здебільшого наповнені несвідомим змістом, а саме проєкціями, які генеруються анімою та анімусом. Більше того, образи що проєктуються на романтичних партнерів можуть бути руйнівними для стосунків, через невиконані очікування.

Проте спільне життя з людиною автоматично усуває безліч проєкцій. Адже романтичний партнер виявляється такою ж простою людиною, як і всі ми. Він чогось потребує та чогось боїться, і так само проєктує багато своїх очікувань.

Будь-які близькі стосунки являються нелегким тягарем тому, що кожен намагається знайти в них того «найближчого іншого», яким колись був хтось із батьків. Хоч в думках ми навіть не допускаємо, що наш партнер буде нашим татом чи мамою, оскільки багато енергії було витрачено на те, щоб залишити батьків. «Але партнер стає тим «найближчим іншим», на якого ми проєктуємо ті самі потреби і ту саму психодинаміку, що і на батьків, - в тій самій мірі, в якій ми залишаємось несвідомими» [18, ст.9]. Таким чином, можна лиш частково попроситися з певними очікуваннями, які людина проєктує на свого партнера.

Але, чим ближче людина підходить до кризи середнього віку, тим більше вона усвідомлює, що деякі її уявлення про партнера, стосунки, сім'ю і роботу були ілюзорними. І якщо проєкції втрачають свою функцію, і в людини з'являється розчарування, то це означає що вона перебуває на кризі середини життя.

В цей час людина переходить від підліткового віку, або першої дорослості за словами Дж. Холліса, через перевал до другої дорослості. Під час першої дорослості всі дії розгортаються навколо осі Его і зовнішнього світу. «Его намагається спроєктувати себе на світ, і створити всередині нього свій світ» [18].

Тобто людина орієнтується виключно на зовнішній світ, та у неї активно розвиваються проєкції на різні соціальні ролі, які притаманні дорослій людині.

Під час другої дорослості, зокрема в процесі переходу через кризу (перевал) і після неї, основною віссю є Его і самість. «Самість – це таємничий певний процес, який проходить всередині кожного з нас, і приводить нас до себе самих, - часто знаходить своє вираження в симптомах: у втраті енергії, депресії, приступах гніву, гіперкомпенсації» [18]. В той час, коли Его починає орієнтуватись на самість, проєкції починають зникати і людина починає відчувати справжній страх. Відчуття краху, нереалізованих очікувань, надій і планів, втрату сенсу життя та переживає при цьому брак таланту, інтелекту та мужності, - чим характеризується криза середнього віку. Крім цього, у людини змінюється тип мислення, оскільки дитяче магічне та підліткове героїчне мислення перестають справлятися та відповідати життєвому досвіду. Але саме під час кризи людина отримує можливість стати індивідуальністю, та у неї з'являється більш реалістичний тип мислення.

Також відбувається втрата помилкових очікувань, які пов'язані з шлюбом, батьками, дітьми та кар'єрою. Ослаблення та втрата проєкцій – дуже болісний процес, адже людина втрачає певні надії та сподівання, які були втілені в проєкції. Руйнується її фальшиве Я, але цей процес веде за собою самопізнання [18]. Криза середини життя сповнена дуже інтенсивними відчуттями, які людина могла ніколи не переживати. Але завдяки такій тотальності кризи у людини з'являється чудова можливість для переосмислення свого життя, для глибокого занурення в себе та для покращення усвідомлення себе. Також під час кризи людина може розкрити свої індивідуальні можливості, та наблизитися до своєї самості.

Проте в кризі є і негативна сторона, яка заключається в тому, що людина відчуває безсилля та втому від численних спроектованих ідентичностей, та водночас вона має надію розпочати все з початку [18].

«Поступово усвідомивши зміст проєкцій, людина перебуває на виході з дитячого стану» [18, с.10]. Усвідомлення проєкцій не простий і довгий процес.

До прикладу, Марія-Луїза фон Франц виділяє п'ять стадій, типових для процесу проєктування:

На першій стадії людина впевнена, що його внутрішнє (несвідоме) відчуття насправді локалізовано ззовні.

На другій стадії відбувається поступове визнання відмінностей між реальністю і спроєктованим образом, наприклад, у людини закінчується період закоханості.

На третій стадії людина повинна визнати, що ця різниця дійсно є.

На четвертій стадії їй доводиться погодитись з тим, що вона десь спочатку скоїла помилку.

І на п'ятій стадії вона повинна знайти джерело енергії, що проєктується всередині себе, це веде за собою глибинне самопізнання [17].

Після різких змін в психіці, людина починає розуміти свою смертність, і те, що її життя обов'язково закінчиться, і що вона, можливо, не встигне завершити все до чого прагнула. Це відчуття незавершеності та реального настання смерті призводить до закінчення стадії першої дорослості. Також депресія, яка відчувається в середньому віці залежить від того, скільки людина витратила енергії на нездійсненні дитячі фантазії. Унаслідок усвідомлення смертності, та зробивши певні висновки, людина може змінити на краще своє життя [18]. Отже, Дж. Холліс описує кризу середини життя, як психологічне переживання, в якому людина усвідомлює, що більшість її уявлень щодо шлюбу, сім'ї та кар'єри, були ілюзорними. Під час кризи людина переходить з підліткового віку до зрілого, внаслідок переходу руйнуються проєкції. Людина переживає крах, безсилля та розчарування. Але це незадоволення штовхає її до певного оновлення, яке веде за

собою глибинне самопізнання і можливість змінити життя в кращу сторону. Теорія Дж. Холліса базується на концепції К. Г. Юнга щодо проєкцій.

Зигмунд Фройд, в свою чергу, розглядає проєкцію з іншого погляду. «Проєкція представляє собою свого роду витіснення, в якому уявлення стає усвідомленим у формі сприйняття, а пов'язаний з ним афект, піддаючись інверсії в незадоволення, відділений і повернений до Я» [32, с. 16]. Отже, думки К. Г. Юнга і З. Фрейда певною мірою схожі тим, що вони вважають проєкцію несвідомим захисним механізмом. Але К. Г. Юнг акцентує на тому, що механізм проєкції переносить психічні елементи назовні, незалежно від того, які вони: позитивні чи негативні. В той час як З. Фройд вважає, що проєкція захищає психіку від небажаного та неприйнятного змісту, який, переноситься назовні.

Також є велика кількість досліджень, що вивчали проєкцію [24; 26; 33]. Експериментальні дослідження довели, що проєкція зростає в людей, персональна ідентичність яких сповнена суперечностей. До того ж, люди, що проєктують, мають меншу схильність проявляти неприязнь, в той час як приписують ворожість суб'єкту [33]. Це означає, що результати даного дослідження цілком відповідають концепції З. Фрейда щодо проєкції. Оскільки, в людей, які проєктують ворожість суб'єкту, відщеплюється цей афект стосовно себе. Звідси впливає те, що вони менше проявляють неприязнь.

Також були виявлені гендерні відмінності, що вказують на те, що чоловіки використовують проєкцію частіше за жінок. Більше того, у чоловіків проєкція була пов'язана з негативними рисами особистості, тривожності та депресії, а у жінок це було пов'язано з позитивними рисами особистості [33].

Лонгітюдне дослідження Ваїланта показало збільшення зрілих захисних механізмів після 35 років, та зниження незрілих [24]. Це підтвердилось у дослідження Стайнера та Вітті : старші люди використовують незрілі механізми захисту менше з найбільшою зміною між юністю та ранньою дорослістю [24].

Дані результати можна співвіднести з теорією Дж. Холліса щодо кризи середини життя. А саме, що з періодом проходження кризи приблизно від 30 до 40 років, у людини зменшується чисельність проєкцій та збільшується рівень усвідомленості.

Отже, К. Г. Юнг вважає, що образ партнера в романтичних стосунках створюють аніма та анімус, які є частиною колективного несвідомого кожної людини. Також аніма та анімус є джерелом проєкцій, які викривляють образ партнера.

Таким чином, є кілька способів розуміння проєкції. На думку К. Г. Юнга механізм проєкції переносить психічні елементи назовні. В свою чергу, З. Фройд вважає, що проєкція переносить назовні несвідомі небажані переживання, які людина не приймає в собі.

До того ж, пише Дж. Холліс, образи, сповнені тягарем очікувань, які проєктуються на романтичних партнерів можуть зруйнувати стосунки. Але на середині життя людина переживає кризу, під час якої вона усвідомлює, що більшість її уявлень щодо шлюбу, сім'ї та кар'єри, були дуже спотвореними. Під час кризи людина переходить від стадії першої дорослості до другої, тобто до зрілого віку унаслідок переходу руйнуються проєкції. Людина переживає крах, безсилля та розчарування, але це спонукає її до розвитку самоусвідомлення та переосмислення життя.

Висновок до розділу 1

Отже, розглянувши романтичні стосунки з погляду теорії прив'язаності та теорії об'єктних стосунків, можна зробити висновок, що обидві теорії сходяться на тому, що психічна структура, сформована на основі пережитих досвідів, а саме: внутрішній об'єкт та «робоча модель прив'язаності», є визначальною в побудові стосунків. Оскільки емоційний зв'язок, утворений між дитиною й мамою в перший рік життя, або інтроєкт, сформований в дитинстві, залишається таким і в дорослому віці та переноситься на партнерські стосунки.

Тому, якщо у людини був досвід близьких та надійних стосунків у дитинстві, то більш ймовірно, що вона побудує якісні романтичні стосунки у дорослому віці. Якісні стосунки є основою для щасливих взаємин, добре впливають на емоційний стан людини та є запорукою фізичного та психічного здоров'я. Різні психотерапевтичні напрями визначають якість стосунків по-своєму, але майже всі вони сходяться на тому, що якісні партнерські стосунки базуються на зрілій любові, яка забезпечує емоційну близькість та надійність в стосунках, зберігає ідентичність партнерів, дарує прийняття, свободу і щастя.

Також важливим аспектом у романтичних стосунках, є сприйняття партнера. В аналітичній психології К. Г. Юнга, образ партнера в стосунках створюють аніма та анімус, які є частиною колективного несвідомого кожної людини. Також аніма та анімус є джерелом проєкцій, які викривляють образ партнера.

Більше того, на думку Дж. Холліса, образи, сповнені тягарем очікувань, які проєктуються на партнерів можуть зруйнувати стосунки. Але на середині життя людина переживає кризу, під час якої вона усвідомлює, що більшість її уявлень щодо шлюбу, сім'ї та кар'єри, були дуже спотвореними. Унаслідок кризи руйнуються проєкції, що спонукає людину до переосмислення життя.

Проаналізувавши літературу на тему типу прив'язаності, як чинника якості романтичних стосунків у різні вікові періоди, було виділено такі ключові поняття дослідження:

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.

Якісні романтичні стосунки – це безпечний, надійний та емоційно близький взаємозв'язок між партнерами, який зберігає їхні ідентичності та дарує прийняття, свободу і щастя.

Проекція – це несвідомий психологічний механізм перенесення внутрішніх психічних елементів та суб'єктивних змістів на зовнішній об'єкт.

Переходячи до емпіричної частини роботи, можна підвести підсумок, що з огляду різних теоретичних джерел, у дослідженні ми будемо орієнтуватися на такі з них: теорію прив'язаності Дж. Боулбі, теоретичний аналіз кризи середнього віку Дж. Холліса, аналітичну психологію К. Г. Юнга та теорію об'єктних стосунків М. Кляйн.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ТИПУ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ НА ЯКІСТЬ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ

2.1. Методологічні основи дослідження типу прив'язаності як чинника якості романтичних стосунків у різні вікові періоди

2.1.1. Опис процедури дослідження та досліджуваної групи

Емпіричне дослідження типу прив'язаності як чинника якості романтичних стосунків у різні вікові періоди проводилося у п'ять етапів:

- Перший етап полягав у тому, щоб підібрати діагностичний інструментарій для дослідження.

На даному етапі було обрано чотири методики, з допомогою яких можна перевірити гіпотези дослідження, а саме: «Тест на визначення якості прив'язаності» (MAQ), «Шкала співзалежності Спана-Фішера», опитувальник «RAQ» та «Тест Лірі». Також було використаний метод метафоричних карт для якісного дослідження проєкцій та авторську анкету.

- Другий етап заключався у перекладі та апробації іноземних методик.

Оскільки методики «MAQ», «RAQ» та «Шкала співзалежності Спана-Фішера» є англійськими, то був здійснений переклад на українську мову. Також була здійснена перевірка шкал на узгодженість з нормальним розподілом та на надійність тесту за критерієм Альфа Кронбаха.

- Третій етап був спрямований на збір даних про досліджуваних.

Оскільки мета дослідження полягає у порівнянні різних вікових періодів, то був здійснений збір даних у двох вікових групах: юнацького та зрілого віку.

- Четвертий етап був націлений на обробку та статистичне опрацювання даних.

Насамперед, усі шкали були перевірені на узгодженість з нормальним розподілом. Відповідно до цього, був здійснений кореляційний аналіз Пірсона для шкал, узгоджених з нормальним розподілом, та кореляційний аналіз Спірмена – для неузгоджених шкал. Наприкінці був здійснений порівняльний аналіз змінних між двома віковими періодами за T критерієм Стьюдента.

- П'ятий етап полягав у опрацюванні якісного дослідження

На даному етапі був здійснений контент-аналіз проєктивної методики. Аналіз складався з кількох етапів: віднесення характеристик та асоціацій до певної категорії, узагальнення категорій та формування психологічних портретів

- Шостий етап заключався у інтерпретації результатів дослідження.

Згідно з підсумками кількісного та якісного аналізу, було здійснено інтерпретацію результатів дослідження. Вона полягала у підтвердженні або спростуванні гіпотез та віднесенні результатів до певної теоретичної бази.

Групу досліджуваних склали 45 людей. З них 25 юнаків 17-19 років та 20 людей зрілого віку 30-55 років. Серед досліджуваних переважають жінки – 40 осіб, та чоловіків – 5 осіб. У групі трапляються люди різного соціального статусу.

2.1.2. Опис методів та методик дослідження

Для проведення даного дослідження використовувалися методи математико-статистичного (кореляційний та порівняльний аналіз) та якісного аналізу (контент-аналіз).

Метод кореляційного аналізу був спрямований на те, щоб перевірити гіпотезу 1 про залежність між типом прив'язаності та якістю романтичних стосунків. Також для того, щоб перевірити дану гіпотезу використовувалися такі

методики: «тест на визначення типу прив'язаності», «Шкала співзалежності Спана-Фішера», «RAQ».

Щоб перевірити гіпотезу 2 про те, що у юнацькому віці образ партнера більше наповнений проєкціями, ніж у зрілому віці та гіпотезу 3 про те, що проєкції юнаків є менш реалістичні, ніж у дорослих осіб застосовувався метод порівняльного та контент-аналізу. Для цього були вибрані «тест Лірі» та метод метафоричних карт.

Детальна характеристика методик:

1. «Тест на визначення якості прив'язаності» (Measure of Attachment Qualities - MAQ)

Тест був розроблений К. С. Карвером у 2013 році.

Тест складається з 14 питань, які розділяються на 4 шкали: шкала «безпека», шкала «уникнення», шкала «амбівалентність занепокоєння» та «амбівалентність заглиблення у себе». Тест представлений у Додатку А.

Відповіді на запитання оцінюються від 1 до 4 балів: 1 – «я більшою мірою не погоджуюся з твердженням», 2 – «я певною мірою не погоджуюся з твердженням», 3 – «я певною мірою погоджуюся з твердженням», 4 – «я більшою мірою погоджуюся з твердженням».

Шкала «уникнення» узгоджена з нормальним розподілом, інші шкали – не узгоджені. Альфа Кронбаха $> 0,62$ при стандартизованому показнику альфа $> 0,12$. (Див. Додаток Ж).

2. «Шкала співзалежності Спана-Фішера» (Spann-Fischer Codependency Scale)

Шкала Спана-Фішера визначає рівень співзалежності у стосунках. Опитувальник складається з 16 питань. Респондентам пропонуються варіанти відповіді, які оцінюються такими балами: «абсолютно невірно» - 1, «скоріше

невірно» - 2, «частково невірно» - 3, «частково вірно» - 4, «скоріше вірно» - 5, «абсолютно вірно» - 6. Опитувальник представлений у Додатку Б.

За результатами даної шкали бали в діапазоні 16 показують низьку співзалежність, співзалежність зростає зі збільшенням балів.

3. Опитувальник «RAQ» (The Relational Assessment Questionnaire)

Опитувальник «RAQ» був розроблений Snell, W. E., Jr., & Finney, P. D. в 2013 році. Він складається з 30 тверджень, які автори поділили на 3 шкали: «оцінка стосунків», «депресія в стосунках» та «зануреність в стосунки». Опитувальник представлений у Додатку В.

«Оцінка стосунків» - шкала оцінює загальну тенденцію до позитивного сприйняття власного ставлення до партнера. Вона зосереджена на тому, як ми відчуваємо себе у взаєминах.

«Депресія в стосунках» - шкала визначає тенденцію до негативного оцінювання потенціалу стосунків і переважання відчуття пригніченості у взаємодії в стосунках.

«Зануреність в стосунки» - шкала оцінює схильність до залежності від інтимних стосунків в тій мірі, щоб мати нав'язливу ідею, в якій фактично виключаються з розуму думки про інші питання.

Кожне з тверджень оцінюється такими балами: 0 – «не зовсім характеризує мене», 1 – «трохи характеризує мене», 2 – «дещо характеризує мене», 3 – «помірно характеризує мене», 4 – «дуже характеризує мене».

Усі шкали, окрім «депресія в стосунках» узгоджені з нормальним розподілом. Альфа Кронбаха $> 0,31$ при стандартизованому показнику альфа $> 0,29$. (Див. Додаток З).

4. «Тест Лірі»

Даний тест був розроблений Г. Лефорджем, Т. Лірі та Р. Сазеком в 1954 році, й призначений для дослідження уявлень суб'єкта про реальне та ідеальне "Я".

Для проведення дослідження та перевірку гіпотезу 2 про те, що у юнацькому віці образ партнера більше наповнений проєкціями, ніж у зрілому віці та гіпотезу 3 про те, що проєкції юнаків є менш реалістичні, ніж у дорослих осіб, нами була змінена інструкція до тесту Лірі. Інструкція звучала наступним чином: “Уважно прочитайте визначення. Номери тих визначень, які відповідають Вашому уявленню про ідеал партнера, обведіть у кружечок. Якщо повної впевненості немає – не обводьте”. Тобто ми спробували дослідити проєкції за допомогою кількісного аналізу образу ідеального партнера.

Тест Лірі складається з 128 тверджень, які поділяються на 8 шкал. Кожна шкала характеризує певний тип відносин:

1. Авторитарний - лідерський та владний тип особистості.
2. Егоїстичний - незалежний та самовдоволений тип людей, які прагнуть бути над іншими, але водночас триматись осторонь від усіх.
3. Агресивний - у своїй поведінці відзначається особливою ворожістю та жорстокістю по відношенню до інших.
4. Підозрілий - характеристика даного типу людей схожа до шизоїдного типу особистості, адже вони підозрюють всіх та у всьому сумніваються. Крім цього вони є відчуженими щодо інших людей.
5. Підпорядкований – такий тип людей схильний до того, щоб поступатись усім, звинувачувати себе та ставити на останнє місце.
6. Залежний – тривожний тип особистості, який є невпевненим у собі та залежним від думки оточуючих.
7. Доброзичливий - такі люди прагнуть задовольнити вимоги усіх, орієнтуються на соціальне схвалення інших та є дуже люб’язний у спілкуванні.
8. Альтруїстичний – співчутливий та відповідальний тип людей, які прагнуть всім допомогти та приносять у жертву свої інтереси заради інших.

Максимальна оцінка октанти становить 16 балів, які розділяються на чотири ступені виразності відносин:

Від 0 до 4 балів – низький рівень вираженості;

5 – 8 балів – помірний ступінь;

9 – 12 – високий ступінь;

13 – 16 – екстремальна вираженість.

Також за допомогою спеціальних формул визначаються показники двох основних чинників : «дружелюбність» та «домінування».

5. Метод метафориних карт

Дана методика була спрямована на якісне дослідження проєкцій. Вона складається з таких завдань:

1. Витягнути карту з колоди закритим способом. Інструментарій: колода «Образ Чоловіка» (для жінок) та «Образ Жінки» (для чоловіків).

2. Описати риси та характеристики особи протилежної статі, зображеної на карті.

3. Описати асоціації, які викликає людина.

Даний метод призначений для вивчення проєкції за допомогою аналізу асоціацій та характеристик, спрямованих до особи протилежної статі. Приклад бланку для відповідей представлений у Додатку Д.

Для того, щоб детально опрацювати проєкції, нами було розроблено критерії систематизації даних. Тобто всі характеристики та асоціації до образу ми оцінювали за такими показниками:

- Позитивний – негативний - нейтральний
- Реальний – уявний (казковий, ідеальний)
- Доброзичливий – агресивний
- Емоційно-теплий (радість, щастя, натхнення) – емоційно-холодний (сум, апатія, депресія, байдужість, відчай)

- Егоїстичний –альтруїстичний
- Реалістичний - перебільшений
- Романтичний, мрійливий – приземлений
- Творчий - технічний

6. Анкета

Також для проведення дослідження була використана авторська анкета (додаток Е), що складається з питань:

- Вік
- Стать
- Чи Ви перебуваєте в стосунках ?
- Напишіть про свій досвід кохання з першого погляду
- Опишіть сон, який Вам найкраще запам'ятався з життя, який стосується особи протилежної статі.

Для опрацювання даних використовувався статистичний метод STATISTICA - комп'ютерна програма для статистичної обробки даних.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

2.2.1. Особливості взаємозв'язку між типами прив'язаності та показниками якості романтичних стосунків у людей дорослого віку

У групі людей віком 30-55 років був проведений кореляційний аналіз для встановлення взаємозв'язку між змінними, а саме «Безпечна прив'язаність», «Прив'язаність уникнення», «Амбівалентне занепокоєння», «Оцінка стосунків», «Депресія в стосунках», «Зануреність в стосунки», «Співзалежність», «Доброзичливий», «Агресивний», «Підпорядкований». Оскільки більшість шкал узгоджені з нормальним розподілом, то для кореляційного аналізу був обраний

аналіз за критерієм Пірсона. Результати кореляційного аналізу представлені у Додатку И, Рис. И.1. Для шкал, неузгоджених з нормальним розподілом: «Амбівалентність заглиблення в себе» та «Підозрілий» був проведений кореляційний аналіз Спірмена (Додаток И, Рис. И.2).

За результатами кореляційного аналізу, у 1 групі був встановлений статистично значущий обернений зв'язок ($p < 0,01$) між «Прив'язаністю уникнення» та «Оцінкою стосунків» ($r = -0,579$). Кореляційна плеяда представлена на Рис.2.1. Отож, чим більше виражена прив'язаність уникнення, тим менша тенденція до позитивного сприйняття власного ставлення до романтичного партнера. Такий результат можна пояснити тим, що люди з прив'язаністю уникнення намагаються ухилятися від близькості у стосунках. Також у них є страх відкидання, звідки виникає бажання не відчувати почуттів. Відповідно до цього, люди з даним типом прив'язаності не мають безпечного відчуття в стосунках, а тому можуть сприймати власного партнера не дуже позитивно, з певною обережністю. Це узгоджується з теорією Дж. Боулбі, згідно з якою прив'язаність уникнення формується у відповідь на відкидання та холодну емоційну реакцію мами. Діти, які зрозуміли, що не можуть цілком покладатись на батьків, і що потреба в близькості призводить до розчарування.

Було виявлено статистично достовірну обернену кореляцію між шкалою «Оцінка стосунків» та типом прив'язаності «Амбівалентність заглиблення в себе» ($r = -0,523$). Тобто, чим більше представлена дезорганізована прив'язаність, тим гірше люди переживають себе у стосунках (Рис. 2.1). Такий результат може бути пов'язаний з тим, що дезорганізований тип прив'язаності характеризується нестійкістю емоційного зв'язку. Тобто прив'язаність більше відсутня, ніж сформована. Відповідно до цього, люди, у яких виражений даний тип прив'язаності схильні швидко підлаштовуватись під інших, тимчасово й нестійко прив'язуватись. Згідно з цим, у них формується амбівалентний стосунок, у якому

вони дуже люблять, але й ненавидять свого партнера. Тому вони схильні негативно оцінювати себе й партнера в стосунках. Це співвідноситься з теорією Дж. Боулбі, у якій він описує, що людям з даним типом прив'язаності дуже складно побудувати стосунки, а якщо і вдасться, то ці взаємини будуть нетривалі та позбавлені любові.

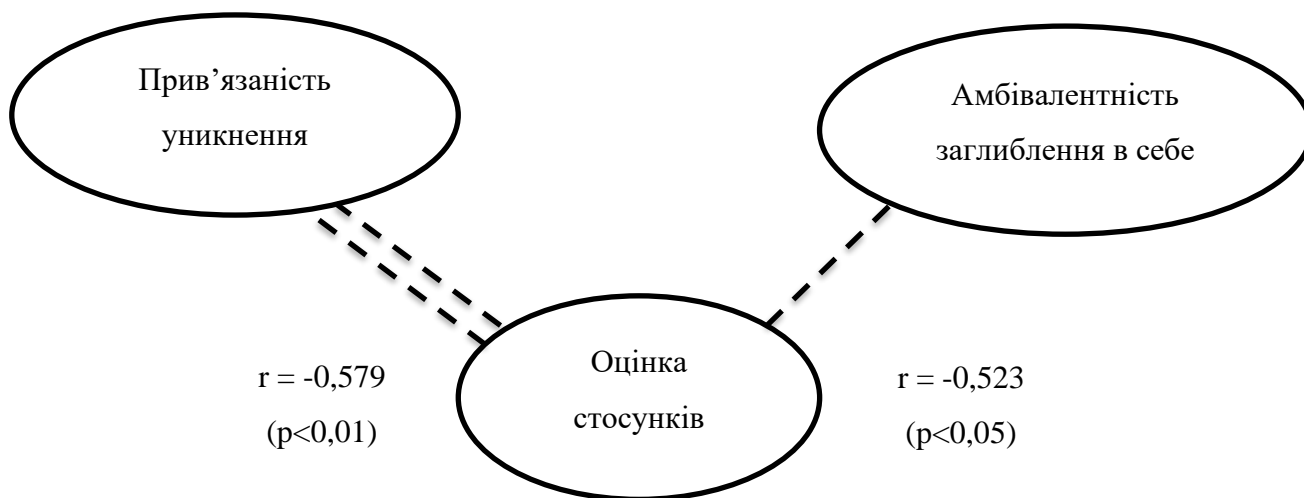


Рис 2.1 Кореляційна плеяда за методикою MAQ і RAQ

Була виявлена статистично достовірною кореляція між змінними «Співзалежність у стосунках» та «Амбівалентністю заглиблення в себе» ($r = 0,535$, $p < 0,05$). Результати відображені на Рис. 2.2. Цей взаємозв'язок демонструє те, що люди з вираженим дезорганізованим типом прив'язаності мають більшу тенденцію до співзалежності в стосунках. Такий результат можна пояснити тим, що люди з дезорганізованою прив'язаністю дуже потребують близькості в стосунках. Але оскільки в їхньому дитинстві не було досвіду безпечної та надійної прив'язаності, то вони не знають як правильно будувати стосунки з людиною, як проявляти любов в тій мірі, щоб відчувати близькість, але не бути залежним. Тому прояв їхньої прив'язаності характеризується крайностями: з однієї сторони інтенсивна любов та залежність від об'єкта, а з іншої сторони – лютя та страх,

оскільки вони не можуть витримати інтенсивності контакту. Це узгоджується з теорією Дж. Боулбі, який вивчав поведінку дітей-сиріт в інтернатах, та виявив зв'язок між порушенням здатності до побудови зрілих стосунків та деорганізованим типом прив'язаності. Такі діти характеризуються тим, що надмірно прив'язуються до вихователів або ж демонструють псевдо незалежність. Також у дослідженні М. Ейнсворт, у якому діти з дезорганізованою прив'язаністю поведуться щоразу непередбачувано, можуть одночасно бігти до мами, та від мами, і ці бажання завжди нероздільні. Тобто у зв'язку з тим, що в них є труднощі, пов'язані з вибудовуванням кордонів особистості, то їм складно знайти собі безпечне місце в стосунках, яке не буде знаходитись на межі співзалежності - ізоляція.

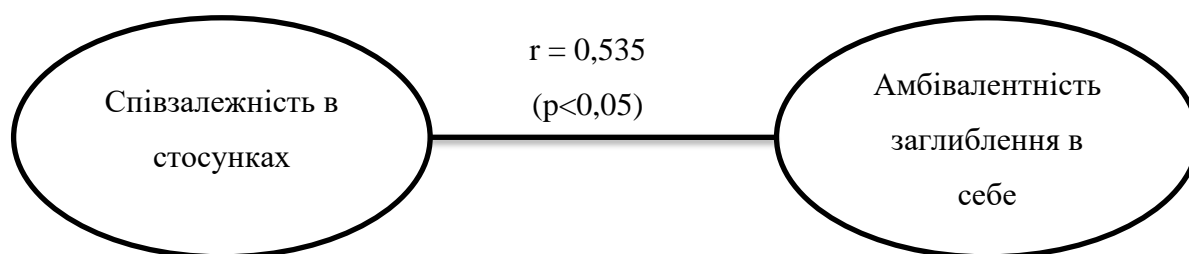


Рис. 2.2 Кореляційна плеяда за шкалою Спана-Фішера та тестом МАQ

Був встановлений статистично значущий зв'язок ($p < 0,01$) між шкалами «Співзалежність в стосунках» та «Депресія в стосунках» ($r = 0,745$). Тобто, чим більший показник співзалежності, тим вищий рівень депресії в стосунках. Це може свідчити про те, що в деструктивних стосунках люди більш схильні до узалежнення (Рис. 2.3). Такий результат може свідчити про мазохістичний тип особистості, якому притаманна самодеструктивна поведінка. Мазохістична особистість характеризується тим, що може перебувати в руйнівних стосунках, терпіти зневажливе ставлення та насильство, але при тому прагнути зберегти взаємини. Тобто люди з даною типологією особистості, імовірно, пожертвують

собою, ніж залишаться наодинці, оскільки в основі мазохізму лежать проблеми невирішеної залежності і страх залишитися на самоті. Це узгоджується з типологією особистості Ненсі Мак-Вільямс [10], згідно з якою мазохістична особистість формується внаслідок усвідомлення дитиною того факту, що страждання являються ціною стосунків, особливо в тому випадку, якщо їх надмірно або жорстоко карали. Жертви жорстокого поводження в дитинстві зазвичай інтерналізують раціоналізацію поганого ставлення до них своїх батьків, тому що краще знати, що тебе били, ніж - що тобою нехтували. Тому в дорослому віці мазохістичним особистостям важливо зберігати стосунки, які б вони не були, будь-якою ціною.

Крім цього, чим вищий показник співзалежності у людей 30-55 років, тим більше у них переважають характеристики агресивного типу стосунків у описі ідеального партнера (Рис.2.3). Такий результат може бути пов'язаний з тим, що люди, з високим рівнем співзалежності у стосунках мають мазохістичні патерни характеру, оскільки вони на несвідомому рівні обирають партнерів, які до них будуть ставитись з байдужістю, агресією або навіть з садизмом. Це співвідноситься з типологією особистості Н. Мак-Вільямс, у якій мазохістичні особистості потребують присутності близьких людей, щоб проектувати на них свої відщеплені садистичні афекти. Відповідно до цього, ці стосунки дуже важко припинити тому, що людина з мазохістичними патернами відчуває залежність від стосунків і розігрує в них свій внутрішньоособистісний конфлікт.

Також був встановлений статистично значущий зв'язок ($p < 0,05$) між шкалою «Депресія в стосунках» і типами відносин у характеристиці ідеального партнера за тестом Лірі: «Агресивний» ($r = 0,478$) та «Підозрілий» ($r = 0,550$). Отримані результати можуть свідчити про те, що чим більше переважає відчуття незадоволеності стосунками, тим більше люди мають тенденцію до опису ідеального партнера з підозрілими та агресивними рисами. Кореляційна плеяда

представлена на Рис.2.3 Більше того, «Депресія в стосунках» корелює з «Співзалежністю в стосунках». Це можна пояснити тим, що перебуваючи у нездорових стосунках, які викликають відчуття пригнічення та розчарування, людина ідентифікується з жертвою. Більше того, вона узалежнюється від цих взаємин, та ідеалізує свого партнера, навіть якщо у ньому домінують агресивні тенденції. Це узгоджується з теорією Анни Фройд щодо механізмів захисту, а саме ідентифікації з агресором [14].

Цей механізм являє собою, з одного боку, попередню фазу розвитку Над-Я, а з іншого - проміжну стадію розвитку параної. Він схожий до першої механізмом ідентифікації, а до другої - механізмом проекції. Ідентифікація з агресором проявляється в різних ситуаціях, як ,наприклад, критика чи фізична агресія та може наступити до чи після виникнення страху аресії. Поведінка, яка при тому спостерігається є результатом обертання ролей, в яких жертва представляє себе агресором. На основі цього механізму захисту базується «стокгольмський синдром», який характеризується тим, що людина переживає емоційне потрясіння, відчуває апатію та страх, але через деякий час починає пристосовуватись до обставин, через захисну реакцію психіки, та змиритися з агресором. Чим більше жертва перебуває з агресором, тим більше починає відчувати симпатію до нього, захищати та виправдовувати його вчинки, й активно підтримувати дії агресора.

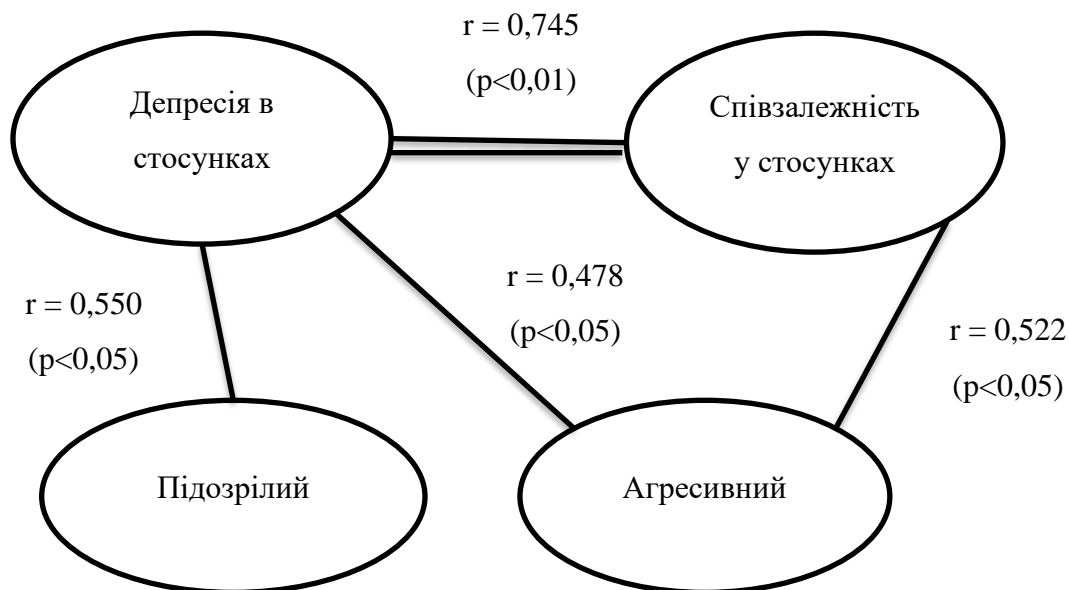


Рис 2.3 Кореляційна плеяда за шкалою Спана-Фішера, тестом Лірі та RAQ

За результатами кореляційного аналізу, був виявлений статистично достовірний зв'язок між шкалами «Зануреність в стосунки» та «Підпорядкований» тип відносин за тестом Лірі ($r = 0,527$, $p < 0,05$). Тобто, чим більше люди схильні до залежності від інтимних стосунків, тим більше вони характеризують образ ідеального партнера з підпорядкованим типом взаємин (Рис.2.4). Але оскільки дані змінної «Зануреність в стосунки» та змінної «Підпорядкований» тип відповідають нормі згідно з методикою «RAQ» та «Тестом Лірі» (Додаток И, Рис.И.3), то можна припустити, що певна залежність від стосунків є нормальною. Та люди, яким притаманна дана залежність бачать ідеального партнера, як такого, що схильний йти на поступки. Такий результат можна пояснити тим, що у кожної людини є базова потреба в близькості та несвідома тяга до злиття з іншою людиною. Тому потреба в залежності, та її задоволення, є показником здорових стосунків, оскільки пара не перебуває в залежності один від одного весь час, а дозволяє собі іноді побути в такому стані. Це узгоджується з теорією О.Кернберга,

який виділяє критерії зрілої любові, та відносить до них потребу в залежності. Відповідно до цього, партнери, які перебувають у здорових стосунках також поважають один до одного, в конфліктних ситуаціях ідуть на компроміси, просять про допомогу та допомагають у відповідь на прохання. Тобто романтичні партнери поведуть себе так, як можна охарактеризувати «Підпорядкований» тип поведінки, виражений у межах норми.

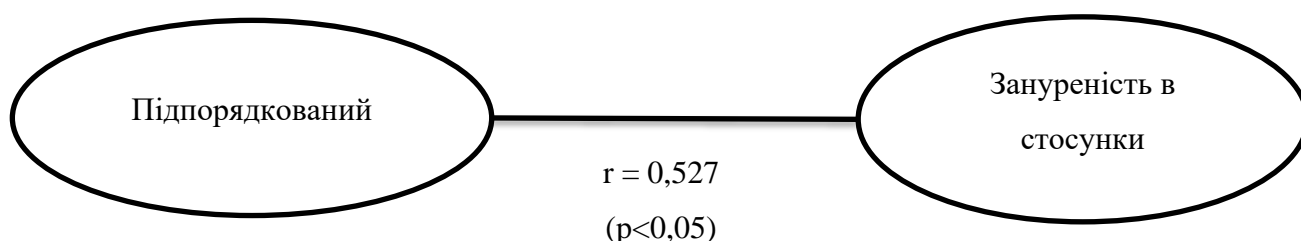


Рис. 2.4 Кореляційна плеяда за тестом RAQ та Лірі

«Безпечна прив'язаність» корелює з «Доброзичливим» ($r = 0,575$, $p < 0,01$) та «Підпорядкованим» ($r = 0,453$, $p < 0,05$) типом відносин за Лірі (Рис.2.5). Оскільки рівень вираженості даних типів відносин є у нормі (Додаток И, Рис.И.4), то такий взаємозв'язок може свідчити про те, що у людей з безпечною прив'язаністю опис ідеального партнера характеризується люб'язністю у спілкуванні, прагненням задовольнити вимоги інших та йти їм на поступки. Такий результат може означати те, що безпечна прив'язаність у своїй основі має досвід взаємодії зі значущим дорослим, на якого з упевненістю можна покластися, та який може задовольнити потреби в захисті та емоційній підтримці. Тобто безпечна прив'язаність формується в тому разі, коли дорослий є чутливим до сигналів дитини, а також стабільним і надійним для неї. Це узгоджується з теорією Дж. Боулбі, в якій «робоча модель» дитини стає стабільною внаслідок засвоєння безпечної моделі поведінки та емоційних реакцій дорослого і змінюється на «репрезентацію безпечної прив'язаності». Відповідно до цього у дорослому віці, людина здатна

побудувати безпечні та близькі стосунки, вона себе комфортно відчуває в близькості, але водночас залишається незалежною. Також вона прагне забезпечити гармонію у взаєминах, тому шукає компроміс у конфліктах, вмiє йти на поступки, та очiкує схожi поведiнки вiд партнера.

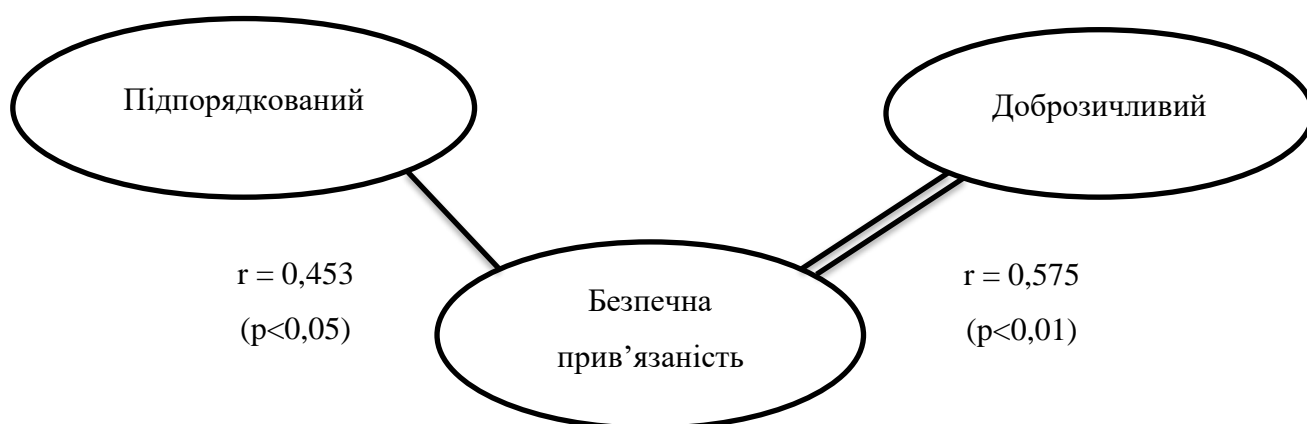


Рис. 2.5 Кореляційна плеяда за тестом MAQ та Лірі

Був встановлений статистично значущий зв'язок ($p < 0,01$) між шкалою «Депресія в стосунках» та двома типами прив'язаності: «Амбівалентність занепокоєння» ($r = 0,726$) і «Амбівалентність заглиблення в себе» ($r = 0,683$), який представлений на Рис.2.6 Даний зв'язок може свідчити про те, що у людей з тривожно-амбівалентною та дезорганізованою прив'язаністю переважає відчуття пригніченості в стосунках, також в них спостерігається тенденція до негативної оцінки взаємин. Такий результат можна пояснити тим, що тривожно-амбівалентний та дезорганізований типи прив'язаності відзначаються тим, що дуже потребують близькості в стосунках, але щоразу як тільки наближаються до неї, то відштовхують її. Люди, у яких виражена тривожно-амбівалентна прив'язаність можуть бути надмірно імпульсивні, експресивні та тривожні в стосунках. Також вони значно незадоволені собою, партнером та стосунками загалом. Вони переживають тривогу та розчарування. Це узгоджується з теорією Дж. Боулбі про

типи прив'язаності. Згідно з нею, людям з даними типами прив'язаностей дуже складно побудувати взаємини, а якщо їм це вдається, то стосунки стають джерелом незадоволення та пригнічення.

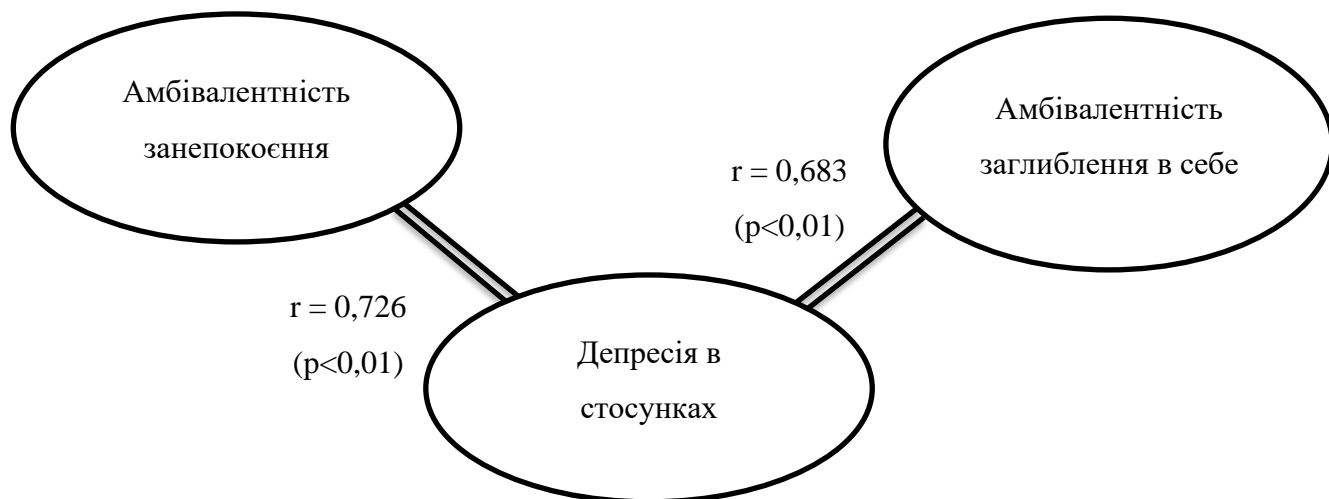


Рис. 2.6 Кореляційна плеяда за тестом MAQ та RAQ

Отже, на основі кореляційного аналізу вдалося відслідкувати певні психологічні патерни осіб віком від 30 до 55 з різним типом прив'язаності.

Безпечний тип прив'язаності характеризується вищим рівнем вираженості доброзичливого та підпорядкованого типів відносин у ідеальному образі партнера.

Уникаючий тип відзначається нижчою оцінкою людини у власних стосунках.

Тривожно-амбівалентний тип описується переважанням відчуття пригніченості в стосунках.

Дезорганізований тип характеризується збільшеною тенденцією до співзалежності в стосунках, негативної оцінки взаємин та потенціалу стосунків.

2.2.2. Особливості взаємозв'язку між типами прив'язаності та показниками якості романтичних стосунків у людей юнацького віку

У групі людей віком 17-19 років був проведений кореляційний аналіз для встановлення взаємозв'язку між шкалами, а саме: «Прив'язаність уникнення», «Оцінка стосунків», «Зануреність в стосунки», «Дружелюбність». Оскільки більшість шкал узгоджені з нормальним розподілом, то для кореляційного аналізу був обраний аналіз за критерієм Пірсона. Результати кореляційного аналізу представлені у Додатку К, Рис. К.1. Для непараметричних шкал: «Безпечна прив'язаність», «Співзалежність в стосунках», «Амбівалентність занепокоєння» та «Підпорядкований», був проведений кореляційний аналіз Спірмена (Додаток К, Рис. К.2).

Кореляційний аналіз Пірсона встановив статистично значущий обернений зв'язок між шкалами «Оцінка стосунків» та «Прив'язаність уникнення» ($r = -0,542$, $p < 0,01$). Отож, чим більше виражена прив'язаність уникнення, тим нижче юнаки оцінюють якість стосунків. Кореляційна плеяда представлена на Рис.2.7 Даний зв'язок був також виявлений у групі 1. Це свідчить про те, що люди з вираженою прив'язаністю уникнення низько оцінюють себе в стосунках, незалежно від віку. Дані результати можна пояснити тим, що тип прив'язаності характеризується стійкістю та безперервністю протягом життя, за умови стабільної та незмінної поведінки значущого дорослого. Тобто особливість даного емоційного зв'язку полягає в тому, що він проявляється у будь-якому віці. Це узгоджується з результатами дослідження. Дослідження Дж. Сімпсон, В. А. Колінса, С. Трен, та К. Хейдон. Тому уникаюча прив'язаність проявляється і в юнаків і в дорослих схожим чином, і одним з цих аспектів є негативна оцінка потенціалу стосунків.

Також був виявлений статистично достовірний зв'язок між шкалами «Оцінка стосунків» та «Дружелюбність» ($r = 0,440$, $p < 0,05$). Тобто, чим вище

юнаки оцінюють стосунки, тим більший показник дружелюбності у образі ідеального партнера (Рис.2.7). Дані результати можуть бути пов'язані з механізмом ідеалізації та проекції. Оскільки у людей є певна потреба приписувати певні характеристики партнерам, від яких вони емоційно залежать. Нормальна ідеалізація є важливим компонентом зрілих стосунків. Відповідно до цього, механізм ідеалізації нерозривно пов'язаний з механізмом проекції, тому чим краще людина оцінює власні стосунки, тим більше її образ наповнений позитивними проекціями.

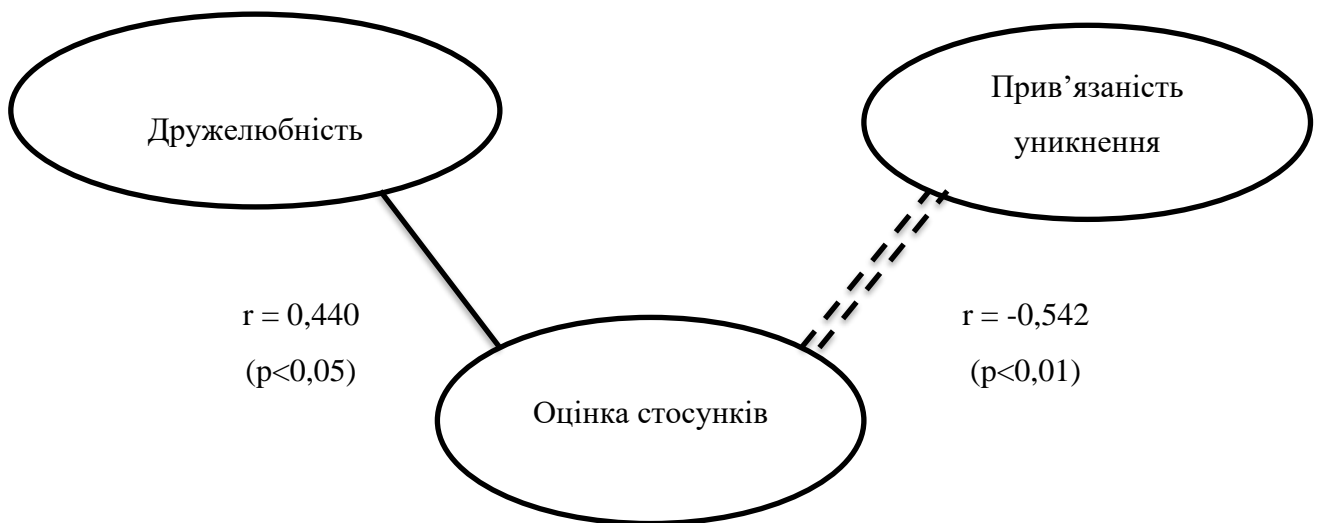


Рис. 2.7 Кореляційна плеяда за тестом MAQ, RAQ та Лірі

«Зануреність в стосунки» корелює з двома видами прив'язаностей: з «Безпечною» ($r = 0,437$, $p < 0,05$) та «Уникнення» ($r = -0,426$, $p < 0,05$). Результати відображені на Рис.2.8. Цей зв'язок демонструє, що чим вищий рівень вираженості безпечної прив'язаності, тим більший показник зануреності в стосунки, який є в межах допустимої норми (Додаток К, Рис. К.3). Це можна пояснити тим, що за умови формування безпечної прив'язаності люди прагнуть до близьких стосунків. Це співвідноситься з теорією О. Кернберга, що люди потребують близькості та залежності в стосунках. Також про це писала М. Кляйн, говорячи про те, що люди

несвідомо прагнуть до злиття зі своїм партнером. Осільки та близькість і емоційний зв'язок, що характерні романтичним стосункам, вже переживалися людиною під час «шизоїдно-параноїдної позиції». Під час цієї фази розвитку дитина найбільше прагне злиття, тобто бути одним цілим зі значущим об'єктом.

Крім цього є обернений зв'язок між прив'язаністю уникнення та зануреністю в стосунки, який можна проаналізувати таким чином: зі зростанням зануреності в стосунки, знижується рівень прояву прив'язаності уникнення (Рис.2.8). Це можна пояснити тим, що прив'язаність уникнення спрямована на дистанціювання у стосунках. Таких людей лякає уразливість та відкидання, тому намагаються віддалятися. Відповідно до цього, вони ніяким чином не можуть допустити зближення, більше того залежності в стосунках. Це узгоджується з теорією прив'язаності Дж. Боулбі, та його характеристикою уникаючого типу прив'язаності, який сформувався внаслідок засвоєння патерну, що близькість призводить до розчарування.

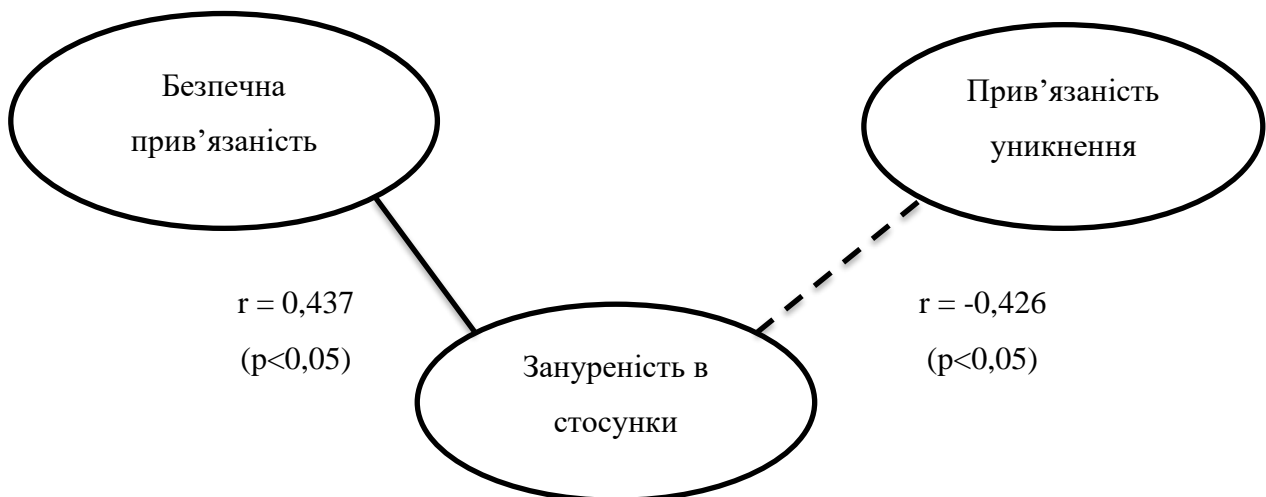


Рис. 2.8 Кореляційна плеяда за тестом MAQ та RAQ

За результатами непараметричного аналізу Спірмена, був встановлений зв'язок між типом прив'язаності «Амбівалентність занепокоєння» та шкалою

«Співзалежність в стосунках» ($r = 0,458$, $p < 0,05$), який представлений на Рис.2.9. Отож, співзалежність у стосунках зростає зі збільшенням рівня вираженості тривожно-амбівалентної прив'язаності. Дані результати можуть бути пов'язані з тим, що тривожно-амбівалентний тип прив'язаності прагне до тотального злиття в стосунках, про що писав Дж. Боулбі. Такі люди можуть, як стрімко наближатися, так і стрімко віддалятися. Це перегукується з характеристикою межової структури особистості, оскільки люди даної структурної організації використовують примітивні механізми захисту, такі, як розщеплення. Також межова структура особистості визначається погано інтегрованою ідентичністю, відповідно до цього, такі люди непослідовні, мають відчуття постійної амбівалентності у всьому. Це узгоджується з теорією Н. Мак-Вільямс та О. Кернберга, які описують характеристики структурної організації людини.

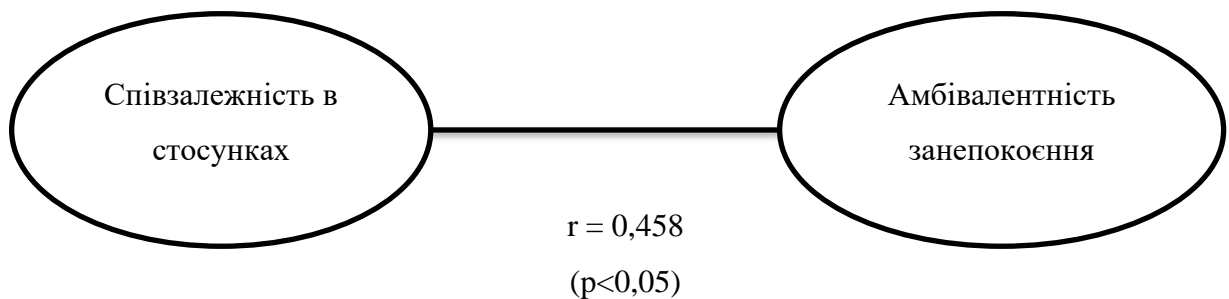


Рис. 2.9 Кореляційна плеяда за тестом МАQ та шкалою Спана-Фішера

Також кореляційний аналіз Спірмена виявив обернений взаємозв'язок між «Безпечною прив'язаністю» та «Підпорядкованим» типом відносин за тестом Лірі ($r = -0,432$, $p < 0,05$). Це може свідчити про те, що чим вищий рівень вираженості безпечної прив'язаності, тим більший показник підпорядкованого типу стосунків у образі ідеального партнера (Рис.2.10). Варто зауважити, що у групі 1 цей зв'язок був прямий. Дані результати можуть бути пов'язаними з несвідомим проявом архетипу Тіні [23]. Оскільки юнаки перебувають у розпалі кризи ідентичності [19],

під час якої можуть відчувати себе одночасно дітьми, але й вже дорослими, тобто водночас залежними, але й вже незалежними. Більше того, ці протиставлення та неоднозначності важко переживаються та витримуються юнаками. Відповідно до цього, деякі з цих переживань є важкими та неприйнятними для юнацької свідомості, тому вони можуть відщеплюватись та потрапляти в поле несвідомого, яке представлене Тінню. За словами Дж. Холліса, Тінь можна пояснити, як частину організації людини, яка при спробі зробити її усвідомленою, викликає відчуття важкості, протиріччя цінностям, протилежності ціленаправленим намірам, але водночас це все проявляється в людині. Також Тінь відповідає за несвідомі проєкції, наприклад, коли людина проєктує назовні те, що не приймає в собі. Оскільки юнаки ідентифікують себе вже з дорослими особистостями, їм важко прийняти власне відчуття залежності, тому воно може бути спроєктоване назовні, як небажане. Це узгоджується з теорією К.Г. Юнга про колективне несвідоме, в якому міститься архетип Тіні.

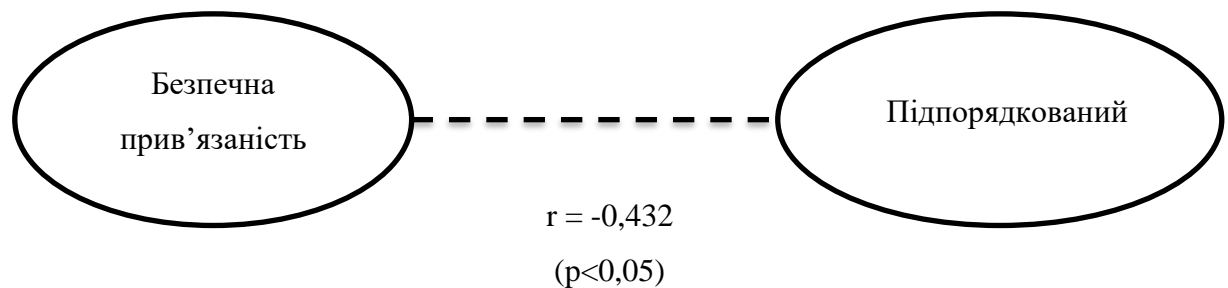


Рис. 2.10 Кореляційна плеяда за тестом МАQ та Лірі

Отже, на основі кореляційного аналізу вдалося відмітити певні психологічні патерни осіб віком від 17 до 19 з різним типом прив'язаності.

Безпечний тип прив'язаності відзначається вищим рівнем зануреності в стосунки та нижчою вираженістю підпорядкованого типу стосунків у образі ідеального партнера.

Унікаючий тип характеризується збільшеною тенденцією до негативного сприйняття власного ставлення до партнера. Даний зв'язок також був виявлений у групі 1, тобто він не є особливим для даного вікового періоду. Також даний тип відзначається нижчим рівнем зануреності в стосунки.

Тривожно-амбівалентна прив'язаність характеризується вищим рівнем співзалежності у стосунках.

2.2.3. Порівняльна характеристика досліджуваних груп за показниками якості романтичних стосунків та проявами типів прив'язаності

Був здійснений порівняльний аналіз за T критерієм Ст'юдента для двох груп: 1 група – люди віком від 30 до 55 років, 2 група – 17-19 років (Додаток Л, рис.Л.1). Та було встановлено статистично значущу відмінність за такими показниками: «Оцінка стосунків», «Лірі: сума» (Рис 2.11).

Шкала «Оцінка стосунків» (опитувальник «RAQ»), $p=0,0388$ ($p<0,05$) має значущу відмінність між двома групами. У групі 1 показник «оцінки стосунків» складає 16,7, натомість у групі 2 – 13,3. Тобто люди 30-55 років більше задоволені своїм ставленням до партнера у стосунках, ніж юнаки. Це можна пояснити тим, що у юнацькому віці формується ідентичність, яка вибудовується шляхом порівнянь себе з ровесниками, дорослими чи своїм ідеалом. Таким чином юнаки можуть радикальніше ставитись до власних стосунків. В той час, як людина в дорослому віці, спираючись на досвід, та маючи вже цілісну й сформовану ідентичність, може більш критично оцінити себе та партнера в стосунках. Це узгоджується з теорією Еріка Еріксона про періодизацію особистісного розвитку [19]. Еріксон наголошує на тому, що основним питанням юнацького віку є «Хто я такий?», та під час проходження цієї стадії розвитку розгортається криза ідентичності, яка характеризується сплутаністю ідентичності [2].

Шкала «Лірі: сума» (тест Лірі), $p=0,0479$ ($p<0,05$) в обох групах має високий показник, проте для першої групи середній показник складає 24,8, тоді, як для другої групи – 32,2. Отож, у юнаків значно більша кількість балів за підсумком усіх шкал у тесті Лірі. Це може свідчити про те, що у дорослому віці в людини є менша кількість проєкцій, ніж у юнацькому віці. Це співвідноситься із теорією Дж. Холліса про кризу середнього віку, а саме що під час переходу від юнацького до зрілого віку людина переживає кризу, під час якої вона усвідомлює, що більшість її уявлень були дуже спотвореними. Внаслідок цього переходу руйнуються проєкції, і людина стає більш усвідомленою.

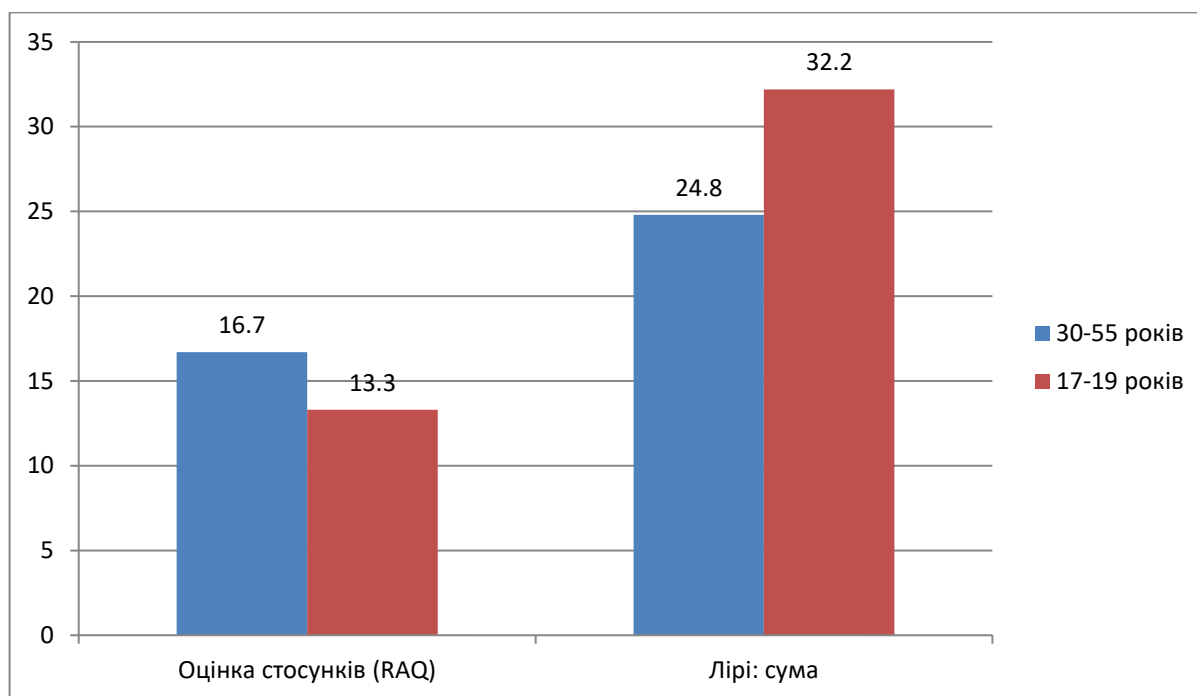


Рис. 2.11 Порівняльний аналіз двох груп за тестом RAQ та Лірі

Також було здійснене порівняння груп з допомогою описової статистики, щоб продемонструвати відмінності між групами за змінними, що представляють типи прив'язаності та якість романтичних стосунків (Додаток Л, табл. Л.1).

На Рис.2.12, який відображає порівняння людей дорослого та юнацького віку за типами прив'язаності, можна побачити, що немає разючої відмінності між

двома групами за типами прив'язаності. Проте, варто відмітити, що у юнаків менше виражена безпечна прив'язаність - 32%, в той час, як у людей дорослого віку – 35%. Також у юнаків більшою мірою виражені такі типи прив'язаності: уникнення (23%), тривожно-амбівалентна (24%) та дезорганізована (21%), в той час, як у людей зрілого віку: уникнення (21%), тривожно-амбівалентна (23%) та дезорганізована (20%). Тобто у юнаків переважають ненадійні типи прив'язаності. Це можна пояснити тим, що прив'язаність може змінюватись під впливом різних чинників, наприклад, зміна соціального середовища, конфлікти, розлука з близькими, чи турботливий та уважний партнер. Тому, з огляду на той факт, що юнаки нещодавно поступили до вищого навчального закладу, і, можливо, ще не завершився процес адаптації. Крім того, велика частина групи переїхала з інших міст, та перебуває далеко від близьких, що може спровокувати посилені відчуття самотності та незахищеності, які є джерелом ненадійних типів прив'язаності.

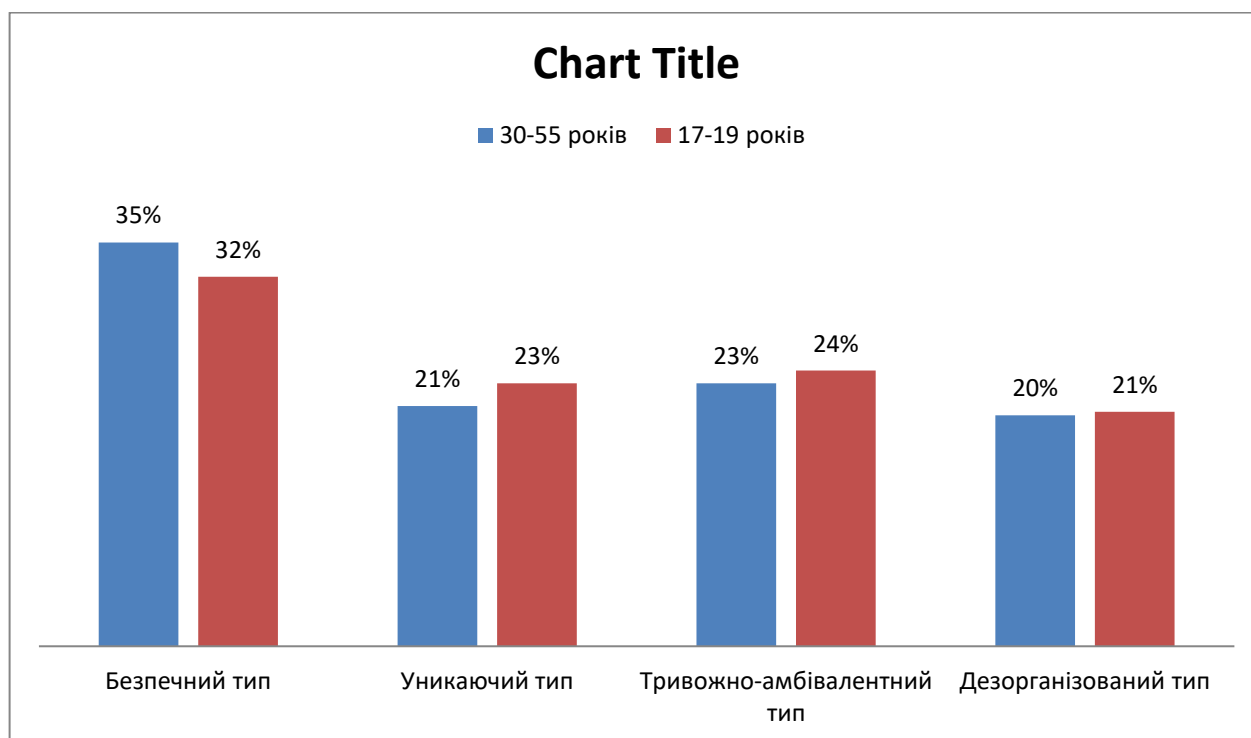


Рис. 2.12 Порівняння двох груп за рівнем вираженості типів прив'язаності (тест MAQ)

При порівнянні двох груп за змінними, які представляють якість романтичних стосунків (Додаток Л, табл.Л.2), а саме: «Оцінка стосунків», «Депресія в стосунках», та «Зануреність в стосунки» (Рис.2.13), було виявлено, що у дорослому віці якість стосунків є на вищому рівні, ніж у юнацькому віці. Наприклад, в юнаків «Депресія в стосунках» виражена на 21,3%, в той час, як у дорослому віці -17,6%, та «Оцінка стосунків» 40,8% та 47% відповідно. Також «Зануреність в стосунки» в юнаків 37,8%, а в дорослих – 35,4%.

Це можна пояснити тим, що юнаки більш схильні до механізму ідеалізації в стосунках. А після ідеалізації завжди настає знецінення. Відповідно до цього, у порівнянні з ідеальними очікуваннями до початку стосунків, взаємини такими не є, після чого настає розчарування та знецінення в стосунках, що проявляється у відчутті зневіри, та негативні оцінці потенціалу стосунків. Це узгоджується з теорією Н. Мак-Вільямс про механізми захисту.

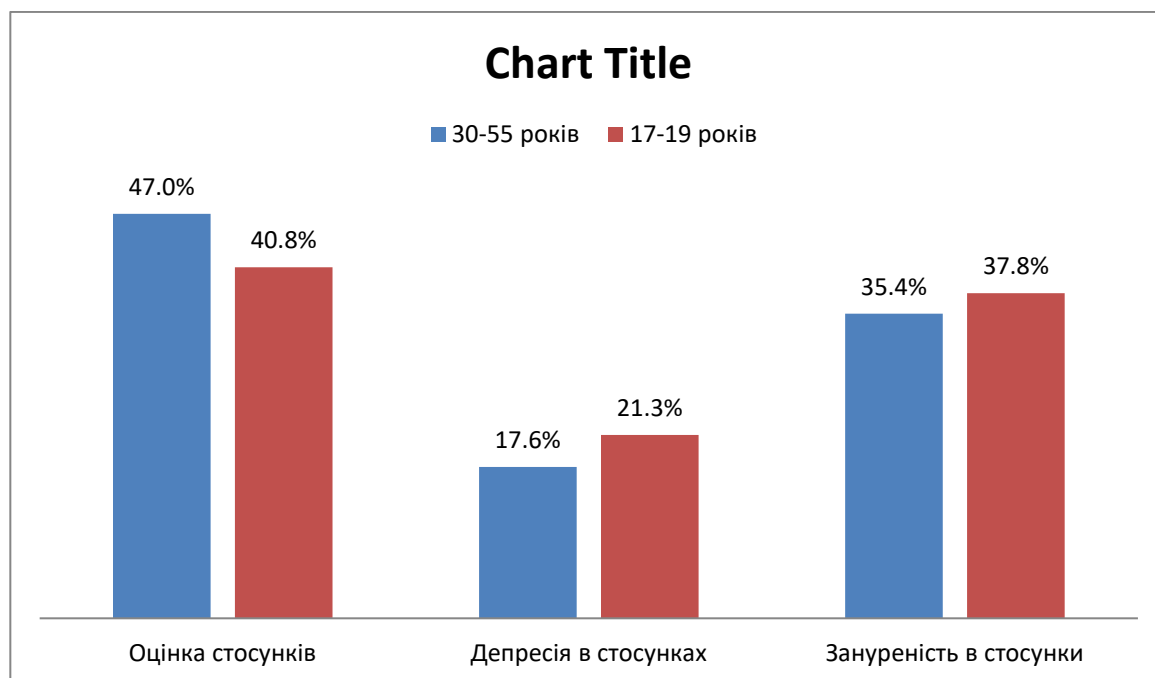


Рис. 2.13 Порівняння двох груп за рівнем вираженості показників якості романтичних стосунків (тест RAQ)

При порівнянні двох груп за показником «Співзалежність» (Рис.2.14) було виявлено, що у дорослому віці співзалежність у стосунках виражена на 47,3%, а у юнацькому віці - 52,3%. Тобто люди в юнацькому віці більш схильні до залежності в стосунках, що свідчить про те, що в них актуалізується процес сепарації-індивідуації, який описувала Маргарет Малер. Оскільки в період проходження кризи юнацького віку (за Е. Еріксоном), юнаки не здатні цілком подолати інтенсивний конфлікт сплутаної ідентичності самостійно, тому можуть регресувати до більш ранніх форм взаємодії, наприклад, до потреби в залежності. Зокрема психоаналітик Р. Найт вважає, що процес сепарації триває протягом цілого життя : «В кожному віковому періоді дитина має досягнути новий рівень внутрішньої незалежності від батьків» [31, с.179].

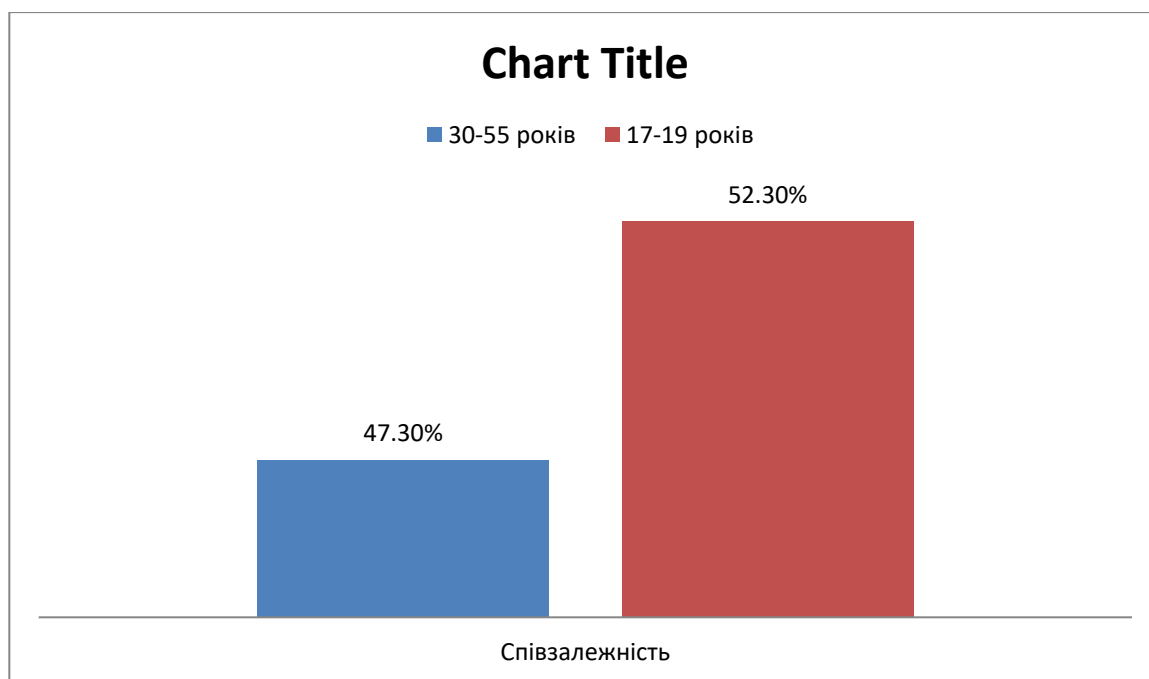


Рис. 2.14 Порівняння двох груп за рівнем вираженості співзалежності у стосунках (шкала Спана-Фішера)

2.2.4. Аналіз образу романтичного партнера у досліджуваних груп

Одним із завдань дослідження було перевірити особливість образу романтичного партнера у людей юнацького та дорослого віку. В основі аналізу образу був використаний аналіз проєкцій. Проєкція є несвідомим психологічним механізмом, який переносить внутрішні психічні елементи та суб'єктивні змісти на зовнішній об'єкт. Проєкції виникають спонтанно і створюють певні бачення світу і реальності, оскільки внутрішній світ несвідомого контролюється недостатньо. До того ж, люди постійно проєктують власні погляди на життя та власні несвідомі змісти на інших людей.

Проте, за словами Дж. Холліса, чим ближче людина підходить до кризи середнього віку, тим більше вона усвідомлює, що деякі її уявлення були ілюзорними. І якщо проєкції втрачають свою функцію, то це означає що вона пододала кризу середини життя.

Тому, ми припускаємо, що в юнацькому віці образ романтичного партнера більш ідеалізований та нереалістичний, ніж у дорослому віці.

За результатами якісного аналізу можна виділити основні образи, які переважають у групі досліджуваних.

У групі 1, яка складається з людей, віком від 30 до 55 років, було виділено 3 образи:

– образ творчої особистості, а саме романтичної, закоханої, чуттєвої, мрійливої та натхненної, людини, яка перебуває в роздумах, або займається певною творчою діяльністю (наприклад поет, музикант) , та асоціюється з джентльменом, інтелігентом, актором і тд.

– образ емоційно холодної людини, яка є депресивно, сумною, стривоженою, розчарованою та чогось очікує.

– образ авторитетного чоловіка, який займається управлінням чи бізнесом, та є авторитетом для інших. Він характеризується раціональністю, впевненістю та лідерськими якостями.

За емоційним забарвленням, образи розділилися на позитивні та нейтральні, негативних було найменше серед усіх.

Отже, у групі 1 виокремилися три образи, які кардинально різні за своїм емоційним наповненням. Перший образ є дуже чуттєвим та романтичним, і характеризується творчою діяльністю людини. Це можна пояснити тим, що у дорослому віці люди наближаються до кризи середини життя, під час якої вони переглядають свій життєвий шлях, зокрема нереалізовані бажання та мрії. Тому якщо взяти до уваги те, що, можливо, не всім вдалось реалізувати свій творчий потенціал, то це могло вилитись у таку ідеалізовану проекцію. Це узгоджується з теорією Дж. Холліса, про кризу середини життя, а саме про її початок та розгортання, коли люди ще не зовсім відділились від проекцій, але вже починають переосмислювати своє життя, тому починають пригадувати всі нездійсненні мрії, але водночас проектувати це назовні.

Другий образ сповнений суму та розчарування, що може свідчити про те, що частина групи дорослих перебуває у розпалі кризи середини життя. Оскільки характерними переживаннями для кризи є сум, спустошення, розчарування, втрата сенсу життя. Це співвідноситься з теорією Дж. Холліса, що під час кризи середнього віку людина може відчути лише «вмирання».

Третій образ характеризується раціональністю, впевненістю та авторитетністю, що можна пояснити тим, що частина людей зрілого віку вже наблизилась до завершення кризи середини життя або цілком її пережила. Людина, яка позбавилась від проекцій та ілюзій, почала краще усвідомлювати себе та своє життя, і стала більш впевненою, натхненною до нових дій та звершень, про що також писав Дж. Холліс.

У групі 2, яка складається з юнаків, віком від 17 до 19 років, було виділено такі образи:

- образ «героя», який поєднує у собі всі риси ідеального чоловіка, а саме: мужність, сила, зрілість, відповідальність, та водночас ніжність, турбота й доброзичливість. «Герой» є дуже авторитетним, та частіше за все асоціюється з управлінською або бізнес діяльністю. Окрім відповідальності на роботі, він дбає про стосунки та дуже вкладається в них. Також цей образ є позитивним та емоційно теплим.

- образ «драматичного персонажа», який є дуже добрим, ніжним та романтичним. Займається творчою діяльністю, допомагає іншим та турбується про свою половинку, але водночас є дуже сумним та депресивним. В цьому образі багато уваги приділяється красивій зовнішності та сумному погляду.

- образ «нахаби», який є дуже негативним та викликає неприємні асоціації. Характеризується авторитарністю, егоїзмом, зверхністю та агресивністю.

За емоційним забарвленням, образи розділились на позитивні та негативні. Більше того, юнаки приділяли багато уваги опису стосунків людини, її діяльності, та зовнішності.

Отже, у 2 групі виділилися три образи, які є дуже емоційно насиченими, різкими та гіперболізованими. Наприклад, перший образ «героя» цілком описує ідеального чоловіка, який є дуже успішним, як в роботі, так і в стосунках. Цей образ можна пояснити тим, що у в юнацькому віці є багато неусвідомлених проєкцій, які проявляються у очікуваннях щодо стосунків, чи образі романтичного партнера, про що пише К.Г. Юнг.

Другий образ перегукується з героєм романтично-драматичного фільму, оскільки йому притаманні ніжність, турбота, романтика, але водночас і сум, і депресія. Також, описуючи його, юнаки багато уваги звертали на його красиву зовнішність і сумні очі. Це можна пояснити тим, що у юнацькому віці

актуалізується ідеалізація в стосунках, після якої завжди настає знецінення. У порівнянні з ідеальними очікуваннями на початку стосунків, взаємини такими не є, після чого настає розчарування та знецінення в стосунках, що проявляється у відчутті суму та розчарування. Це узгоджується з класифікацією захисних механізмів Н. Мак-Вільямс

Третій образ характеризується агресивністю, зверхністю, та егоїзмом, що сприйнялось юнаками досить негативно та викликало неприємні асоціації. Вони описали таких людей, як тих, з якими б не хотіли мати справу чи спілкуватись. Що може свідчити про несвідомі проєкції Тіні, які характеризуються проєктуванням назовні відщеплених та неприйнятих рис, емоцій чи інших психічних елементів. Відповідно до цього, деякі образ «нахаби» включає в себе неприйнятні характеристики для суспільства, зокрема для юнаків, тому вони можуть відщеплюватись і потрапляти в поле несвідомого, яке представлене Тінню, та проєктуватися назовні у вигляді негативного та небажаного образу. Про це писав К. Г. Юнг у своїй концепції про колективне несвідоме.

Висновки до розділу 2

Отже, для перевірки гіпотез дослідження були застосовані кількісні та якісні методи опрацювання результатів дослідження, а саме математико-статистичного аналізу: кореляційний аналіз, порівняльний аналіз та для опрацювання якісного дослідження метод контент-аналізу.

За результатами кореляційного аналізу було виявлено зв'язки між різними типами прив'язаності та змінними у двох групах, що характеризують якість романтичних стосунків. Та було підтверджено гіпотезу 1, що говорить про те, що є залежність між типом прив'язаності та якістю романтичних стосунків, а саме: чим безпечніша та надійніша прив'язаність у людини, тим на більш зрілому рівні розвитку є її романтичні стосунки. Та люди з безпечним типом прив'язаності більше задоволені власними стосунками, менш схильні до співзалежності у стосунках. На противагу їм, люди з унікаючим, тривожно-амбівалентним чи дезорганізованим типом прив'язаності, більше схильні до співзалежності в стосунках, менше задоволені ними і гірше описують себе та партнера у стосунках.

Порівняльний аналіз виявив, що група зрілих людей має меншу кількість очікувань від ідеального партнера, ніж юнаки, що підтверджує гіпотезу 2.

Також за результатами контент-аналізу, було підтверджено гіпотезу 3, що говорить про те, що , що в юнацькому віці образ романтичного партнера більш ідеалізований та менш реалістичний, ніж у дорослому віці.

Більше того, були виявлені результати, які виходять за межі гіпотез дослідження. Кореляційний аналіз у групі 1 виявив зв'язок між відчуттям пригніченості та співзалежністю в стосунках, і агресивним типом відносин за лірі. Даний взаємозв'язок може свідчити про те, що у людей зрілого віку присутні мазохістичні патерни, та тенденція до захисного механізму ідентифікації з агресором.

Також кореляційний аналіз у групі 2 встановив зв'язок між позитивною оцінкою себе та партнера в стосунках і дружелюбним типом відносин, який можна пояснити тим, що у людей юнацького віку частіше спостерігається механізм проєкції та ідеалізації.

За результатами порівняльного аналізу було виявлено, що люди юнацького віку менше задоволені власними стосунками, а саме негативніше сприймають своє ставлення по відношенню до партнера та більше відчують пригнічення в стосунках. Це може свідчити про механізм знецінення, який слідує за механізмом ідеалізації.

Також на основі кореляційного аналізу вдалось відслідкувати психологічні патерни двох груп та порівняти їх між собою.

Безпечний тип прив'язаності в дорослих характеризується вищим рівнем вираженості доброзичливого та підпорядкованого типів відносин у ідеальному образі партнера, в той час, як у юнаків відзначається вищим рівнем зануреності в стосунки та нижчою вираженістю підпорядкованого типу.

Унікаючий тип характеризується збільшеною тенденцією до негативного сприйняття власного ставлення до партнера у двох групах. Але в юнаків він також відзначається нижчим рівнем зануреності в стосунки.

Тривожно-амбівалентний тип описується переважанням відчуття пригніченості в стосунках в людей дорослого віку та вищим рівнем співзалежності у стосунках у людей юнацького віку.

Дезорганізований тип прив'язаності характерний лише для людей дорослого віку, й відзначається збільшеною тенденцією до співзалежності в стосунках та негативною оцінкою взаємин, потенціалу стосунків.

ВИСНОВКИ

Отже, вивчення типу прив'язаності як чинника якості романтичних стосунків у різні вікові періоди є актуальним питанням на сьогодні, оскільки проблеми в стосунках очолюють список запитів, з якими люди звертаються до психотерапевта в Україні. Також важливо дослідити відмінності між різними віковими періодами, адже розвиток людини передбачає наявність кризових етапів, у яких змінюється бачення на стосунки, серед яких криза середини життя є однією з ключових.

Для дослідження використовувалися кількісні та якісні методи збору та обробки даних. До кількісних методів належать опитувальники та математико-статистична обробка даних, а саме кореляційний та порівняльний аналіз. До якісних – метод метафоричних карт та контент-аналіз. Дані методи були доречними у цьому дослідженні, оскільки дали змогу виконати поставлені завдання, та цілісно вивчити предмет дослідження завдяки поєднанню кількісних та якісних методів.

Для перевірки гіпотези 1, яка говорить про те, що люди з безпечним типом прив'язаності більше задоволені власними стосунками та менше схильні до співзалежності у стосунках. На противагу їм, люди з унікаючим, тривожно-амбівалентним чи дезорганізованим типом прив'язаності, більше схильні до співзалежності в стосунках, менше задоволені ними і гірше описують себе та партнера у стосунках, був використаний кореляційний аналіз, який підтвердив дану гіпотезу.

З допомогою порівняльного аналізу було підтверджено гіпотезу 2, що говорить про те, що у юнацькому віці образ партнера більше наповнений проєкціями, ніж у зрілому віці.

Для перевірки гіпотези 3, яка говорить про те, що в юнацькому віці образ романтичного партнера більш ідеалізований та нереалістичний, ніж у дорослому віці, був застосований контент-аналіз, який підтвердив дану гіпотезу.

Крім того, порівнюючи дві групи за особливостями прояву типів прив'язаності, вдалось виявити такі відмінності:

- Безпечний тип прив'язаності характеризується спільною для обох груп потребою у близькості, та відмінним сприйняттям образу ідеального партнера.
- Унікаючий тип проявляється однаково у двох групах, а саме збільшеною тенденцією до негативної оцінки себе у стосунках.
- Тривожно-амбівалентний проявляється у депресивності в людей дорослого віку та у співзалежності в стосунках у юнаків.
- Дезорганізований тип прив'язаності характерний лише для людей дорослого віку, й відзначається збільшеною тенденцією до співзалежності в стосунках та відчуття пригніченості, розчарування в стосунках.

Також були виявлені результати, які виходять за межі гіпотез дослідження, а саме, що у дорослому віці люди більше задоволені власними стосунками, ніж юнаки. До того ж, у людей зрілого віку присутні мазохістичні патерни, та тенденція до захисного механізму ідентифікації з агресором. В свою чергу у людей юнацького віку частіше спостерігається механізм ідеалізації, знецінення та проєкції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. А. Маслоу. Психология бытия. М.: "Рефл-бук" – К.: "Ваклер", 2003. — 138 с.
2. Багатовимірність особистості : психологічний ракурс : колективна монографія / [Н. П. Гапон, С. Л. Грабовська, В. А. Гупаловська та ін.] ; за заг. ред.: С. Л. Грабовської, Р. І. Карковської. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2015. – 374 с.
3. Боулби Д. Привязанность / Пер. с англ. / Общ. ред. и вступ. статья ГВ. Бурменской. – М.: Гардарики, 2003. – 480 с.
4. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей / Пер. с англ. В.В. Старовойтова —2-е изд. — М.: Академический Проект, 2004.— 232 с. — (Руководство , практического психолога).
5. Бриш К. Терапия нарушений привязанности. От теории к практике / Карл Бриш. – Пер. с нем. – М.: Когито-Центр, 2012. – 316 с.
6. Джонсон С. Обними меня крепче / Сью Джонсон., 2018. – 242 с.
7. Кернберг О. Отношения любви. Норма и патология / Отто Ф. Кернберг., 2004. – 256 с. – (Библиотека психологии и психотерапии; вып. 76).
8. Кляйн М. Зависть и благодарность и другие работы 1955-1963 / Мелани Кляйн., 2010. – 320 с. – (Психоаналитические труды.; т. 6).
9. Кляйн М. Развитие одного ребенка. Работы 1920-1928 гг./ Мелани Кляйн., 2007. – 374 с. – (Психоаналитические труды.; т. 1).
10. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. – Москва, 2007. – 474 с. – (Независимая фирма "Класс"). – (Библиотека психологии и психотерапии; вып. 49).
11. Развитие в психоанализе / [М. Кляйн, С. Айзекс, Д. Райвери та ін.]. – Москва, 2001. – 512 с. – (Академический проект).
12. Стайн М. Юнговская карта души. Введение в аналитическую психологию / Мюррей Стайн., 2014. – 256 с. – (Юнгианская психология).

13. Теории личности и личностный рост. Р. Фрейдджер, Д. Фэйдимен. 2002. – 690с.
14. Фрейд А. Эго и механизмы защиты // Теория и практика детского психоанализа. Пер. с англ. И нем. / М.: ООО Апрель Пресс, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. С. 244.
15. Фрейд З. Я и Оно / З. Фрейд. – Тб. : Мерани, 1991. – Т. 2 – 426 с.
16. Фромм Е. Мистецтво любові / Еріх Фромм. – 2-ге вид. – Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2018. – 188 с.
17. Фрранц М. Проекция и возвращение проекций в юнгианской психологии / Мария Луиза фон Фрранц., 2016. – 288 с. – (Клуб Касталия).
18. Холлис Дж. Перевал в середине пути: Как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни / Джеймс Холлис. – Пер. с англ. В.И. Белопольского, В. В. Мершавки. – М.: Когито-Центр, 2011. – 208 с. (Юнгианская психология).
19. Эриксон Эрик. Идентичность: юность и кризис: Учеб. пособие: Пер. с англ./ А.В.Толстых (общ. ред. и пре дисл.) – 2 изд. – М.: Флинта и др., 2006. – 341 с. – (Библиотека зарубежной психологи).
20. Юнг К. Архетипи і колективне несвідоме / Карл Густав Юнг., 2018. – 608 с.
21. Юнг К. Г. Брак как психологическое взаимоотношение. URL: <https://www.yourdreams.ru/biblio/pages/carl-gustav-jung-mpr-1.php>
22. Юнг К. Г. Избранные труды по аналитической психологии. Психологические типы / К. Г. Юнг. – М., 1929. – 359 с.
23. Юнг К. Г. Психология бессознательного / К.Г. Юнг. Москва: Канон,1994. 320с.
24. Adams S. Jealousy in Romantic Relationships, Self-Esteem and Ego Defenses : Submitted in fulfilment of the requirements of the degree of Doctor of Psychology/ Faculty of Arts, Education and Human Development Victoria University, 2012. 208p.

25. Ainsworth, M.D.S. Attachment: Retrospect and prospect // The place attachment in human behavior / C. M. Parkers, J. Stevenson-Hinc (eds.). N.Y., 1982.
26. Amiram D. Vinokur. Projection in Person Perception Among Spouses. *PSPB*, Vol. 26 No. 8, August 2000 P 988-989
27. Bowlby J. A Secure Base / John Bowlby. – London, 2005. – 224 p. – (Routledge). – (Behavioral Sciences; ed. 1).
28. Jeffry A. Simpson, W. Andrew Collins, Sisi Tran, and Katherine C. Haydon Attachment and the Experience and Expression of Emotions in Romantic Relationships: A Developmental Perspective *Journal of Personality and Social Psychology* 2007, Vol. 92, No. 2, 355–367
29. Jung C. The Symbolic Life: Miscellaneous Writings / Carl Gustav Jung., 1977. – 936 p. – (Collected Works of C.G. Jung; vol. 18).
30. Kazan C. and Shaver P. Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process/ Article in *Journal of Personality and Social Psychology*, April 1987
31. Knight R. The Process of Attachment and Autonomy in Latency and Adolescence. Longitudinal study of Ten Children/ R.Knight // *Psychoanalytic Study of the Child*. – 2005. – 60. – p.178-210.
32. Mc Guire W. The Freud/Jung Letters: The Correspondence Between Sigmund Freud and C.G. Jung / W. Mc Guire., 1979, 592 p. – (Princeton University Press).
33. Roy F. Baumeister, Karen Dale, and Kristin L. Sommer Freudian Defense Mechanisms and Empirical Findings in Modern Social Psychology: Reaction Formation, Projection, Displacement, Undoing, Isolation, Sublimation, and Denial. *Journal of Personality* 66:6, December 1998. P 90-92.
34. Sternberg, R. Triangulating Love / Robert J. Sternberg., 2007. – 332 p.
35. WISDOM, J. O. Testing an interpretation within a session . *International Journal of Psycho-Analysis*, 48., 1967. – p. 52.

ДОДАТКИ

Додаток А

«Тест на визначення якості прив'язаності»

Інструкція: Дайте відповідь на запитання, звертаючи увагу на те, наскільки ви з ними погоджуєтесь або не погоджуєтесь. Будь ласка, спробуйте бути точним, наскільки це можливо та постарайтеся, щоб ваша відповідь не впливала на інші відповіді. Тут немає правильних чи неправильних відповідей, ви просто висловлюєте свої почуття та власну думку. Вибирайте з поміж цих варіантів відповідей:

- 1 = Я більшою мірою Не погоджуюся з твердженням.
- 2 = Я певною мірою Не погоджуюся з твердженням.
- 3 = Я певною мірою погоджуюся з твердженням.
- 4 = Я більшою мірою погоджуюся з твердженням.
- 1. Я відчуваю добре, коли я поруч з людиною.
- 2. Я часто переживаю, що мій партнер насправді не любить мене.
- 3. Мені важко утримати інших настільки близько, наскільки я хочу.
- 4. Мені легко бути поруч з іншими.
- 5. Я часто переживаю, що мій партнер не захоче залишитися зі мною.
- 6. Інші хочуть, щоб я був/була ближчою, ніж я цього хочу.
- 7. Це приємно бути поруч з кимось.
- 8. Мені добре поруч з іншими.
- 9. Я не засмучують, коли мене покидають люди.
- 10. Моя звичка заглиблюватися у себе відштовхує інших.
- 11. Я не хочу бути близьким/близькою з іншими людьми.
- 12. Люди неохоче зближуються зі мною, у той час як я цього прагну.
- 13. Мені стає некомфортно, коли хтось хоче зблизитися.
- 14. Зближення з кимось надає мені сили.

Ключ до опитувальника:

Пункти 4, 8 та 9 зворотньо закодовані.

Безпека = Пункт 1, 7 та 14.

Амбівалентність занепокоєння = Пункти 2, 5 та 9.

Уникнення = Пункт 4, 6, 8, 11 та 13.

Амбівалентність заглиблення у себе = 3, 10 та 12.

Додаток Б

«Шкала Спана – Фішера»

Інструкція: Уважно читаючи кожне твердження, виберіть той варіант відповіді, який найбільше Вам відповідає та обведіть цифру, що означає Вашу відповідь.

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 1 = Абсолютно невірно; | 4 = Частково вірно; |
| 2 = Скоріше невірно; | 5 = Скоріше вірно; |
| 3 = Частково невірно; | 6 = Абсолютно вірно |

1. Мені важко приймати рішення.
2. Мені важко сказати «ні».
3. Мені важко з люб'язністю приймати компліменти.
4. Іноді я відчуваю нудьгу або спустошення, якщо у мене немає проблем, на яких можна сфокусуватись.
5. Зазвичай я не роблю для людей нічого такого, що вони в змозі зробити для себе самі.
6. Коли я роблю щось приємне для себе, я зазвичай відчуваю провину.
7. Я не хвилююся дуже багато.
8. Я кажу собі, що все стане краще, коли люди, які є в моєму оточенні змінять свою поведінку.
9. Схоже, що я роблю все для наших стосунків, а ось наші стосунки для мене рідко що-небудь роблять.
10. Іноді я зосереджуюсь на одній людині так, що можу нехтувати іншими стосунками та обов'язками.
11. Схоже, що я потрапляю в стосунки, які завдають мені болю.
12. Зазвичай я не дозволяю іншим бачити «справжнього» мене.
13. Коли хто-небудь засмутить мене, я довго тримаю почуття в собі, але коли-небудь я вибухну.
14. Як правило, я піду на все, лише б не допустити відкритого конфлікту
15. Я часто відчуваю страх або загрозу.
16. Я часто ставлю потреби інших людей вище моїх власних.

Ключ:

Пункти 5 і 7 зворотньо закодовані. Потім підсумуйте всі ваші відповіді. Бали в діапазоні 16 показують низьку співзалежність. Співзалежність зростає зі збільшенням балів.

Додаток В

«RAQ»

Інструкція: уважно прочитайте кожен пункт і визначте, якою мірою це характеризує Ваші почуття та поведінку. Оцініть кожне твердження, використовуючи наступну шкалу:

0 = Не зовсім характеризує мене. 3 = Помірно характеризує мене.

1 = Трохи характеризує мене. 4 = Дуже характеризує мене.

2 = Дещо характеризує мене.

1. Я хороший партнер для близьких стосунків.
2. Мої стосунки мене пригнічують.
3. Я постійно думаю про романтичні стосунки.
4. Я відчуваю себе кращим у стосунках, ніж більшість людей.
5. Я думаю, що я хороший партнер в стосунках.
6. Я думаю про близькі стосунки більше, ніж про будь-що інше.
7. Іноді у мене виникають сумніви щодо моєї обізнаності в стосунках.
8. Мене засмучує якість моїх стосунків.
9. Я не багато мрію про любовні стосунки.
10. Я не дуже впевнений в собі щодо близьких стосунків.
11. Я, здається, не можу бути щасливим у романтичних стосунках.
12. Зазвичай я захоплений(а) думкою про близькі стосунки.
13. Я вважаю себе чудовим партнером у стосунках.
14. Я не задоволений своїм вмінням підтримувати стосунки.
15. Я постійно думаю про те, щоб бути в стосунках.
16. Я б оцінив(ла) себе як "неспроможного" партнера для близьких стосунків.
17. Я відчуваю себе пригніченим у ролі партнера в стосунках.
18. Досить багато часу я думаю про романтичні стосунки.
19. Я відчуваю себе впевнено у ролі партнера в стосунках.
20. Я незадоволений(а) своїми міжособистісними стосунками.
21. Я рідко замислююся про те, щоб вступити у близькі стосунки.
22. Я не дуже впевнений(а) у своєму потенціалі як партнера.
23. Мої любовні стосунки задовільняють мене.
24. Я дуже рідко фантазую про романтичні стосунки.
25. Я іноді сумніваюся у своїй здатності підтримувати близькі стосунки.
26. Мені сумно, коли думаю про свій досвід любовних стосунків.
27. Я напевно думаю про любовні стосунки рідше, ніж більшість людей.
28. Я маю деякі сумніви щодо мого ставлення до партнера.
29. Я не відчуваю байдужості в стосунках.
30. Я не дуже часто думаю про близькі стосунки.

Ключ: Шкала «Оцінка стосунків» - пункти 1, 4, 5, 13, 19, 28, 29

Шкала «Депресія в стосунках» - пункти 2, 7, 8, 14, 16, 17, 20, 22, 25, 26

Шкала «Зануреність в стосунки» - пункти 3, 6, 9, 15, 18, 21, 24, 27, 30

Зворотньо закодовані – пункти 9, 21, 24, 27, 30

Додаток Д**Бланк для заповнення у роботі з метафоричними картами**

Місце для картки

Напишіть будь ласка риси та характеристики цієї людини

Які асоціації вона у Вас викликає?

Додаток Е**Анкета**

Ім'я _____

Вік _____

Стать Ч/Ж

Чи Ви перебуваєте в стосунках (маєте хлопця/дівчину чи чоловіка/дружину)?

Так/Ні

Як Ви вважаєте мають виглядати романтичні стосунки?

Напишіть про свій досвід кохання з першого погляду.

Опишіть сон, який Вам найкраще запам'ятався з життя, який стосується особи протилежної статі. _____

Додаток Ж

Перевірка «Тесту на визначення якості прив'язаності» на узгодженість з нормальним розподілом та за критерієм Альфа - Кронбаха

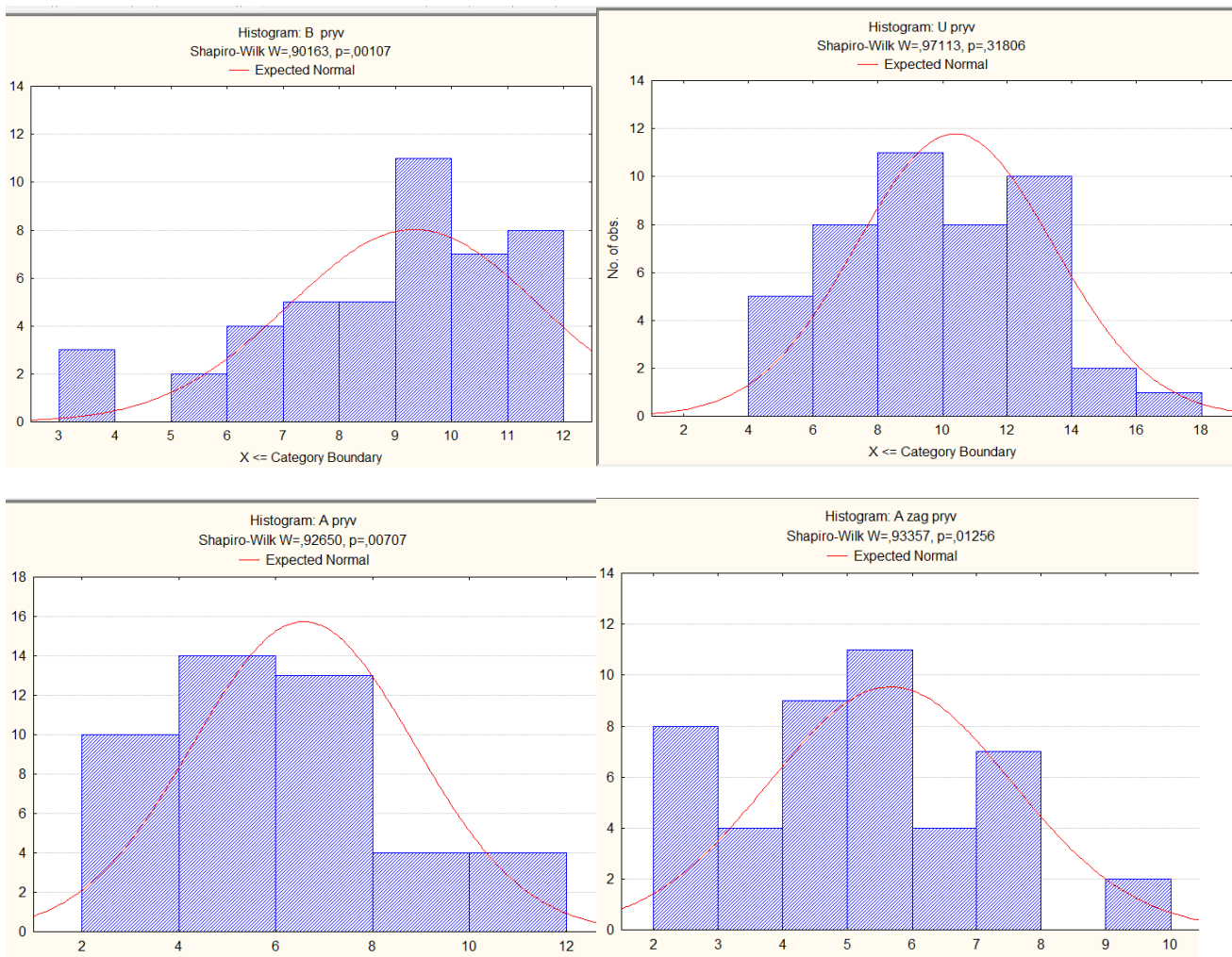


Рис.Ж.1 Перевірка шкал «Тесту на визначення якості прив'язаності» на узгодженість з нормальним розподілом

SUMMARY STATISTICS FOR SCALE			
Mean:	31,955555556	Sum:	1438,0000000
Standard Deviation:	4,847471485	Variance:	23,497979798
Skewness:	,117320189	Kurtosis:	,263785472
Minimum:	22,000000000	Maximum:	44,000000000
Cronbach's alpha:	,625055502	Standardized alpha:	,123043707
	Average Inter-Item Correlation:		,029404193

Рис. Ж.2 Критерій Альфа – Кронбаха

Додаток 3

Перевірка «RAQ» на узгодженість з нормальним розподілом та за критерієм Альфа - Кронбаха

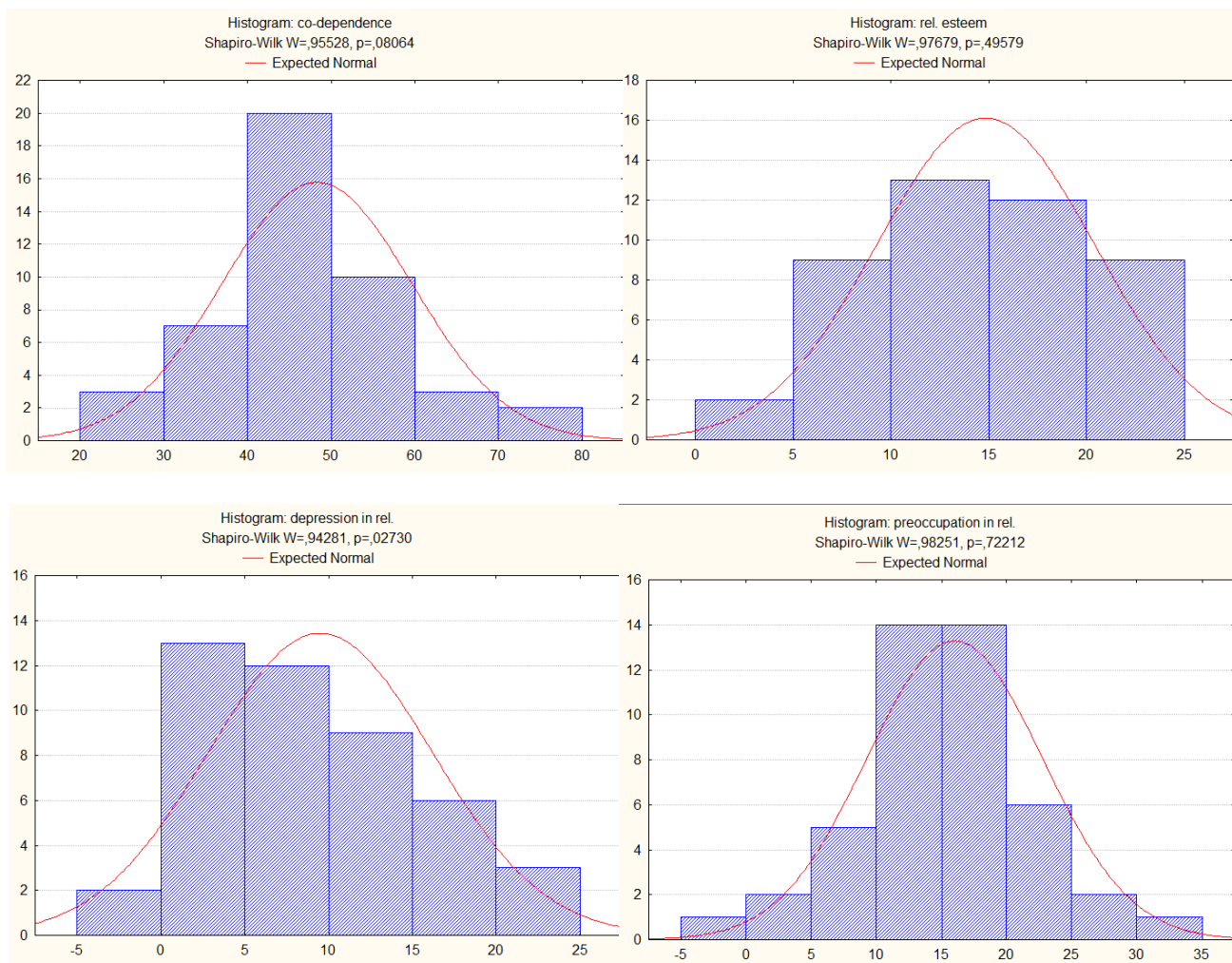


Рис. 3.1 Перевірка шкал «RAQ» на узгодженість з нормальним розподілом

SUMMARY STATISTICS FOR SCALE			
Mean:	88,66666667	Sum:	3990,000000
Standard Deviation:	18,142115743	Variance:	329,13636364
Skewness:	,656228008	Kurtosis:	,703743530
Minimum:	56,00000000	Maximum:	143,00000000
Cronbach's alpha:	,316088938	Standardized alpha:	,292992911
Average Inter-Item Correlation:		,111786258	

Рис. 3.2 Критерій Альфа – Кронбаха

Додаток И

Результати кореляційного аналізу групи 1

Correlations (Spreadsheet1.sta)								
Marked correlations are significant at p < ,05000								
N=20 (Casewise deletion of missing data)								
Variable	co-dependence	rel. esteem	depression in rel.	preoccupation in	B pryv	U pryv	A pryv	A zag pryv
co-dependence	1,000000	-0,016014	0,745728	-0,130936	-0,109264	0,363645	0,358270	0,535426
rel. esteem	-0,016014	1,000000	-0,134381	0,455325	0,422284	-0,579436	-0,125595	-0,523632
depression in rel.	0,745728	-0,134381	1,000000	-0,129688	-0,139711	0,145638	0,726433	0,557865
preoccupation in rel.	-0,130936	0,455325	-0,129688	1,000000	0,346233	-0,136182	0,002025	-0,090603
Ah	0,522088	0,224274	0,478389	-0,104867	0,086352	0,065827	0,270980	0,044903
Pz	0,437352	0,075138	0,488991	-0,097794	0,071325	-0,014616	0,165142	0,209375
Pp	0,047716	0,196246	0,164379	0,527525	0,453163	-0,099841	-0,069957	-0,136211
D	0,157046	0,030836	0,152512	0,429503	0,575937	-0,028551	-0,073950	0,023757
Druzhel	-0,135411	-0,212582	-0,093968	0,483574	0,384707	-0,001675	-0,215076	0,052036

Рис. И.1 Результати кореляційного аналізу Пірсона

Spearman Rank Order Correlations (Spreadsheet1.sta)				
MD pairwise deleted				
Marked correlations are significant at p < ,05000				
Pair of Variables	Valid N	Spearman R	t(N-2)	p-level
depression in rel. & Pz	20	0,550754	2,799502	0,011849
depression in rel. & A zag pryv	20	0,683398	3,971545	0,000895

Рис.И.2 Результати кореляційного аналізу Спірмена

Summary Table for all Multiple Response Items (Spreadsheet1.sta) Totals/percentages based on number of respondents Multiple identical responses were ignored								
N=20 preoccupation in rel.	Pp 5,	Pp 6,	Pp 2,	Pp 4,	Pp 7,	Pp 1,	Pp 0,	Row Totals
14,	1	0	1	0	0	0	0	2
15,	0	1	0	0	0	1	1	3
6,	0	0	2	0	0	0	0	2
17,	0	0	1	3	0	0	0	4
24,	0	0	0	0	1	0	0	1
32,	0	1	0	0	0	0	0	1
23,	0	0	0	0	1	0	0	1
29,	0	0	1	0	0	0	0	1
10,	0	0	0	0	0	1	0	1
20,	0	0	0	1	0	0	0	1
11,	0	0	0	1	0	0	0	1
4,	0	0	0	0	0	0	1	1
18,	0	0	0	0	0	1	0	1
All Grps	1	2	5	5	2	3	2	20

Рис. И.3 Таблица узгодженості змінної «Зануреність в стосунки» (тест RAQ) та змінної «Підпорядкований» (тест Лірі)

Summary Table for all Multiple Response Items (Spreadsheet1.sta) Totals/percentages based on number of respondents Multiple identical responses were ignored									
N=20 Bpuyv	D 7,	D 6,	D 3,	D 5,	D 1,	D 2,	D 4,	D 0,	Row Totals
9,	2	0	0	0	0	1	0	1	4
11,	0	1	1	0	0	0	0	0	2
10,	0	1	1	1	0	2	0	0	5
12,	0	2	0	0	0	0	1	0	3
7,	0	0	0	0	1	0	0	0	1
8,	0	0	2	0	1	0	0	0	3
6,	0	0	0	0	2	0	0	0	2
All Grps	2	4	4	1	4	3	1	1	20

Рис. И.4 Таблица узгодженості змінної «Безпечна прив'язаність» (тест MAQ) та змінної «Підпорядкований» (тест Лірі)

Додаток К

Результати кореляційного аналізу групи 2

Correlations (Spreadsheet2.sta) Marked correlations are significant at $p < ,05000$ N=25 (Casewise deletion of missing data)						
Variable	rel. esteem	preoccupa tion in rel.	Druzhel	B pryv	U pryv	A zag pryv
co-dependence	-0,083281	0,109741	0,023055	-0,001367	0,215115	0,423391
rel. esteem	1,000000	0,412996	0,440814	0,448324	-0,542777	-0,045722
preoccupation in rel.	0,412996	1,000000	0,277147	0,531764	-0,426174	-0,017477
Pp	-0,085827	-0,104957	0,286401	-0,459981	0,183703	0,038780
AI	0,246442	0,122259	0,650696	0,041785	-0,137191	0,071951
B pryv	0,448324	0,531764	0,230904	1,000000	-0,618571	0,165139
U pryv	-0,542777	-0,426174	-0,314337	-0,618571	1,000000	0,246839

Рис. К.1 Результати кореляційного аналізу Пірсона

Spearman Rank Order Correlations (Spreadsheet2.sta) MD pairwise deleted Marked correlations are significant at $p < ,05000$				
Pair of Variables	Valid N	Spearman R	t(N-2)	p-level
B pryv & preoccupation in rel.	25	0,437824	2,33547	0,028604
B pryv & Pp	25	-0,432207	-2,29857	0,030954
A pryv & co-dependence	25	0,458406	2,47365	0,021188

Рис. К.2 Результати кореляційного аналізу Спірмена

Summary Table for all Multiple Response Items (Spreadsheet2.sta) Totals/percentages based on number of respondents Multiple identical responses were ignored									
N=25 Bpryv	Pp 3,	Pp 1,	Pp 4,	Pp 5,	Pp 2,	Pp 10,	Pp 6,	Pp 8,	Row Totals
8,	1	0	1	0	0	0	0	0	2
11,	1	1	1	1	1	0	0	0	5
10,	0	0	2	3	1	0	0	0	6
4,	1	0	0	0	0	0	1	1	3
12,	1	1	0	1	2	0	0	0	5
7,	1	0	0	0	1	1	0	0	3
9,	0	0	0	1	0	0	0	0	1
All Grps	5	2	4	6	5	1	1	1	25

Рис. К.3 Таблиця узгодженості змінної «Безпечна прив'язаність» (тест MAQ) та змінної «Підпорядкований» (тест Лірі)

Додаток Л
Порівняльний аналіз двох груп

Variable	T-tests; Grouping: Group (Spreadsheet3.sta)										
	Mean 1	Mean 2	t-value	df	p	Valid N 1	Valid N 2	Std.Dev. 1	Std.Dev. 2	F-ratio Variance	p Variance
rel. esteem	16,75000	13,32000	2,13152	43	0,038802	20	25	4,72257	5,82180	1,519701	0,355133
Liri suma	24,85000	32,24000	-2,03590	43	0,047951	20	25	12,69594	11,60560	1,196725	0,669510

Рис. Л.1 Результати порівняльного аналізу за Т критерієм Стюдента

Таблиця Л.1

Порівняння двох груп за мірою вираження типу прив'язаності

	Сума 1 група	Сума 2 група	Відсотки у групі 1	Відсотки у групі 2
Безпечний тип	187	233	35,30	32,32
Унікаючий тип	190	277	21,52	23,05
Тривожно-амбівалентний тип	122	174	23,03	24,13
Дезорганізований тип	107	148	20,20	20,52

Таблиця Л.2

Порівняння двох груп за мірою вираження показників якості романтичних стосунків

	Сума 1 група	Сума 2 група	Відсотки у групі 1	Відсотки у групі 2
Співзалежність	909	1256	47,3	52,3
Оцінка стосунків	335	333	47,06	40,86
Депресія в стосунках	179	249	17,60	21,39
Зануреність в стосунки	324	396	35,40	37,80