

## ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.9

DOI 10.52928/2070-1640-2024-42-2-66-70

### ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРИВЯЗАННОСТИ В БЛИЗКИХ И РОМАНТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ

*Е. А. ВАНЬШИНА, д-р психол. наук, проф. И. Н. АНДРЕЕВА*

*(Полоцкий государственный университет имени Евфросинии Полоцкой)*

Рассматриваются привязанности в эмоциональных отношениях студентов. Цель исследования – выявить характер взаимосвязи между показателями привязанности в близких и романтических отношениях у студентов. Использовались опросник привязанности к близким людям Н. В. Сабельниковой и Д. В. Каширского, мультиопросник измерения романтической привязанности у взрослых Т. Л. Крюковой и О. А. Екимчик. К показателям привязанности к близким людям относятся переменные «Избегание» и «Беспокойство». К показателям привязанности в романтических отношениях – переменные «Стремление к сближению», «Фрустрация», «Самоподдержка», «Амбивалентность», «Доверие, уверенность», «Ревность, страх быть брошенным», «Срастание с партнером». Для обработки результатов использовался метод корреляционного анализа Спирмена.

В ходе исследования были выявлены следующие значимые умеренные и сильные корреляции переменных привязанности в близких и романтических отношениях: 1) показатель «Избегание» обнаруживает положительные взаимосвязи с показателями «Фрустрация», «Самоподдержка», «Амбивалентность», а также отрицательные – с показателями «Стремление к сближению», «Доверие, уверенность»; 2) показатель «Беспокойство» образует положительные взаимосвязи с показателями «Фрустрация», «Амбивалентность», «Ревность, страх быть брошенным», «Срастание с партнером».

**Ключевые слова:** эмоциональная привязанность, близкие отношения, романтические отношения.

**Введение.** основоположник теории привязанности Дж. Боулби определяет привязанность как инстинктивную биологическую форму поведения, а также результат деятельности систем управления поведением, имеющих постоянную установочную цель, особенностью которой служат определенного рода отношения с другим индивидом [1]. Основу для изучения привязанности у взрослых людей положила М. Мэйн, которая пришла к выводу, что модели привязанности во взрослом возрасте зависят не только от опыта человека, но и от его внутреннего объяснения и описания этого опыта. В дальнейшем исследования К. Бартоломью и Л. Горовица показали, что индивидуальные различия в привязанности взрослых отражают два основных аспекта: тревожность и избегание, связанные с привязанностью [2]. Кроме того, С. Хазан и Ф. Шайвер рассматривали понятие романтических отношений через призму теории привязанности [4].

Характер привязанности, который формируется в детстве, непосредственно влияет на межличностные отношения взрослых, включая близкие, романтические отношения, дружбу и отношения на работе. Основной сферой межличностных отношений, на которую влияет привязанность, является сфера близких отношений, рассматриваемых как вид межличностных отношений, как значимые, избирательные взаимосвязи субъектов, направленные на удовлетворение потребности в любви и принадлежности, основанные на аффилиативных чувствах и привязанности к партнеру, характеризующиеся интимностью, неформальностью, значимостью, долговременностью существования, эмоциональной глубиной [3].

Одним из вариантов реализации близких отношений являются романтические отношения. Они представляют собой особый диадический вид отношений, которые как модель взаимодействия формируются обычно в подростковом возрасте, сопровождаются проявлением сильной симпатии и любви к партнеру, характеризуются добровольностью и отсутствием правовой регламентированности и проявляются в близком бескорыстном взаимодействии, взаимной поддержке, заботе, регулярном общении и сексуальной привязанности. Романтические отношения динамичны и развиваются при прохождении партнерами трудных жизненных ситуаций<sup>1</sup>. С. Хазан и Ф. Шайвер указывают на то, что люди с разной ориентацией привязанности имеют разные виды представления о ходе романтической любви, доступности и доверительности [4].

Исследования привязанности представляют собой важную область изучения в психологии. Изначально теория привязанности разрабатывалась для объяснения особенностей взаимоотношений между матерью и ребенком, но в дальнейшем была расширена до изучения привязанности взрослых. Привязанность отражает способность человека к установлению и поддержанию эмоциональных связей с другими людьми, особенно с кругом

<sup>1</sup> Бочавер К.А. Романтические отношения в юношеском возрасте: представления о преодолении трудностей: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. – М., 2012. – 198 л.

значимых лиц. Теория привязанности напрямую связана с межличностными отношениями, включая романтические отношения, дружбу, отношения с родственниками. Таким образом, исследования в этой области помогают понять, как стили привязанности влияют на эти отношения.

**Основная часть.** Цель исследования – выявить характер взаимосвязи между показателями привязанности в близких и романтических отношениях у студентов.

*Гипотеза исследования* – компоненты эмоциональной привязанности в близких отношениях взаимосвязаны с составляющими привязанности в романтических отношениях.

Для проведения эмпирического исследования был использован метод опроса. Применялись следующие методики: «Опросник привязанности к близким людям» Н. В. Сабельниковой и Д. В. Каширского, «Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых» в адаптации Т. Л. Крюковой и О. А. Екимчик. Для обработки эмпирических данных был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Исследование проводилось на базе высших учебных заведений Республики Беларусь (Полоцкий государственный университет имени Евфросинии Полоцкой, Витебский государственный университет имени П. М. Машерова, Белорусский государственный университет). В состав выборки вошли студенты в возрасте 17–23 лет ( $M = 18,7, SD = 1,37$ ). Объем выборки – 90 человек (45 юношей, 45 девушек).

При помощи коэффициента ранговой корреляции Спирмена были изучены взаимосвязи между показателями привязанности к близким людям и в романтических отношениях у студентов. К показателям привязанности к близким людям относятся переменные «Избегание» и «Беспокойство», к показателям привязанности в романтических отношениях – «Стремление к сближению», «Фрустрация», «Самоподдержка», «Амбивалентность», «Доверие, уверенность», «Ревность, страх быть брошенным», «Срастание с партнером». Полученные результаты представлены в таблице.

Таблица. – Взаимосвязи между показателями привязанности к близким людям и показателями привязанности в романтических отношениях у студентов

Переменные привязанности к близким людям	Переменные привязанности в романтических отношениях	Коэффициент ранговой корреляции Спирмена	Уровень значимости
«Избегание»	«Стремление к сближению»	-0,76	0,00
	«Фрустрация»	0,48	0,00
	«Самоподдержка»	0,56	0,00
	«Амбивалентность»	0,53	0,00
	«Доверие, уверенность»	-0,34	0,00
	«Ревность, страх быть брошенным»	0,84	0,43
«Беспокойство»	«Срастание с партнером»	0,14	0,16
	«Стремление к сближению»	0,11	0,29
	«Фрустрация»	0,51	0,00
	«Самоподдержка»	0,13	0,20
	«Амбивалентность»	0,37	0,00
	«Доверие, уверенность»	-0,06	0,59
	«Ревность, страх быть брошенным»	0,66	0,00
«Срастание с партнером»	0,54	0,00	

Исходя из результатов, представленных в таблице, можно сделать вывод о наличии значимых корреляций между показателями привязанности к близким людям «Избегание» и «Беспокойство» и представленными ниже показателями привязанности в романтических отношениях ( $p < 0,05$ ). Значимые корреляции представлены на рисунке.

Проанализируем представленные на рисунке значимые ( $p < 0,05$ ) корреляции между переменными привязанности в близких и в романтических отношениях.

Выявлена сильная отрицательная связь между переменными «Избегание» и «Стремление к сближению». Это означает, что чем более выражено избегание в близких отношениях, тем менее характерно для индивида стремление к сближению со своим партнером в романтических отношениях. Переменная «Стремление к сближению» отражает готовность к эмоциональной близости с романтическим партнером и принятие партнера. Данную корреляцию можно объяснить тем, что лица с высокими показателями избегания часто стремятся воздерживаться от физической и эмоциональной близости, ценят свою независимость и пытаются сохранять ее. Избегающий тип привязанности проявляется через невозмутимость, холодность и отстраненность. Индивиды, привязанность которых носит отстраненный, избегающий характер, опасаются потерять свободу из-за чрезмерной, по их мнению, привязанности. Они менее заинтересованы в создании близких отношений и легче идут на разрыв [5].

Определена положительная умеренная значимая корреляция между переменными «Избегание» и «Фрустрация». Она свидетельствует о том, что с повышением выраженности избегания в отношениях с близкими людьми возрастает выраженность фрустрации в романтических отношениях. Понятие фрустрации определяют как психологическое состояние, возникающее при возникновении трудностей на пути к удовлетворению потребностей или достижению цели [6]. Взаимосвязь может объясняться общими тенденциями в поведении людей

с избегающей моделью поведения. Такие индивиды в близких отношениях склонны сдерживать свои эмоции и чувства, что может приводить к недостатку эмоционального выражения, накоплению отрицательных эмоций. Кроме того, лица с избегающим паттерном поведения в близких отношениях часто испытывают трудности с доверием к другим людям. Могут быть предельно осторожны в установлении близких и романтических отношений и часто ожидают, что их предадут или используют. К тому же у них присутствует тенденция к игнорированию или подавлению собственных эмоциональных и психологических потребностей. Таким образом, лица с избегающей моделью поведения уклоняются от романтических и интимных отношений по причине страха отвержения или страха быть уязвимым, вследствие чего они испытывают фрустрацию из-за отсутствия глубоких эмоциональных связей и поддержки, а также чувства одиночества.



Рисунок. – Корреляционная плеяда показателей привязанности в близких и романтических отношениях

Еще одной выявленной корреляцией является положительная умеренная значимая взаимосвязь между переменными «Избегание» и «Самоподдержка». Так, чем более выраженным является избегание в близких отношениях, тем более характерна для индивида самоподдержка. Самоподдержка определяет уровень независимости в эмоциональных отношениях с партнером. Объяснение корреляции заключается в том, что при высоком уровне избегания высокий уровень самоподдержки может быть связан со стремлением к независимости, самостоятельности и автономии, вследствие чего люди привыкают решать свои проблемы самостоятельно, отказываясь от помощи других.

Значимая корреляция между переменными «Избегание» и «Амбивалентность» является положительной умеренной. Это свидетельствует о том, что с повышением выраженности избегания в близких отношениях возрастает выраженность амбивалентности в романтических отношениях. Амбивалентность в отношениях характеризует противоречивость или стабильность эмоционального отношения к своему партнеру. В предшествующих исследованиях не выявлено корреляций между «Избеганием» и «Амбивалентностью», т.к. избегающие отличаются однозначной моделью поведения, предпочитая сохранять эмоциональное расстояние. Однако полученные нами результаты могут объясняться внутренними противоречиями в отношении близости и интимности: наличие одновременно желания близких отношений и страха открыться, стать уязвимым. Присутствие такого противоречия может вызывать внутренний конфликт, приводящий к наличию непоследовательных чувств и мыслей по отношению к другому человеку.

Установлена значимая отрицательная умеренная корреляция между переменными «Избегание» и «Доверие, уверенность в партнере». Это означает, что чем более выражено избегание в близких отношениях, тем менее характерны для индивида доверие к своему партнеру и уверенность в нем. Отсутствие доверия и уверенности является распространенной чертой избегающих людей. Это связано с такими страхами, как страх отвержения и страх уязвимости. С повышением уровня избегания увеличивается страх быть отвергнутыми или покинутыми, соответственно, понижается доверие и уверенность в партнере, т.к. люди часто ожидают, что их могут

оставить. Еще одним объяснением может служить интерпретация через призму эмоциональной отстраненности и недоступности избегающих людей, что проявляется в склонности к сокрытию своих чувств и мыслей, затрудняющей установление глубокого контакта и взаимного доверия в отношениях.

Выявлена значимая положительная умеренная связь между переменными «Беспокойство» и «Фрустрация». Данная корреляция указывает на то, что с повышением выраженности беспокойства с близкими людьми наблюдается рост выраженности фрустрации в романтических отношениях. Фрустрация в романтических отношениях часто связана с навязчивыми мыслями и негативным эмоциональным состоянием. Тревожный тип привязанности может быть связан с определенными негативными событиями или опытами в прошлом, которые сформировали этот стиль привязанности. Индивиды с таким типом привязанности могут испытывать большую тревогу и неуверенность в себе в отношениях с другими людьми. Это может приводить к повышенному уровню фрустрации, т.к. они могут испытывать трудности в установлении и поддержании здоровых романтических отношений. Тревожный тип привязанности может привести к повышенной чувствительности, неуверенности и страху перед отвержением. Это усиливает фрустрацию, когда люди ощущают, что их нужды и ожидания в отношениях не удовлетворяются.

Обнаружена значимая положительная умеренная связь между показателями «Беспокойство» и «Амбивалентность». Это означает, что чем более выражено беспокойство в близких отношениях, тем более характерна для индивида амбивалентность в романтических. Амбивалентность в романтических отношениях связывают с нестабильностью эмоционального отношения к романтическому партнеру и связи с ним. Тревожный тип привязанности может соотноситься с амбивалентностью, потому что лица с этим типом привязанности часто ощущают внутренние противоречия в своих отношениях. Амбивалентность означает, что человек переживает смешанные эмоции в отношении других людей. В контексте тревожного типа привязанности это может проявляться в том, что они одновременно желают близости и поддержки, но при этом боятся отвержения и обиды. Человек с тревожным типом привязанности может желать интимности и близости в отношениях, но одновременно испытывать тревогу и беспокойство, что его нужды не будут удовлетворены или он будет отвергнут.

Определена значимая положительная умеренная связь между переменными «Беспокойство» и «Ревность, страх быть брошенным». Другими словами, чем выше выраженность беспокойства в близких отношениях, тем более характерны ревность и страх быть брошенным в романтических отношениях. Объяснение данной корреляции связано с повышенной чувствительностью к сигналам отвержения и потребности в подтверждении любви и своей значимости. Ревность может возникать из страха потерять близкого человека, особенно в ситуациях, когда, по их мнению, другие личности могут быть более привлекательными или достойными. Данные результаты согласуются с результатами исследования А. М. Поуэрса, согласно которым, индивидам с тревожной привязанностью свойственны интенсивные переживания ревности, приводящие к «разжиганию» других негативных эмоций и «переполнению» потоком негативных мыслей. Участникам экспериментального исследования «назначался» партнер, а затем показывалось видео, в котором партнер флиртовал с другим человеком. Индивиды с тревожной привязанностью демонстрировали самое интенсивное чувство ревности в сравнении с участниками с надежной и избегающей привязанностью [7]. Таким образом, ревность часто связана с потребностью в безопасности и страхом потерять важный источник поддержки и любви, что может вызывать беспокойство. Боязнь быть брошенными также является результатом тревожного типа привязанности.

Наряду с этим значимая положительная умеренная корреляция обнаружена между переменными «Беспокойство» и «Срастание с партнером». Это свидетельствует о том, что для лиц с высокой выраженностью беспокойства в близких отношениях характерна большая степень срастания с романтическим партнером, которая показывает недифференцированность личных границ в отношениях и психологическое слияние. Чрезмерное слияние с партнером может быть распространенной особенностью у людей с тревожным типом привязанности. Это связано с их интенсивной потребностью в близости и подтверждении, а также со страхом быть брошенными или отвергнутыми. Лица с тревожным типом привязанности часто ищут подтверждения своей значимости, любви и привязанности у своего партнера. Они могут быть сильно зависимы от партнера, стремятся проводить с ним много времени и испытывают беспокойство, когда находятся на расстоянии. Иногда это может приводить к нарушению здоровых границ и потере независимости.

**Заключение.** Таким образом, выявлены значимые положительные взаимосвязи между переменной привязанности в близких отношениях «Избегание» и показателями привязанности в романтических отношениях «Фрустрация», «Самоподдержка», «Амбивалентность», а также значимые отрицательные взаимосвязи с показателями «Стремление к сближению» и «Доверие, уверенность». Кроме того, выявлены значимые положительные корреляции переменной привязанности к близким людям «Беспокойство» с такими показателями привязанности в романтических отношениях, как «Фрустрация», «Амбивалентность», «Ревность, страх быть брошенным», «Срастание с партнером». Следовательно, гипотеза о том, что показатели эмоциональной привязанности в отношениях с близкими людьми (родители, сиблинги, друзья) взаимосвязаны с составляющими эмоциональной привязанности в романтических отношениях, подтвердилась частично.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Боулби Дж. Привязанность. – М.: Гардарики, 2003. – 480 с.
2. Bartholomew K., Horowitz L. M. Attachment styles among young adults: A test of a four category model // Journal of Personality and Social Psychology. – 1991. – Vol. 61. – № 2. – P. 226–244.
3. Сапоровская М. В., Екимчик О. А., Опекина Т. П. Близкие отношения: теоретический обзор исследований и концептуализация модели // Вестн. Костром. гос. ун-та. Серия: Педагогика. Психология. СоциокINETИКА. – 2021. – Т. 27, № 4. – С. 144–154. DOI: 10.34216/2073-1426-2021-27-4-144-154
4. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process // J. Pers. Soc. Psychol. – 1987. – Vol. 52. – P. 511–524. DOI: 10.4324/9781351153683-17
5. Падун М. А. Регуляция эмоций и эмоциональная безопасность ребенка в семье [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. – 2017. – Т. 6, № 2. – С. 27–35. DOI: 10.17759/jmfp.2017060203
6. Пискленова Е. В. Фрустрация как психологический феномен // Аллея науки. – 2017. – Т. 4, № 9. – С. 475–479. EDN YYZBAP.
7. Eisenberg N., Cumberland A, Spinrad TL. Parental Socialization of Emotion // Psychol Inq. – 1998. – Vol. 9, No. 4. – P. 241–273. DOI: 10.1207/s15327965pli0904\_1

Поступила 16.09.2024

### THE RELATIONSHIP BETWEEN INDICATORS OF ATTACHMENT IN CLOSE AND ROMANTIC RELATIONSHIPS

**E. VANSHINA, I. ANDREYEVA**  
(*Euphrosyne Polotskaya State University of Polotsk*)

*The purpose of the study is to identify the nature of the relationship between the indicators of attachment in close and romantic relationships among students. The questionnaire of attachment to close people by N. V. Sabelnikova and D. V. Kashirsky, a multi-questionnaire measuring romantic attachment in adults by T. L. Kryukova and O. A. Ekimchik were used. Indicators of attachment to loved ones include the variables “Avoidance” and “Anxiety”. Indicators of attachment in romantic relationships include the variables “Desire for rapprochement”, “Frustration”, “Self-support”, “Ambivalence”, “Trust, confidence”, “Jealousy, fear of abandonment”, “Bonding with a partner”. Spearman’s correlation analysis method was used to process the results.*

*The study revealed the following significant moderate and strong correlations of attachment variables in close and romantic relationships: 1) the “Avoidance” indicator reveals positive correlations with the indicators “Frustration”, “Self-support”, “Ambivalence”, as well as negative ones with the indicators “Desire for rapprochement”, “Trust, confidence”; 2) the indicator “Anxiety” forms positive correlations with the indicators “Frustration”, “Ambivalence”, “Jealousy, fear of abandonment”, “Bonding with a partner”.*

**Keywords:** *emotional attachment, close relationships, romantic relationships.*