

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Костромской государственный университет имени Н. А. Некрасова»

На правах рукописи

Григорова Татьяна Петровна

**ДЕСТРУКТИВНАЯ ПРИВЯЗАННОСТЬ К ПАРТНЕРУ
ВО ВЗРОСЛОМ ВОЗРАСТЕ И СОВЛАДАНИЕ С ЕЕ
ПРОЯВЛЕНИЯМИ**

Специальность: 19.00.13 – психология развития, акмеология
(психологические науки)

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель:
доктор психологических наук,
профессор
Крюкова Татьяна Леонидовна

Кострома – 2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
Глава 1. Психологический анализ исследований, выполненных в русле теории привязанности	14
1.1 Теория привязанности в психологии развития	14
1.2 Исследование привязанности во взрослом возрасте.	18
1.3 Деструктивная привязанность как специфическая модель привязанности во взрослом возрасте.	22
1.3.1 Основания для выделения категории деструктивной привязанности.	22
1.3.2 Феномены любви и ненависти в модели деструктивной привязанности взрослых	28
1.4 Привязанность и аддиктивное поведение личности: неклинический и клинический аспекты.....	36
Выводы:.....	43
Глава 2. Общая характеристика совладающего поведения в близких отношениях взрослых	45
2.1 Понятие стресса: защитные механизмы и основные копинг-стратегии	45
2.2 Стресс и совладание с ним в близких отношениях взрослых (в том числе в отношениях привязанности)	56
2.3 Совладающее поведение личности и ее психологическое благополучие	61
Выводы:.....	66
Глава 3. Эмпирическое исследование совладания с проявлениями деструктивной привязанности в отношениях взрослых	67
3.1. Организационно методическое обеспечение эмпирического исследования	67
3.2 Анализ проявлений деструктивной привязанности.....	73
3.3 Анализ личности субъекта деструктивной привязанности.....	92
3.4 Совладание поведение субъекта деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте	99
3.5 Последствия отношений деструктивной привязанности для личности: копинг-динамика, совладание и несовладание.	110

ВЫВОДЫ.....	115
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	117
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	120
Приложение 1	139
Приложение 2	149

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В настоящее время в науке остается высоким интерес к проблемам совладающего поведения в межличностных взаимоотношениях, в частности, в отношениях привязанности (близких, романтических, любовных отношениях) и их влиянию на психическое развитие человека и качество его жизни. Наше исследование является логическим продолжением ряда исследований данной проблемы в Костромской школе совладающего поведения: работ М.В. Сапоровской, Е.В. Куфтяк, Е.А. Петровой, О.А. Екимчик, Н.С. Смирновой (Шиповой), И.В. Ювенского и др. В психологии развития крайне важной является идея о том, что в близких межличностных отношениях удовлетворяются значимые потребности личности в любви, принятии, чувстве безопасности (Bowlby, 1982; Fraley, 1997; Hatfield и Rapson, 1993; Shaver, 1988; E. Berscheid, 2005). Приверженцы эволюционной теории делают акцент на ведущей роли сексуального поведения, реализации репродуктивной функции личности во взрослом возрасте (Shaver, Hazan, 1988; Buss, 1994). В тоже время нарушения привязанности, химические и поведенческие аддикции, актуализируют трудности эффективной адаптации и личностного роста и развития человека (Sassman, 2010; Timmreck, 1990; Curtis, 1983). Несмотря на научную популярность и многочисленность исследований в области психологии совладающего поведения (Л.И. Вассерман, Н.А. Сирота, И.А. Горьковая, Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова и др.), на данный момент в науке ощущается нехватка теоретических и эмпирических исследований совладающего поведения партнеров в неудовлетворяющих, тягостных отношениях, которые человек не способен прекратить самостоятельно, а субъект подобных отношений часто описывается с точки зрения аддиктологии (N. Gross, L. Simmons и др.; в т.ч., разделы F5 и F6 МКБ-10).

Согласно основным идеям теории привязанности, субъект привязанности испытывает потребность в объекте привязанности в

ситуациях опасности или ситуации тревоги, который выступает для него «*secure base*», или «базой безопасности», и испытывает стресс при расставании с ним. В тоже время, отношения с ненадежным, избегающим партнером снижают развитие стабильной и безопасной психической основы; снижают эффективность совладания с трудными жизненными ситуациями; предрасполагают человека к психопатологическим расстройствам в кризисные периоды (Боулби, 2003).

Под *деструктивной привязанностью* к партнеру во взрослом возрасте мы понимаем генерализованный тип небезопасной привязанности, субъект которой не испытывает удовлетворения потребностей в любви, принятии и безопасности; имеющий ярко выраженный стрессогенный характер, связанный с хроническим переживанием субъектом угрозы разрыва отношений и потери партнера, и оказывающий негативное влияние на его психологическое благополучие (Григорова, 2011, 2012, 2013).

Усиленное, напряженное совладание, либо несовладание субъекта привязанности с этими проявлениями (тревогой; страхом потери партнера; поведением привязанности, имеющим характер навязчивости и др.) на наш взгляд, является фактором его психического развития. Изучение данной проблемы позволит описать специфику совладания с проявлениями деструктивной привязанности и возможности субъекта разорвать либо преобразовать неблагоприятные отношения с партнером ради сохранения собственного субъективного благополучия, выживания или лучшей адаптации (в зависимости от степени деструктивности привязанности).

Разработанность проблемы. В настоящее время основная масса исследований привязанности у взрослых людей, продолжающих исследования Дж. Боулби, проводится с конца 1980-х за рубежом (К. Bartholomew, R.C. Fraley, L.M. Horowitz, R. Bornstein, K. Brennan, Ph. Shaver, N. Collins, C. Hazan, J. Holmes, A.M. Groh, G.I. Roisman, C. Booth-LaForce, M.T. Owen, M.J. Cox, M.R. Burchinal, K.A. Brennan, C.L. Clark, C.C. Brumbaugh, W.J. Chopik, R.S. Edelstein, M. E. Heffernan, A.M. Vicary).

Из отечественных работ можно выделить исследования В.Н. Кунициной, Т.В. Казанцевой, В.О. Аникиной, Е.О. Смирновой, С. Калмыковой, Л.А. Николаевой, О.А. Екимчик и др.

На основе работ С. Хазан и Ф. Шейвер предпринимались попытки исследования стилей привязанности взрослых по аналогии с типологией привязанности детей (М. Эйнсворт, М. Мэйн). Выявлено, что как ребенку, так и взрослому свойственны индивидуальные различия поведения привязанности. В рамках такого подхода были описаны надежный, амбивалентный и избегающий стили привязанности взрослых, исследованы их проявления в межличностных отношениях. В начале 90-х годов XX века была сделана попытка связать различные стили привязанности с внутренними моделями «себя» и «другого», на основании чего было выделены и описаны четыре стили привязанности взрослых (Bartholomew и Horowitz, 1991).

Основные данные о небезопасных привязанностях к партнеру во взрослом возрасте и их влиянии на личность субъекта привязанности представлены в клинической литературе на основе психотерапевтической практики и лечения данных субъектов. Кроме того, в клинической и психоаналитической литературе широко освещаются такие феномены как поведенческие аддикции, созависимость, зависимое и избегающее расстройство личности, расстройства привязанности в детском возрасте.

Однако исследований деструктивной привязанности психологии развития практически нет, как мы предполагаем, в связи с пограничным положением данного феномена - крайне выраженном небезопасном типе привязанности у взрослых с признаками аддиктивного поведения (Григорова, 2012).

Изучение данной проблемы в рамках психологии развития позволит описать специфику совладания с проявлениями деструктивной привязанности и возможности субъекта разорвать либо преобразовать неблагоприятные отношения.

Проблема исследования: как субъект деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте совладает с ее проявлениями, вызванными острым переживанием угрозы разрыва отношений и их негативными особенностями.

Цель исследования состоит в изучении особенностей совладания субъекта деструктивной привязанности к партнеру с ее проявлениями во взрослом возрасте.

Объект: совладающее поведение у взрослых с деструктивной привязанностью к партнеру.

Предмет: стратегии совладания субъекта деструктивной привязанности к партнеру с проявлениями данной привязанности (страх потери партнера, ревность, ненависть к партнеру, чувство собственной незначимости для него и др.).

Основная гипотеза: субъект деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте характеризуется как специфическими чертами личности, так и особенностями выраженности и динамики совладания с проявлениями данной привязанности.

Частные гипотезы:

1) Субъект деструктивной привязанности переживает специфические эмоциональные, поведенческие и когнитивные проявления данной привязанности, активизирующие его совладающее поведение.

2) Субъекту деструктивной привязанности свойственны специфические стратегии и динамика совладающего поведения с ее проявлениями.

3) Чем дольше субъект деструктивной привязанности находится в отношениях с объектом данной привязанности, тем более выражены у него проявления несовладания и дезадаптации или негативная динамика копинга.

4) Субъектом деструктивной привязанности является личность, обладающая набором специфических черт и особенностей.

В соответствии с целью и гипотезами исследования были сформулированы следующие **задачи**:

Теоретические:

- дать феноменологическое описание деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте в контексте психического развития личности;
- проанализировать понятия «стили привязанности у взрослых», «деструктивная привязанность», «любовная аддикция» в контексте межличностных отношений личности;
- рассмотреть феномен совладающего поведения субъектов деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте;
- рассмотреть специфику совладающего поведения в контексте нарушений привязанности и когнитивно-поведенческих аддикций.

Методические:

- разработать новый методический комплекс для исследования проявлений деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте, а также специфики совладающего поведения с ними;
- апробировать метод сочетания качественного и количественного исследования совладания с проявлениями деструктивной привязанности к партнеру;
- сопоставить преобладающие в исследовании качественные результаты исследования с количественными данными для получения полных и достоверных результатов о проблеме исследования.

Эмпирические:

- выявить эмпирические проявления деструктивной привязанности во взрослом возрасте;
- изучить способы совладания субъекта деструктивной привязанности к партнеру с ее проявлениями во взрослом возрасте;

- описать динамику совладающего субъекта деструктивной привязанности к партнеру с ее проявлениями во взрослом возрасте;
- изучить особенности личности субъекта деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте;
- рассмотреть факторы, обуславливающие успешность совладания субъекта с проявлениями деструктивной привязанности во взрослом возрасте.

Теоретико-методологической базой исследования выступают: теория и типологии стресса и посттравматического стресса (R.S. Lazarus, S. Folkman, C.M. Aldwin, G. Vaillant, G. Bodenmann, Г. Селье, В.А. Бодров, А.А. Обознов, Н.В. Тарабрина, Н.Е. Харламенкова и др.); психология субъекта (А.В. Брушлинский, Е.А. Сергиенко, В.В. Знаков, Л.И. Анциферова и др.); психология совладающего поведения как поведения субъекта (Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куфтяк, С.А. Хазова, О.Б. Подобина и др.); теория привязанности, в том числе, у взрослых (M. Ainsworth, J. Bowlby, K. Bartholomew, L.M. Grossman, R.C. Fraley, L. Horowitz, R. Bornstein, K. Brennan, Ph. Shaver, N. Collins, C. Hazan, J. Holmes);

Новизна исследования:

Предложено авторское понимание феномена деструктивной привязанности во взрослом возрасте – как крайне выраженном небезопасном типе привязанности к партнеру с признаками аддиктивного поведения в любовных отношениях взрослых. Получены новые результаты, касающиеся проявления деструктивной привязанности (*эмоциональные, поведенческие, когнитивные*), подтвержден и проанализирован их стрессогенный характер. Приведены сравнения и показаны связи феномена деструктивной привязанности с индивидуальными стилями привязанности во взрослом возрасте и межличностными аддикциями. Дано возрастное-психологическое описание личности взрослого субъекта деструктивной привязанности. Новым оказалось то, что совладающее поведение и его динамика у субъектов деструктивной привязанности во взрослом возрасте с ее различными

проявлениями, в том числе, несовладание, получили эмпирически верифицированную специфику. Получены новые закономерности совладающего поведения в ситуации усиления деструктивной привязанности: *дистанцирование; контроль; непродуктивное совладание и несовладание*, имеющие негативную динамику - несовладание с переживаниями, связанными с деструктивной привязанностью к партнеру.

Научное и прикладное значение: научное значение работы состоит в расширении теоретических представлений о стрессогенном характере нарушений привязанности во взрослом возрасте и совладании субъекта с их проявлениями. Деструктивная привязанность, представляющая собой резко выраженный тип небезопасной привязанности, анализируется в качестве фактора, затрудняющего психическое развитие личности; в том числе, через сопоставление с аддиктивными расстройствами поведения. Кроме того, мы считаем возможным использовать полученные нами данные при составлении программы адресной психологической помощи субъектам деструктивной привязанности, состоящим в тяжелых, болезненных отношениях с партнером; а также лицам, мучительно переживающим разрыв отношений привязанности.

Практическое значение исследования определяется возможностью использовать его результаты в психологическом консультировании и психотерапии. Также они могут быть использованы в учебных курсах по дисциплинам «Психология семейных отношений», «Психология совладающего поведения», «Психология личности», «Психология позитивных жизненных стратегий».

Соответствие диссертации паспорту научной специальности определяется следующими направлениями, изученными в работе и являющимися областью исследования психологии развития (19.00.13): исследование продуктивного совладающего поведения субъектов деструктивной привязанности во взрослом возрасте как фактора развития личности и субъектных качеств (раздел 1.8 паспорта специальности);

исследование феномена привязанности во взрослом возрасте как движущей силы психического развития на примере деструктивной привязанности к партнеру (раздел 1.9).

В исследовании был использован комплекс методов, включающий теоретический анализ отечественной и зарубежной научной литературы по проблеме исследования, качественные и количественные методы получения эмпирических данных и их анализа. В эмпирическом исследовании для проверки выдвинутых гипотез применялся методический комплекс, включающий полуструктурированное феноменологическое интервью, опросные и тестовые методики, в том числе авторский опросник. *Математическая обработка статистических данных* проводилась при помощи программы STATISTICA 10.

Исследование организовано и проведено на базе образовательных и коммерческих учреждений города Костромы.

Эмпирическая база исследования состояла из 165-ти человек, давших согласие принять участие в исследовании, и состоящих в отношениях любовной привязанности (в т.ч., супружеских отношениях) от 3 до 20 лет. Средний возраст испытуемых – 32 года ($SD=3,8$).

Выборка была разделена на три группы: в первую группу входят 43 женщины и 40 мужчин (всего 83 человека) в возрасте от 25 до 39 лет, состоящие в романтических (супружеских) отношениях от 3 до 20 лет, не состоящие в отношениях деструктивной привязанности, являющиеся субъектами безопасной и небезопасных привязанностей.

Во вторую группу входят 48 женщин и 34 мужчины (всего 82 человека) в возрасте от 23 до 45 лет, состоящие в романтических (супружеских) отношениях от 3 до 13 лет, являющиеся субъектами деструктивной привязанности.

Испытуемые обеих групп на момент проведения исследования имели средне-специальное или высшее образование, опыт трудовой деятельности,

место работы в различных сферах (образование, торговля, сфера услуг и др.). Также они имеют опыт отношений в прошлом с другими партнерами.

Обоснованность и достоверность полученных результатов обеспечивалась целостностью выбранных методологических основ, междисциплинарным анализом изучаемой проблемы, адекватным сочетанием количественных и качественных методов исследования, соответствующих задачам и гипотезам, репрезентативностью выборки испытуемых, стандартизацией процедуры исследования, применением методов математической статистики; косвенным подтверждением результатов зарубежными и отечественными исследованиями схожих феноменов.

Положения, выносимые на защиту:

1. *Деструктивная привязанность* направлена на укрепление связи с партнером в отношениях, не удовлетворяющих потребностей субъекта в любви, принятии и безопасности, тем самым создавая угрозу для его психологического и др. благополучия.

2. Деструктивная привязанность к партнеру во взрослом возрасте и ее проявления имеют стрессогенный характер для личности – субъекта данной привязанности и активизируют ее защитное и совладающее поведение.

3. Совладание субъектов деструктивной привязанности в длительных близких отношениях, представляет собой цикличную смену фаз его напряженности и ослабления. С увеличением продолжительности отношений с партнером сокращается протяженность периодов относительного психоэмоционального благополучия субъекта, напротив, усиливаются проявления несовладания и дезадаптации.

4. Специфика совладания с проявлениями деструктивной привязанности связана со слабой осознанностью либо искаженным восприятием субъектом причин и источников своих переживаний. Высокая острота и трудность данных переживаний связана с выбором субъектом

таких копинг-стратегий как: «дистанцирование», «бегство-избегание» и др. Специфическими стратегиями совладания выступают попытки субъекта разорвать отношения с партнером, характеризующие амбивалентную копинг-динамику.

5. Субъекту отношений деструктивной привязанности свойственны симптомы дезадаптации, состояние неопределенности, трудности при планировании будущего, принятии текущих решений, что говорит о несовладании, снижает возможность разорвать неудовлетворительные отношения с партнером.

Апробация и внедрение результатов исследования. Результаты диссертационного исследования неоднократно обсуждались и получили одобрение на заседании кафедры социальной психологии КГУ им. Некрасова, используются в учебных курсах «Психодиагностика стресса», «Психология семейных отношений», «Психология стресса и совладающего поведения» в КГУ им. Н.А. Некрасова. Результаты докладывались на III -ей Международная научно-практической конференции «Психология стресса и совладающего поведения» (Кострома, сентябрь 2013 года).

Структура работы: Диссертация состоит из Введения, трех глав (двух теоретических и одной эмпирической), Заключения, Списка литературы, включающего 173 источников, в том числе, 58 на иностранных языках; 2 приложений. В работе содержится 8 таблиц и 6 рисунков.

Глава 1. Психологический анализ исследований, выполненных в русле теории привязанности

1.1 Теория привязанности в психологии развития

В течение многих лет, с самого момента возникновения психоанализа, учеными уделялось большое внимание влиянию на личность и ее развитие близких отношений, складывающихся в раннем возрасте. Несмотря на уже накопленный в психологической науке к середине XX столетия объемный эмпирический материал, посвященный изучению особенностей психического развития ребенка, его этапов и кризисов, движущих сил, принципов и закономерностей, сама природа возникновения ранних близких отношений и их функции оставались не раскрытыми.

Во многом, интерес психоаналитиков в конце XIX - первой половине XX века к самому периоду детства и явлениям, происходящим в данном периоде, связан с его восприятием как периода наиболее уязвимого для Эго, по сравнению с другими возрастными периодами жизненного цикла человека. В частности, данное понимание детства отражено в концепции З. Фрейда о природе травмы, согласно которой, источник невротизации и травматизации личности взрослого с большой вероятностью кроется в детстве, когда Эго еще не имело достаточной силы и сформированности защитных механизмов для сопротивления возбуждению, вызванному теми или иными травматическими событиями (Фрейд, 1999).

Однако, вплоть до середины XX века, в психоанализе не уделялось достаточного внимания проблемам возникновения и разрыва близких отношений в раннем детстве, в частности, изучению качества связи ребенка с матерью как фактора его будущего психического благополучия. Несмотря на то, что разлука с матерью в ранние годы жизни целиком подпадает под определение травматического события по З. Фрейду, нельзя сказать, что это явление им подробно изучалось и понималось как особая категория травматических событий (Боулби, 2003).

Ведущие психоаналитики того времени трактовали отношения ребенка с матерью как биологическое единство, основанное на его зависимости от удовлетворения ею его физиологических потребностей. Данное понимание природы подобных отношений во многом отражало популярную в то время теорию вторичных влечений, согласно которой, любовь к объекту возникает у ребенка в процессе кормления (Боулби, 2003).

Однако в 1957 году на заседании Британского психоаналитического общества английский психолог Дж. Боулби предпринял попытку предложить научному сообществу иной взгляд на природу отношений «мать-ребенок», подчеркивая их независимый от удовлетворения физических нужд характер. Дж. Боулби утверждал, что человеческие существа появляются на свет с врожденной психобиологической системой (поведенческой системой привязанности), побуждающей их в трудные моменты жизни искать близости со значимыми другими (объектами привязанности) (Боулби, 2003). Одним из центральных понятий теории привязанности является «объект привязанности» (англ. *attachment figure*), то есть тот человек, к которому возникает привязанность. Первичной фигурой привязанности для большинства людей становится мать, однако, при ее отсутствии, данной фигурой может выступить другой человек, установив отношения привязанности с ребенком (Смирнова, 1995).

Дж. Боулби подчеркивал, что отмечал, что отношения привязанности несут в себе две противоположные тенденции: стремление к новому, и поиск поддержки и безопасности. В таком случае, поведение привязанности актуализируется в основном в угрожающих ситуациях, а не в привычной и безопасной обстановке. Следовательно, с увеличением опасности ситуации обостряется потребность в контакте с объектом привязанности и его защите, а в безопасной ситуации возможно физическое отдаление от него. Таким образом, объект безопасности выполняет свою основную функцию – обеспечивает защиту и безопасность, что является необходимым условием познавательного развития ребенка (Смирнова, 1995).

Возникновение механизмов привязанности обусловлено гормональными изменениями в послеродовом периоде у матери, которые выступают биологической основой формирования привязанности между матерью и ребенком (Пилягина, Дубовская, 2007).

Несмотря на то, что тенденция к образованию привязанности является генетически заданной, ее тип и качество зависит как от условий воспитания, так и от отношений с матерью, ее чувствительностью, нежностью и заботой к потребностям ребенка (Гордеева, Смирнова, 1999). Проблемой качественной характеристики феномена привязанности занимались ассистентка Дж. Боулби – М. Эйнсворт совместно с коллегами (M.C. Blehar, E. Waters, S. Wall). Ею исследовалось поведение ребенка в ситуации короткого разлучения с матерью и то которое воспринимается им как ситуация небезопасности. По реакции ребенка на разлуку и встречу с матерью М. Эйнсворт было выделено три стиля привязанности в детском возрасте:

- тип А - «избегающая, небезопасная привязанность» (англ. avoidant-unsecure attachment)
- тип В - надёжная безопасная привязанность (securely attached);
- тип С - небезопасная привязанность тревожно-сопротивляющегося, амбивалентного типа (insecure-ambivalent) (см. Плешкова, 2006).

По отношению к объекту привязанности у ребенка должны сформироваться модели поведения привязанности (англ. *attachment behaviors*) - жесты и сигналы, которые способствуют их близость к объектам привязанности, являющиеся инстинктивными по своей природе и представляющие собой эволюционную модель выживания человечества как вида. В связи с этим, ребёнок испытывает инстинктивную потребность в близости к матери (Пилягина, Дубовская, 2007).

К концу первого года у ребенка появляется общая рабочая модель объекта привязанности – представление о его доступности, либо недоступности. В более старшем возрасте (от трех лет) ребенок имеет

возможность при физическом отсутствии объекта привязанности представить себе его поведение, тем самым также давая объекту большую свободу. Тем самым, он начинает действовать в отношениях с ним как партнер (Смирнова, 1995).

Рабочая модель является центральным понятием теории привязанности. В центре рабочей модели находится связанные между собой модель себя и объекта привязанности. Считается, что наиболее благополучная рабочая модель складывается у детей, чьи родители оказывают заботу о них, эмоциональную поддержку, но в то же время поддерживают самостоятельную активность и автономию ребенка. С возрастом рабочие модели становятся все более устойчивыми, привычными, и практически не поддаются сознательному контролю. Изменение модели возможно только в тех случаях, когда она явно противоречит реальности (Смирнова, 1995).

Таким образом, в работах Дж. Боулби зарождается идея о раннем формировании оптимальной, либо негативной рабочей модели восприятия себя и Другого. То есть для описания феномена привязанности важно учитывать такой показатель как качество рабочей модели, что в итоге определяет и качество самой привязанности, а именно то, удовлетворяется ли потребность в безопасности объектом привязанности или нет.

Т.О. Арчакова в статье «Теория привязанности: полвека развития, полвека критики» пишет о том, что, несомненно, изучение того, как маленький ребенок ведет себя во время сепарации с матерью, несет большой вклад в понимание развития его личности. Однако в этом случае модель привязанности строится на поведении во время краткого стрессового события – сепарации, поэтому для более полного понимания привязанности необходимо наблюдать за взаимодействием матери и ребенка в естественных ситуациях. Однако, как писал Дж. Боулби, привязанность к вторичным объектам может выражаться в поведении совсем иначе. Также спорно утверждение и существованию основного и единственного объекта

привязанности – ведь у взрослых могут наблюдаться одинаково сильные привязанности к нескольким объектам – например, к ребенку и к супругу (Арчакова, 2009).

Несмотря на критику теории привязанности, многие ее положения не вызывают сомнений. В частности положение о том, что сформированный в раннем детстве стиль привязанности к первичному объекту, оказывает то или иное влияние на формирование привязанностей к вторичным объектам, которых может быть предостаточно. Дж. Боулби не настаивал на жесткой детерминации социальной успешности взрослого человека его детским опытом. Но им была высказана гипотеза, не раз подтвержденная экспериментально, о том, что нарушения привязанности в детстве способствуют формированию негативной рабочей модели Я – Другой, что вызывает искажения в восприятии себя и других и провоцируют различные трудности в социальных контактах человека с другими людьми (Бурменская, 2009).

Теория привязанности, в которой описана способность формировать длительные близкие отношения, распространяется практически на весь онтогенез. Качество привязанности в раннем возрасте может непосредственно влиять на последующие успехи человека в семейной жизни, профессиональные достижения и общение в целом. Таким образом, с помощью привязанности реализуются основные эволюционно-биологические задачи человека как представителя своего вида — рождение здорового потомства, адекватной социальной реализации, а также задачи личностного развития, преодоления детской травматизации и др. (Пилягина, Дубровская, 2007).

1.2 Исследование привязанности во взрослом возрасте.

В 1970-х - начале 1980-х годов, в связи с появлением психотерапии привязанности, сама теория привязанности из американской психологии

развития была распространена на клиническую психологию и социальную психологию. В то же время впервые возникла идея о том, что романтические отношения взрослых и вообще любовные отношения по сути – отношения привязанности (Fraley, Shaver, 2000).

Еще основатель теории привязанности утверждал, что человеку с рождения свойственна поведенческая система привязанности, побуждающей их в трудные моменты жизни искать близости со значимыми другими (Боулби, 2007). Им также были выделены основные индивидуальные различия в функционировании системы привязанности. Если объекты привязанности доступны в период нужды в них, эмоционально чувствительны и отзывчивы к сигналам о потребности в близости и поддержке, то это формирует стабильное чувство безопасной привязанности, что способствует позитивному психическому образу себя и других. В случае же, если объекты привязанности не являются надежно доступными и поддерживающими, то поиск близости не приводит к ослаблению дистресса, чувство безопасности оказывается подорванным, формируются негативные модели себя и других, а вероятность появления в будущем эмоциональных проблем и дезадаптации возрастает (Mickulincer, 1995).

В зарубежных исследованиях привязанности взрослых людей, внимание большинства исследователей было сосредоточено на том, что С. Хазан и Ф. Шейвер (Hazan, Shaver, 1987) назвали стилем привязанности – устойчивым паттерном ожиданий, эмоций и поведения, связанного с отношениями (M. Diamond, M. Hicks, J. Fenny, L. Kelly, C. Gallois, C. Peterson, D. Terry, N.W. Hudson, R.C. Fraley, L.A. Kirkpatrick, K.E. Davis, M.C. Pistole). Центральные положения подхода к пониманию привязанности во взрослом предложенного С. Хазан и Ф. Шейвером (1987, 1988) можно определить следующим образом:

- 1) Эмоциональная и поведенческая динамика отношений «ребенок-мать» и «ребенок-взрослый» регулируются биологической системой, основанной на принципе естественного отбора, содействующего

безопасности и выживанию. Объект привязанности во взрослом возрасте также выступает для субъекта «базой безопасности» для изучения окружающей среды, источником комфорта и поддержки в ситуациях болезни, стресса и др. В обоих видах отношений характерно использование «baby talk» - «детского лепета», «воркования», обмен впечатлениями.

2) Индивидуальных различия, выявленные в младенческих отношениях, присутствуют и в романтических отношениях взрослых. Паттерны привязанности, описанные М. Эйнворт (надежная, тревожно-амбивалентная и избегающая), концептуально похожи на стили любви, описаны Дж. Ли.

3) В своем первоначальном исследовании, С. Хазан и Ф. Шейвер (1987, 1990) разработали краткие описания трех предлагаемых типов привязанности (в литературе о близких отношениях их также называют «стили привязанности» или «паттерны»):

1. Надежная (*secure*);
2. Тревожно-амбивалентная (*anxious-ambivalent*);
3. Избегающая (*avoidant*);

Люди с надежной (безопасной) привязанностью склонны к положительным взглядам о себе и партнере, в том числе и об их отношениях. Часто они удовлетворены отношениями, в большей степени, чем люди с другими стилями привязанности. Они ощущают себя комфортно как в близости с другим, так и в независимости.

Люди, имеющие тревожно-амбивалентной привязанностью, ищут высокого уровня близости, одобрения, отзывчивости от их партнера. Они склонны переживать о том, что партнер не любит их, может разорвать отношения с ними.

Люди с избегающей привязанностью требуют большей независимости, видят себя самодостаточными и неуязвимыми. Некоторые из них могут воспринимать близкие отношения как не имеющие для них большого

значения. Так же они склонны подавлять и скрывать свои чувства (Fraley, Shaver, 2000).

Р. Фрейли и Ф. Шейвер (2000) выделяют на основании исследований следующие черты отношений привязанности:

- Для субъекта привязанности характерна тенденция оставаться в тесном контакте с объектом привязанности; временная разлука с ним вызывает стресс и протестное поведение;
- Объект привязанности используется в качестве защитной фигуры от болезни, опасности при угрозе; представляет собой «островок безопасности»;
- Объект привязанности способствует возникновению у субъекта чувства безопасности и уверенности, тем самым, содействует его исследовательскому поведению.

Вслед за С. Хазан и Ф. Шейвером проблемой классификации стилей привязанности занялись К. Бартольмью и Л. Горовиц, которые предложили более логичный и теоретически обоснованный подход к изучению данной проблемы. В основе данного подхода лежат идеи Дж. Боулби о том, что стиль привязанности определяется внутренней рабочей моделью привязанности, которую можно охарактеризовать двумя параметрами: «является ли объект привязанности человеком, который в целом отвечает на призывы о помощи и поддержке», и «являюсь ли я человеком, который может рассчитывать на помощь и заботу со стороны окружающих и, в частности, объекта привязанности» (Сычев, Никитина, 2009). Таким образом, данные параметры представляют собой не что иное, как внутреннюю модель Другого (первый параметр) и внутреннюю модель Себя (второй параметр).

Модели Себя и Другого, будучи как позитивными, так и негативными, лежат в основании формирования одного из четырех стилей привязанности. Надежный стиль привязанности (secure) основывается на чувстве собственной ценности субъекта привязанности и восприятии других людей, как отзывчивых и доступных. Тревожный стиль (preoccupied) основывается

на позитивной оценке других людей в сочетании с чувством неуверенности субъекта в себе как в человеке, достойном любви, что провоцирует попытки заслужить одобрение и принятие других. Боязливый, или робкий стиль (fearful) – определяется чувством низкой самооценки, сочетающимся с ожиданием негативного отношения со стороны других людей, недоверием. Избегая близких отношений с другими людьми, лица с таким стилем защищаются от ожидаемого отвержения. Последний стиль, который можно назвать отвергающим (dismissing), характеризуется чувством самооценки и уверенностью человека в том, что он достоин любви, которые сочетаются с недоверием и негативным отношением к другим людям. Эти люди защищают себя от разочарования, избегая близких отношений и поддерживая чувство независимости (Bartholomew, Horowitz, 1991).

Согласно результатам исследования К. Бартольмью и Л. Горовиц, стили привязанности могут быть охарактеризованы посредством двух независимых параметров – тревоги по поводу привязанности и избегания близости (см. Brennan, Clark, Shaver, 1998). Ось тревоги и расположение человека на этой оси позволяет определить, как сильно он будет испытывать беспокойство при недостатке доступности или отзывчивости партнера в трудный момент жизни. Расположение же человека на оси избегания показывает, в какой степени он старается поддерживать независимость поведения, самодостаточность и эмоциональную дистанцированность от партнера. Данные особенности привязанности, в общей модели, составляющие ее стиль, теоретически предсказуемым образом сопряжены с качеством отношений и адаптацией личности (Mikulincer, Shaver, 2007).

1.3 Деструктивная привязанность как специфическая модель привязанности во взрослом возрасте.

1.3.1 Основания для выделения категории деструктивной привязанности

Тот факт, что поведение привязанности во взрослой жизни является прямым продолжением поведения привязанности в детстве, показывают те условия, при которых оно легче всего возникает. В период болезни или несчастья взрослые люди испытывают сильную потребность в других; в момент внезапной опасности или катастрофы человек почти всегда ищет близости с каким-то другим человеком, которого он знает и кому доверяет. В таких обстоятельствах усиление поведения привязанности всеми признается естественным. Между тем в психоаналитических работах часто используется термин «регрессивность» по отношению к поведению привязанности во взрослом возрасте, причем этому термину придается значение чего-то патологического или, по крайней мере, нежелательного. Назвать поведение привязанности во взрослой жизни регрессивным — означает не увидеть ту исключительно важную роль, которую оно играет в жизни человека от его рождения до смерти (Боулби, 2003).

Тот факт, что поведение привязанности распространяется на весь онтогенез и способствует созданию связи со значимыми объектами в течение всей жизни индивида, кажется нам очевидным. Исследования, посвященные анализу связей стиля привязанности к партнеру во взрослом возрасте и удовлетворенностью отношений с ним, также подтверждают, что такие показатели привязанности партнеров как тревога и избегание снижают их степень удовлетворенности отношениями (Кувшинова, Сычев, 2012).

Теперь перейдем к рассмотрению привязанности взрослых, в том числе деструктивной привязанности, как особого феномена, обладающего, на наш взгляд, специфическими характеристиками, качественно отличающими его как от ранней детской привязанности, так и от зависимого поведения:

1. Биологическая основа привязанности взрослых, помимо «гормона привязанности» окситоцина, активно синтезирующегося как в организме женщины во время родов, так и в период влюбленности взрослых индивидов, действует совместно с половыми гормонами, обуславливающих половое поведение взрослых индивидов и сексуальное влечение в частности.

2. Биологическая функция привязанности, связанная с поиском объекта, эмоциональная связь с которым обеспечивает безопасную основу, в возрасте половой зрелости индивида, смещает свой вектор от обеспечения защиты и безопасности со стороны фигуры привязанности в детском возрасте в сторону удовлетворения инстинкта продолжения рода и заботы о потомстве во взрослом возрасте.

3. Во взрослом возрасте личность имеет возможность выбора объекта привязанности – романтического партнера, а также имеет возможность сознательного разрыва близких отношений и прекращения поведения привязанности. Это простое положение имеет огромное значение для понимания специфики привязанности во взрослом возрасте. В то время как в детстве объектом привязанности за редкими исключениями становится мать, осуществляющая уход, ребенок практически не имеет возможности сфокусировать свою привязанность на ином объекте, даже если этот объект более внимателен и заботлив по отношению к нему. Единственной возможностью разорвать эмоциональную связь с объектом привязанности в раннем детстве является «потеря» объекта – смерть, долгие, частые разлуки, т.е. физическое отделение от него. В случае же, когда потребности ребенка не удовлетворяются должным образом, мать проявляет по отношению к нему недоступность, жестокость, амбивалентность, возникают нарушения привязанности, формируются небезопасные стили привязанности, но сама эмоциональная связь не прерывается и не способна прерваться. Однако, здоровая взрослая личность, обладающая субъектностью, имеет как возможность поиска «подходящего» партнера-объекта привязанности, так и возможность разрыва неудовлетворяющих отношений (Григорова, 2014).

В то же время, существует ряд доводов, подтверждающих специфику феномена привязанности и его отличие от различного рода межличностных зависимостей (Боулби, 2003):

1. Поведение привязанности распространяется исключительно на одного, либо несколько объектов, с которыми подразумевается прочная

сильная связь, направленная на сохранение близости. В то время как зависимость не предполагает прочной эмоциональной связи с объектом; она также не связана необходимым образом с сильным чувством по отношению к объекту.

2. Зависимости не свойственны биологические функции, связанная с необходимостью выживания, защиты от негативного воздействия внешнего мира, продолжением рода.

3. Концепция зависимости во многом несет в себе уничижительный смысл, имеет оттенок принижения; описание человека как привязанного к кому-либо вполне может быть выражением одобрения.

Исследования, посвященные анализу связей стиля привязанности к партнеру во взрослом возрасте и удовлетворенностью отношений с ним, подтверждают, что такие показатели привязанности партнеров как тревога и избегание снижают их степень удовлетворенности отношениями.

Однако, в настоящее время, в рамках теории привязанности, мы не находим ответа на следующие вопросы: Что побуждает человека вступать в отношения с партнером, который не может стать для него объектом безопасной привязанности, удовлетворить потребности в принятии, безопасности, любви? И почему личность в определенных случаях способна не только сохранять, но и активно укреплять и поддерживать данную связь, пытаясь добиться отзывчивости от партнера так же, как ребенок пытается добиться внимания отвергающие матери?

С одной стороны, данные факты объясняются нарушениями в развитии личности, в свете чего такая личность представляется клиницистами как «нездоровая», а данные факты нередко рассматриваются в качестве симптомов личностных расстройств. В пользу данной позиции выступают многие авторитетные авторы (Фрейд, Боулби), подробно описаны многочисленные подобные случаи из клинической практики, а также предложен соответствующий метод терапии подобных расстройств – «терапия привязанности». В отечественной психологической литературе

также имеются множество работ, посвященных психотерапии неврозов, основанной на принципах патогенетической концепции, согласно которой невроз представляет собой конфликтогенное нервно-психическое расстройство, возникающее в результате нарушения особенно значимых жизненных отношений человека, в том числе, отношений привязанности (Мясищев, 1982; Карвасарский, 1990). Тем не менее, мы предполагаем, что проблема выбора «неподходящего» партнера в качестве объекта привязанности может возникать и у относительно здоровой личности, не только не страдающей психическими расстройствами различного генеза, но и обладающей высоким адаптационным потенциалом в целом, способной создавать гармоничные, удовлетворяющие отношения с иными значимыми людьми (Григорова, 2014).

В связи, мы предлагаем к рассмотрению и изучению отдельную стилевую категорию взрослых привязанностей – *деструктивную привязанность*, под которой мы понимаем дезадаптивный и стрессогенный стиль привязанности во взрослом возрасте, проявляется в следующих специфических особенностях, свойственных его субъектам (Григорова, 2013):

1) Регулярное совершение действий, направленных на сохранение и поддержание близких диадических отношений, не приносящих удовлетворение таких важных потребностей, как потребности в принятии, чувстве безопасности, любви, а также являющиеся источником тяжелых негативных переживаний и состояний.

2) Длительное нахождение субъекта в подобных отношениях, (следовательно, длительные переживаний тяжелых, негативных чувств), являющееся фактором усиления испытываемого стресса и несущее в себе разрушительный для личности потенциал.

3) Существование для субъекта деструктивной привязанности угрозы для психологического, психического и физического благополучия в условиях его включенности в данные близкие диадические отношения.

4) Выделение данной категории привязанностью вызвано некоторой ограниченностью подхода, подразделяющего любовные привязанности во взрослом возрасте в соответствии со стилями детской привязанности, при этом упуская собственную специфику.

Таким образом, на одном полюсе разнообразных видов и типов привязанностей взрослого человека мы видим индивидуальный стиль привязанности (что является нормой для здоровой личности), а на другом полюсе – расстройства личности (избегающее и зависимое). С другой стороны, угрозой для здоровья личности может нести невозможность разорвать некоторые типы отношений, например, отношения созависимости. Примерами отношений, несущих очевидную угрозу, могут быть отношения с партнером, страдающим алкогольной, наркотической, игровой аддикцией.

Каждому человеку могут быть изредка и в небольшом числе присущи черты личностных расстройств, но лишь изредка они бывают столь ригидными, деструктивными и долговременными, что их можно отнести к расстройствам.

Субъектам, испытывающим деструктивную привязанность к романтическому партнеру, по нашим предположениям, присущи ряд личностных черт и особенностей поведения, связанных именно с качеством привязанности. Но, кроме того, они могут иметь ряд симптомов, характеризующих определенные личностные расстройства. Эти симптомы могут выражаться у них сильнее, чем у субъектов с надежной привязанностью, но, тем не менее, их личность остается нормально функционирующей или относительно здоровой.

Таким образом, под деструктивной привязанностью мы понимаем дезадаптивную, слабо поддающуюся сознательному контролю модель поведения, направленную на активное создание, укрепление и удержание связи с партнером в близких отношениях, не удовлетворяющих потребностей субъекта в любви, принятии и безопасности; создающую угрозу для его психологического, психического и физического благополучия. Поведение

данной привязанности способствуют возникновению у субъекта специфических эмоциональных переживаний и когнитивных установок, направленных на укрепление связи с объектом привязанности и снижения уровня испытываемого стресса.

Вероятно, что деструктивная привязанность во взрослом возрасте и ее когнитивные, эмоциональные и поведенческие проявления имеют стрессогенный характер для личности – субъекта данной привязанности и вызывают тяжелые, амбивалентные эмоциональные переживания. Проявления деструктивной привязанности актуализируются и усиливаются в ситуациях, в которых субъект привязанности видит угрозу разрыва близких отношений с партнером, охлаждения чувств партнера по отношению к нему. С увеличением же длительности нахождения субъектом привязанности в близких отношениях и силы стресса, которого он испытывает, по нашему мнению, ему становятся свойственны черты зависимой личности (ригидность; внушаемость; конформизм; тревожность). Они начинают испытывать трудности при планировании будущего, принятии текущих решений, что сказывается на эффективности совладающего поведения с проявлениями деструктивной привязанности к партнеру и снижает возможность разорвать неудовлетворительные близкие отношения (Григорова, 2014).

В связи с тем, что субъекты деструктивной привязанности не разрывают отношения с партнером, особо важным становится проблема их совладания с теми страданиями, которые ими испытываются. Также, на данный момент остаются открытыми вопросы о том, что поддерживает столь долгую и неудовлетворительную связь с объектом привязанности – партнером и с чем связана успешность совладания субъекта деструктивной привязанности с ее проявлениями.

1.3.2 Феномены любви и ненависти в модели деструктивной привязанности взрослых

Амбивалентность психической жизни, как одна из самых интересных проблем для изучения в русле психоанализа, находит свое выражение в присущей, по мнению Дж. Боулби, всем нам тенденции испытывать ненависть и гнев по отношению к наиболее любимому человеку.

Идея о том, что объект любви может также выступать объектом сильнейших негативных чувств и переживаний, зародилась в самом начале XX столетия в работах З. Фрейда, посвященных изучению сновидений. З. Фрейд осознал, что сновидение, в котором умирает любимый человек, часто указывает на существование бессознательного желания, чтобы этот человек умер (Фрейд, 1900). Некоторое время спустя, подчеркивая значимость этого конфликта, З. Фрейд (1912) ввел термин амбивалентность, который незадолго до этого был предложен Блейлером (приводится по Боулби, 2004).

Таким образом, возникновение данного конфликта в психической жизни каждого отдельного индивида можно считать неизбежным, а время его возникновения отнести к периоду раннего детства. Среди наиболее ярких проявлений подобной амбивалентности психоаналитики выделяют феномены «плохой груди» (М.Кляйн), соперничества сиблингов, эдипальной ненависти (З. Фрейд).

Поскольку тревога и чувство вины, проистекающие из конфликта любви и ненависти, являются частыми причинами психологических расстройств как в детском, так и во взрослом возрасте, особую значимость приобретает проблема удовлетворительного разрешения данного конфликта, что в свою очередь, способствует более здоровому переживанию таких чувств как тревога и вина. При благоприятном исходе, личность не только осознает существующие внутри нее противоположные импульсы по отношению к значимому объекту, но и будет способна направлять и контролировать их, при этом испытываемые чувства вины и тревоги будут терпимыми (Боулби, 2004).

Привязанность к объекту, основанная на близкой эмоциональной связи с ним, тесно связано понятием любви, в первую очередь потому, что сама

служит удовлетворению потребности субъекта в любви значимого объекта к нему.

Однако, помимо потребности быть любимым, вступая с отношения с противоположным полом, человек испытывает множество иных желаний, удовлетворение которых он также желает получить от своего партнера. Часто эти желания и требования бесчисленны и даже противоречивы, что вызывает не только разочарование, но и ярость против того, кто мешает их удовлетворению, причем чаще всего преградой на пути к полной удовлетворенности воспринимается именно партнер, что неизбежно ведет к утрате любви к нему (Хорни, 2000).

Психоаналитические воззрения на феномен любви включают в себя следующие аспекты:

1. Бессознательное побуждение к любви, связанное с половым влечением, энергией либидо. Для достижения данной цели необходим объект; однако она может выражаться в мастурбации.

2. Любовь как попытка вернуть упущенную любовь в детстве, что согласуется с теорией травмы. Значительное место среди травматических фактов занимают: равнодушие, недостаток заботы, дефицит общения, отсутствие уважения, отсутствие заинтересованности. Возникает травматический опыт, сопровождаемый стимуляцией аффектов: гнева, ненависти, враждебности; а также опыт недостаточной любви, заботы, сопровождаемый угнетением аффектов и ощущением неполноценности собственной личности, внутренней опустошенности и тоски.

3. Любовь как бессознательное повторение непреодоленных конфликтов, идущих из прошлого (доэдиповы конфликты, типичные эдиповы конфликты и др.).

4. Любовь как желание самоутвердиться, посвященное самому любящему, а не объекту любви, что делает ее схожей с самовлюбленностью. Такая любовь связана с желанием самоутвердиться, поднять собственную

ценность, тогда как другой человек выступает лишь средством для достижения этой цели (Куттер, 2004).

Э. Фромм в своей работе «Искусство любить» рассматривает «истинную любовь», а также незрелые формы любви, к которым, в частности, относится симбиотический союз, имеющий свою биологическую модель в отношениях между беременной матерью и плодом. Пассивная форма симбиотического союза – это подчинение, или, если воспользоваться клиническим термином, мазохизм. Мазохист избегает невыносимого чувства изоляции и одиночества, делая себя неотъемлемой частью другого человека, который направляет его, руководит им, защищает его. Мазохистские отношения могут быть связаны с физическим, половым желанием; в этом случае имеет место подчинение, в котором участвует не только психика человека, но и его тело (Фромм, 2007).

К. Хорни, исследуя невротическую потребность в любви и привязанности, писала: «Что такое любовь – сказать очень трудно, но что не является любовью, какие элементы ей чужды – определить довольно легко. Можно очень глубоко любить человека и в то же время иногда на него сердиться, в чем-то ему отказывать или испытывать желание побыть одному. Но есть разница между такими, имеющими различные пределы реакциями гнева и ухода и отношением невротика, который всегда настороже против других людей, считая, что любой интерес, который они проявляют к третьим лицам, означает пренебрежение к нему. Невротик интерпретирует любое требование как предательство, а любую критику – как унижение. Это не любовь». (Хорни, 1993. С. 89).

Таким образом, по мнению К. Хорни (1937), первичным чувством невротика является потребность в обретении спокойствия и уверенности, поэтому он особенно нуждается в любви и привязанности другого человека. Соотнеся данную идею с теорией привязанности Дж. Боулби, можно заметить, что к трем годам ребенок уже способен к партнерским отношениям с объектом своей привязанности, если базовая потребность в безопасности

была и им удовлетворена и у ребенка сформировалась устойчивая положительная рабочая модель привязанности. Невротик же не оказывается способен к партнерским отношениям с объектом своей привязанности, поскольку, поскольку привязанность к нему основана не на положительных эмоциональных чувствах к нему, а на страхе потерять его, то есть лишиться источника удовлетворения собственной невротической потребности в любви.

Как считает К. Хорни (1937), такой человек не осознает, что на самом деле он полон страха и тревоги. Он может чувствовать, что испытывает к партнеру, симпатию, любовь, страсть. Но на самом деле, то, что представляется ему искренней любовью, оказывается реакцией благодарности на проявленные к нему добрые чувства. То, что это чувство не является любовью, проявляется в тех резких изменениях, которые происходят в поведении человека, когда его невротические потребности перестают удовлетворяться его партнером – он может отказаться от отношений с ним.

В некоторых случаях потребность в любви проявляется именно и даже исключительно в сексуальной сфере. Однако в таких случаях сексуальные желания не обязательно выражают половую потребность как таковую. Скорее, проявления сексуальности представляют собой попытку выйти на контакт с другим человеком. Чем тяжелее складываются эмоциональные отношения с другими людьми, тем скорее невротическая потребность в любви выразиться в форме сексуальности.

Обратной стороной чувства любви является ненависть – сложный агрессивный аффект.

Ненависть представляет собой стойкое активное отрицательное чувство человека, направленное на явления, противоречащие его потребностям, убеждениям, ценностям. Ненависть способна вызвать не только соответствующую оценку своего предмета, но и активную деятельность, направленную против него (Петровский, Ярошевский, 1985).

По мнению исследователя эмоций К. Изарда, ненависть – это аффективно-когнитивная ориентация, сочетающая враждебность с конкретным набором знаний. Враждебность, в свою очередь, является совокупностью трех фундаментальных эмоций: гнева, отвращения и презрения. То есть ненависть по К. Изарду – сложный многокомпонентный феномен (Изард, 1999).

Как писала К. Хорни: «Можно очень глубоко любить человека, но иногда сердиться на него» (Хорни, 1993, С. 125). Также многие исследователи любви отмечают, что агрессивные чувства в той или иной мере могут присутствовать в романтических отношениях влюбленных. Они могут быть сильнее выражены при доминировании определенных стилей и компонентов любви, а также в определенных негативных событиях или же кризисах.

Наиболее мягкой формой ненависти к партнеру, встречающейся в романтических отношениях, является желание доминировать над партнером, обладать властью над ним. Также у относительно здоровой личности ненависть может принимать форму крайне строгого и рационализированного Супер-Эго и сублимироваться в защиту своих взглядов и ожиданий от партнера, например, в требование от партнера безупречной честности и открытости, аналогичному требованиям к себе (Хорни, 1993).

В психотерапии считается, что причиной возникновения первичного чувства ненависти является сильная привязанность ребенка к фрустрирующей матери. Причиной этого является фиксация на травматических отношениях с фундаментально необходимым объектом, переживаемым как абсолютно плохой или как абсолютно хороший объект. Деструктивные переживания вызывают боль, бессилие, чувство опустошенности, которые ведут к идентификации с ней как с жестоким, разрушительным объектом. В то же время возникает потребность в поиске других объектов, на которые проецируется унижаемое «Я». Идентифицируясь как со страдающим «Я», так и с садистским объектом,

субъект сам оказывается поглощенным агрессией этих взаимоотношений (Кернберг, 1998).

Садомазохистские объектные отношения представляют собой способ любви (и ненависти) по отношению к другим и самому себе, а также эротическим выражением агрессии. Агрессия и сексуальность часто используется для достижения тесной связи с другим человеком, а также для ослабления опасностей утраты, одиночества, обиды и вины. Данные объектные отношения можно рассматривать как сложную систему защиты перед переживанием потери объекта, притом, что внутри самой системы отношения циклично, то оказываются на грани распада, то стабилизируются и укрепляются (Коэн, 2004).

Несмотря на то, что подобные особенности проявлений амбивалентных чувств описываются на примерах пациентов с садомазохистским расстройством характера, не секрет, что тенденция подменять возбуждающими, сильными чувствами и переживаниями сексуального характера истинную любовь и заботу отчасти характерна и для здоровой личности. Возбуждающими могут являться способности вызывать в другом человеке сильные эмоциональные реакции, обладать контролем над ним, подавлять волю и снижать уверенность в себе, чувствовать его зависимость от отношений. Однако, защищаясь от чувств вины, личность может придавать подобным своим действиям и импульсам сексуальный окрас, выдавая подобные агрессивные намерения за своего рода любовную игру, скрывающую под собой желание разрушить автономию другой личности, вызванное ненавистью, завистью и разочарованием от того, что у нее есть своя собственная жизнь и независимость. Подобная деструктивность зачастую является защитой от переживаний, вызванных деструктивностью собственной матери в раннем возрасте, а также желанием установить прочную связь с новым объектом привязанности. Однако подобная пара не может комфортно существовать вместе, - ненависть будет подталкивать ее к разрыву, однако страх отделения и одиночества удерживать вместе. Кроме

того, такие пары удерживают повышенный контроль, переменное доминирование-подчинение, манипуляции и возбуждение сильных сексуальных аффектов (Коэн, 2004).

В то время как невротики, не получая удовлетворения потребности в любви в актуальных отношениях с партнером, способны разорвать отношения и искать иных способов удовлетворения своих невротических потребностей, субъекты деструктивной привязанности, как и субъекты садомазохистских отношений, в аналогичном случае отношения разрывать не склонны. Более того, их привязанность к партнеру способна становиться еще сильнее. Отсутствие от партнера проявлений любовных чувств по отношению к ним воспринимается ими как угроза существования связи с партнером, определяющей их внутреннее чувство безопасности, и побуждает их активизировать соответствующее поведение привязанности.

В исследовании, проведенном нами в 2011-2012 г. с целью изучения наиболее часто испытываемых эмоций и чувств субъектов деструктивной привязанности по отношению к партнеру было выявлено, что лишь каждый четвертый из опрошенных нами отмечает, что испытывает любовь к своему партнеру, в то время как чувство страсти отметило около 90% выборки (Григорова, 2013). Чувство страсти они описывали как желание полностью обладать объектом своей привязанности, сильные эротические переживания вызываемые отношениями с ним. В тоже время, 65% испытуемых также отметили, что они часто испытывают ненависть по отношению к партнеру, не только в ситуациях острых конфликтов и напряженности отношений, но и относительно спокойные периоды. Крайним выражением ненависти к партнеру являлись высказывание некоторых испытуемых о том, что они часто думают о том, что смерть их партнера избавила бы их от мучительных отношений с ним.

Таким образом, деструктивная привязанность в романтических отношениях взрослых, связанная с неудовлетворенностью потребностей в любви и безопасности, проявляющаяся в тревоге, чувстве неуверенности в

себе, по нашему мнению, способна вызывать тяжелые переживания, эмоциональные страдания, которые могут породить агрессивные чувства по отношению к самому себе и партнеру по тому же механизму, что и возникновение базальной ненависти и ребенка фрустрирующей матери.

Мы не можем утверждать о том, что ненависть к партнеру в данном случае обусловлена переносом или патологией ранних отношений. Ранней травмой. Но, учитывая схожесть моделей детской и взрослой привязанности, мы можем предполагать схожесть в их проявлениях и последствиях, в зависимости от их качества.

1.4 Привязанность и аддиктивное поведение личности: неклинический и клинический аспекты

Для того чтобы проследить, каким образом соотносятся поведение привязанности, в том числе поведение деструктивной привязанности, и аддиктивное поведение во взрослом возрасте, обратимся к имеющимся на данный момент клиническим исследованиям обозначенной проблемы.

Термин «*addictus*» (от англ. *addiction* — склонность, пагубная привычка; лат. *addictus* — рабски преданный) изначально относился к юридической сфере и означал «приговаривать свободного человека к рабству за долги» (Сосновский). С середины XVII века под аддикцией начинает пониматься неистребимая привычка, пристрастие или склонность, сочувствие, симпатия. В течение XIX столетия термин «аддикция» использовался для описания приверженности, глубокого пристрастия или склонности, например «увлечения» писанием писем, чтением газет ботаникой. Только в конце XIX столетия термин стал обозначать зависимость от наркотиков веществ (морфия, героина, кокаина). Во время Первой мировой войны впервые было предложено вместо термина «алкоголизм» стали использовать термин «аддикция», что отражало собой новый подход, согласно которому алкоголизм понимался не только как

физиологическое заболевание, но и как поведенческое расстройство (Котляров, 2007).

Большая часть научной литературы, посвященной психотерапевтическому лечению расстройств личности и поведения, появилась не так давно на основании психоаналитической литературы (Бек, Фримен, 2008). В последнее десятилетие в области клинической психологии и психотерапии тема аддиктивных расстройств интенсивно разрабатывалась и обсуждалась в основном в рамках биологической парадигмы (J.E. Franclin; I.N. Gotlib; E.J. Khantzian; Ц.П. Короленко, В.Д. Москаленко и др.).

Под термином «аддиктивное поведение» с конца 80-х годов настоящее время понимается одна из форм деструктивного поведения, выражаемая в стремлении уйти от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или видах деятельности, сопровождающаяся развитием сильных эмоций (Короленко, Дмитриева, 2001).

Аддиктивные (зависимые) расстройства рассматриваются исследователями в качестве одной из форм отклоняющегося поведения, выражающейся в изменении психического состояния субъекта при помощи фармакологических средств, воздействующих на психику, или навязчивой сосредоточенностью на объектах и видах деятельности с последующим развитием субъективно приятных эмоциональных и состояний (Gateziak, 1987; Goodman, 1990).

В Десятом пересмотре Международной статистической классификации болезней, связанных со здоровьем - (МКБ-10), синдром зависимости определяется как комплекс физиологических, поведенческих и когнитивных явлений, при которых употребление психоактивного вещества или целого класса веществ начинает занимать более важное место в ценностной системе человека, по сравнению с другими формами поведения, которые ранее были более важными для него (Даренский, 2008).

К области аддикции в МКБ-10 относится не только раздел F1 «психические расстройства в связи с потреблением психоактивных веществ» (химические зависимости), но и иное навязчивое поведение (F5 и F6): повышенное половое влечение (F52.7); злоупотребление веществами, вызывающими зависимости (F55); злоупотребление стероидами и гормонами (F55.5); расстройство привычек и влечений (F 63); патологическое влечение к поджогам (пиромания) (F 63.1); патологическое влечение воровству (F 63.2) и патологическое влечение к выдергиванию волос (F 63.3); фетишизм (F65) (см. Даренский, 2008).

Таким образом, исследователи аддиктивного поведения исходят из возможности развития зависимости (аддикции) не только от вводимых в организм веществ, но и от действий, производимых субъектом и эмоций, которые его сопровождают (Ганнушкин, 1987). Согласно мнению большинства современных исследователей, аддикции представляют собой гетерогенные расстройства с мультифакторной этиологией.

Предполагается, что в основе аддиктивных расстройств могут лежать общие механизмы, важным следствием наличия которых является возможность легкого перехода от одной формы аддикции к другой, от одного аддиктивного объекта к другому, причем нередко этот переход может восприниматься окружающими как «выздоровление» (Короленко, 2000; Акопов, 2008)

В глобальном смысле, все множество аддикций можно представить как химические аддикции (объектом зависимости становится психоактивные вещества), нехимические аддикции (объект зависимости – поведенческий акт) и промежуточные аддикции (пищевые).

Нехимические аддикции, выявленные и изучаемые клиницистами на данный момент можно подразделяются на:

1. Патологическое влечение к азартным играм;
2. Эротические аддикции: любовные аддикции, сексуальные аддикции;

3. Социально приемлемые аддикции: работоголизм, спортивные аддикции, аддикция отношений, религиозная аддикция;

4. Технологические аддикции: интернет-зависимость, аддикция к мобильным телефонам и др.;

5. Пищевые аддикции: аддикция к перееданию, аддикция к голоданию.

Нехимические аддикции часто сочетаются с аффективными расстройствами, обсессивно-компульсивными расстройствами, а также расстройствами личности, химическими зависимостями и неврозами (см. подробнее: Егоров, 2007).

И. Маркс (1990) предложил следующие критерии для диагностики нехимических зависимостей:

1. Побуждение к непродуктивной деятельности;

2. Возрастающее напряжение, сопровождающее процесс деятельности;

3. Окончание данной деятельности быстро, но ненадолго снижает напряжение;

4. Характерна повторная тяга к совершению деятельности и напряжение через некоторое время (абстиненция).

5. Внешние проявления уникальны для каждой аддикции;

6. Для существования человека после окончания выполнения деятельности характерно чувство тоски.

7. Характерны гедонистические переживания на ранних этапах аддикции (Marks, 1990).

Ученые выделяют следующие виды аддикций отношений — любовные, сексуальные и аддикции избегания, которые в определенной мере являются взаимосвязанными. Им свойственны общие предпосылки возникновения: неспособность любить себя, трудности установления границ между собой и другими, трудности адекватной оценки окружающих. Также таким людям свойственны проблемы контроля — они могут позволять контролировать себя или пытаться контролировать других. Кроме того, для

них характерны навязчивость в поведении, в эмоциях, импульсивность действий и поступков, тревожность, трудность в выражении чувств (Короленко, Дмитриева, 2000).

Впервые идея о том, что любовные отношения также могут носить аддиктивный характер, была высказана в конце XX века (Simon, 1982). Т. Тимрек отмечает (Timmreck, 1990), что термин «любовная аддикция» возможно применять по отношению к лицам, навязчиво добивающимся восстановления отношений с бывшим объектом любви. Дисфункциональные эмоциональные состояния, такие как чувство потери себя, недоверие, гнев, переживание неудачи, потери и другие отрицательные эмоции и поведенческие модели могут возникать в любовном аддикте (см. Егоров, 2007).

Психиатрами Ц. П. Короленко и Н. В. Дмитриевой (2000) были описаны следующие признаки любовных аддикций:

1. Непропорционально большое количество времени и внимания уделяется объекту аддикции. В сознании преобладают мысли о «любимом», которые нередко становятся сверхценной идеей, от которой трудно избавиться.

2. Аддикт переживает нереальные ожидания в отношении объекта аддикции, при этом не критичен к своему состоянию.

3. Любовный аддикт перестает заботиться о себе и думать о своих потребностях вне собственных отношений.

Вероятно, что аддикт испытывает серьезные эмоциональные проблемы, в центре которых стоит страх быть покинутым. Своим поведением аддикт стремится избежать разрыва значимых отношений. Но кроме того, на подсознательном уровне аддикт также испытывает страх интимности, из-за этого он не в состоянии перенести «здоровую» близость. Это приводит к тому, что аддикт склонен выбирать себе партнера, который не может быть достаточно близким (Егоров, 2007).

Хотя любовную (эротическую) аддикцию относят к числу нехимических, в ней тоже присутствуют биохимические процессы - выделение феромонов – летучих веществ, вызывающие у партнера сексуальное влечение. К ним относятся андростенон, присутствующий в поте мужчины, и копулин, входящий в состав женских половых выделений. В период влюбленности в мозгу вырабатываются фенилэтиламин и дофамин, которые по своему действию схожи с эйфоризирующим наркотиком амфетамином. Общение с любимым человеком стимулирует выработку эндорфина, а возникновение привязанности приводят к выделению окситоцина, с которым также связано переживание оргазма и сексуального удовлетворения (Старшенбаум, 2006).

Зависимость и привязанность принято считать универсальными формами поведения у человека. Умение в определенной степени положиться на близкого человека является адаптивным поведением, однако чрезмерная зависимость может стать значительной проблемой, а крайние формы зависимости определяются в клинической психологии как зависимое расстройство личности (ЗРЛ) (Бек, Фримен, 2002).

Для состояния эмоциональной зависимости характерны такие явления как: склонность к самообману; компульсивные действия; низкая самооценка; нарушения здоровья, связанные со стрессом зависимости (Шорохова, 2002).

Многие авторы, (Пил С., Бродски А., Ларсен Э., Смолли С. и др.) сравнивая химического и межличностного аддикта находят большую схожесть, как в их личностях, так и в развитии самой болезни, проводя параллель между ними. Важным моментом данного понимания личности субъекта любовной зависимости является представление о ней, как о наследственно обусловленной, неизлечимой; единственно возможный способ излечить зависимость – не взаимодействовать с объектом зависимости. Существует и другой подход (Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд), согласно которому любовная зависимость рассматривается как временное,

приобретенное расстройство поведения, связанное с воспитанием и развитием (Григорова, 2013).

Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд считают, что эмоциональная зависимость взрослых людей возникает в том случае, два психологически зависимых человека устанавливают отношения друг с другом. В такие отношения каждый из них вносит часть того, что необходимо ему для создания психологически завершенной или независимой личности. Такие люди склонны пытаться установить контроль друг над другом, обвинять других в своих проблемах, а также иметь нереалистичные ожидания от партнера, не имея возможности сосредоточить свое внимание на внутренних ощущениях и саморазвитии. На основании своих наблюдений, данные авторы предлагают понимать созависимость как психологическое расстройство, причиной которого является незавершенность одной из наиболее важных стадий развития в раннем детстве, а именно стадии установления психологической автономии (Уайнхолд, Уайнхолд, 2002).

С. Пил, А. Бродски (2005), сравнивая значения понятий «любовь» и «зависимость», говорят о том, что эти феномены не имеют между собой ничего общего. В частности, они пишут о том, что любовь ведет к развитию личностей любящих, а зависимость, или аддикция, основана на отношении к партнеру как к объекту, удовлетворяющему потребность в безопасности. Они сравнивают межличностных аддиктов с героиновыми и пишут, что и те и другие ищут стабильности и уверенности в повторяющихся действиях – они оба движутся по направлению к мономании, происходит атрофия других интересов и способностей.

Р. Толкерсон пишет о том, что эмоциональная зависимость может принимать разные формы от сильной романтической привязанности до платонической дружбы, которая становится слишком «обращенной вовнутрь» и собственнической (Толкерсон, 2008). Эмоциональная зависимость определяется им как состояние, когда постоянное присутствие и

забота другого считается необходимой для обеспечения чувства личной безопасности.

По аналогии с привязанностью, он предлагает различать разные формы эмоциональной зависимости: нормальную взаимозависимость, существующую в здоровых отношениях, и нездоровую, чрезмерную зависимость.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что субъекту, испытывающему деструктивную привязанность к романтическому партнеру, могут быть свойственны некоторые симптомы как зависимого личностного расстройства, так и межличностных аддикций, что делает их поведение менее адаптивным, вызывает различные негативные переживания, но, тем не менее, не нарушает нормального функционирования личности.

Выводы:

1. Привязанность – инстинктивная форма поведения, направленная на поддержание эмоциональной связи со значимым человеком, основанная на особом чувстве желания близости с ним. Основная функция привязанности – обеспечение чувства безопасности и потребности в любви. Рабочая модель привязанности – глубинная структура самосознания, в центре которой находятся взаимообусловленные модели себя и значимого другого. С возрастом рабочие модели становятся все более привычными, устойчивыми и практически не поддаются сознательному контролю.

2. Привязанность – неотъемлемое качество всех близких отношений человека на протяжении ее жизни. Сформированная привязанность в раннем возрасте непосредственно влияет на дальнейшие успехи человека в семейной жизни, профессиональные достижения, на общение в целом. Особое влияние на характеристики привязанности человека к вторичным объектам является качество детской привязанности. Качество привязанности определяется тем, были ли удовлетворены в раннем детстве потребности в безопасности и любви. На основе критерия удовлетворенности/неудовлетворенности данных

критериев можно выделить безопасную привязанность и деструктивную привязанность.

3. Деструктивную привязанность характеризует сложившаяся негативная рабочая модель привязанности, основанная на негативных бессознательных представлениях о себе и о другом, которая преломилась через индивидуальный жизненный опыт субъекта. В основе деструктивной привязанности лежит неудовлетворенная первичным объектом потребность в безопасности и желание удовлетворить эту потребность в значимых отношениях. Одно из наиболее мощно проявляющихся чувств в переживании деструктивной привязанности – тревога, связанная с угрозой потери источника удовлетворения потребностей в безопасности (любви). Данное чувство чаще всего вытесняется, оставаясь в области бессознательного. Тревогу может замещать один из ее источников – враждебность. Желание любви объекта привязанности и враждебная направленность к нему характеризуют амбивалентность данной привязанности

4. Деструктивная привязанность тесно связана с такими феноменами, как эмоциональная зависимость, аддиктивное поведение. По аналогии с привязанностью, принято различать нормальную взаимозависимость, существующую в здоровых отношениях, и нездоровую, чрезмерную зависимость, характерную для зависимого расстройств личности.

5. Романтические (любовные) отношения взрослых являются отношениями привязанности, также имеющими индивидуальные различия. Привязанности в романтических отношениях имеет много общего с привязанностью раннего детства, но ранний опыт преломляется через индивидуальный жизненный опыт. Переживания в зарождающихся романтических отношениях образуют внутреннюю рабочую модель и качество привязанности, которые систематически воздействуют на отношения привязанности.

6. На основании негативных, тревожных, тяжелых переживаний партнеров, испытывающих деструктивную привязанность, можно сделать

вывод о том, что нахождение в подобных отношениях является для них стрессом, активизирующим совладающее поведение.

Глава 2. Общая характеристика совладающего поведения в близких отношениях взрослых

2.1 Понятие стресса: защитные механизмы и основные копинг-стратегии

Современному человеку часто приходится сталкиваться с ситуациями, действие в которых вызывает существенную и ощутимую трудность, так как они превышают его обычный адаптивный потенциал. Такие ситуации принято называть трудными, стрессовыми. Несмотря на то, что сам термин «трудная жизненная ситуация» нередко употребляется в психологической литературе, достаточно четкого определения он не имеет (Осухова, 2007).

Понятие трудная жизненная ситуация в целом понимается как временная, объективно или субъективно возникшая ситуация; неизбежное событие в жизненном цикле, вызывающее эмоциональные напряжения и стрессы, препятствия в реализации важных жизненных целей, с которыми невозможно справиться привычными средствами (Дементьева, Евграфова, Кусов, 2005).

Деструктивная привязанность к партнеру во взрослом возрасте может восприниматься ее субъектом как трудная жизненная ситуация, в связи отрицательными переживаниями, вызванными ей. Также обоими партнерами может восприниматься как трудная жизненная ситуация возможные проявления деструктивной привязанности - высокая конфликтность в отношениях, ухудшение качества самих отношений.

Считается, что характерным психическим состоянием, развивающимся под влиянием трудной жизненной ситуации, является стресс – состояние,

когда требования актуальных событий находятся на пределе возможностей человека.

В современной научной литературе под термином «стресс» понимают, во-первых, неблагоприятное воздействие на организм, названное Г. Селье «стрессором». Во-вторых, стрессом называют субъективные реакции, отражающие внутреннее психическое состояние возбуждения и напряжения (копинг, защитные механизмы, эмоции). В-третьих, понятие «стресс» объединяет неспецифические черты психологических и физиологических реакций организма при экстремальных воздействиях на него, вызывающих усиление адаптационной активности (Водопьянова, 2009).

Л.А. Китаев-Смык предлагает понимать стресс как неспецифические физиологические и психологические проявления адаптационной активности при сильных, экстремальных воздействиях на организм человека, имеющих для него определенную значимость (Китаев-Смык, 1983).

В.А. Бодров определяет стресс как совокупность внешних воздействий (стресс-факторов), воспринимаемые личностью как чрезмерные требования и создают угрозу ее самооценке, самоуважению, что вызывает определенную эмоциональную реакцию (тревогу) различной степени тяжести (Бодров, 2006). Среди разнообразных видов стресса обычно выделяется личностный, межличностный, семейный, общественный, экономический и др. (Бодров, 2006; Китаев – Смык, 2009).

Стресс или психическое напряжение, вызываемые проявлениями деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте, можно считать как межличностными, так и личностными явлениями. Его источником, на наш взгляд, является переживание угрозы потери объекта привязанности и прекращение отношений с ним, и связанные с данной опасностью тревога и страх; также деструктивные паттерны поведения, деструктивные установки в отношении себя и партнера, деструктивные переживания.

Для описания того, как человек справляется с трудными жизненными ситуациями, используются разные термины: копинг, совладание, преодоление, адаптация, саморегуляция, психологическая защита, жизнестойкость.

Среди отечественных исследователей понятия «механизмы психологической защиты» и «механизмы совладания» (копинг-поведение) рассматриваются в качестве важнейших форм адаптационных процессов и реагирования человеком на стрессовые ситуации (Ташлыков, 1990).

Основные отличия психологических механизмов от совладающего поведения, по мнению Т.Л. Крюковой, заключаются, прежде всего, в осознанности и активном выборе стратегий совладающего поведения (Крюкова, 2004).

Б. Д. Карвасарский, анализируя подход Р. Лазаруса, соглашается с тем, что совладающее поведение направлено на активное изменение ситуации и удовлетворение значимых потребностей, а роль защитных механизмов, в первую очередь, заключается в уменьшении психологического дискомфорта (Карвасарский, 1990). По мнению Л.И. Анцифировой, люди, использующие защитные механизмы в трудных и стрессовых ситуациях, склонны воспринимать мир как источник опасностей, страдают от низкой неустойчивой самооценки, пессимистичны. Те же, кто активно использует в подобных ситуациях конструктивно преобразующие стратегии, чаще являются личностями с оптимистическим мировоззрением, устойчивой положительной самооценкой, реалистическим отношением в жизни и сильно выраженной мотивацией достижения (Анциферова, 1994).

Однако, описание того, как человек справляется с трудной жизненной ситуацией, было бы неполным без анализа используемых им психологических защит, которые, как утверждают исследователи данного феномена (З. Фрейд, Н. Хаан, Б.Д. Карвасарский, И.М. Никольская, Е.Т. Соколова и др.), автоматически запускается при столкновении человека со стрессогенной ситуацией. С точки зрения психоаналитической теории

психологические защиты представляют собой способы, используемые человеком для снижения чувства тревоги. Они представляют собой специфические бессознательные процессы, с помощью которых «Я» пытается разрешить конфликты «Ид» и «Суперэго» и поддержать адаптивность личности (З. Фрейд, А. Фрейд, К. Юнг, А. Адлер).

По уровню зрелости психологические защиты могут быть поделены на проективные, считающиеся более примитивными, не допускающими в сознание личности травмирующую информацию (отрицание, вытеснение, регрессия, реактивное образование и т.п.); и дифференциальные, допускающие в сознание измененную или искаженную информацию (проекция, изоляция, рационализация, интеллектуализация, сублимация, идентификация, смещение) (Кочарян, 1994).

Эго-ориентированный исследователь Дж. Вейллант полагает, что все механизмы функционирования «Я» считаются защитными. Однако, он также предлагает разделять их по уровню зрелости: от психопатологического уровня (нижний уровень) до зрелых защитных механизмов (высший уровень). Таким образом, к защитами психопатологического уровня он относит иллюзорную проекцию, искажение реальности и отрицание. К инфантильным, или незрелым механизмам второго уровня: фантазирование, проекцию, ипохондрию, компульсивное и пассивно-агрессивное поведение. Защитами третьего уровня (невротическими) Дж. Вейллант считает смещение, невротическое отрицание, интеллектуализацию, репрессию и наигранное поведение. Зрелыми же механизмами, по его мнению, считаются юмор, альтруизм, сублимация, подавление импульсов и негативная антиципация (Либина, 2008).

Психическое развитие человека и его адаптация к жизни в целом не зависит напрямую от единичных, несвязанных друг с другом травматичных событий, которые, во многих случаях являются если не нормативными, то предсказуемыми, будь то смерть близкого человека в зрелом возрасте, либо потеря работы в ситуации экономического кризиса. Наибольшие трудности

представляют для человека ситуации с большой долей неопределенности, непредвиденности, существенно влияя на ощущение человеком психологической безопасности и чувство контроля над собственной судьбой (Vaillant, 1977).

Мы полагаем, что деструктивная привязанность к партнеру может порождать у ее субъекта восприятие ситуации собственных отношений как неподконтрольных. Это может быть связано с тенденцией к зависимости от партнера, в том числе от его чувств по отношению к субъекту, его настроения и поведения; с трудностью в установлении оптимального баланса между близостью и отдаленностью по отношению к нему.

В результате влияния защитных механизмов в сознании человека чаще всего создается искаженная картина ситуации. При этом возможна утрата способности ясно воспринимать ситуацию, к примеру, человек может не замечать источник стресса или предмет конфликта. Защитные механизмы воздействуют на осмысление образа и вызывают затруднения в понимании происходящего, определении характеристик ситуации. Особенно остро данное воздействие проявляется в случае, когда ситуацию, несущую реальную опасность, человек не определяет как трудную, а наоборот, воспринимает эйфорически (Битюцкая, Петровский, 2010). В связи с этим, мы также хотим подчеркнуть важность адекватной когнитивной оценки стрессовой ситуации для продуктивного совладания с ней. Однако, мы предполагаем, что субъектам деструктивной привязанности к партнеру не свойственно полное осознание источников своего стрессового напряжения, вероятно, для них также характерны множественные когнитивные искажения образов себя, партнера в отношениях с ним, в связи с чем также можно предположить активное использование ими механизмов психологической защиты и непродуктивной совладающего поведения.

П. Крамер в своих работах выделял следующие два критерия, отличающих копинг-стратегии от защитных механизмов: осознанный / бессознательный характер и произвольная / непроизвольная природа того и

другого процесса. Впоследствии им был предложен еще один критерий: направленность на искажение /пересмотр состояния. Искажение подразумевает под собой изменение установок, вызванное неосознанным желанием их отвергнуть и с целью избежать негативных эмоций. Пересмотр состояния подразумевает под собой изменение установок, вызванное осознанным желанием их опровергнуть и, соответственно, максимально точно отражать существующую реальность. Используя копинг, человек искажает или отвергает определенное представление только если у него имеют достаточные основания для убеждения себя в том, что данное представление ошибочно или необоснованно (см. Рассказова, Гордеева, 2011).

Л.И. Анцыферова под психологической защитой понимает адаптивную перестройку восприятия и оценки малоосознаваемого столкновения особо значимых противоречивых отношений личности с непереносимой для нее ситуацией (Анцыферова, 1994). Р.М. Грановская выделяет такие линии защиты личного представления о мире и о себе как: коллективное бессознательное, формы подсознательной защиты, осознанные стереотипы и совладание. Защита проявляется на уровне психических функций и имеет регистрируемые и внешне наблюдаемые признаки на уровнях действий, эмоций или рассуждений человека, а наблюдаемое защитное поведение является лишь внешним проявлением работы защитного механизма (Грановская, Никольская, 2006).

Защитная система личности, по мнению И. М. Никольской, представляет собой результат работы врожденных механизмов, процессов научения и развития, формирования индивидуального опыта. Используемый набор защитных механизмов уникален для каждого человека и определяет уровень его адаптированности (Никольская, 2004).

Интерес к изучению феномена совладания (копинга: от англ. *«to cope»* - справляться, совладать с чем-либо, прежде всего, с трудностями) или совладающего поведения (*coping behavior*) пришел в отечественную

психологию из мировой психологии (Крюкова, 2008). По этой теме опубликовано множество работ таких зарубежных исследователей, как R. Lazarus, R. Moos, N. Endler, J.A. Parker, E. Frydenberg, M. Perrez, G. Bodenmann, G M. Reicherts, N. Haan, S. Folkman, C. Aldwin, E. Skinner др.

Во всем многообразии зарубежных теоретических и эмпирических концепциях в настоящее время, по мнению С.К. Нартовой-Бочавер, выделяют три подхода к толкованию понятия «копинг». В динамическом подходе, развиваемом в работах Н. Хаан, копинг рассматривается как один из способов психологической защиты, используемой для снижения напряжения. Второй подход, диспозиционный, отраженный в работах А.Г. Биллингс и Р.Н. Мус, определяет копинг в терминах черт личности, таким образом понимая под «копингом» относительно стабильную предрасположенность реагировать в стрессовых ситуациях определенным образом. Однако данный подход в настоящее время не имеет значительного эмпирического подтверждения (Нартова-Бочавер, 1997).

Согласно третьему подходу, отраженному в работах Р.С. Лазарусом и С. Фолкман, под «копингом» понимается динамический процесс, специфика которого определяется не только ситуацией, но и стадией развития конфликта, столкновением субъекта с внешним миром. Совладание с жизненными трудностями определяется ими как комплекс когнитивных и аффективных действий, поступков человека, возникающих в виде реакции на определенную проблему (Белорукова, 2005).

В современной отечественной психологии совладающее поведение чаще рассматривается с позиции интегративного подхода, т.е. с учетом личностных факторов субъекта совладания, ситуационных, социокультурных и регулятивных и определяется как целенаправленное поведение субъекта, устраняющее или уменьшающее вредное воздействие стресса адекватными личностным особенностям и ситуационным характеристикам способами (Крюкова, 1999-2014).

Основной функцией совладания при этом считается не только защита субъекта от прямого воздействия стресс-факторов, но и поддержание его чувства самооценности, сохранение связи прошлого и будущего, восстановлении дострессового уровня активности субъекта (Крюкова, 2004). Т.Л. Крюкова среди задач совладания как осознанного процесса выделяет снижение (минимизацию) негативных влияние ситуации, восстановление и поддержание активности и адаптивности субъекта, преобразование жизненной ситуации и приспособление к ней, поддержание позитивного образа «Я», тесного контакта с социумом и эмоционального равновесия (Крюкова, 2007).

Таким образом, мы также склоняемся к тому, что психологическое значение совладания состоит в том, чтобы как можно лучше адаптировать субъекта к требованиям ситуации, дать ему возможность овладеть ею, снизить ее требования и постараться погасить стрессовое действие ситуации. Следовательно, главная задача совладающего поведения - обеспечение и поддержание благополучия человека, его физического и психического здоровья и удовлетворенности социальными отношениями.

В таком поведении происходит выбор стилей и стратегий (копинг-стратегий), основанный на внутренних ресурсах человека, определяющий успешность адаптации (Белорукова, 2005; Петрова-Дорьева, 2008; Хазова, 2014).

Исследования показывают, что стили и стратегии совладающего поведения формируются и развиваются в процессе всего онтогенеза. Активное становление стиля совладающего поведения приходится на подростковый возраст. Следовательно, в зрелом возрасте стиль совладающего поведения уже является довольно устойчивой личностной характеристикой (Либин, Либина, 1998; Сапоровская, 2002; Хазова, 2002).

В своей работе мы рассмотрим основные подходы к классификации копинг-стратегий:

Одной из наиболее распространенных в психологии совладающего поведения классификаций является классификация копинг-стратегий, предложенная Р.С. Лазарусом и С. Фолкман, которые выделяют:

—проблемно-ориентированный копинг, направленный на первичный анализ проблемы, выбор приоритетов при совладании, обращение к личному опыту решения подобных проблем, контроль над ситуацией, стремление решить возникшую проблему и реализацию планов, направленных на ее разрешение;

—эмоционально-ориентированный копинг, включающий в себя внешнюю и внутреннюю агрессию, переживание собственной беспомощности, фиксацию на своих недостатках, апатию и раздражение, усиление нервного напряжения (Folkman, Lazarus, 1984).

На основе данного разделения ими были выделены следующие ситуативно-специфические стратегии совладания с трудными ситуациями (Folkman, Lazarus, 1988):

1. конфронтативный копинг;
2. самоконтроль;
3. дистанцирование,
4. бегство-избегание;
5. принятие ответственности;
6. поиск социальной поддержки;
7. планирование решения проблемы;
8. положительная переоценка.

В целом авторы считают, что проблемно-ориентированные копинг-стратегии связаны с большей эффективностью деятельности и субъективно оцениваются как более эффективные, чем эмоционально-ориентированные копинг-стратегии (Lazarus, Folkman, 1984).

В.И. Голованевская считает, что для поиска ответа на вопрос о причинах предпочтения стратегий совладающего поведения необходимо включить в данный анализ категорию Я-концепции. Ситуации, требующие

совладания, принято определять как более сложные; для их преодоления необходимо прикладывать усилия, задействовать свой потенциал, активизировать те способности и умения, применение которых не требуется в обычных условиях, т.е. ведущее влияние оказывают такие компоненты Я-концепции, как «возможное Я» и «идеальное Я» (Голованевская, 2003).

В классификации стратегий совладания со стрессом (Журавлев, Сергиенко, Крюкова, 2011) представлена их систематизация по следующим признакам: превентивная, оперативная и комплексная направленность воздействий; характер направленных на преодоление личных ресурсов; ориентированность приемов регуляции поведения по преодолению на личность, на решение проблемы; на избегание трудных ситуаций; активность или пассивность форм преодоления.

Т.Л. Крюкова среди всего разнообразия возможных способов поведения человека в трудной ситуации отмечает конструктивные и неконструктивные способы (Крюкова, 2010). Конструктивные способы решения проблемы включают в себя: обращение за помощью к другим людям, достижение цели своими силами тщательное осмысление проблемы и возможных путей ее решения, переоценку проблемной ситуации, изменения в самом себе. Неконструктивные стратегии поведения представляют собой различные способы психологической защиты вплоть до полного вытеснения проблемы, импульсивное поведение, пассивность и избегание, эмоциональные срывы, агрессивные реакции, экстравагантные поступки др.

Т.Л. Крюкова пишет о том, что совладающее поведение обладает собственными функциями: «когнитивного оценивания; саморегуляции и динамики эмоций; оптимальной координации эмоционального состояния и переживания с целенаправленным поведением; возникновения преобразующих ситуацию (овладение ситуацией) и /или собственного состояния (владения собой) действий; привлечение собственного жизненного опыта или помощи других людей; коррекция ожиданий через контроль над ситуацией или приспособления к ней; антиципации (предотвращения, избегания) неразрешимых ситуаций и

опасных стрессоров; саморазрушения (деструктивного совладания и несовладания)» (Крюкова, 2009, С.152).

В настоящее время в отечественной психологии признается тот факт, что выбор той или иной стратегии еще не обеспечивает эффективность совладания. Важно учитывать влияние обстоятельств, индивидуальные факторы, важность самого стресса. Наиболее успешным будет выбор той стратегии, затрата сил при применении которой будет наименьшей при наиболее положительном результате (Сергиенко, 2011).

Особую роль в процессе совладания «когнитивному оцениванию» стрессовой ситуации субъектом, ее интерпретация и отношение к ней. При этом подчеркивается, что именно субъективная оценка ситуации (а не объективные события) определяет выбор стратегии совладающего поведения (Битюцкая, 2007). Так в 60-е годы Р. Лазарусом и его коллегами была разработана концепция когнитивной оценки ситуации субъектом, процесс которой включает в себя:

1) Первичную оценку, существующую в трех видах: *благоприятная*: предвосхищаемый исход события воспринимается как благополучный; *незначимая*: происходящее не несет угрозы благополучию, но и не происходит ничего значимого; *стрессовая*, которая может быть связана с потерей, угрозой или вызовом. Оценка, названная «ущерб/потеря», предполагает, что пострадало благополучие личности (в ситуациях болезни, утраты отношений с близким человеком и др.). Оценка «угроза» означает прогнозирование субъектом неприятных событий. Оценка «вызов» также связана с предвосхищаемыми ситуациями, но при этом на первый план выступают возможные достижения, приятные эмоции, положительные приобретения. Эта оценка предполагает контроль над собой, своими эмоциями, и над условиями внешней среды.

2) Вторичную оценку, связанную с анализом возможностей изменения ситуации, планированием своих действий, прогнозированием последствий при разных вариантах развития событий.

3) Переоценку ситуации, которая основывается на анализе динамики ситуации и сопоставлении ее с действиями, направленными на ее преодоление (см. Битюцкая, 2013).

Мы полагаем, что субъект деструктивной привязанности может испытывать стресс и психическое напряжение в связи с ситуациями переживания угрозы разрыва отношений и потери партнера, так и в связи с ситуациями переживания угрозы собственному личностному благополучию в связи с нахождением в данных отношениях, что активизирует его защитное и совладающее поведение. Таким образом, для изучения феномена и совладающего поведения субъекта деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте нам необходимо изучить основные теоретические подходы к пониманию стресса и совладающего поведения в близких отношениях взрослых, в том числе, отношениях привязанности взрослых.

2.2 Стресс и совладание с ним в близких отношениях взрослых (в том числе в отношениях привязанности)

В нашей работе в качестве основного источника стрессового напряжения субъектов деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте мы рассматриваем ситуации и переживание ими угрозы потери партнера и разрыва отношений. Классики исследований как феномена привязанности (Дж. Боулби), так и феномена совладающего поведения (Р. Лазарус, Л. Фолкман) также подчеркивают стрессогенное влияние на личность угрозы разрыва значимых связей или потери значимого объекта. Кроме того, результаты наших предыдущих исследований показывают, что субъекты деструктивной привязанности отмечают свойственное им переживание тревоги в отношениях с партнером, источник которой ими практически неосознается, либо воспринимается искаженно. Также для них свойственно воспринимать проявления данной привязанности как стрессовые

и желать изменения ситуации, снижения чувства внутренней напряженности (Григорова, 2012).

Современные теоретические и эмпирические исследования совладания со стрессом в близких отношениях взрослых свидетельствуют о том, что этот процесс не является независимым явлением, а является частью сложного процесса переживания стресса, который неотделимо связан как с самой личностью, так и с социальным окружением личности, то есть является коллективным феноменом. Поэтому в контексте близких отношений выделяют понятие «диадический коппинг», который включает в себя обоих партнеров и является взаимодействием между сигналами одного партнера и коппинг-реакциями другого (Журавлев, Сергиенко, Крюкова, 2011).

Е.В. Куфтяк, изучая семейное совладание, опирается на системный подход, говоря о семье как о едином «организме», способном поддерживать свою целостность. Таким образом, семейное совладание, на взгляд автора, является разновидностью семейного поведения, в котором семья рассматривается как единый объект совладания (Куфтяк, 2009).

Таким образом, партнеров в близких отношениях также можно определить как систему и субъект совладающего поведения.

Как уже говорилось, деструктивная привязанность к партнеру во взрослом возрасте может быть связана с искажением самооценки субъекта привязанности. Имеются данные исследований, говорящие о том, что ослабленное саморуководство и самоуважение подталкивает человека к выбору такой коппинг-стратегии как избегание, что выражается в отказе от прямых конкретных действиях, возможно, ослабляя его субъектность (Крюкова, 2009).

Мы предполагаем, что субъект деструктивной привязанности склонен к меньшей эффективности в совладании с ее проявлениями, что, вероятно, связано с их эмоциональным состоянием, обусловленным переживанием данной привязанности. Вероятно, тревога, предположительно, переживаемая в отношениях с деструктивной привязанностью партнеру, повышает риск

невротизации личности субъекта привязанности, ее депрессивности, что может снижать адаптивность их действий.

А. Фрейд отмечала, что сознание человека активно борется не только с инстинктами, но и с различными аффектами, такими как любовь, вожделение, ревность, разочарование, страдание и печаль. Очевидно, что данные аффекты могут возникать в близких отношениях взрослых, в том числе, у субъекта деструктивной привязанности к партнеру. При этом человек может выбирать ограниченное число защит в соответствие со своей собственной структурой индивидуального «Я» (А. Фрейд, 1993).

Исследование совладающего поведения личности при деструктивных эмоциональных состояниях Ефремовой Д.Н. показало, что успешность совладания с деструктивными эмоциональными состояниями связана с некоторыми чертами личности субъектов совладания.

Так, например, продуктивное совладание личности характеризуется сочетанием способности к общей мобилизации (низким уровнем ситуативной тревожности), наличием свойств морально-нравственной направленности («Ответственность») проявлением здорового оптимизма, согласованным с эффективными стратегиями совладающего поведения («Самоконтроль», «Ответственность в принятии решений») и преобладанием процессов возбуждения. Непродуктивное совладающее поведение личности при деструктивных эмоциональных состояниях проявляется в общем снижении активности личности в решении жизненных проблем, усилении негативных переживаний, увеличении общего уровня тревожности и снижении общего уровня нравственной ответственности (Ефремова, 2012).

Таким образом, мы также можем предполагать, что испытывая сильные негативные эмоции в романтических отношениях, субъекту деструктивной привязанности свойственно совладать с ними.

В близких отношениях существует много параметров, каждый из которых влияет на их продолжительность и степень удовлетворенности ими партнеров.

Одним из них, по нашему мнению, является уверенность во взаимности чувств между партнерами, их доверии друг к другу. Обратной стороной является переживание тревоги, связанное с неуверенностью в партнере, в ощущении опасности близости с ним.

Классический автор - исследователь тревоги Ролло Мэй к негативным способам борьбы с тревогой относил такие особенности поведения, как например, чрезмерная застенчивость, различные неврозы, психосоматические симптомы и психозы. Они направлены на ограничение, уменьшение либо избеганием тревоги, при этом, не разрешая скрывающийся под ней конфликт, уклоняясь от опасной ситуации. Граница между «нормальным» и «невротическим» поведением проявляется там, где поведенческая активность становится компульсивной, — вынуждает человека совершать действие не по собственному желанию, а с целью устранения тревоги привычным образом (например, при алкоголизме, компульсивной сексуальной активности, компульсивной работе (Мэй, 2001).

Еще одним источником благополучия в близких отношениях во взрослом возрасте является доверие к партнеру, а также близкое к данному понятию такой аспект как верность партнеров друг другу. Под верностью понимается уверенность в высокой значимости, ценности принятых на себя обязательств перед партнером. Противоположным аспектом верности выступает измена, представляющая собой явление, когда один из партнеров заводит иные отношения (сексуальные, любовные) с партнером противоположного пола, тем самым нарушая те обязательства, которые были приняты перед партнером, при этом не разрывая отношения с ним (Смирнова-Шипова, 2011).

Ревность, часто принимающая крайне деструктивный характер, также часто является одним из проявлений деструктивной привязанности к партнеру. Ситуация ревности переживается как стрессовая, отягощенная негативными эмоциями. Источниками ревности являются страх потерять значимые отношения с партнером, угроза чувству собственно достоинства.

По данным отечественных исследователей, женщины переживают ситуацию ревности гораздо острее и интенсивнее, чем мужчины. Женщины чаще выражают свою ревность эмоционально (тревогой, обидой, депрессией), мужчины более склонны к проявлению агрессивных эмоций: ярость, гнев, зависть, чувство собственности (Екимчик, 2011).

Н.С. Смирнова (Шипова), изучавшая совладание с изменой партнера, говорит о том, что доверие к партнеру является фактором выбора стиля совладающего поведения субъекта в трудной жизненной ситуации. Так эмоционально-ориентированный копинг может быть предопределен высоким уровнем доверия, оказываемого романтическому партнеру. Кроме того, ею было доказано, что стратегии совладающего поведения применяемые людьми в ситуации измены романтического партнера, и характеристики привязанности, присущие их романтическим отношениям, не являются специфическими чертами, связанными с фактом переживания ими измены партнера и собственной измены. Но, партнеры, пережившие измену, отличаются от людей, не имеющих такого опыта, по выраженности физиологических и эмоциональных реакций ревности (Смирнова, 2011).

В тоже время, совладающее поведение субъекта деструктивной привязанности непосредственно связано с близкими отношениями субъекта, поэтому для преодоления стресса им могут использоваться не только индивидуальный, но и диадический копинг. Г. Боденманна рассматривает стресс и копинг в семье как системное событие (Bodenmann, 1998). Диадическим стрессом он называет требования трудной ситуации, предъявляемые как к одному, так и к обоим супругам, которые дестабилизируют семейную систему. Совместное преодоление парой трудностей является диадическим копингом (Bodenmann, 2005). Так же автор предлагает различать совместные усилия по преодолению стресса в зависимости от формы данных усилий. В соответствии с тем, испытывает ли один партнер или пара действие прямого с (direct) или непрямого (indirect) стрессора, возникает два вида стрессов. При действии непрямого стрессора

стрессовое событие изначально представляет угрозу благополучию одного из членов диады, при этом другой партнер оказывает поддерживающую роль. Таким образом, подобные совместные усилия диады, направленные на выработку стратегий по противодействию влиянию непрямого стресса, можно назвать диадическим копингом-поддержкой. Прямой диадический стресс возникает в ситуации, когда одновременно и в относительно одинаковой степени затронуто благополучие обоих партнеров. При общей оценке сложившейся трудной ситуации как угрозы для их благополучия и приложению общих усилия для ее преодоления реализуется диадическое совладающее поведение (Калугина, 2012).

Несмотря на то, что источники стресса и тревоги субъектов деструктивной привязанности имеют как внешний, так и внутренний характер, они могут воздействовать на диаду партнеров как прямо, так и косвенно, активизируя тем самым диадический копинг, частично описанный нами в эмпирической части исследования.

2.3 Совладающее поведение личности и ее психологическое благополучие

В современных условиях жизни общества, несомненно, увеличивается количество людей, неспособных преодолевать жизненные трудности, стрессовые и фрустрационные ситуации, какой, на наш, взгляд, является ситуация включенности субъекта деструктивной привязанности к партнеру в отношения с ним в связи с возникающими проявлениями данной привязанности. Кроме того, теория привязанности нашла свое применение как в клинической, так и консультативной практике, направленной на терапию и коррекцию нарушений привязанности, в том числе у взрослых (Бриш, 2012).

Идея о том, с помощью психотерапии путем проработки психологических защит возможно дать субъекту небезопасной

привязанности опыт надежной привязанности к психотерапевту, и тем самым расширить его репертуар адаптационных возможностей, возникла почти одновременно с теорией привязанности. Подобным путем можно получить положительный эффект, если изначально основным механизмом психологической защиты была компенсация, а личности в целом остаются доступными и незаблокированными изоляцией или отрицанием удовольствия от отношений с объектом привязанности. Однако, практически в половине случаев психодинамическая терапия не дает ожидаемого эффекта, в отличие от когнитивно-поведенческой терапии, использования внушения (Бермант-Полякова, 2014).

В настоящее время выявлены корреляции между детской психической травматизацией вследствие нарушений привязанности, патопсихологическими особенностями развития личности, к которым относят также психосоматические нарушения, саморазрушающее поведение (химические и нехимические зависимости, аутоагрессивное поведение, невротические расстройства и формирующиеся расстройства личности (Пилягина, Дубовская, 2007).

В то же время, несовладание с жизненными трудностями, низкие адаптационные возможности также как и расстройства привязанности, часто являются фактором риска возникновения аддиктивных расстройств поведения во взрослом возрасте. Считается, что особенно зависимым расстройствам подвержены личности, у которых существуют проблемы с адаптацией к реальности, в связи с чем появляется желание отстраниться от нее с помощью фиксации на объекте аддикции, которым могут выступать как психоактивные вещества, так и значимый человек. Как известно, подобная фиксация создает иллюзию преодоления стресса и трудных жизненных ситуаций, способствует снятию напряжения и тревоги.

В работах Н.А. Сироты, В. М. Ялтонского говорится, что успешность адаптации личности к жизненным стрессам определяется эффективностью развития копинг-ресурсов. Низкое развитие копинг-ресурсов способствует

формированию пассивного дезадаптивного копинг-поведения, социальной изоляции и дезинтеграции личности (Сирота, Ялтонский, 1993).

На основе изучения копинг-поведения лиц подросткового возраста с аддиктивными расстройствами (Сирота, 1994), ими была предложена *модель активного адаптивного копинг-поведения*, включает в себя следующие основные компоненты:

1. Сбалансированное применение соответствующих возрасту копинг-стратегий с преобладанием проблемно-ориентированных и направленных на поиск социальной поддержки стратегий.

2. Сбалансированность поведенческого, когнитивного и эмоционального копинг-поведения; высокое развитие его когнитивно-оценочных механизмов.

3. Готовность к активному совладанию, а, при необходимости, и противостоянию среде, и связанная с этим осознанная направленность копинг-поведения на источник стресса с целью его устранения.

4. Преобладание мотивации достижения успеха над мотивацией избегания в процессе преодоления стресса.

5. Высокий уровень развития личностно-средовых копинг-ресурсов, обеспечивающих благоприятные условия для преодоления стресса и способствующие применению эффективных копинг-стратегий (развитое восприятие социальной поддержки, позитивная Я-концепция, эмпатия, интернальный локус контроля над средой, аффилиация, относительно не высокая чувствительность к отвержению и другие ресурсы копинга).

Авторами отмечается, что модель адаптивного копинг-поведения характеризуется также наличием эффективного социально-поддерживающего процесса, обеспечивающего развитость базисной копинг-стратегии поиска социальной поддержки, личностного копинг-ресурса восприятия социальной поддержки, возможностью активного самостоятельного выбора источника поддержки, определения ее вида и дозирования объема, успешным прогнозированием ее возможностей.

На настоящий момент имеются эмпирические основания утверждать, что наиболее эффективно совладают со стрессом и имеют более высокий уровень душевного здоровья те люди, которые чаще применяют адаптивное поведение. В частности, что лица, страдающие депрессиями, менее способны оказывать собственное влияние на контролируемые стрессоры. Исследование копинга у лиц, страдающих невротизмом (Карвасарский, 1999), показало, что по сравнению со здоровыми людьми для них характерна большая пассивность в разрешении конфликтов и проблем, им свойственно менее адаптивное поведение. Они чаще реагировали «подавлением эмоций», «растерянностью» и «отрицанием». Таким образом, неадекватная оценка ситуации вызывает неадекватное совладание, что в свою очередь нарушает адаптивные реакции организма (Абабков, 2004).

Исследование связей между девиациями поведения и отклонениями от нормы в использовании механизмов психологической защиты (группы алкоголиков и осужденных) взрослых людей (Романова, Гребенников, 1993) позволило сделать следующие выводы:

Неадаптированные индивиды используют некоторые защиты в большей степени, чем адаптированные. Механизмы защиты искажают реальность, что отражается в поведении этих индивидов и сообщает ему защитный (девиантный, зависимый, патологический) характер. Это приводит к конфликту с реальностью, к общественному неодобрению и разным формам воздействия со стороны общества. Тогда реальность становится для индивида еще более враждебной, что грозит внутренним конфликтом и ведет к дальнейшей патологии защитного функционирования.

Особое значение в контексте совладающего поведения в близких отношениях взрослых имеет вопрос о позитивных последствиях использования тех или иных копинг-стратегий, как для качества близких отношений, так и для субъективного благополучия и развития личности.

Е.А. Сергиенко, развивая идеи субъектного подхода А.В. Брушлинского, полагает, что показателем высокой согласованности

использования личностных ресурсов и задач субъекта является спонтанность и самопроизвольность поведения. В связи с этим, особое значение приобретает понимание субъективного благополучия личности как понятия, в котором отражается собственное отношение человека к своей личности, жизни и процессам, соотносящееся с усвоенными нормативными представлениями о «благополучной» внешней и внутренней среде и выражающееся в переживании удовлетворенности. Таким образом, субъективное благополучие заключается как в положительном отношении субъекта к собственной личности, так и в ее удовлетворенности жизненными событиями (Терехина, Сергиенко, Лехалов, 2014).

В качестве основных предикторов психологического благополучия личности во всем разнообразии трудных жизненных ситуаций рассматриваются два типа копинг-стратегий – направленные на проблему, то есть на активные попытки разрешить проблему, и избегающие, то есть направленные на уход, отстранение, избегание проблемной ситуации. Первые оказались в большей мере связанными с психологическим здоровьем и успешной адаптацией к стрессору, чем вторые. Кроме того, избегающий копинг является также фактором риска алкоголизма и использования наркотиков (Рассказова, Гордеева, 2011).

Продуктивный копинг обычно связан с положительным воздействием на психоэмоциональное состояние человека и функционирование близких отношений как системы: разрешение трудной ситуации, снижение уровня напряжения, тревоги, дискомфорта, душевный подъем и радость от преодоления проблемы.

Непродуктивный копинг связан с преобладанием эмоциональных реакций на ситуацию в виде погружений в переживания, самообвинение, обвинение партнера и др. Также непродуктивным может быть такой стиль совладания как «избегание», проявляющийся в виде ухода от проблем, попыток не думать о проблеме, спрятаться от нее, что часто связано с наивной и инфантильной оценкой происходящего.

Эффективность копинга проявляется в продолжительности позитивных последствий, которые могут быть как кратковременные (оценивается быстрота возвращения человека к уровню дострессовой активности), так и долговременные, оказывающие влияние на общее психологическое благополучие (Крюкова, Сапоровская, Куфтяк, 2005).

Таким образом, психологическое благополучие личности во многом зависит от ее способности справляться с возникающими трудными жизненными ситуациями и их воздействиями, то есть, от особенностей и гибкости используемого в таких ситуациях копинга.

Выводы:

1. Совладание - это целенаправленное поведение личности, устраняющее или уменьшающее вредное воздействие стресса адекватными личностным особенностям и ситуационным характеристикам способами.

2. Среди способов поведения человека в трудной ситуации конструктивные и неконструктивные стратегии совладания. Конструктивные стратегии включают в себя: достижение цели собственными усилиями, обращение за помощью к окружающим, тщательное обдумывание проблемы и различных вариантов ее решения, переосмысление и переоценка проблемной ситуации, изменения в себе самом. Неконструктивные стратегии включают психологической защиты, в т.ч. вытеснение проблемы, пассивность и избегание, импульсивность поведения, эмоциональные срывы, агрессивные действия и др. Успешность выбора той или иной стратегии заключается в оценке затраты сил, позволившей достигнуть положительного результата.

Поскольку мы предполагаем наличие у субъектов деструктивной привязанности к романтическому партнеру негативных эмоциональных переживаний, мы рассмотрели результаты исследований о совладании личности с различными эмоциональными нарушениями и чертами личности:

3. Подтверждено, что депрессивные лица и лица, страдающие невротами, склонны к несоблюдению норм поведения; менее способны активно влиять на контролируемые стрессоры; для них свойственна большая пассивность в разрешении конфликтов и проблем и менее адаптивное поведение в целом. Кроме того, продуктивное совладание личности характеризуется способностью к общей мобилизации, проявлением здорового оптимизма, согласованным с эффективными стратегиями совладающего поведения, наличием морально-нравственных свойств и преобладанием процессов возбуждения. Непродуктивное совладающее поведение личности при деструктивных эмоциональных состояниях, характеризуется общим снижением личностной активности в решении жизненных проблем, усилении негативизации переживаний, снижении общего уровня нравственной ответственности и увеличении общего уровня тревожности (Карвасарский, 1999).

4. Факторами риска дезадаптивного аддиктивного копинг-поведения являются: регулярное использование пассивной копинг-стратегии избегания; низкая эффективность копинг-стратегии поиска социальной поддержки; отсутствие сформированных навыков активного разрешения проблем; наличие негативной, искаженной, деформированной Я-концепции; низкий уровень восприятия социальной поддержки; неустойчивый уровень субъективного контроля над средой; высокая чувствительность к отвержению; отсутствие расхождения между реальным и идеальным компонентами самооценки (Сирота, Ялтонский, 2012).

Глава 3. Эмпирическое исследование совладания с проявлениями деструктивной привязанности в отношениях взрослых

3.1. Организационно методическое обеспечение эмпирического исследования

Цель эмпирического исследования состоит в изучении особенностей совладания субъекта отношений деструктивной привязанности с ее проявлениями во взрослом возрасте.

Основная гипотеза: субъект деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте характеризуется как специфическими чертами личности, так и особенностями выраженности и динамики совладания с проявлениями данной привязанности.

Частные гипотезы:

1. Субъект деструктивной привязанности переживает специфические эмоциональные, поведенческие и когнитивные проявления данной привязанности, активизирующие его совладающее поведение.

2. Субъекту деструктивной привязанности свойственны специфические стратегии и динамика совладания с ее проявлениями.

3. Чем дольше субъект деструктивной привязанности находится в отношениях с объектом данной привязанности, тем более выражены у него проявления несовладания и дезадаптации или негативная копинг динамика.

4. Субъектом деструктивной привязанности является личность, обладающая набором специфических черт и особенностей.

Задачи, решаемые в данном эмпирическом исследовании:

Методические:

✓ разработать новый методический комплекс для исследования проявлений деструктивной привязанности во взрослом возрасте, а также специфики совладающего поведения с ними;

✓ апробировать методики сочетания качественного и количественного исследования совладания с проявлениями деструктивной привязанности;

✓ сопоставить преобладающие качественные результаты исследования с количественными показателями для получения полных и достоверных данных о проблеме исследования.

Эмпирические:

- ✓ выделить эмпирические проявления деструктивной привязанности во взрослом возрасте;
- ✓ изучить способы совладания субъекта деструктивной привязанности с ее проявлениями во взрослом возрасте;
- ✓ изучить особенности личности-субъекта деструктивной привязанности во взрослом возрасте;
- ✓ рассмотреть факторы, обуславливающие успешность совладания субъекта с проявлениями деструктивной привязанности во взрослом возрасте.

Характеристика эмпирической базы исследования

В исследовании принимали участие субъекты привязанности во взрослом возрасте, состоящие в отношениях привязанности между мужчиной и женщиной во взрослом возрасте. В этих отношениях предполагается желание тесного контакта с объектом привязанности; поиск поддержки и защиты в трудные жизненные ситуации; чувство уверенности и безопасности, возникающее в присутствии объекта; возникновение стресса при разлуке и угрозе разрыва отношений с ним. Испытуемые на момент проведения исследования имели средне-специальное или высшее образование, опыт трудовой деятельности, место работы в различных сферах (образование, торговля, сфера услуг и др.). Также они имеют опыт отношений в прошлом с другими партнерами.

Выборка исследования состояла из 165-ти человек, давших согласие принять участие в исследовании, и являющиеся субъектами привязанности к партнеру от 3 до 20 лет. Средний возраст испытуемых – 32 года ($SD=3,8$).

Выборка была разделена на две группы: в первую группу входят 43 женщины и 40 мужчин (всего 83 человека) в возрасте от 25 до 39 лет, состоящие в романтических (супружеских) отношениях от 3 до 13 лет, не состоящие в отношениях деструктивной привязанности, являющиеся субъектами безопасной и небезопасных привязанностей.

Во вторую группу входят 48 женщин и 34 мужчины (всего 82 человека) в возрасте от 23 до 45 лет, состоящие в романтических (супружеских) отношениях от 3 до 20 лет, являющиеся субъектами расстройства привязанности, а именно деструктивной привязанности.

Обоснование выбора методов исследования:

В исследовании для проверки выдвинутых гипотез применялся комплекс методических средств: авторский опросник, оценивающий качество отношений привязанности (Приложение 1), полуструктурированное феноменологическое интервью (Приложение 2), опросные методики (Приложение 3).

Феноменологическое авторское интервью имело целью прояснение проявлений деструктивной привязанности, переживаний субъекта и способов совладания с ними. Психодиагностические методики позволили получить количественные значения по следующим параметрам (описание методик и характеристика шкал приведены в Приложении 3):

- черты личности (16-факторный личностный опросник Р. Кетелла (16-PF) (Форма С), (адаптирован А.Н.Капустиной, Л.В. Мургулец и Н.Г. Чумаковой, 1972));

- компоненты привязанности партнеров в близких отношениях (Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых – *MIMARA* (адаптирована Т.Л. Крюковой, О.А. Екимчик, 2009));

- стили и стратегии совладающего поведения (Опросник способов совладания - *WCQ* S. Folkman и R. Lazarus (1988), адаптация Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтык и М.С. Замышляевой, 2004);

- стили привязанности во взрослом возрасте (Опросник «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р. К. Фрейли (адаптирован Т.В. Казанцевой, В.Н. Куницыной, 2008)).

Таким образом, выбранный комплекс методов позволяет охарактеризовать феномен деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте, изучить ее разнообразные проявления и совладания

субъекта с ними; проанализировать особенности личности субъекта деструктивной привязанности.

Метод обработки данных авторского опросника, оценивающего качество отношений привязанности и полуструктурированного феноменологического интервью – контент-анализ.

Полуструктурированное феноменологическое интервью проводилось как с участниками группы субъектов деструктивной привязанности, так и с респондантами из контрольной группы. В качестве единиц анализа использовались их отдельные слова и высказывания (*беспокойство, страх потерять любимого человека, подозрения, безнадежность ситуации, трудно себя контролировать, пытаюсь обратить его внимание на себя и др.*), характеризующие особенности данной привязанности: паттерны поведения, эмоции и чувства, реакцию на угрозу разрыва отношений, восприятие себя и партнера в отношениях, когнитивные установки, касающиеся близких отношений.

Математическая обработка статистических данных проводилась при помощи программы STATISTICA.10. Использовались следующие критерии: критерий Манна-Уитни (для определения различий признака в 2-х независимых выборках); коэффициент корреляции Спирмена (для определения корреляционных связей между переменными); регрессионный анализ, в т.ч. множественная регрессия (для определения влияния переменных); факторный анализ (для выделения факторов, объединяющих различные переменные); критерий χ^2 Пирсона (для выявления зависимости между принадлежностью испытуемых к определенной выборке и частотой встречаемости того или иного признака); t-критерий Стьюдента для независимых выборок (для выявления различий в выраженности признака в двух независимых группах). Метод факторного анализа использовался также для снижения количества анализируемых переменных, представляет собой корреляции на высоком уровне значимости между всеми переменными методики.

Нами изучались следующие характеристики совладания субъектов деструктивной привязанности:

- выбор копинга (полуструктурированное интервью; Опросник способов совладания);
- напряженность копинга (Опросник способов совладания);
- динамика копинга (полуструктурированное интервью).

Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе исследования все давшие согласие участвовать испытуемые были разделены на две группы: группа субъектов, состоящих в отношениях деструктивной привязанности и группа субъектов, не состоящих в отношениях деструктивной привязанности. Для разделения испытуемых на данные группы им предлагался авторский опросник, состоящий из 10 вопросов, оценивающих качество близких отношений.

Разделение испытуемых на группы субъектов деструктивной привязанности и контрольную группу проводилось по результатам ответов на следующие ключевые вопросы:

- 1) Чувствуют ли они себя любимыми в отношениях с партнером?
- 2) Существует ли угроза/вред для из психологического благополучия, связанные с качеством отношений с партнером?
- 3) Удерживают ли они партнера, несмотря на собственную неудовлетворенность отношениями?

Испытуемые, положительно ответившие на данные вопросы, составили группу субъектов деструктивной привязанности; ответившие отрицательно – контрольную группу.

С испытуемыми, у которых были выявлены данные признаки деструктивной привязанности, проводилось полуструктурированное феноменологическое интервью с целью изучения проявлений деструктивной привязанности, их стрессогенного характера, переживаний субъекта и способов совладания с ними; с испытуемыми, у которых не было обнаружено проявлений деструктивной привязанности, проводилась сокращенная версия

интервью, направленного на анализ проявлений привязанности в ситуациях угрозы разрыва близких отношений.

Представление и интерпретация результатов исследования

3.2 Анализ проявлений деструктивной привязанности

Для эмпирической проверки гипотезы о том, что субъекту деструктивной привязанности свойственны специфические эмоциональные, поведенческие и когнитивные проявления данной привязанности, активизирующие его совладающее и защитное поведение, мы исследовали и проанализировали полученные в ходе исследования данные по следующим аспектам:

- 1) Качественные характеристики отношений с партнером субъектов деструктивной привязанности;
- 2) Особенности возникновения и раннего развития от отношений с партнером у субъектов деструктивной привязанности;
- 3) Эмоциональным проявлениям, свойственным субъектам деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте;
- 4) Особенности поведения субъектов деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте;
- 5) Когнитивным установкам по отношению к образу себя, партнера и актуальных близких отношений, свойственным субъектам деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте.

Характеристики близких отношений субъектов деструктивной привязанности:

Все без исключения испытуемые отмечают высокий уровень субъективной значимости отношений с партнером; их влияние на внутреннее состояние благополучия, внешнюю активность, собственное развитие.

Анализ результатов авторского опросника, оценивающего качество отношений с партнерами субъектов привязанности с помощью критерия χ^2 Пирсона позволил выявить следующие особенности отношений, позволяющие отнести их к отношениям деструктивной привязанности

(Таблица 1): результаты представлены для группы субъектов деструктивной привязанности.

Основные показатели	χ^2 Пирсона	Уровень значимости
Часто испытывают тревогу/беспокойство по поводу отношений	134,86	$p \leq 0,001$
Испытывают страдания/тяжелые переживания/негативные эмоции	153,24	$p \leq 0,001$
Чувствуют себя зависимыми от партнера	131,13	$p \leq 0,001$
Со стороны партнера присутствуют элементы эмоционального/физического насилия	149,39	$p \leq 0,001$

Таблица 1. Показатели, характерные для отношений деструктивной привязанности ($n=165$).

Таким образом, в субъект деструктивной привязанности испытывает тревогу и другие негативные эмоции; ощущает себя зависимым от партнера и отношений с ним; нередко является жертвой насилия со стороны партнера, в то же время, не разрывают данные отношения самостоятельно, либо разрывают на короткий промежуток времени (от нескольких дней до нескольких недель), возобновляя их. Данные характеристики отношений, на наш взгляд, несомненно, имеют стрессогенный для субъекта деструктивной привязанности характер, вызывают переживания стресса и стрессового напряжения, активизирующие совладающее, анализ которого будет приведен ниже.

Половых различий в выраженности данных негативных показателей отношений с партнером нами не выявлено, за исключением того, что мужчины отмечают исключительно факты эмоционального насилия (оскорбления; упреки, снижающие самооценку; непредсказуемые вспышки гнева партнерши и др.). Женщины, кроме того, говорят о фактах физического насилия, в том числе, принуждение к сексуальным действиям помимо их желания; а также об экономическом контроле со стороны партнера (невозможность совершать покупки без одобрения партнера; отсутствие личных денег при совместном проживании и др.).

Особенности начала развития отношений с партнером у субъектов деструктивной привязанности во взрослом возрасте.

Одной из характерных особенностей начала развития близких отношений субъектов деструктивной привязанности является свойственная им «мифологизация» (приписывании ситуации влияние со стороны потусторонних сил) встречи партнера, знакомства с ним, что проявляется на когнитивном уровне. Испытуемые высказывались о ситуации первой встречи с будущим партнером следующим образом: *«меня как будто сразила молния»; «я как ее увидел - все на свете перестало существовать»; «я понял, что теперь моя жизнь изменится»; «наверно, мы уже встречались в прошлой жизни»; «меня как будто сразу приворожили к нему»; «умом я понимала, что ничего хорошего от него ждать не стоит, но какая-то неведомая сила снова меня к нему тянула» и др.*

Так же, среди испытуемых, являющихся субъектами деструктивной привязанности, 85% говорят о том, что они испытывали некое «предчувствие» встречи с нынешним партнером, ожидали знакомство и начало отношений. Знакомство с партнером они определяют как «судьбоносное» для своей жизни, разделившее ее на до и после. Респонденты высказывались о подобном переживании следующим образом: *«Я знаю, что неслучайно иду на этот концерт, как будто какая-то сила заставила меня туда пойти. Так я встретила его»; «С первого взгляда я почувствовала – что это мужчина всей моей жизни, тот, которого я так ждала»; «Я знаю, что рано или поздно, но мы бы встретились и были вместе».* Респонденты из контрольной группы, отвечая на вопрос *«Расскажите, как вы впервые встретили вашего партнера (партнершу)?»*, как было нами замечено, не акцентировали своего внимания на подобных переживаниях.

На наш взгляд, эти установки, принимающие характер когнитивных искажений, на начальных этапах отношений позволяли субъектам деструктивной привязанности снижать испытываемый уровень тревоги, тем

самым, укрепляя отношения и удерживая от самостоятельного разрыва с партнером.

Нами выявлено, что 95% испытуемых – субъектов деструктивной привязанности отметили, что в еще начале близких отношений с партнером чувствовали острую тревогу, связанную с переживаниями недоступности объекта привязанности, страха, что отношения не сложатся, что партнер не относится к ним достаточно серьезно и другим причинам. В интервью испытуемые приводили следующие примеры данного переживания: *«Я не знала, нравилась ли я ему на самом деле, но постоянно думала и переживала из-за этого»*; *«Я стал напряженным и нервным, как только она появилась в моей жизни»*; *«Часто я представляла, как он уйдет от меня, когда лучше меня узнает. По сравнению со мной, он такой идеальный, чего не сказать обо мне»*. Кроме того, многие респонденты говорили о беспричинной тревоге, либо тревоге, связанной с ревностью и недоверием к новому партнеру. Респонденты из контрольной группы чаще говорят о *«приятном волнении»* в начале отношений, связанном с подготовкой к свиданиям, знакомством партнера с родителями, друзьями.

В качестве примера мы можем привести историю отношений молодого мужчины (33 лет), продолжительность которых составляла на момент проведения исследования - 4 года.

Основная проблема, с которой ему приходится совладать, по мнению самого мужчины – это ревность к предыдущему партнеру девушки. Ему кажется, будто у его партнерши есть или еще остались чувства по отношению к бывшему возлюбленному. Испытуемый подозревает, что девушка поддерживает связь с ним, хотя реальных доказательств, по его же словам, у него нет. Испытуемый говорил о том, что неоднократно следил за девушкой, когда та встречалась со своими подругами, однако его опасения не подтвердились. Девушка об этом не узнала, но, по словам испытуемого, он чувствовал вину после данных действий, и думал о том, что не достоин своей девушки. Одновременно он говорит о чувстве гнева на девушку за то, что она виновна во всех его переживаниях. Но если он позволял себе грубо, раздражительно с ней разговаривать, снова винил себя. С этого момента он начал думать о расставании, чтобы «жить спокойно».

Чтобы избавиться от тревоги и переживаний, испытуемый стал пытаться отдалиться от партнерши, стал проводить с ней меньше времени. Но при этом ревновал ее еще больше, поскольку не мог

контролировать ее местонахождение. Однако, узнав о том, что девушка посещала без его ведома тренажерный зал, объявил ей о расставании, обвинив в изменах, которые, якобы, он «всегда чувствовал».

Через несколько дней он понял, что ему «невыносимо» без партнерши, и стал предпринимать попытки возобновить отношения. После восстановления их пары, по его словам, он очень радовался этому. В последующий месяц он 5 раз объявлял о расставании, и снова пытался вернуть отношения, но с каждым разом, девушка все менее реагировала на его подобное поведение и в настоящее время не желает поддерживать с ним отношения и общение совсем. Испытуемый по-прежнему пытается возобновить отношения с девушкой, говоря при этом, что глубоко в ней разочарован и считает ее непорядочной.

Также 80% субъектов деструктивной привязанности подчеркивали, что инициатива в развитии отношений с партнером шла от них самих, и в целом, они чувствуют себя более заинтересованными в поддержании данных отношений, чем их партнеры. Чаще всего они высказывались следующим образом: *«Я понимала, что он не хочет сейчас серьезных отношений, но я не могла упустить такого мужчину»*; *«Все нужно было только мне одному»*; *«За ним постоянно приходилось бегать»*; *«Я решила бороться за свое счастье, поэтому сделала все, чтобы его добиться»*. В отличие от респондентов, не являющихся субъектами деструктивной привязанности, но также проявлявших одностороннюю инициативу в развитии отношений с партнером, субъекты деструктивной привязанности часто говорят об этом с обидой, злостью на партнера за его невнимательность, а также подчеркивают, что в настоящий момент мало что изменилось – они также более инициативны в сохранении отношений. Также, на наш взгляд, односторонняя инициатива в развитии отношений, связана с переживанием чувства «ненужности», «незначимости» для своего партнера, отмечаемого субъектами деструктивной привязанности. Так в интервью они отмечали данное переживание следующим образом: *«Я как будто была для него на последнем месте»*; *«Он вспоминал обо мне только от скуки»*; *«Я догадывался, что она просто меня использует»*. Респонденты из

контрольной группы напротив, чаще говорят о взаимности возникающих между ними и их партнером чувств.

Данные о выраженности подобных переживаний и особенностей начала отношений с партнером у субъектов деструктивной привязанности и испытуемых из контрольной группы представлены на рисунке 1.

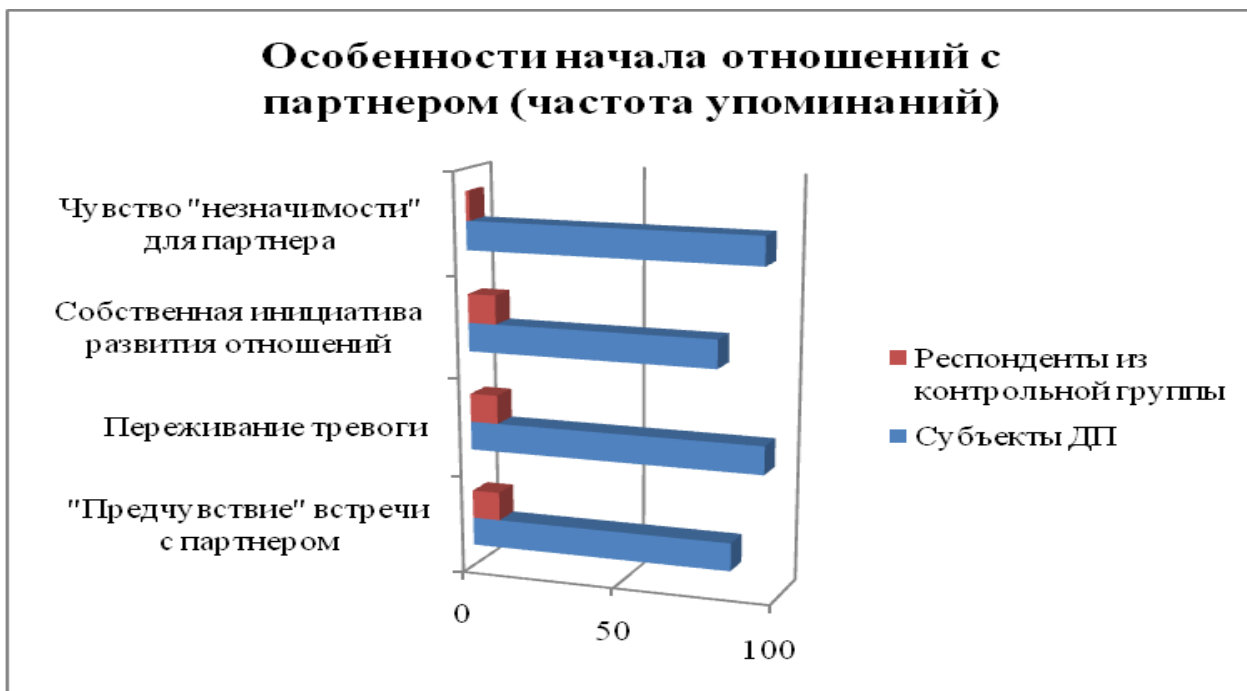


Рисунок 1. *Показатели выраженности особенностей начала близких отношений у субъектов деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83).*

Математическая обработка данных с помощью критерия χ^2 Пирсона также подтвердила выраженность у субъектов деструктивной привязанности к партнеру «предчувствие» встречи с ним ($p \leq 0,001$); тревогу в начале отношений ($p \leq 0,001$); одностороннее инициирование развития отношений ($p \leq 0,001$) и чувство «незначимости» для партнера ($p \leq 0,001$).

Эмоциональные проявления деструктивной привязанности, свойственные ее субъектам.

Результаты, полученные с помощью математической обработки данных феноменологического интервью (критерий χ^2 Пирсона) говорят о том, что субъекты деструктивной привязанности чаще отмечают следующие чувства и эмоции, испытываемые к партнеру:

- страсть ($p \leq 0,002$). В исследовании испытуемые сообщали о страсти, как о особо сильном чувстве, испытываемой к партнеру, заключающемся в желании полного обладания им; а также о страсти, как аффекте, возникающем у них в связи с различными событиями в отношениях. Событиями, при которых испытуемые оценивают, что переживают наибольшую страсть, они считают конфликта с партнером, а также периоды разлуки с ним;

- раздражительность ($p \leq 0,001$). Испытуемыми отмечалось, что раздражение, как эмоцию, они могут чувствовать как по отношению к партнеру: к его словам, поступкам, достижениям, успехам, неудачам; так и по отношению к себе: к собственному поведению, трудностям в контроле ним и своими эмоциями. Также испытуемые отмечали трудности в контроле над данной эмоцией и негативные последствия, вызванные ей и заключающиеся в ухудшении отношений с близкими людьми, а также чувстве истощенности, усталости, испытываемом ими самими;

- гнев ($p \leq 0,001$). Гнев испытуемые описывали как кратковременные сильные негативные чувства, направленные преимущественно на партнера. Особенностью в переживании данного чувства часто отмечалось его, на первый взгляд, беспричинность, или же возникновение в ответ на незначительный раздражающий стимул;

- опустошение ($p \leq 0,001$). Чаще всего чувство опустошения связывалось испытуемыми с усталостью от частых ссор с романтическим партнером; невозможностью изменить партнера; невозможностью улучшить отношения с партнером; невозможностью выйти из отношений; трудностями в совладании с негативными эмоциональными переживаниями в отношениях;

- внутренняя напряженность ($p \leq 0,001$). Чувство внутренней напряженности, о которой говорили испытуемые, в небольшой степени способно осознанию и проработки для них. Вот что говорили они об этом чувстве:

«Я постоянно думаю о том, почему он так изменился. Ни на чем другом не могу сосредоточиться, и это выводит меня из себя»;

«Даже когда у нас все хорошо, я чувствую, что-то все равно что-то не так, и не могу по-настоящему расслабиться»;

«Рядом с ней я все время чувствую какое-то давление, не знаю почему».

- чувство «нелюбви», «ненужности», «неважности» для партнера ($p \leq 0,001$). Практически все испытуемые – субъекты деструктивной привязанности отмечают тяжесть данного переживания. Также, нередко, они говорят, что не чувствуют от партнера взаимности, например, выражаемые в таких высказываниях как «я люблю, а он позволяет себя любить», или «игра в одни ворота»;

- одиночество ($p \leq 0,001$). Субъекты деструктивной привязанности отмечают данное переживание не только в ситуациях разлуки с партнером, либо в ситуациях споров, разногласий с ним, но и в повседневном общении;

- ненависть ($p \leq 0,001$). Субъекты деструктивной привязанности признаются, что нередко они испытывают чувство ненависти к партнеру. Чаще всего данное переживание также связано с обидой на партнера за те страдания, который субъект испытывает в отношениях с ним; не оправдания партнером ожиданий от него субъекта.

В связи с этим особо важно подчеркнуть, что наличие стойких, выраженных негативных, агрессивных чувств по отношению к себе и партнеру отличает субъектов деструктивной привязанности, как от субъектов надежной привязанности, так и от страдающих зависимыми расстройствами личности, для которых переживание гнева, ненависти по отношению к партнеру как здоровой адекватной реакции на его соответствующее поведение крайне затруднено.

- вина ($p \leq 0,001$). Субъекты деструктивной привязанности, говоря об испытываемом чувстве вины, чаще всего связывают его с неспособностью

совладать со своими чувствами, ощущением собственной беспомощности перед ними;

- тревога ($p \leq 0,001$). Согласно данным, полученным нами из феноменологического интервью, субъекты отношений деструктивной привязанности регулярно испытывают тревогу в отношениях, связанную со страхом потерять партнера; узнать об обмане с его стороны; с общим недоверием к партнеру, ожидании от него. Данные переживания отличаются от переживаний субъектов из контрольной группы, которые говорят, что испытывают тревогу, страх потерять в ситуациях, имеющих объективные предпосылки к этому (крупная ссора, «холодность» со стороны партнера, разлука, появление «соперника» или «соперницы»). Напротив, тревога и страх потерять партнера в отношениях деструктивной привязанности испытывается субъектом практически постоянно, в независимости от иных обстоятельств. Она описывается испытуемые как «изматывающая», «опустошающая».

«Возможно, он меня не любит, ему просто удобно со мной, потому что я все ему прощаю. Другая девушка на моем месте давно бы от него ушла. Но я его люблю, и поэтому прощаю»;

«Может быть, он со мной просто хочет забыть свою несчастную любовь»;

«Наверно, она меня не любит. Если бы она любила, то старалась бы измениться ради меня; она знает, что меня многое в ней не устраивает».

Мы считаем, что источником подобных переживаний является отсутствие возможности контроля за тем, что, служит источником безопасности для субъектов привязанности – чувствами и любовью партнера. Также наши испытуемые, по-видимому, склонны ощущать данную угрозу особенно остро в силу низкой удовлетворенности потребности в безопасности, характерной для деструктивной привязанности.

Если выше описанные чувства и переживания, свойственные субъектам деструктивной привязанности можно описать как негативные, вызывающие

страдания, то следует отметить, что в отношениях деструктивной привязанности существует также и приятные, позитивные переживания и чувства.

- наслаждение. Субъекты деструктивной привязанности, говорящие об испытываемом в отношениях чувстве наслаждения считают, что без ссор, конфликтов с партнером их жизнь была бы скучной, не интересной. Они отводят положительную роль тому накалу страстей, которые присутствуют в их отношениях.

- любовь. Однако, 50% испытуемых – субъектов деструктивной привязанности говорят о том, что не хотели бы любить своего партнера, хотели бы избавиться от чувств к нему, поскольку считают, что именно они причина их переживаний. Но говоря об этих чувствах, они не называли их «любовью». Характерны были фразы: *«Я зависла на нем»*; *«Я привязался к ней»*; *«Это (моя) судьба»*; *«Я сгораю по ней»*. Возможно, это связано с избеганием, неприятием собственных чувств, страхом перед чувством любви (Хорни, 1997).

Наиболее часто отмечаемые переживания и чувства субъектов деструктивной привязанности и респондентов из контрольной группы представлены на рисунке 2.

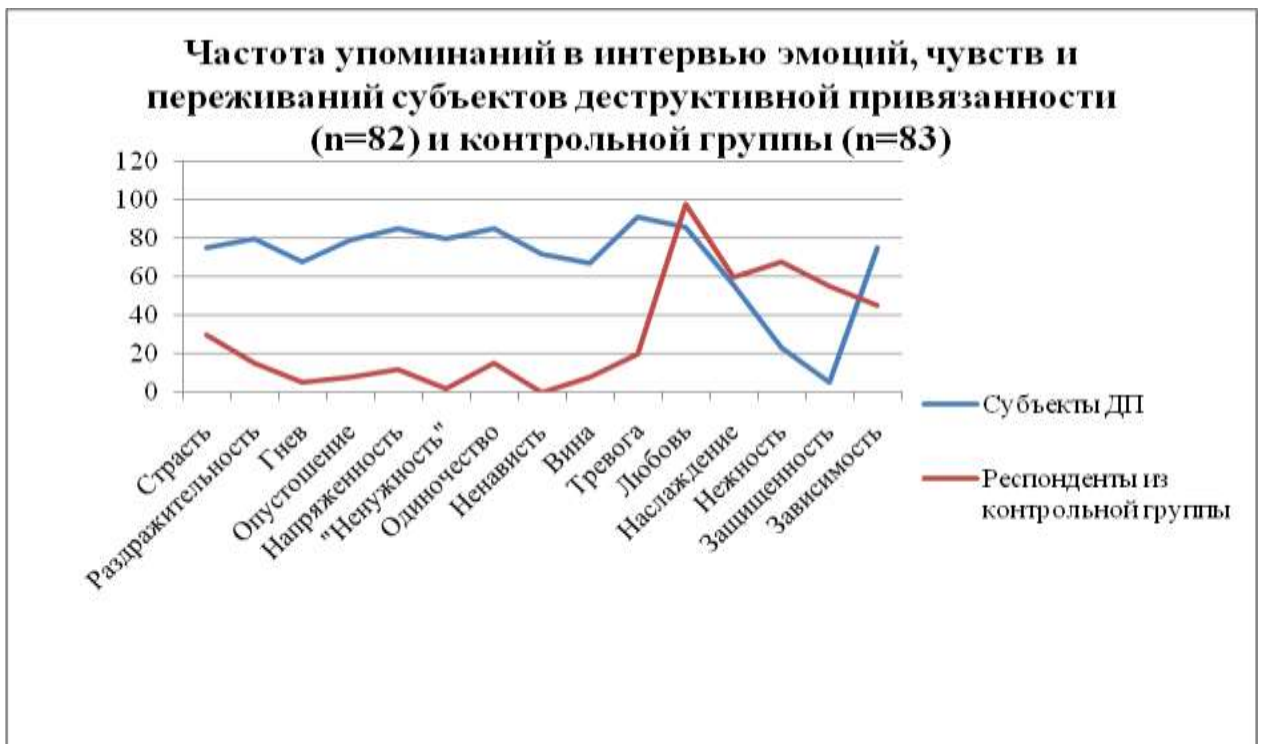


Рисунок 2. Частота упоминаний эмоций, чувств и переживаний в отношениях субъектами деструктивной привязанности (n=82) и респондентами из контрольной группы (n=83).

Таким образом, мы видим, что субъекту деструктивной привязанности присуще испытывать разнообразные чувства и аффекты, как отрицательные, так и положительные. Все испытуемые отмечают их силу и тяжесть переживания, что в некоторой степени характеризует их восприятие своих отношений с романтическим партнером как уникальных, мистических. С одной стороны, они склонны оправдывать наличие столь сильных переживаний именно уникальностью своего опыта, что схоже с работой такого защитного механизма, как рационализация; с другой стороны, отмечается «ненормальность», деструктивность данных переживаний. Особенно, это проявляется в желании испытуемых избавиться от чувств, которые доставляют им дискомфорт. Кроме того, 95% испытуемых, являющихся субъектами деструктивной привязанности, говорят о трудности совладания с подобными эмоциональными проявлениями данной привязанности.

Поведенческие проявления в отношениях деструктивной привязанности.

Для анализа специфики поведения субъектов привязанности мы проанализировали данные, полученные в интервью о том, каковы источники данного поведения, что побуждает субъектов действовать тем или иным образом.

Поскольку поведение привязанности, как поведение, направленное на поиск оптимального положения между безопасной близостью и отдаленностью по отношению к объекту привязанности, направлено на снижение чувства тревоги, и поиск безопасности, оно является, на наш взгляд, неразрывно связанным с совладающим поведением в отношениях привязанности.

То, как и с чем совладают субъекты деструктивной привязанности, представлено на рисунке 3.

Основные стресс-факторы, активизирующие совладающее поведение субъектов деструктивной привязанности



Рисунок 3. Модель активизации совладающего поведения субъектов деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте

1. Остро переживаемая субъектами угроза потери партнера побуждает их реализовывать поведение, направленное на сближение с партнером, основной целью которого является снижение уровня испытываемой тревоги.

Поведение, направленное на сближение с партнером. Выражается в:

- действиях, направленных на осуществления контроля над партнером ($\chi^2=155,72$, $p\leq 0,001$), в т.ч. запреты на общение вне отношений с субъектом; подробные расспросы о текущих делах; «взлом» социальных страниц партнера; частые звонки партнеру; удерживание партнера в отношениях с помощью манипуляций и др.;

- преследование партнера ($\chi^2=148,48$, $p\leq 0,001$) (навязчивая инициатива общения, «подкарауливание» партнера у дома, места работы и др.).

Часто подобные действия маскируются беспокойством за партнера, но их упорство, безосновательность и, навязчивость, позволяют нам определить истинную их цель, как желание управлять, вмешиваться, контролировать жизнь партнера, тем самым обеспечить свою близость к нему и чувство «нужности» у него. Но, насколько признают сами испытуемые, данное поведение чаще всего вызывает у партнера раздражение и желание отдалиться, чем благодарность.

- поведение «жертвы» ($\chi^2=125,45$, $p\leq 0,001$), в т.ч. уступки партнеру вопреки своим интересам; прощение партнера в не зависимости от тяжести обиды и др.

Данное поведение субъектов деструктивной привязанности схоже с поведением лиц, имеющих эмоциональную зависимость. Однако, данные интервью говорят о том, что они способны относительно адекватно воспринимать собственное поведение как непродуктивное, пробовать различные способы воздействия на партнера с целью поддержания близости с ним, что говорит о большей вариативности, адаптивности поведения субъектов, испытывающих деструктивную привязанность по сравнению с лицами, страдающими зависимыми расстройствами.

- демонстративном поведении ($\chi^2=119,25$, $p\leq 0,001$). Сюда мы отнесли действия, направленные на попытку обратить на себя внимание партнера (плач; обида; демонстрация беспомощности; попытки вызвать чувство ревности у партнера и др.)

Данное поведение по своему содержанию схоже с работой такого защитного механизма, как регрессия. Однако подобные действия субъектами осознаются и направлены на сохранение отношений с партнером.

2. Такие негативные характеристики отношений субъектов деструктивной привязанности как переживания угрозы либо вреда для собственного благополучия, факты насилия со стороны партнера и др. способствуют активизации поведения, направленного на отдаление от партнера, избегание близости с ним.

Поведение, направленное на избегание близости с партнером.

Чаще всего, подобное поведение выражается в действиях, направленных на то, чтобы сделать центром своего внимания другой объект (увлечение хобби; друзья; поиск второго партнера; измена) ($\chi^2=141,96$, $p\leq 0,001$).

На наш взгляд, вышеописанное поведение субъектов деструктивной привязанности является защитно-совладающим, поскольку активизируется при угрозе разрыва отношений и служит цели снижения стресса и напряжения, вызываемыми данной угрозой.

Таким образом, вы видим, что субъекту деструктивной привязанности присущи специфические поведенческие, эмоциональные и когнитивные проявления данной привязанности. С одной стороны, они склонны оправдывать наличие столь сильных переживаний именно уникальностью своего опыта, что схоже с работой такого защитного механизма, как *рационализация* ($\chi^2=121,66$, $p\leq 0,001$); с другой стороны, ими отмечается «ненормальность», деструктивной данных переживаний. В тоже время, большинство субъектов деструктивной привязанности игнорируют, либо не в полной мере осознают ту угрозу, которую представляет для них отношения с

конкретным партнером (в частности, элементы насилия в отношениях), склонны оправдывать ненадежность и безразличие партнера, что, на наш взгляд, является действием защитного механизма *отрицания* ($\chi^2=115,48$, $p \leq 0,001$).

Особенностью реализации данных моделей поведения в отношениях деструктивной привязанности является их поочередное воспроизведение. Данная тенденция была отмечена у 70% испытуемых. По нашему предположению, это связано с тем, что испытывая дискомфорт от недостатка близости с партнером, субъект использует действия, направленные на сближение с ним. Но если это сближение достигает критической точки, в которой необходимо проявлять такие составляющие психологической близости, как откровенность, безусловное принятие другого, готовность уступать, то они на самом деле оказываются к этому не готовыми. На неготовность быть по-настоящему близкими со своими, по нашему мнению, могут оказывать влияние как раз тот сложный комплекс испытываемых тяжелых чувств и эмоций, вызывающий внутренний дискомфорт и напряжение, а также амбивалентное восприятие себя, партнера и отношений. Таким образом, по нашему мнению, чрезмерно сближаясь со своим партнером, они снова испытывают чувство небезопасности, что вынуждает их реализовывать действия, направленные на избегание близости.

С другой стороны, те действия, которые используют субъекты деструктивной привязанности для сближения с партнером, часто, по их же словам, не приносят ожидаемого эффекта. Отсутствие близости, вероятно, вызывает новую волну негативных чувств и провоцирует поведение, направленное на избегание близости.

Анализируя модели поведения, демонстрируемые субъектами деструктивной привязанности в романтических отношениях, можно предположить еще одну выполняемую ими задачу, помимо достижения или избегания близости с партнером – задачу снятия психического напряжения, вызванного переживанием деструктивной привязанности, отсутствием

удовлетворения потребностей в безопасности и любви. Данная задача не осознается испытуемыми, но именно дискомфорт, вызванный неудовлетворенными в романтических отношениях потребностей заставляет их либо искать, либо избегать близости с партнером.

Когнитивные проявления деструктивной привязанности. Контент-анализ данных, полученных нами в ходе интервью с испытуемых обеих групп и их статистическая обработка с помощью *φ-коэффициента* позволили нам выделить специфические когнитивные проявления в отношении деструктивной привязанности, выраженные в оценках и установках по отношению к себе, партнеру и отношениям с ним субъекта (n=165):

- называют свои отношения с партнером мучительными, тяжелыми ($\chi^2=161,05, p\leq 0,001$);
- приписывают себе такие качества, как: отзывчивость, наивность, жалостливость, повешенное чувство ответственности, доброжелательность, желание помочь. Объект привязанности, напротив, воспринимается бесчувственным, безответственным, безжалостным, жестоким, эгоистичным ($\chi^2=155,72, p\leq 0,001$);
- видят причину своих страданий и партнере, его поведении и качествах личности ($\chi^2=121,66, p\leq 0,001$);
- убеждены, что партнер рано или поздно их оставит ($\chi^2=125,45, p\leq 0,001$);
- испытуемых воспринимают встречу и знакомство со своим партнером как судьбоносное событие собственной жизни, условно разделившее ее на 2 части; предчувствовали данное событие ($\chi^2=141,79, p\leq 0,001$);
- в момент знакомства почувствовали превосходство партнера над ними и то, что они его «недостойны» ($\chi^2=155,72, p\leq 0,001$);
- убеждены, что не смогут самостоятельно разорвать отношения с партнером, какими бы некомфортными они не были ($\chi^2=125,45, p\leq 0,001$).

В тоже время, полученные нами данные также говорят о том, что субъекту деструктивной привязанности к партнеру не свойственно осознание источников своих переживаний и стрессового напряжения в полной мере, а также им присущи некоторые специфические когнитивные искажения в восприятии, что косвенно говорит об активном использовании ими защитных механизмов.

Таким образом, в отношениях деструктивной привязанности их субъект склонен осознавать собственную неудовлетворенность данными отношениями и испытывать страдания, связанные с нахождением в них, при этом поддерживать данные отношения.

Кроме того нами были получены достоверные различия в выраженности компонентов привязанности между испытуемыми из контрольной группы и субъектами деструктивной привязанности по методике «Компоненты привязанности партнеров в близких отношениях» с помощью U-критерия Манна-Уитни: партнеры с деструктивной привязанностью испытывают больший уровень фрустрации ($p \leq 0,001$). Более высокий уровень фрустрации среди испытуемых, испытывающий деструктивную привязанность можно объяснить тем, что для данного типа привязанности, как предполагалось нами, характерна неудовлетворенность потребностей в любви и безопасности, что в свою очередь может вызывать состояние фрустрации.

Также они имеют более высокий уровень самоподдержки ($p \leq 0,001$). Возможно, данные результат связан с тем, что им в большей мере приходится испытывать тревогу в романтических отношениях. Тревога, страх потерять партнера, трудности в удовлетворении собственных потребностей в любви, возможно, способствуют их эмоциональному дистанцированию от партнера для того, чтобы уменьшить силу переживаний. С другой стороны, именно эмоциональная отдаленность от партнера, трудности в установления близости с ним, могут также способствовать нарастанию тревоги и закреплению деструктивной привязанности к партнеру.

Также им свойственен более высокий уровень ревности ($p \leq 0,001$) что на наш взгляд, связано с тревогой, неустойчивой самооценкой и оценкой партнера, часто присущими при данном типе привязанности. Ревность также может быть связана с желанием подавить тревогу в отношениях с партнером путем осуществления контроля над ним и отношениями в целом, проявления которого и выражаются в ревности.

Более высокий уровень «срастания» с партнером ($p \leq 0,001$) испытуемых, имеющих деструктивную привязанность, возможно, также объясняется высокой тревожностью такой привязанности, желанием контролировать партнера, а также, возможно, проблемами у субъектов данной привязанности в дифференцировании личностных границ.

Средние значения по шкалам методики представлены на Рисунке 4:

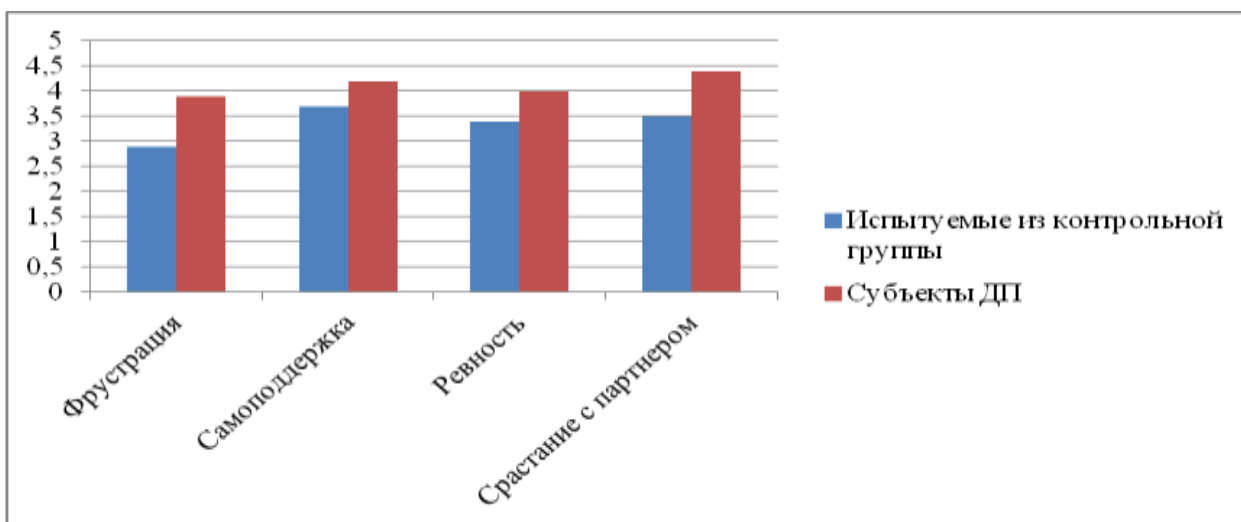


Рисунок 4. *Средние значения шкал по методике «Компоненты привязанности партнеров в близких отношениях» в группе субъектов деструктивной привязанности и в контрольной группе (n=165).*

Различия в выраженности данных компонентов привязанности у субъектов деструктивной привязанности и испытуемых из контрольной группы также подтверждаются математической обработкой данных с помощью t-критерия (таблица 2):

Показатель привязанности	t-критерий	Среднее (n=82)	Среднее (n=83)	Уровень значимости
Фрустрация	9,403	3,9	2,9	$\leq 0,001$

Самоподдержка	7,954	4,2	3,7	$\leq 0,001$
Ревность	5,842	4,1	3,4	$\leq 0,001$
Срастание с партнером	10,193	4,4	3,5	$\leq 0,001$

Таблица 2. *Сравнение выраженности показателей привязанности у субъектов деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83).*

Математическая обработка данных с помощью U-критерия Манна-Уитни методики «Опыт близких отношений» также подтверждают амбивалентность показателей привязанности у субъектов деструктивной привязанности: они более тревожны в отношениях ($p \leq 0,001$), в то же время более склонны к избеганию близости с партнером ($p \leq 0,001$), чем испытуемые из контрольной группы.

Связь между компонентами романтической привязанности у испытуемых, имеющих деструктивную привязанность к романтическому партнеру (по методике «Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых») шкалой «Тревожность» (по методике «Опыт близких отношений» (адаптация Т.В. Казанцевой, В.Н. Куницыной, 2008).

1. Чем больше у партнера выражена тревожность в отношениях привязанности, тем сильнее у него выражен такой компонент привязанности как «стремление к сближению» ($R=0,667$; при $p \leq 0,001$). Данную взаимосвязь можно объяснить тем, что испытывая тревогу, неуверенность в партнере, его чувствах, страх остаться одному подталкивает человека к сближению со своим партнером, что может, вероятно, приводить как к снижению тревоги, так и ее закреплению.

2. Чем сильнее у партнера выражена тревожность в отношениях привязанности, тем сильнее у него выражен такой компонент привязанности как «ревность» ($R=0,503$; при $p \leq 0,02$). Данный результат, вероятно, связан с тем, что тревога, связанная с неуверенностью, недоверием к партнеру, выражается в чувстве ревности по отношению к нему.

3.3 Анализ личности субъекта деструктивной привязанности.

Для изучения личностных черт нами использовалась методика «16-факторный личностный опросник (16-PF)» Р. Кеттелла.

Для выявления специфики личностных черт субъектов деструктивной привязанности нами проведен статистический анализ с помощью одновыборочного t-критерия Стьюдента, который позволил установить отклонения средних значений шкал по методике «16-факторный личностный опросник Кеттелла» испытуемых с деструктивной привязанностью и от средних значений данных шкал испытуемых из контрольной группы. Были получены значимые различия по следующим переменным, представленные в таблице 3:

Таблица 3

Значения t-критерия Стьюдента для выборки субъектов деструктивной привязанности:

Переменная	Среднее	Станд. откл.	Ожидаемое среднее	t-критерий	Уровень значимости
Замкнутость / Общительность	7,2	1,4	8,3	- 7,39	0
Эмоциональная нестабильность / Эмоциональная стабильность	6,5	1,3	7	- 3,44	0
Подчиненность / Доминантность	6	1,27	7,3	- 9,5	0
Сдержанность / Экспрессивность	7,8	1,3	6,2	5,9	0
Низкая/Высокая нормативность поведения	8,1	2,1	9,2	- 4,72	0
Робость/ Смелость	7,3	1,25	8,3	-7,33	0
Жесткость/Чувствительность	5,6	1,51	6,9	- 7,4	0
Доверчивость/ Подозрительность	5,7	1,39	5,3	2,34	0,02

Спокойствие/Тре вожность	7,5	2,22	6,1	5,51	0
Консерватизм/Ра дикализм	6,1	1,81	6,5	-2,2	0,03
Низкий/Высокий самоконтроль	6,9	1,35	8,6	-13,1	0
Расслабленность/ Напряженность	5,9	1,35	3,1	18,18	0

Таким образом, нами выявлено, что субъекты деструктивной привязанности, по сравнению с испытуемыми из контрольной группы более замкнуты; более эмоционально нестабильны; более уступчивы; более экспрессивны; обладают большей жесткостью; большей подозрительностью; более тревожны, робки; более консервативны и склонны к большей эмоциональной напряженности.

Факторный анализ по результатам методики «16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла» позволил нам объединить черты личности субъектов деструктивной привязанности в следующие факторы: В первый фактор вошли такие переменные как эмоциональная неустойчивость / эмоциональная стабильность; сдержанность / экспрессивность; низкая нормативность поведения / высокая нормативность поведения; жесткость / чувствительность; прямолинейность / дипломатичность; низкий самоконтроль / высокий самоконтроль; расслабленность / напряженность. Общая дисперсия данного фактора составляет 5,8 единиц. Данный фактор описывает устойчивость к влиянию чувств.

Во второй фактор входят следующие черты: робость / смелость; спокойствие / тревожность. Общая дисперсия составляет 2,5 единиц. Данный фактор описывает чувствительность к угрозе, неопределенности.

В третий фактор: консерватизм / радикализм; конформизм / нонконформизм. Общая дисперсия - 2,2 единицы. Данный фактор включает в себя черты, связанные с отношением к традициям, общественному мнению, переменам, ориентацию на зависимость / независимость.

Четвертый фактор составляет черты: практичность / мечтательность; замкнутость / общительность. Общая дисперсия составляет – 1,8 единиц. Данный фактор описывает ориентацию на внутренний, либо внешний мир.

Таблица 4.

Факторный анализ черт личности субъектов деструктивной привязанности по методике «16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла» (n=82)

Факторы	Черты личности	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Устойчивость к влиянию чувств	Эмоциональная стабильность	0,719			
	Нормативность поведения	0,862			
	Чувствительность	0,766			
	Дипломатичность	0,54			
	Самоконтроль	0,877			
	Напряженность	- 0,621			
Чувствительность к угрозе	Смелость		- 0,704		
	Тревожность		0,717		
Зависимость / Независимость	Радикализм			0, 593	
	Нонконформизм			0, 534	
Ориентация на внутренний / внешний мир	Мечтательность				0,553
	Общительность				0,462
Факторный вес		5,8	2,5	2,2	1,8
Процент объясненной дисперсии		34	15	12	10

Для сравнения приведем профиль личности испытуемых из контрольной группы, не являющихся субъектами деструктивной привязанности.

В результате проведения факторного анализа в первый фактор вошли черты: сдержанность / экспрессивность; доверчивость /подозрительность; спокойствие /тревожность; конформизм / нонконформизм. Общая дисперсия фактора составила 2,3 единицы, процент объясненной дисперсии – 18.

Во второй фактор вышла черта «робость / смелость». Общая дисперсия фактора равна 2,2 единицы, процент объясненной дисперсии – 14.

В третий фактор вошли черты: подчиненность / доминантность; низкая нормативность поведения / высокая нормативность поведения; жесткость / чувствительность. Общая дисперсия фактора составила 3,9 единицы, процент объясненной дисперсии – 24.

Нами выявлены статистически значимые корреляционные связи между личностными чертами и выраженностью компонентов привязанности субъектов деструктивной привязанности (таблица 5):

Компоненты привязанности Черты Личности	Фрустрация	Самоподдержка	Ревность	Срастание с партнером
Общительность		-0,44		
Эмоциональная стабильность	-0,233			
Нормативность поведения	-0,735			
Смелость			-0,234	
Подозрительность	0,3		0,26	
Тревожность			0,637	
Самоконтроль	-0,376			
Напряженность			0,258	0,221

Таблица 5. Взаимосвязь между личностными чертами и выраженностью компонентов привязанности субъектов деструктивной привязанности (n=82).

Выявлена отрицательная значимая связь между общительностью и самоподдержкой в отношениях ($R=-0,44$, при $p \leq 0,05$), что также подтверждает результат, что субъекты деструктивной привязанности менее общительны, но более склонны к самоподдержке в отношениях, чем испытуемые из контрольной группы. Также выявлена значимая

отрицательные связи между выраженностью эмоциональной стабильности и фрустрацией в отношениях ($R=-2,33$, при $p\leq 0,05$), нормативностью поведения, самоконтролем ($R=-0,736$, при $p\leq 0,05$) и фрустрацией ($R=-7,35$, при $p\leq 0,05$), позволяющая нам предполагать, что менее эффективный контроль над своими чувствами и поведением у субъектов деструктивной привязанности снижает уровень удовлетворенности их потребностей в близких отношениях. Значимая отрицательная связь между выраженностью черты «смелость» и ревностью в близких отношениях ($R=-0,234$, при $p\leq 0,05$), на наш взгляд, свидетельствует о том, что обладающие большей социальной робостью субъекты деструктивной привязанности также склонны к неуверенности в себе, ранимостью, что, вероятно, повышает у него склонность к ревности в романтических отношениях, поскольку ревнуя, человек сомневается в своей ценности для партнера. Также были выявлены значимые положительные связи между выраженностью такой черты как «подозрительность» и фрустрацией ($R=0,3$ при $p\leq 0,05$), ревностью ($R\leq 0,26$, при $p\leq 0,05$) в близких отношениях. Вероятно, данная черта усиливает их потребность в контроле над партнером, приводит к росту ревности в отношениях, требовательности к партнеру, что вызывает у субъекта переживания фрустрации. Выявлена значимая положительная связь между выраженностью тревожности и ревности в отношениях деструктивной привязанности ($R=0,637$, при $p\leq 0,05$), что свидетельствует о том, что более тревожные субъекты деструктивной привязанности, по сравнению с испытуемыми из контрольной группы, также проявляют больше ревности по отношению к партнеру. Выраженность такой черты как «внутренняя напряженность» положительно связана с такими компонентами привязанности как «ревность» ($R=0,258$, при $p\leq 0,05$) и «срастание с партнером» ($R=0,221$, при $p\leq 0,05$). Вероятно, данная связь свидетельствует о том, что личностная напряженность заставляет субъектов деструктивной привязанности искать максимальной близости со своими партнерами.

Нами также были выявлены значимые связи между выраженностью компонентов привязанности у испытуемых с деструктивной привязанностью к романтическому партнеру (по методике «Опыт близких отношений) и их личностными особенностями (по методике «16 факторный личностный опросник Р.Кеттелла, форма С) с помощью критерия Спирмена ($p \leq 0,05$) (таблица 6):

Таблица 6

Черты личности \ Тревожность	Р-критерий
Общительность	-0,574
Смелость	-7,776
Нормативность поведения	-0,524
Тревожность	0,698
Мечтательность	-0,717

Таблица 6. *Значимые связи между выраженностью черт личности и тревожностью в близких отношениях (n=82).*

Были выявлены отрицательные значимые связи между выраженностью общительности (фактор А) и тревожностью в близких отношениях ($R = -0,574$, при $p \leq 0,05$); социальной смелости (фактор Н) и тревожности ($R = -0,776$, при $p \leq 0,05$). По нашему мнению, данные результаты могут быть связаны с тем, что неуверенность, скованность личности, подозрительность, недоверие к партнеру, способны усиливать его тревогу в нахождении в близких эмоциональных отношениях с другим человеком. Также было выявлено, что чем ниже нормативность поведения личности (фактор G), тем большую тревогу он испытывает в романтических отношениях ($R = -0,542$, при $p \leq 0,05$). Тревожность, вероятно, связанная с негативными переживаниями, делает человека более подверженным влиянию импульсов, затрудняет его самообладание, в связи с постоянной напряженностью, характерной для состояния тревоги. Личностная тревожность субъекта деструктивной привязанности (фактор О) положительно связана с тревогой, которую он

испытывает в близких отношениях ($R=0,698$, при $p\leq 0,05$). Данная связь, на наш взгляд, вполне ожидаема: чем более личность склонна к тревоге, тем большую тревожность она будет проявлять в романтических отношениях. С другой стороны, тревожность в романтических отношениях, вероятно, способна распространяться и на другие сферы жизнедеятельности личности, поскольку, несомненно, удовлетворенность романтическими отношениями так или иначе оказывает свое влияние на эмоциональное состояние человека. Также нами было выявлено, что чем меньше личности свойственна мечтательность (фактор М), тем большую тревогу он испытывает в отношениях ($R=-0,717$, при $p\leq 0,05$). Вероятно, данный результат связан с тем, что испытывая тревогу в романтических отношениях, человек склонен к концентрации на своих переживаниях, конкретных ситуациях, что вынуждает его заботиться об определенных вещах, решении проблем, в то время как мечтательность предполагает некий уход от действительности, фантазирование, поглощенность иллюзиями.

Таким образом, математическая обработка данных, полученных в ходе исследования, позволяет нам сделать вывод о том, что субъекты с деструктивной привязанности имеют специфические личностные черты и особенности, отличные от испытуемых, не состоящих в отношениях деструктивной привязанности. Так для них характерна более слабая устойчивость к влиянию чувств на собственное психоэмоциональное состояние; им также свойственны сниженные показатели эмоциональная нестабильности, нормативности поведения, самоконтроля. В тоже время, они склонны быть жесткими и практичными, т.е. им свойственно беспокоиться о том, чтобы поступить правильно, полагаться на себя и проявлять хладнокровие в стрессовых ситуациях. Вместе тем, данные черты их личности, связаны с присущей им внутренней напряженностью, что возможно, является следствием конфликта между внутренней жесткостью, негибкостью и подверженностью чувствам. Также возможно, что такие черты, как нечувствительность и прямолинейность препятствует их эффективной

коммуникации с партнером и использований эмоционально-ориентированного копинга. Также они тревожны, осторожны в общении, чувствительны к переживанию угрозы и неопределенности.

3.4 Совладание поведение субъекта деструктивной привязанности к партнеру во взрослом возрасте

В столь сложных, тяжелых отношениях, каковыми являются отношения деструктивной привязанности, необходимы усилия по преодолению стресса. Наши предыдущие исследования (Григорова, 2011-14) показывают, что субъекты деструктивной привязанности регулярно испытывают стресс, связанный с отношениями с партнером.

После проверки гипотезы о том, что субъекту деструктивной привязанности свойственны специфические стратегии и динамика совладания и защитного поведения с ее проявлениями нами были получены следующие результаты:

В таблице 7 представлены результаты анализа выбираемых субъектами деструктивной привязанности копинг-стратегий.

Таблица 7

Дескриптивная статистика стратегий совладания по методике «Опросник способов совладания» в субъектов деструктивной привязанности (n=82)

Шкалы ОСС	Среднее	Медиана	Мода	Размах	Стд. отклонение
Конфронтативный копинг	7,82	8,00	Множеств.	7,00	2,95
Дистанцирование	9,93	10,00	14,00	8,00	3,13
Самоконтроль	12,79	12,00	12,00	11,00	1,91
Социальная поддержка	10,77	11,00	13,00	7,00	2,3
Принятие ответственности	8,28	8,00	8,00	7,00	1,93
Бегство/Избегание	10,30	10,00	10,00	10,00	3,42
Планирование решения	10,63	12,00	12,00	7,00	2,47

проблемы					
Положительная переоценка	10,32	10,00	8,00	11,00	3,1

В результатах данной методики виден большой размах данных (от 7 до 11 единиц). Медиана чаще всего лежит в области средних значений.

Сравнение средних значений испытуемых-субъектов деструктивной привязанности и испытуемых из контрольной группы представлено на рисунке 5:

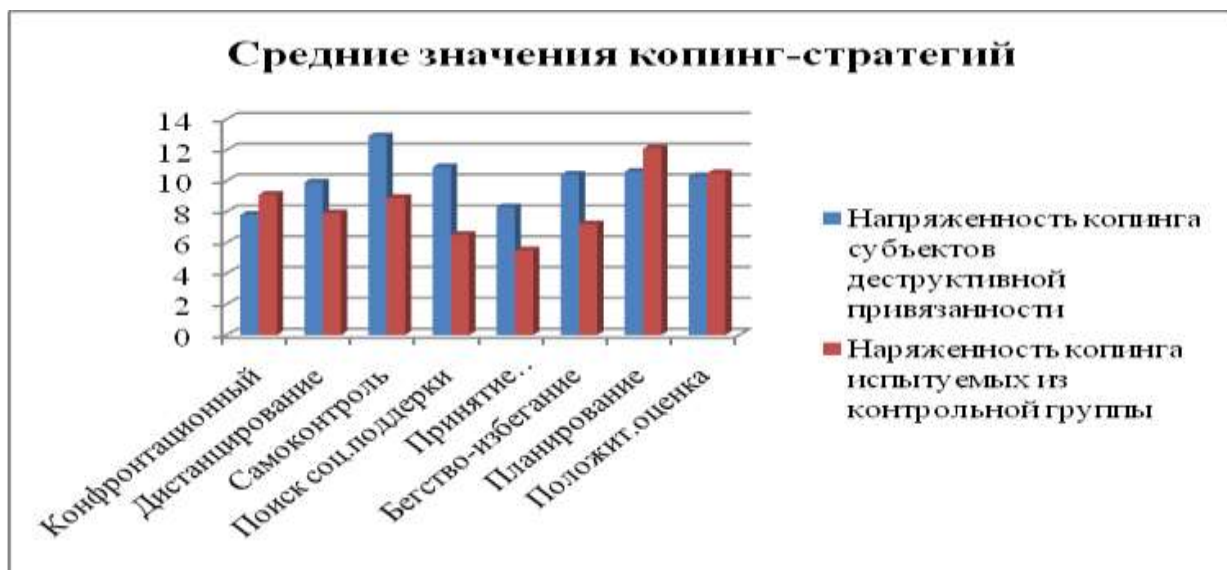


Рисунок 5. *Средние значения копинг-стратегий субъектов деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83).*

Сравнивая показатели шкал с нормами опросника, мы видим пограничную и высокую напряженность копинга у испытуемых с деструктивной привязанностью к романтическому партнеру, что говорит о значительной силе стресса, переживаемом ими в отношениях, несмотря на активное использование всех копинг-стратегий для совладания со стрессовыми ситуациями в отношениях деструктивной привязанности. Вероятно, имеет место непродуктивность совладания, причины которой могут лежать в недостаточной рефлексии, слабой осознанности источников негативных переживаний. Наиболее напряженный копинг у испытуемых с деструктивной привязанностью – «Самоконтроль» (12,7 балла), что говорит о стремлении овладеть своими переживаниями, что, при такой напряженности, возможно, приводит к другим проблемам, например, чрезмерной

сдержанности, закрытости, внутренней напряженности. Возможно, это связано со стремлением, таким образом, более дистанцироваться от партнера, сомнениями в его надежности, нежелании открыть для него свои переживания; а также, возможно, восприятию своих переживаний как «ненормальных».

Сравнительный анализ различий используемых копинг-стратегий между партнерами с деструктивной привязанностью и испытуемыми из контрольной группы (по методике «Опросник способов совладания (адаптация Крюковой Т. Л. и Куфтяк Е.В., 2004) с помощью U-критерия Манна-Уитни позволил получить следующие результаты.

1.Субъекты отношений деструктивной привязанностью больше склонны к использованию копинг-стратегии «дистанцирования» для совладания с негативными эмоциями и поведением, чем партнеры с надежной привязанностью ($p \leq 0,002$). Копинг-стратегия «Дистанцирование» связана с когнитивными усилиями, направленными на уход от проблемы, желанием уменьшить ее значимость. Вероятно, большее использование данной копинг-стратегии у испытуемых с деструктивной привязанностью по сравнению с испытуемыми с надежной привязанностью к партнеру связано с большей тяжестью испытываемых ими переживаний. Невозможность избавиться от источника данных переживаний, которым чаще всего воспринимается партнер, приводят к желанию отгородиться от них.

Пример из беседы с А., девушкой 25 лет (продолжительность романтических отношений 3 года, подозревает своего партнера в неверности):

А.: Когда я снова начинаю думать о том, где он сейчас, чем занимается, я как будто начинаю сходить с ума.

Интервьюер: В чем это выражается?

А.:Я начинаю вспоминать, не было ли чего-то странного за последние дни. Ну, может, он проговорился о чем-то... Если удастся, я проверяю компьютер, ссылки в интернете, какие-то вещи. Я пытаюсь найти хоть какой-то повод, чтобы... Не знаю, зачем я все это делаю. Когда я начинаю делать все эти вещи: думать, проверять,

искать, то через какое-то время я говорю себе «стоп». Ведь даже если он и обманывает меня, что с того? Он может заниматься, чем считает нужным, меня не должно это волновать, иначе так можно с ума сойти, если постоянно об этом думать. Иногда мне даже кажется, что мне все равно. Например, я могу представить его с другой девушкой. Вообще, я устала об этом говорить, теперь я опять буду об этом думать...

В данном примере наиболее ярко отражается следующий аспект, связанный с дистанцированием от проблемной ситуации:

Испытуемым с деструктивной привязанностью, свойственно застревание не на конкретной проблемной ситуации в романтических отношениях, а больше на ситуациях, которые, по их мнению, возможны в будущем. Но эти ситуации, еще не произошедшие (и, возможно, которые не произойдут никогда), уже вызывают негативные переживания и, соответственно, провоцируют активацию совладающего поведения. То есть, совладание происходит с переживаниями, связанными с вымышленными ситуациями, страхом перед будущим. Возможно, это затрудняет или делает невозможным применение проблемно-ориентированного копинга и наиболее продуктивным является применения именно стратегии «дистанцирование».

2. Партнеры с деструктивной привязанностью больше склонны к использованию копинг-стратегии «самоконтроль» при совладании с негативными эмоциональными переживаниями и поведением, чем испытуемые из контрольной группы ($p \leq 0,008$). Более высокая напряженность копинга «самоконтроль» у испытуемых с деструктивной привязанностью, вероятно, говорит о силе тех негативных переживаниях, с которыми приходится им совладать, применять усилия, направленные на урегулирование своих чувств.

3. Партнеры с деструктивной привязанностью больше склонны к использованию копинг-стратегии «принятие ответственности» при совладании с негативными эмоциональными переживаниями и поведением, чем испытуемые из контрольной группы ($p \leq 0,154$). Вероятно, более высокая напряженность копинг-стратегии «Принятие ответственности» у испытуемых

с деструктивной привязанностью по сравнению с испытуемыми с надежной привязанностью связана с возможной интернальной направленностью их личности, склонностью видеть причиной стресса в романтических отношениях и негативных переживаний в себе. С другой стороны, возможно, что переживая негативные чувства, данные испытуемые не склонны ожидать или обращаться за помощью к партнеру, что подталкивает их самим искать пути решения проблемы.

4. Партнеры с деструктивной привязанностью больше склонны к использованию копинг-стратегии «бегство-избегание» при совладании с негативными эмоциональными переживаниями и поведением, чем испытуемые из контрольной группы ($p \leq 0,001$). Более высокая напряженность копинг-стратегии «бегство-избегание» у испытуемых с деструктивной привязанностью, по сравнению с испытуемыми из контрольной группы, вероятно, связана с большей тяжестью испытываемых ими переживаний в романтических отношениях. Кроме того, поскольку как уже говорилось нами выше, совладание у данных испытуемых происходит в большей степени с чувствами, состояниями, переживаниями, часто не имеющими под собой реальных событий, либо их восприятие этих событий искажено, поэтому усилия, направленные на избегание негативных переживаний, возможно, наиболее целесообразно.

Данные различия также подтверждены нами с помощью математической обработки данных по t-критерий Стьюдента (таблица 8):

Таблица 8

Различия в выраженности копинг-стратегий по методике «Опросник способов совладания» у субъектов деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83)

Копинг-стратегии	t-критерий	Среднее (n=82)	Среднее (n=83)	Уровень значимости
Дистанцирование	4,181	9,9	7,8	$p \leq 0,006$
Самоконтроль	11,761	12,8	8,9	$p \leq 0,001$
Поиск социальной поддержки	8,729	10,8	6,5	$p \leq 0,001$
Принятие	7,962	8,3	5,5	$p \leq 0,001$

ответственности				
Бегство-избегание	7,848	10,4	7,1	$p \leq 0,001$
Планирование решения проблемы	-2,802	10,7	12,1	$p \leq 0,006$

В интервью субъекты деструктивной привязанности утверждали, что применяли следующие стратегии для совладания со стрессовыми ситуациями в отношениях: стремились выяснить отношения, выплеснуть эмоции (65%); искали совета и поддержки в близком окружении (63%); употребляли алкоголь (45%); пытались разорвать отношения либо угрожали партнеру разрывом (85%); посещали развлекательные заведения (38%); обращались за помощью к специалистам (10%); пытались не думать о стрессовой ситуации (60%); пытались снизить субъективную значимость ситуации (55%).

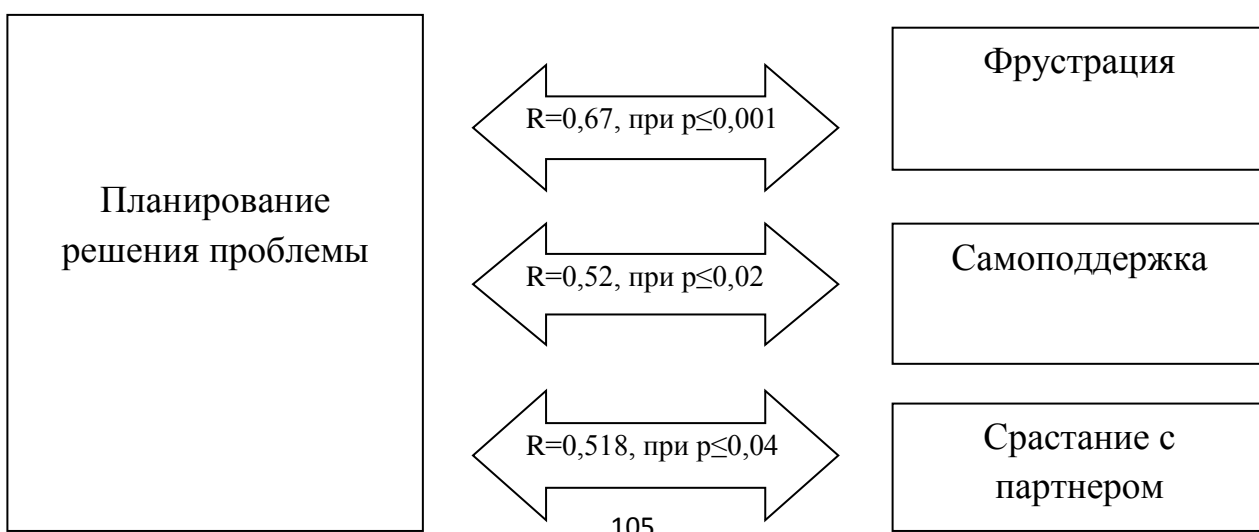
В целом при анализе совладающих усилий субъекта отношений деструктивной привязанности в стрессовой ситуации можем заметить, что больше применяются избегающие стратегии копинга и стратегии эмоционально-ориентированного копинга. Это может свидетельствовать о сложности эмоционального переживания стресса, трудностями в использовании более конструктивных стратегий, а также о склонности испытуемых уклоняться от травмирующих переживаний для сохранения относительного психологического комфорта.

Наиболее часто используемой стратегией совладающего поведения также являются попытки испытуемых-субъектов деструктивной привязанности разорвать неудовлетворительные отношения, что подтверждается результатами интервью. В интервью субъекты деструктивной привязанности часто отмечают, что их партнеры часто не догадываются об интенсивности испытываемого ими стресса в данных отношениях, либо предпочитают не замечать негативных переживаний и состояний. На их взгляд, партнеры не оказывают им достаточной эмоциональной поддержки, напротив, ими ощущается отстранение, охлаждение чувств со стороны партнера в такие периоды. Таким образом, мы

делаем вывод, что в таких парах процесс диадического копинга развит недостаточно.

Как отмечают субъекты деструктивной привязанности, переживание стресса в отношениях начинается ими испытываться с началом самих близких отношений. Помимо некоторых объективных факторов, его вызывающих (например, удаленное проживание партнеров друг от друга; наличие у одного или обоих партнеров собственных незаконченных романтических отношений и др.), ими также называются иные причины. Чаще всего это тревога, источник которой субъектом не осознаются, либо такие, наиболее часто встречающиеся в выборке установки и восприятие отношений и партнера как «предназначенных судьбой». Субъекты деструктивной привязанности, отвечая на вопросы феноменологического интервью, говорят о том, что они предчувствовали ситуацию знакомства с партнером, достаточно быстро возникло ощущение, что их партнер именно тот человек, который сможет сделать их счастливыми.

Корреляционный анализ непараметрических данных с помощью критерия R-критерия Спирмена позволил получить следующие результаты, схематично представленные на рисунке 6:



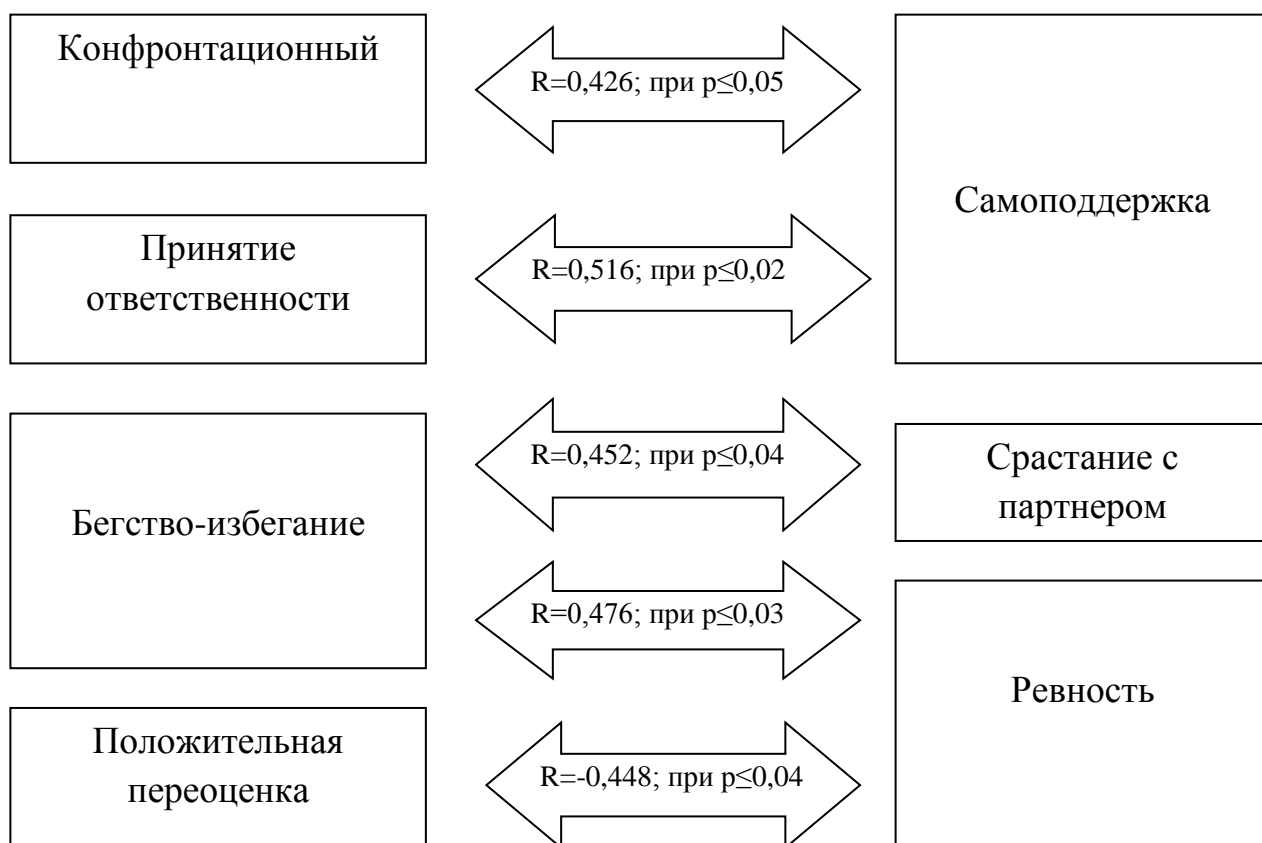


Рисунок 6. *Связь копинг-стратегий и показателей привязанности у субъектов отношений деструктивной привязанности (n=82)*

Нами была выявлена значимая положительная связь между уровнем уровня фрустрации субъектов отношений деструктивной привязанности, и использованием копинг-стратегию «планирование решения проблемы» ($R=0,67$; при $p \leq 0,001$). Данная взаимосвязь, возможно, объясняется тем, что состояние фрустрации, испытываемое субъектами деструктивной привязанности, как состояние неудовлетворенности важных потребностей, способствует возникновению у испытуемых желания контролировать свое эмоциональное состояние, представлять его как поддающееся контролю. Также была выявлена значимая положительная взаимосвязь между уровнем «самоподдержки» и использованием конфронтационного копинга ($R=0,426$; при $p \leq 0,048$). То есть, чем большую дистанцированность проявляет партнер в отношениях привязанности, тем в сильнее он склонен предпринимать агрессивные усилия для совладания со стрессом в романтических

отношениях. Это может быть связано с желанием укрепить, усилить дистанцированность от партнера путем демонстрации враждебности к нему. Также, вероятно, что, партнеры, имеющие высокий уровень самоподдержки в отношениях, не склонны воспринимать другого партнера как способного оказать им помощь в совладании, поэтому выбирают копинг, позволяющий им оказывать наибольшее сопротивление стрессу. Также положительная связь выявлена между «самоподдержкой» и копинг-стратегиями «принятие ответственности» ($R=0,516$; при $p \leq 0,014$). Так же нами была выявлена значимая положительная связь между таким компонентом романтической привязанности, как «срастание с партнером» и использованием копинг-стратегии «планирование решения проблемы» ($R=0,518$; при $p \leq 0,035$). Данный результат, вероятно, можно объяснить обратным: срастание с партнером, возможно, является ресурсом для использования данной копинг-стратегии. То есть, совладея со стрессом, партнер, вероятно, чувствует поддержку своего партнера, надеется на нее, что позволяет ему использовать продуктивный проблемно-ориентированный копинг. С другой стороны, чем выше выражено у субъекта деструктивной привязанности «срастание с партнером», тем в большей мере он использует копинг-стратегию «бегство-избегание» ($R=0,452$; при $p \leq 0,035$). Данный результат, говорит о противоречивости в выборе субъектами деструктивной привязанности копинг-стратегий. Возможно, избегая решения проблемы, партнер «убегает» не только от проблемы, но старается дистанцироваться от партнера или снизить степень срастания с ним. Также нами было выявлено, что чем выше у партнера выражен такой компонент романтической привязанности, как «ревность» тем в большей мере он использует копинг-стратегию «бегство-избегание» ($R=0,476$; при $p=0,025$). Вероятно, данный результат можно объяснить тем, что ревность к партнеру часто связана с недоверием к нему, тяжелыми переживаниями, что затрудняет применение проблемно-ориентированного копинга, и подталкивает человека к избеганию решения проблемы. Возможно, ревность к партнеру, провоцирующая также и

сомнения в себе, неустойчивость самооценки, может приводить к тому, что человек не видит в себе достаточно сил, чтобы продуктивно совладать с проблемой путем ее решения. Кроме того, ревность, испытываемая по отношению к партнеру, на наш взгляд, связана с проблемой контроля над ним. А поскольку осуществлять полноценный контроль над другой свободной личностью практически невозможно, но кроме того существует проблема отсутствия чувства безопасности и принятия, то это, по нашему мнению, становится предпосылкой для использования такой копинг-стратегии как «бегство-избегание». Значимую отрицательную взаимосвязь между ревностью и использованием копинг-стратегии «положительная переоценка» ($R=-0,448$; при $p \leq 0,035$), на наш взгляд, можно объяснить тем, что ревность, как тяжелое для испытуемых переживание, связанное со страхом потерять партнера, способствует их оценки стрессовой ситуации как опасной, тревожной, тяжелой, и затрудняет возможность положительно переоценить ситуацию.

Таким образом, мы видим, что партнеры, испытывающие деструктивную привязанность в романтических отношениях, склонны применять для совладания с ее с эмоциональными и поведенческими проявлениями такие копинг-стратегии как конфронтативный копинг; «положительная переоценка»; «бегство-избегание»; «планирование решения проблемы»; «принятие ответственности», имеющие связи со свойственными им компонентами привязанности. Это, с одной стороны, демонстрирует вариативность в применении копинг-стратегий для совладания, с другой стороны, подтверждает непродуктивность совладающего поведения субъектов деструктивной привязанности.

Также нами был проведен анализ половых различий в выборе копинг-стратегий среди субъектов деструктивной привязанности с помощью U-критерия Манна-Уитни.

Нами было выявлено, что мужчины чаще, чем женщины, используют *конфронтативный копинг* ($p \leq 0,03$) для совладания с проявлениями данной

привязанности, что связано с большей энергичностью и предприимчивостью мужчин, желанием отстаивать свои интересы; импульсивностью в поведении, враждебностью. Женщины чаще используют копинг-стратегию «поиск социальной поддержки» ($p \leq 0,02$), что говорит об их большем желании выговориться, получить совет, с кем-либо разделить свои переживания, что, в тоже время способствует формированию зависимой позиции. Также женщины более склонны использовать копинг «положительная переоценка» ($p \leq 0,01$), что также характеризует недооценку женщинами действенных способов совладания, склонность находить оправдания как партнеру, так сохранению отношений с ним.

Нами выявлено, что компоненты привязанности также оказывают влияние на выбор индивидуальных копинг-стратегий совладания со стрессом в отношениях деструктивной привязанности:

❖ Из всех копинг-стратегий, изученных нами с помощью методики «Мульти-опросник романтической привязанности», на выраженность копинг-стратегии «дистанцирование» единственно значимое влияние оказывает такой компонент привязанности как *самоподдержка* ($\beta=0,5$ при $p \leq 0,01$). Влияние данного показателя распространяется на 30 процентов выборки;

❖ На выбор копинг-стратегии «бегство-избегание» оказывает значимое влияние следующая совокупность факторов ($R=0,79$, $R^2=0,62$, при $p \leq 0,001$): *фрустрация* ($\beta=-0,26$), *самоподдержка* ($\beta=0,3$), *ревность* ($\beta=0,51$) и *срастание с партнером* ($\beta=0,6$). Таким образом, мы видим, что особенности привязанности испытуемых побуждают их избегать прямого решения проблемы, использовать непродуктивный копинг для совладания со стрессом в отношениях;

❖ На выбор копинг-стратегии «положительная переоценка» оказывают влияние такие компоненты привязанности как ($R=0,82$, $R^2=0,67$, при $p \leq 0,001$): *ревность* ($\beta=-0,59$) и *фрустрация* ($\beta=0,67$). Неудовлетворенность основных потребностей в близких отношений

побуждает субъектов деструктивной привязанности положительно оценивать стрессовые события, однако, ревность, также им присущая, снижает возможность использования данной копинг-стратегии.

Таким образом, мы выявили, что особенности деструктивной привязанности и ее компонентов, таких как *фрустрация, самоподдержка, ревность, срастание с партнером* оказывают влияние на выбор субъектами непродуктивных копинг-стратегий для совладания со стрессовыми ситуациями в отношениях: *дистанцирование, бегство-избегание*; а также оказывают противоречивое влияние на использование стратегии «*положительная переоценка*».

3.5 Последствия отношений деструктивной привязанности для личности: копинг-динамика, совладание и несовладание.

В ходе проведения феноменологического интервью, нами установлено, что для субъектов деструктивной привязанности близкие отношения, в которые они включены, не приносят удовлетворения, напротив, вызывают страдания, тяжелые переживания, но, тем не менее, продолжают активно ими поддерживаться и сохраняться в течение длительного времени (3 и более лет).

Испытуемые, учувствовавшие в нашем исследовании, отмечали, что с увеличением продолжительности отношений им становились свойственны физиологические симптомы, указывающие на дезадаптацию личности, либо возможные психические расстройства. Наиболее часто ими отмечаются такие симптомы, возникающие как в ситуациях угрозы разрыва отношений, так и «спонтанно»:

- пищевые симптомы (отсутствие аппетита; повышенный аппетит; тошнота; расстройства желудка; запоры) ($\chi^2=131,46, p\leq 0,001$);
- угнетение дыхательной функции (одышка; чувство нехватки воздуха; приступы кашля) ($\chi^2=94,74, p\leq 0,001$);

- симптомы, связанные с сердечной системой (боли в сердце; повышение/понижение давления; учащение пульса) ($\chi^2=100,99$, $p\leq 0,001$);
- расстройства сна (бессонница; кошмары) ($\chi^2=103,97$, $p\leq 0,001$);
- головные боли, головокружение, спутанность мыслей и сознания ($\chi^2=113,75$, $p\leq 0,001$).

Также субъекты деструктивной привязанности отмечают приступы паники; навязчивость мыслей, создающая трудности для занятий повседневными делами и др.

Выявлены следующие факторы неблагополучия и нарушений адаптации субъектов деструктивной привязанности, имеющие как временный, так и длительный характер проявления ($n=82$):

- значительное уменьшение частоты социальных контактов (100%);
- потеря уверенности в себе, замкнутость, плаксивость (87%);
- расстройства сна (78%);
- ухудшение памяти, внимания, умственных способностей (74%);
- снижение эффективности рабочей деятельности, потеря работы (39%);
- ухудшение здоровья; психосоматические симптомы (76%);
- снижение, отсутствие сексуального желания (48%);
- крупные траты денег (46%);

Анализируя динамику индивидуального копинга субъектов деструктивной привязанности в длительных близких отношениях с помощью интервью, мы выявили, что она характеризуется циклической сменой фаз его напряженности и ослабления. Испытуемые отмечают, что в относительно спокойные периоды отношений с партнером, им свойственно улучшение психоэмоционального состояния (появляется энергия, активность, положительный настрой, связанные с другими сферами их жизнедеятельности). Когда отношения становятся напряженными, наоборот, ими отмечается снижение активности и продуктивности результатов в иных деятельности ($\chi^2=117,54$, $p\leq 0,001$). Выявлено, что с увеличением

продолжительности отношений, «спокойные» периоды становятся короче, в отношениях чаще чувствуется напряженность, они становятся более конфликтными и в целом неудовлетворительными для субъекта привязанности ($\chi^2=141,95$, $p \leq 0,001$), что также говорит о непродуктивном совладании. Таким образом, мы можем предполагать, что внутренняя энергия и ресурсы субъектов деструктивной привязанности в такие периоды направляется на стабилизацию, улучшение и сохранение актуальных отношений с партнером, что также подтверждается результатами интервью.

Кроме того, с увеличением продолжительности подобных романтических отношений, субъектам деструктивной привязанности к партнеру становятся труднее поддерживать социальную и трудовую активность. Результаты интервью говорят о том, что более половины испытуемых свойственны проблемы, обусловленные чрезмерной поглощенностью их негативными переживаниями, в таких сферах как:

- Трудовая деятельность (потеря работы, трудности при поиске работы, ухудшение показателей трудовой эффективности и др.). Особенно часто испытуемые склонны не выходить на рабочее место в так называемые периоды «обострения» отношений с партнером по причинам «разбитости», «чувства собственной бесполезности», «отсутствию сил и желания что-то делать», «плохое физическое и психологическое самочувствие», «плохой внешний вид». Сравнивая полученные данные с результатами интервью с контрольной группой, мы можем отметить, что практически в 100% случаев испытуемые контрольной группы не испытывали на себе подобного негативного влияния в ситуации напряженности отношений с партнером. Их эмоциональное и физическое самочувствие, по их собственным оценкам, не ухудшается настолько, чтобы по этой причине у них возникали существенные трудности в профессиональной деятельности.

- Близкие отношения с членами семьи, друзьями, коллегами. Испытуемыми отмечается сокращение контактов с людьми из привычного круга общения, общение становится более «поверхностным»,

«формальным»; некоторые испытуемые говорят о потере большинства социальных контактов, связывая эти факты с ситуацией включенности в деструктивные отношения. Таким образом, снижается эффективность копинга «поиск социальной поддержки». Испытуемые говорят о нехватке сил, отсутствие инициативы для общения с другими людьми; а также о том, что их партнер негативно относится к общению субъекта вне существующей диады.

- Потеря субъектом деструктивной привязанности иных интересов (хобби, занятия спортом, самообразование и др.), существовавших в его жизни до появления отношений.

Кроме того, мы можем отметить, что в деструктивных отношениях происходит смена ценностных ориентаций субъекта привязанности, что также подтверждается результатами длительного интервью. Одни потребности, ценности, ожидания относительно себя и партнера, установки заменяются другими, что с течением времени позволяет снизить напряженность копинга. Например, если в начале отношений для испытуемых были неприемлемы такие явления как ложь, грубость, повышенный контроль и др., то в дальнейшем они склонны более терпимо относиться к подобным фактам, снижая, таким образом, их стрессогенное влияние. Также некоторые испытуемые говорили о том, что для ощущения себя счастливыми им достаточно того, что они испытывают любовь к партнеру, не нуждаясь в том, чтобы также чувствовать ответную любовь партнера к себе. Но данные факты были обнаружены нами лишь у тех субъектов деструктивной привязанности, кто находится в отношениях более 5-ти лет.

Кроме того, результаты интервью показывают, что субъекты деструктивной привязанности к партнеру склонны обращаться за помощью для стабилизации своего эмоционально-психического состояния, а также к улучшения отношений к различной популярной литературе, интернет-статьям, посвященным романтическим отношениям. Также среди

испытуемых распространены случаи обращения за помощью к профессиональным психологам, а также к различным экстрасенсам, магам, гадалкам (32% испытуемых).

Корреляционный анализ помощью R-критерия Спирмена позволил выявить, что чем дольше испытуемые находятся в отношениях деструктивной привязанности, тем реже они обращаются к копинг-стратегиям «социальная поддержка» ($R=-0,238$, при $p \leq 0,05$); «самоконтроль» ($R=-0,23$, при $p \leq 0,05$); чаще обращаются к копинг-стратегии «положительная переоценка» ($R=0,231$, при $p \leq 0,05$). На наш взгляд, данный результат связан со снижением у испытуемых внутренних сил и ресурсов для самоподдержки и обращению к окружающим, в том числе, к партнеру; со снижением включенности в социальное общение и накоплением негативных симптомов несовладания. В тоже время, трудности как выхода из отношений, так и продуктивного совладания со стрессом данных отношениях, побуждают их по новому оценивать значимость происходящих событий, переосмыслить негативные переживания, что также может быть источником личностного роста субъектов деструктивной привязанности.

Однако, на наш взгляд, часто используемой стратегией защитно-совладающего поведения также являются попытки испытуемых-субъектов деструктивной привязанности разорвать неудовлетворительные отношения, что также подтверждается результатами интервью. В интервью субъекты деструктивной привязанности часто отмечают, что их партнеры часто не догадываются об интенсивности испытываемого ими стресса в данных отношениях, либо предпочитают не замечать негативных переживаний и состояний. По их мнению, партнеры не оказывают им достаточной эмоциональной поддержки, напротив, ими ощущается отстранение, охлаждение чувств со стороны партнера в такие периоды. Таким образом, мы можем сделать вывод, что в таких парах процесс диадического копинга развит недостаточно.

ВЫВОДЫ

1. Специфические поведенческие, эмоциональные и когнитивные проявления деструктивной привязанности имеют стрессогенный характер для субъекта и активизируют его совладающее поведение.

2. Источниками тревоги и стресса субъекта деструктивной привязанности являются:

✓ качественные характеристики отношений, связанные с угрозой либо вредом для собственного благополучия субъекта и побуждающие его применять избегающий копинг, отстраняться от партнера;

✓ переживание субъектом угрозы разрыва отношений с партнером, активизирующее поведение, направленное на сближение с ним, в том числе, использование эмоционально-ориентированного копинга.

3. Существует специфика поведения субъекта деструктивной привязанности, заключающаяся в активном использовании им в отношениях контроля над партнером, его преследовании, демонстративном поведении, а так же поведении, направленном на поиск другого объекта привязанности. Данное поведение реализуется с низкой степенью осознанности, оно малоэффективно и вызывает лишь временное улучшение психоэмоционального состояния субъекта; определяется поиском безопасного положения между близостью и отдаленностью от партнера.

4. Субъект деструктивной привязанности в течение длительных периодов времени испытывает тяжелые переживания, такие как чувство ненужности, нелюбви со стороны партнера; ощущение своей зависимости от него; страх потерять партнера/страх одиночества; ненависть по отношению к партнеру; чувство вины. Низкий уровень осознанности источников подобных переживаний и чувств затрудняет продуктивное совладание субъекта с ними.

5. Субъектам деструктивной привязанности свойственны специфические когнитивные установки и искажения: приписывание себе образа «жертвы» отношений и виктимных черт; негативное восприятие партнера как отстраненной, опасной и бесчувственной личности;

«мифологизация» отношений с партнером (искажение реальности). Данные суждения субъектов привязанности косвенно подтверждают активную работу психологических защитных механизмов и затрудняют осознание источников испытываемых тревоги и стресса.

6. Для субъекта отношений деструктивной привязанности характерны такие черты и особенности личности по сравнению испытуемыми из контрольной группы как меньший уровень общительности; более низкая нормативность поведения; большая робость; тревожность и подозрительность; они имеют более низкий уровень самоконтроля; более высокий уровень внутренней напряженности. Кроме того, они более фрустрированы в отношениях; более склонны к самоподдержке; ревнивы и склонны «срастаться» с партнером.

7. Длительное нахождение в отношениях с партнером приводит к проявлениям дезадаптации, таким как психосоматические симптомы, трудность в принятии решений, потеря уверенности в себе, снижение частоты социальных контактов и др. Им становится сложнее поддерживать трудовую и социальную деятельность, что является результатом несовладания, негативным фактором развития личности.

8. Совладание субъектов деструктивной привязанности в длительных отношениях представляет собой цикличную смену фаз его напряженности и ослабления. С увеличением продолжительности отношений с партнером усиливается стрессогенность в отношениях и проявления несовладания и дезадаптации; а периоды эмоционального благополучия субъекта сокращаются за счет непродуктивности копинга.

9. Наиболее часто используемой стратегией совладающего поведения также являются попытки субъектов деструктивной привязанности разорвать неудовлетворительные отношения. Кроме того, ими активно используются такие стратегии совладания как «конфронтативный копинг»; «дистанцирование»; «поиск социальной поддержки»; «самоконтроль»; «принятие ответственности»; «бегство-избегание»; значимо меньше

используется копинг-стратегия «планирование решения проблемы», что говорит о слабом контроле над ситуацией.

10. На выбор субъектами деструктивной привязанности неконструктивных копинг-стратегий («дистанцирование», «бегство-избегание»), которые на самом деле не приводят к разрыву, влияет неоднозначность таких компонентов привязанности как «самоподдержка», «фрустрация», «ревность», «срастание с партнером».

11. Чем дольше субъекты деструктивной привязанности находятся в отношениях с партнером, тем реже они обращаются к копинг-стратегиям «социальная поддержка»; «самоконтроль»; чаще обращаются к копинг-стратегии «положительная переоценка». Возможна лишь частичная адаптация к испытываемому стрессу через активное использование защитных механизмов (в т.ч. «рационализация» и «отрицание»). Внутренняя работа по осознанию источников собственных переживаний, переосмысление и новая оценка опыта отношений с партнером может служить основой развития и личностного роста субъектов деструктивной привязанности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Отношения привязанности являются для личности во взрослом возрасте чрезвычайно значимыми. Помимо того, что они способствуют удовлетворению таких важных потребностей как потребности в безопасности, принятии, любви, сексуальной активности, рождении детей; их качество так же оказывает влияние на адаптационный потенциал и развитие личности в целом.

Деструктивная привязанность – тип небезопасной привязанности человека во взрослом возрасте, являющийся генерализованным результатом прошлого опыта привязанностей. Она имеет специфические проявления на

эмоциональном, поведенческом и когнитивном уровне и вызывает активизацию совладающего поведения личности.

Нами были рассмотрены проявления деструктивной привязанности, а именно тревога, ревность, страсть, гнев, внутренняя напряженность, опустошение и др.; поведение, направленное на сближение с партнером и поведение, направленное на избегание близости с партнером. Выявлено, что данные проявления привязанности воспринимаются и переживаются субъектами как тяжелые, мучительные. Выявлено, что они могут осознаваться в большей степени и восприниматься как стресс для субъекта привязанности, либо осознаваться в меньшей степени и воспринимать субъектом диффузно в качестве высокого уровня тревожности и внутренней напряженности, переживаемых в отношениях с партнером.

Выявлено, что субъект деструктивной привязанности использует различные копинг-стратегии для совладания с ее проявлениями, что связано как с их амбивалентностью, так и со слабой способностью испытуемых к осознанию из источников. Мы считаем, что совладание происходит непродуктивно, поскольку субъекты деструктивной привязанности продолжают испытывать высокий уровень стресса на протяжении отношений с партнером, затрачивая при этом большое количество сил и ресурсов, о чем говорят данные о напряженности копинга и присущие им чувства опустошения, усталости.

Субъекту деструктивной привязанности свойственны специфические личностные особенности. Этот факт подтверждается теоретическим анализом данного феномена, а также сведениями о том, что ранняя детская привязанность является одним из факторов формирования личности и ее черт. В тоже время, личностные особенности также оказывают влияние на формирование типа привязанности во взрослом возрасте.

Деструктивная привязанность и ее проявления вызывают трудности в жизнедеятельности субъекта данной привязанности, а также снижают способности личности к адаптации в окружающем мире, что также является

выражением несовладания и непродуктивного совладания субъектов данной привязанности.

Следовательно, мы можем считать доказанными гипотезы о том, что:

1) Субъект деструктивной привязанности переживает специфические эмоциональные, поведенческие и когнитивные проявления данной привязанности, активизирующие его совладающее поведение.

2) Субъекту деструктивной привязанности свойственны специфические стратегии и динамика совладающего поведения с ее проявлениями.

3) Чем дольше субъект деструктивной привязанности находится в отношениях с объектом данной привязанности, тем более выражены у него проявления несовладания и дезадаптации или негативная динамика копинга.

4) Субъектом деструктивной привязанности является личность, обладающая набором специфических черт и особенностей.

Однако по прежнему остаются открытыми вопросы о способности человека во взрослом возрасте к осознанию типа своей привязанности к партнеру и об уровне этого осознания, а также о возможных положительных перспективах у отношений деструктивной привязанности.

В связи с этим данное исследование может иметь продолжение в изучении рабочих моделей деструктивной привязанности; дальнейшем изучении ее эмоциональных и поведенческих компонентов; ее глубинной бессознательной составляющей. Полученные в результате дальнейших исследований знания могут стать основой для построения модели оказания психологической помощи людям, страдающим от проявлений деструктивной привязанности в отношениях, что позволит им гармонизировать собственное психологическое состояние и качество отношений с партнером.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- 1) Абабков, В.А., Перре, М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии / В.А. Абабков, М. Перре – Спб.: Речь, 2004. – 166 с.
- 2) Акопов, А.Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни личности / А.Ю. Акопов. – Спб.: Речь, 2008 – 244с.
- 3) Анциферова, Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анциферова // Психологический журнал. – 1994. – № 1. – С. 13-26.
- 4) Бек, А., Фримен, А. Когнитивная психотерапия расстройств личности. Практикум по психотерапии / А. Бек, А. Фримен. – СПб.: Питер, 2002. – 544 с.
- 5) Белорукова, Н.О. Семейные трудности и совладающее поведение на разных этапах жизненного цикла семьи. автореф. дисс... канд психол н.: 19.00.13 / Белорукова Наталья Олеговна. – Кострома, 2005. – 26 с.
- 6) Белорукова, Н.О. Удовлетворенность браком и доверие между супругами как ресурсы совладания молодой семьи / Материалы Междунар. науч.-практ. конф. / Отв. ред.: Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова. — Кострома: КУ им. Н. А. Некрасова, 2007.
- 7) Бермант-Полякова, О.В. Горькая правда о привязанности. Часть 1 / О.В. Бермант-Полякова // Психотерапия: научно-практический журнал. – 2014. - № 1 – С. 28-31.
- 8) Битюцкая, Е.В. Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации с позиций деятельностного подхода А.Н. Леонтьева / Е.В. Битюцкая // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2013. - №3. – С. 40-56.
- 9) Битюцкая, Е.В. Трудная жизненная ситуация: критерии когнитивного оценивания / Е.В. Битюцкая // Психологическая наука и образование. – 2007. – №4. – С. 87-93.
- 10) Битюцкая, Е.В., Петровский В.А. Когнитивное оценивание, психологическая защита и тревожность в структуре субъективного образа

трудной жизненной ситуации / Е.В. Битюцкая, В.А. Петровский // Психология индивидуальности: Мат-лы третьей Всеросс. науч. конф. (Москва, 1—3 декабря 2010 г.): В 2 ч. / Отв. ред. А.Б. Орлов. М.: Изд. дом ГУ ВШЭ. – 2010. – Ч.1 – С.87-88.

11) Бодров, В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М.: ПЭР СЭ, 2006. – 528 с.

12) Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби. – М.: «Гардарики», 2003 – 480 с.

13) Боулби, Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби. – М.: Академический проект, 2004. – 232 с.

14) Брушлинский, А.В. Проблемы психологии субъекта / А.В. Брушлинский. – М.: ИП РАН, 1994. – 109 с.

15) Бурменская, Г.В. Привязанность ребенка к матери как основание типологии развития / Г.В. Бурменская // Вестник Московского Университета. Серия: Психология. – 2009. - №3. – С. 17-31.

16) Вассерман, Л.И. Психологическая диагностика и коррекция в соматической клинике: научно-практическое руководство / Л.И. Вассерман, Е.А. Трифонова, О.Ю. Щелкова; науч. Ред. Л.И. Вассерман. – СПб.: Речь, 2011. – 271 с.

17) Водопьянова, Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 255 с.

18) Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 288 с.

19) Ганнушкин, П.Б. Клиника психопатий: их статика, динамика, систематика. Некоторые общие соображения и данные. Психология индивидуальных различий. Тексты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. - М.: Изд-во МГУ, 1982. - С. 262-269.

20) Голованевская, В.И. Характер, Я-концепции и предпочтение стратегий совладающего поведения / В.И. Голованевская // Вестн. Моск. Ун-та. Сер.14. Психология. – 2003. - № 4. – С. 30-36.

21) Горьковая, И.А. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях. Учебно-методическое пособие / И.А. Горьковая. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. – 207 с.

22) Григорова, Т.П. Совладание с деструктивной привязанностью в романтических отношениях взрослых / Т.П. Григорова // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А.Некрасова. – 2014. – Т. 20. - №6. – С.271-278.

23) Григорова, Т. П. Динамические аспекты близких (романтических) отношений и совладающего поведения партнеров / Н. С. Смирнова, О. А. Екимчик, Т. П. Григорова // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А.Некрасова. – 2014. – Т. 20. - № 6. – С.278-284.

24) Григорова, Т.П. Кто подвержен деструктивной привязанности в партнерских отношениях и как совладает с этим? / Т.П. Григорова // материалы III международной научно-практической конференции «Психология стресса и совладающего поведения». – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. - С. 181-184.

25) Григорова, Т.П. Страх одиночества романтических партнеров с деструктивной привязанностью и совладание с ним / Т.П. Григорова // Ресурсы и антиресурсы личности в современных копинг-исследованиях: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / под ред. Л. И. Дементий. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2012. – С. 74-78.

26) Григорова, Т.П. Феномен деструктивной привязанности к романтическому партнеру во взрослом возрасте / Т.П. Григорова // Материалы V научно-практической Интернет-конференции «Психология и семья». – Минск, 2012. – С. 567-578.

27) Егоров, А.Ю. Нехимические зависимости / А.Ю. Егоров. - СПб.: Речь, 2007. – 190 с.

28) Екимчик, О.А. Когнитивный и эмоциональный компоненты любви у людей разного возраста // автореф. дис. ... канд. психол. наук:

19.00.05 / Екимчик Ольга Александровна. – М.: Институт Психологии РАН, 2009. – 28 с.

29) Екимчик, О.А. Любовь в отношениях мужчины и женщины: методы психологической диагностики. Методические рекомендации / О. А. Екимчик - Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2011. – 60 с.

30) Екимчик, О.А. Совладание со стрессом в ситуациях ревности и измены / О.А. Екимчик // Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / под.ред. А. Л. Журавлева, Е. А. Сергиенко. — М.: изд-во «Институт психологии РАН», 2011. – С. 237-257.

31) Екимчик, О.А. Ресурсы совладания со стрессом в близких диадических отношениях мужчины и женщины / О. А. Екимчик, Т. Л. Крюкова // Материалы междунар. науч. конфер. «Актуальные проблемы психиатрии, психотерапии, клинической психологии семьи и детства: организация, диагностика, лечение, реабилитация, подготовка специалистов и работа в мультидисциплинарной команде». – СПб: 2013. – С. 162-167.

32) Знаков, В.В. Психология человеческого бытия и трудные жизненные ситуации / В.В. Знаков / Материалы Междунар. науч.-практ. конф./отв. ред.: Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007. – С. 35-37.

33) Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: «Питер», 1999. – 464 с.

34) Казанцева, Т.В. Новое в исследованиях психологической близости / Т. В. Казанцева // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер.12, Психология. Социология. Педагогика. - 2011. - Вып. 2. - С. 250-254.

35) Казанцева, Т.В. Социально-психологические детерминанты межличностной привязанности // автореф. дисс... канд психол н.: 19.00.05 / Казанцева Татьяна Валерьевна - СПбГУ, 2011. – 22 с.

36) Калмыкова, Е.С., Гагарина, М.А., Падун, М.А. Роль типа привязанности в генезе и динамике аддиктивного поведения. Часть II / Е.Е.

Калмыкова, М.А. Гагарина, М.А. Падун // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28. - №1. – С. 107-144.

37) Калугина, Е.Л. Совладающее поведение супругов после рождения в семье второго ребенка // автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Калугина Екатерина Леонидовна. – Кострома, 2012. – 30 с.

38) Калюжная, Н.Б., Шумский, Н.Г., Ювенский И.В. Женщины - убийцы. Очерки судебной психиатрии / Н.Б. Калюжная, Н.Г. Шумский, И.В. Ювенский. – СПб.: БАН, 2004. - 246 с.

39) Карвасарский, Б.Д. Групповая психотерапия / Д.Б. Карвасарский. – М.: Медицина, 1990. – 384 с.

40) Карвасарский, Б.Д. Неврозы / Д.Б. Карвасарский. – М.: Медицина, 1990. – 576 с.

41) Кернберг, О.Ф. Агрессия при расстройствах личности / О.Ф. Кернберг / Пер. с англ. и научн. ред. А. Ф Ускова. – М.: Класс, 1998. – 370 с.

42) Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – М.: Наука, 1983. – 370 с.

43) Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. Научное издание / Л.А. Китаев-Смык. – М.: Академический Проект, 2009. – 943 с.

44) Комер, Р. Патопсихология поведения. Нарушения и патологии психики / Р. Комер. – СПб.: «Прайм-Еврознак», 2005. – 638 с.

45) Короленко, Ц.П., Дмитриева, Н.В. Психосоциальная аддиктология / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – Новосибирск: Изд. НГПУ, 2001. – 251 с.

46) Котляров, А.В. Другие наркотики, или Homo Addictus: Человек зависимый / А.В. Котляров. – М.: Психотерапия, 2006. – 469 с.

47) Коэн С. Садомазохистское возбуждение: расстройство характера и перверсия. [Электронный ресурс] // Журнал практической психологии и психоанализа. – 2004, №4. – Режим доступа:

<http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/detail.php?ID=2741>. (Дата обращения: 13.02.2011).

48) Краткий психологический словарь / Под общей ред. А.В.Петровского и М.Г. Ярошевского / ред.-составитель Л.А.Карпенко. – М.: Политиздат, 1985. – 494 с.

49) Крюкова, Т.Л. Динамические процессы в семье как малой группе на разных этапах жизненного цикла / Т. Л. Крюкова, Н. О. Белорукова // Психология малой группы: структура, динамика, организация: сб. науч. трудов / сост. и ред. И. Г. Самойлова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2011. – С. 210-230.

50) Крюкова, Т.Л. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними / Т. Л. Крюкова, М. В. Сапоровская, Е. В. Куфтяк. – СПб : Речь, 2005. – 240 с.

51) Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения: Монография / Т.Л. Крюкова. – Кострома: «Авантитул», 2004. – 344 с.

52) Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: Монография / Т. Л. Крюкова. – Кострома: Изд-во КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. – 296 с.

53) Крюкова, Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения / Т. Л. Крюкова // материалы междунар. науч.- практ. конференции «Психология совладающего поведения» / отв. ред. Е. А. Сергиенко, Т. Л. Крюкова – Кострома, 2007. – С. 41 – 44.

54) Крюкова, Т.Л. Семья, стресс, копинг, адаптация, проблемы психологии совладающего поведения в семейном контексте / Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская. – Кострома, КГУ им. Н. А. Некрасова, 2003. – 170 с.

55) Кувшинова, О.А., Сычев, О.А., Стиль привязанности и удовлетворенность отношениями у супружеских пар с различным стажем семейной жизни / О.А. Кувшинова, О.А. Сычев // Психолого-педагогическое сопровождение семьи в реалиях современного социокультурного

пространства: Материалы Международной научно-практической конференции / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург, 2012. – С. 206-211.

56) Куттер, П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей / П. Куттер. – М.: «София», 2004. – 120. с

57) Куфтяк, Е.В. Психология семейного совладания: монография / Е. В. Куфтяк. – Кострома, КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. – 318 с.

58) Куфтяк, Е.В. Психология семейной системной организации: структура и динамика. дис... д-ра. психол. наук: 19.00.13 / Куфтяк Елена Владимировна. – Кострома, 2011. – 477 с.

59) Куфтяк, Е.В. Совладающее поведение и копинг-ресурсы в семье / Е.В. Куфтяк // Управление системой социальных ценностей личности и общества в мире изменений : материалы Международного психологического конгресса / отв. ред. Л. А. Журавлев, Н. П. Фетискин. – Кострома, 2003. – С. 265–268.

60) Куфтяк, Е.В. Супружеский копинг: подходы, методы измерения, исследования / Е.В. Куфтяк // Материалы третьей Международной научной конференции «Психологические проблемы современной семьи» : в 2 ч. / под общ. ред. канд. психол. наук А. Г. Лидерса. – М., 2007. – Ч. 1. – С. 517–523.

61) Ларсен Э. II стадия отношений: любовь после преодоления зависимости. [Электронный ресурс] / Режим доступа: http://vernis.at.ua/publ/ii_ja_stadija_otnoshenij_ljubov_posle_preodolenija_zavisi_most_i_ehrni_larsen/1-1-0-62 (Дата обращения: 24.12.14).

62) Либин, А.В., Либина, АВ. Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными обстоятельствами? / А.В. Либин, А.В. Либина. – СПб.: Стиль человека: психологический анализ. – М.: Смысл, 2008. – С. 190-204.

63) Москаленко, В.Д. Зависимость. Семейная болезнь / В.Д. Москаленко. – М.: ПЭР СЭ, 2009. – 331.

- 64) Москаленко, В.Д. Зависимость и созависимость в семьях больных алкоголизмом / В.Д. Москаленко // Вопросы наркологии. – 1995. - №2. – С.76 – 79.
- 65) Мэй, Р. Смысл тревоги / Р. Мэй. – М.: «Класс», 2001. – 384 с.
- 66) Мясищев, В.Н. Структура личности и отношения человека к действительности / В.Н. Мясищев // Психология личности. Тексты под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – С. 20 – 22.
- 67) Нартова-Бочавер, С.К. "Coping behavior" в системе понятий психологии личности / С.К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – Т.18. - №5. – С.20 – 30.
- 68) Николаева, Л.А. Характеристика поведения в конфликтных ситуациях в зависимости от типов психологической привязанности / Л.А. Николаева // Актуальные проблемы психологии образования: Межвузовский сборник научных трудов. – Саратов: «Научная книга». – 2008. – Вып. 1. – С. 80 – 91.
- 69) Никольская, И.М. Клиническая психология семьи / И.М. Никольская // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2005. – № 2. – С. 7-11.
- 70) Никольская, И.М. Психологическая защита у детей / И. М. Никольская, Р. М. Грановская. — СПб.: Речь, 2000. – 507 с.
- 71) Никольская, И.М. Формирование защитной системы человека / И. М. Никольская // Ананьевские чтения: материалы науч. практ. конф. – Спб, 2004. – С. 580-591.
- 72) Осухова, Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях / Н.Г. Осухова. – М.: Академия, 2007. – 288 с.
- 73) Павлова, О.Н. Теория привязанности, стили привязанности и особенности ее нарушения / О.Н. Павлова // Психологическая наука и образование. – 2002. - № 5. – С.59-64.

74) Пилягина, Г.Я., Дубровская, Е.В. Нарушения привязанности как основа формирования психопатологических расстройств в детском и подростковом возрасте / Г.Я. Пилягина, Е.В. Дубровская // Мистецтво лікування. — 2007. - №6. – С. 71 – 79.

75) Пил, С., Бродски, А. Любовь и зависимость / С. Пил, А. Бродски. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2005. – 384 с.

76) Плешкова, Н.Л. Качество отношений привязанности у детей раннего возраста / Н.Л. Плешкова // Психология привязанности и раннего вмешательства: Материалы международного научного семинара 3—4 июля 2006 г. / Под ред. С.Ф. Сироткина, М.Л. Мельниковой. – Ижевск: НИПЦ «ERGO», 2006. – С. 40-46.

77) Психические расстройства и расстройства поведения (F00-F99) (Класс V МКБ-10, адаптированный для использования в Российской Федерации) / Под общей ред. Казаковцева Б.А., Голланда В.Б. – М.: МЗ России, 1998. – 512 с.

78) Психология совладающего поведения: материалы I Междунар. науч.- практ. конф. / отв. ред.: Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007. – 426 с.

79) Психология стресса и совладающего поведения: Материалы III Междунар. науч.-практ. конф. Кострома, 26-28 сент. 2013 г.: в 2 т. / отв. ред. Т.Л.Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. – Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2013. – Т. 1. – 284 с.

80) Психология стресса и совладающего поведения: Материалы III Междунар. науч.-практ. конф. Кострома, 26-28 сент. 2013 г.: в 2 т. / отв. ред. Т.Л.Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.В. Сапоровская, С.А. Хазова. – Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2013. – Т. 2. – 302 с.

81) Психология семьи: стресс, совладание и устойчивость: коллективная монография / под науч. ред. Е.В. Куфтяк. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2012. – 136 с.

82) Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследований. [Электронный ресурс] // Психологические исследования. – 2011, №17. – Режим доступа: <http://www.psystudy.com/index.php/num/2011n3-17/493-rasskazova-gordeeva17.html> (Дата обращения: 02.02.15).

83) Руководство по аддиктологии / Под ред. проф. В.Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007. – 768 с.

84) Сапоровская, М. В. Психология межпоколенных отношений в семье: дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.05 / Сапоровская Мария Вячеславовна. – Кострома, 2013. – 604 с.

85) Сергиенко, Е.А. Проблема соотношения понятий личности и субъекта / Е.А. Сергиенко // Психологический журнал. – 2013. – Т. 32. - №2. – С. 5-16.

86) Сергиенко, Е.А. Системно-субъектный подход: обоснование и перспектива / Е.А. Сергиенко // Психологический журнал. - 2011. - Т.32. - №1. - С.120-132.

87) Сирота, Н.А. Копинг-поведение в подростковом возрасте: автореф. дис. ... д-ра мед. наук. - Спб., 1994. – 154 с.

88) Сирота, Н.А., Ялтонский, Н.В. Преодоление эмоционального стресса подростками. Модель использования / Н.А. Сирота, Н.В. Ялтонский // Обозр. психиатрии и мед. психол. им. В.М. Бехтерева. – 1993. - №1. – С. 53-60.

89) Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Применение и внедрение программ реабилитации и профилактики зависимого поведения как актуальная задача российской клинической психологии. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2012. N 2. URL: <http://medpsy.ru> (Дата обращения: 15.03.14).

90) Смирнова, Е.О., Радеева, Р.П. Развитие теории привязанности / Е.О. Смирнова, Р.П. Радеева // Вопросы психологии. – 1998. - № 1. – С. 105-116.

- 91) Смирнова, Е.О. Теория привязанности: концепция и эксперимент / Е.О. Смирнова // Вопросы психологии. – 1995. - № 3. – С. 139-150.
- 92) Смирнова, (Шипова), Н.С. Ревность и измена романтического партнера: переживание и совладание / Н.С. Смирнова (Шипова) // Сборник тезисов 5-ой Международной научной конференции «Психология и жизнь: психологические проблемы современной семьи». – Минск, 2011. – С. 421-425.
- 93) Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы / под ред. А.Л. Журавлева, Т.Л. Крюковой, Е.А. Сергиенко — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008.
- 94) Сычев, О.А., Никитина, М.А. Стили привязанности взрослых: проявления и диагностика / О.А. Сычев, М.А. Никитина // Аксиологические основы семьи и семейного воспитания в новых условиях: Сборник материалов Международной научно-практической конференции. – Тирасполь, 2009. – С. 104-107.
- 95) Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.
- 96) Тарабрина, Н.В. Психология посттравматического стресса: интегративный подход: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.04 / Тарабрина Надежда Владимировна. – СПб., 2008. – 356 с.
- 97) Ташлыков, В.А. Личностные механизмы совладания (копинг-поведение) защиты у больных неврозами в процессе психотерапии / В.А. Ташлыков // Медико-психологические аспекты охраны психического здоровья. – Томск, 1990. – С. 60-61.
- 98) Терехина, Н.С., Сергиенко, Е.А., Лекалов, А.А., Звенигородский, П.В. Взаимосвязь контроля поведения и субъективного благополучия людей различных профессий / Н.С. Терехина, Е.А. Сергиенко, А.А. Лекалов, П.В. Звенигородский // Экспериментальная психология. – 2014. – Т.7. - №4. – С.52-65.

99) Уайнхолд, Б., Уайнхолд, Дж. Освобождение от созависимости / Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд / Перевод с английского А.Г. Чеславской. – М.: «Класс», 2002. – 224.

100) Узлов, Н.Д. «Синдром брошенных жен»: кризисное консультирование и психотерапия женщин в ситуации мужской измены / Н.Д. Узлов // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: сб. научных статей междунар. научно-практ. конфер. /под ред. Р.В. Кадырова. – Владивосток: Владивостокский госуд. медицинский ун-т, 2012. – С.279-285.

101) Фрейд, А. Норма и патология. Связь агрессии и эмоционального развития: норма и патология / А. Фрейд / Пер. с англ. В 2 т. Т.2 – М.: Апрель Пресс, Эксмо-Пресс, 1999. – 400 с.

102) Фрейд, А. Психология «я» и защитные механизмы / А. Фрейд. – М.: Педагогика-Пресс, 1993. – 144 с.

103) Фрейд, З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд. – СПб.: Питер, 2004. – 384 с.

104) Фрейд, З. Психология бессознательного: Сборник произведений / З. Фрейд. – М.: Просвещение, 1990. – 448.

105) Фромм, Э. Искусство любви / Э. Фромм. – СПб.: Азбука-классика, 2007. – 221.

106) Фромм, Э. Психология человеческой деструктивности / Э. Фромм. — М.: Смысл, 1994. – 400 с.

107) Фромм, Э. Человеческая ситуация / Э. Фромм. — М.: Смысл, 1995. – 207 с.

108) Хазова, С.А. Когнитивные ресурсы совладающего поведения: эмпирические исследования / С.А. Хазова. - Кострома: Костромской гос. ун-т, 2010. – 152 с.

109) Хазова, С.А. Роль свойств личности в совладании с трудностями / С.А. Хазова // материалы Междунар. науч.-практ. конф. / отв. ред.: Е.А.

Сергиенко, Т.Л. Крюкова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007. – С. 121-124.

110) Хазова, С. А. Ресурсы субъекта: теория и практика исследования / С.А. Хазова, Е.А. Дорьева. – Кострома: изд-во КГУ им. Н.А. Некрасова, 2012. – 250 с.

111) Харламенкова, Н.Е. Психология личности [Электронный ресурс] // Режим доступа: http://ido.rudn.ru/psychology/psychology_of_person/ (Дата обращения: 10.11.13).

112) Хорни, К. Невроз и личностный рост. Борьба за самоосуществление / К. Хорни. – СПб.: Восточно-Европейский институт психоанализа и БСК, 1997. – 106 с.

113) Хорни, К. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни. - М.: «Прогресс-Универс», 1993. – 220 с.

114) Шорохова, О.А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости / О.А. Шорохова. - СПб.: Речь, 2002. – 136 с.

115) Ainsworth, M.D., Blehar, M.C., Waters, E., Wall, S. Patterns of attachment: Apsychological study of the Strange Situation / M.D. Ainsworth, M.C. Blehar, E. Waters, S. Wall. – NJ: Erlbaum, 1978.

116) Aldwin, C.M. Stress, Coping, and Development: an integrative perspective / C.M. Aldwin. – N .Y.: Guilford Press. 1994.

117) Bartholomew, K., Horowitz, L.M. Attachment styles among young adults: A test of a four category model / K. Bartholomew, L.M. Horowitz // Journal of Personality and Social Psychology. – 1991. – Vol. 61. - №2. – P. 226-244.

118) Bercheid, E., Brothen T., Graziano W. Gain Loss Theory and the “Law of Infidelity”: Mr. Doting Versus the Admiring Stranger / E. Bercheid, T. Brothen, W. Graziano // Journal of Personality and Social Psychology. - 1976. – № 6. – P.709-718.

119) Berscheid, E.T. The psychology of interpersonal relationships / E. Berscheid, P. C. Regan. – NJ: Pearson Education, 2005.

- 120) Bodenmann, G. Common factors in the enhancement of dyadic coping / G. Bodenmann, A.K. Randall // Behavior Therapy. – 2012. – Vol. 43. – P. 88-98.
- 121) Bowlby, J. A Secure Base: Parent–child attachment and healthy human development / J. Bowlby - NY: Basic Books, 1998.
- 122) Bowlby, J. The Making and Breaking of Affectional Bonds / J. Bowlby. – London, Routledge. – 1998.
- 123) Brennan, K.A., Clark, C.L., Shaver, P.R. Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview / K.A. Brennan, C.L. Clark, P.R. Shaver / In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.). – NY: Guilford Press, 1998. – P. 46–76.
- 124) Brumbaugh, C.C., Fraley, R.C. Adult attachment and dating strategies: How do insecure people attract mates? / C.C. Brumbaugh, R.C. Fraley // Personal Relationships. – 2010. – Vol. 17. – P. 599-614.
- 125) Buss, D. M. The evolution of desire / D. M. Bass. – New York: Basic Books, 1994.
- 126) Chopik, W.J., Edelstein, R.S., Fraley, R.C. From the cradle to the grave: Age differences in attachment from early adulthood to old age / W.J. Chopik, R.S. Edelstein, R.C. Fraley // Journal of Personality. – 2013. – Vol. 81. – P. 171-183.
- 127) Curtis, J.M. Elements of pathological love relationships. Psychological Reports / J.M. Curtis. – 1983. – Vol. 53. – P. 83–92.
- 128) Diamond, L.M., Hicks, A.M. Attachment style, current relationship security, and negative emotions: The mediating role of physiological regulation / L.M. Diamond, A.M. Hicks // Journal of Social and Personal Relationships Copyright. – 2005. – Vol. 22(4). – P. 499–518.
- 129) Fenny, J., Kelly, L., Gallois C., Peterson, C., Terry D. Attachment Style, Assertive Communication, and Safer-Sex Behavior / J. Fenny, L. Kelly, C. Gallois, C. Peterson, D. Terry // Journal of Applied Social Psychology. – 1999. – Vol. 29 (9). – P. 1964-1983.
- 130) Folkman, S., Lazarus, R.S. «If it changes it must be a process»: a study of emotion and coping during three stages of a college examination / S.

Folkman, R.S. Lazarus // J. of Personality and Social Psychology. – 1985. – Vol.48. - №1. – P. 150-170.

131) Folkman, S., Lazarus, R.S. Manual for Ways of Coping Questionnaire / S. Folkman, R.S. Lazarus. – Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1988.

132) Folkman, S., Lazarus, R.S. Ways of Coping Questionnaire. Sampler set: Manual, Test Booklet, Scoring Key / S. Folkman, R.S. Lazarus. – Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc., 1988.

133) Fraley, R.C. Attachment through the life course / R.C. Fraley / In R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds). – Noba textbook series: Psychology. Champaign, IL: DEF Publishers, 2013.

134) Fraley, R.C., Brumbaugh, C.C. Adult attachment and preemptive defenses: Converging evidence on the role of defensive exclusion at the level of encoding / R.C. Fraley, C.C. Brumbaugh // Journal of Personality. – Vol. 75. – P. 1033-1050.

135) Fraley, R.C., Heffernan, M.E., Vicary, A.M., Brumbaugh, C.C. (2011). The Experiences in Close Relationships-Relationship Structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships / R.C. Fraley, M.E. Heffernan, A.M. Vicary, C.C. Brumbaugh // Psychological Assessment. – 2011. – Vol. 23. – P. 615-625

136) Fraley, R.C., Hudson, N.W. Review of «Intensive longitudinal methods: An introduction to diary and experience sampling research» / R.C. Fraley, N.W. Hudson // Journal of Social Psychology. – 2014. – Vol. 154. – P. 89-91.

137) Fraley, R.C., Phillips, R.L. Self-report measures of adult attachment in clinical practice / R.C. Fraley, R.L. Phillips / In J. H. Obegi & E. Berant (Eds.). – NY: Guilford, 2009.

138) Fraley, R. C., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., Owen, M.T., Holland, A.S. Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study from infancy to early adulthood / R.C. Fraley, G. I. Roisman,

C. Booth-LaForce, M.T. Owen, A.S. Holland // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 2013. – Vol. 104. – P. 8817-8838.

139) Fraley, R.C., Shaver R.P. Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions / R. C. Fraley, R.P. Shaver // *Review of General Psychology*. – 2000. – Vol. 4. - № 2. – P. 154.

140) Franclin, J.E. Addiction medicine / J.E. Franclin // *JAMA*. – 1995. – Vol. 273. - № 7. – P. 1656-1657.

141) Gateziak, J. The role of self-image in the etiology of the narcotic dependence / J. Gateziak // *Psychiat.* – 1987. – P. 302-307.

142) Gotlib, I.H. Construct accessibility and depression: examination of cognitive and affective factors / I.H. Gotlib // *J. Pers. Soc. Psychol.* – 1994. – Vol. 47. – P. 427-439.

143) Gotlib, I.H. Biases in visual attention in depressed and non-depressed individuals / I.H. Gotlib, A.L. McLachlan, A.N. Katz // *Cogn. Emot.* – 1988. – Vol. 2 (3). – P. 185-200.

144) Groh, A.M., Roisman, G.I., Booth-LaForce, C., Fraley, R.C., Owen, M.T., Cox, M.J., Burchinal, M.R. Stability of attachment security from infancy to late adolescence. The Adult Attachment Interview: Psychometrics, stability and change from infancy, and developmental origins / A.M. Groh, G.I. Roisman, C. Booth-LaForce, R.C. Fraley, M.T. Owen, M.J. Cox, M.R. Burchinal // *Monographs of the Society for Research in Child Development*. – 2014. – Vol. 79. (3) – P. 51-66.

145) Gross, N, Simmons, L. Intimacy as a Double-Edged Phenomenon? An Empirical Test of Giddens / N. Gross, L. Simmons. - University of Southern California: *Social Forces*, 2002. – Vol. 81 (2). – P. 531-555.

146) Goodman, M.D. Addiction: definition and implications / M.D. Goodman. – Minnesota Institute of Psychiatry, 1990.

147) Hatfield, E., Rapson R. Love, sex, intimacy: The Psychology, biology, and history / E. Hatfield, R. Rapson. – New York: Harper Collins. – 1993.

148) Hazan, C., Shaver, P. Attachment as an organizational framework for research on close relationships / C. Hazan, P. Shaver // *Psychology Inquiry*. – Vol. 5. – P. 1-22.

149) Hazan C., Shaver P. (1987) Romantic love conceptualized as an attachment process / C. Hazan, P. Shaver // *J. Pers. Soc. Psychol.* – 1987. – Vol. 52. – P. 511-524.

150) Heffernan, M.E., Fraley, R.C., Vicary, A.M., Brumbaugh, C.C. (2012). Attachment features and functions in romantic relationships / M.E. Heffernan, R.C. Fraley, A.M. Vicary, C.C. Brumbaugh // *Journal of Social and Personal Relationships*. – 2012. – Vol. 29. – P. 671-693.

151) Holland, A.S., Fraley, R.C., Roisman, G.I. Attachment styles in dating couples: Predicting relationship functioning over time / A.S. Holland, R.C. Fraley, G.I. Roisman // *Personal Relationships*. – 2012. – Vol. 19. – P. 234-246.

152) Hudson, N.W., Fraley, R.C., Vicary, A.M., & Brumbaugh, C. C. (2014). Coregulation in romantic partners' attachment styles: A longitudinal investigation / N.W. Hudson, R.C. Fraley, A.M. Vicary, C.C. Brumbaugh // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2014. – Vol. 40. – P. 845-857.

153) Hudson, N.W., Fraley, R.C. Partner similarity matters for the insecure: Attachment orientations moderate the association between similarity in partners' personality traits and relationship satisfaction / N.W. Hudson, R.C. Fraley // *Journal of Research in Personality*. – 2014. – Vol. 53. – P. 112-123.

154) Kirkpatrick, L.A., Davis, K.E. Attachment style, gender, and relationship stability: A longitudinal analysis / L.A. Kirkpatrick, K.E. Davis // *Journal of Personality and Social Psychology*. – 1994. – Vol. 66. – P. 502–512.

155) Khantzian, E. J. Self regulation and self - medication factors in alcoholism and the addictions. Similarities and differences / E. J. Khantzian // *Recent Developments in Alcoholism*. – 1990. – 255-271.

156) Khantzian, E. J. The self medication hypothesis of substance use disorders: a reconsideration and recent applications / E. J. Khantzian // *Harvard Review of Psychiatry*. – 1997. – Vol. 4. - P. 231-244.

- 157) Lazarus, R.S. Emotion and Adaptation / R.S. Lazarus. – N.Y: Oxford University Press. – 1991.
- 158) Lazarus, R.S. Coping theory and research: Past, present, and future / R.S. Lazarus // Psychosomatic Medicine. – 1993. – Vol. 55. – P. 234 – 247.
- 159) Lazarus, R.S., Folkman, S. Stress, Appraisal and Coping. / R.S. Lazarus. - N.Y: Springer Publishing House, 1984.
- 160) Marks, I. Behavioural (non-chemical) addictions / I. Marks // British J. Addict. - V. 85. - P. 1389–1394.
- 161) McCrae, R.R. Situational Determinants of Coping Responses: Loss, Threat and Challenge / R.R. McCrae // J. of Personality and Social Psychology. – 1984. –Vol. - №12. – P. 919 – 928.
- 162) Mickulincer, M. Attachment style and the mental representation of self / M. Mickulincer // Journal of Personality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 69. – P. 1203-1215.
- 163) Miculincer M., Orbach I. (1995) Attachment styles and repressive defensiveness: The accessebility and architecture of affective memories. Journal of Persanality and Social Psychology. – 1995. – Vol. 68. – P. 917-925.
- 164) Mikulincer, M., Shaver, P. R. Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change / M. Mikulincer, P.R. Shaver. – New York: Guilford Press, 2007.
- 165) Roisman, G. I., Fraley, R. C. Developmental mechanisms underlying the legacy of childhood experiences / G.I. Roisman, R.C. Fraley // Child Development Perspectives. – 2013. – Vol. 7. – P. 149-154.
- 166) Shaef, A.W. Co-Dependense / A.W. Shaef. – Perenial Library: Hurper and Row Publischers. San Francisco etc., 1986.
- 167) Shaver, P.R., Fraley, R.C. Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions / P.R. Shaver, R.C. Fraley // Review of General Psychology. – 2000. – Vol. 4. – P. 132-154.
- 168) Pistole, M.C. Adult Attachment Style and Narcissistic Vulnerability / M.C. Pistole // Psychoanalytic Psychoanalytic. – 1995. – Vol. 12(1). – P. 115-126.

169) Shaver, P. R., Fraley, R. C. Attachment, Loss, and Grief: Bowlby's Views and Current Controversies / P.R. Shaver, R.C. Fraley / In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.) / Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications (2nd Edition). – New York: Guilford Press, 2008. - P. 48-77.

170) Simon, H.A. Are social problems problems that social science can solve? / H.A. Simon / In W.H. Kruskal (Ed.) / The social sciences: Their nature and uses. – Chicago, IL: The University of Chicago Press, 1982. – P. 1-20.

171) Timmreck, T. C. Overcoming the loss of love: Preventing love addiction and promoting positive emotional health / T.C. Timmreck // Psychological Reports. – 1990. – Vol. 66. – P. 515–528.

172) Vaillant, G. Adaptation to Life. – Boston: Little, Brown, 1977.

173) Walsh, F. Normal Family Processes / F. Walsh. – N.Y.: Guilford Press, 1999.

Приложение 1

Авторский опросник был составлен для прояснения качества отношений с партнером, выявление признаков деструктивной привязанности. Проводился письменно среди испытуемых обеих групп.

Вопросы:

- 1) Как долго Вы находитесь в отношениях с партнером?
- 2) Чувствуете ли Вы себя любимым(ой), желанным(ой) в Ваших отношениях?
- 3) Часто ли Вам приходится испытывать тревогу, беспокойство по поводу Ваших отношений с партнером? Если да, то в каких случаях?
- 4) Приходится ли Вам испытывать страдания, тяжелые переживания, негативные эмоции, связанные с Вашими отношениями с партнером? Если да, то какие?
- 5) Чувствуете ли Вы, находясь в отношениях с Вашим партнером, вред или угрозу для собственного эмоционального (психологического/физического/материального) благополучия?
- 6) Чувствуете ли Вы себя зависимыми от Ваших отношений и от партнера (его настроения, слов и др.)?
- 7) Имеете ли Вы или Ваш партнер склонности к чрезмерному увлечению алкоголем, компьютерными играми, перееданию, мешающие вести привычный образ жизни? (Если да – подчеркните выбранное).
- 8) Присутствуют ли в Ваших отношениях с партнером элементы:
 - эмоционального насилия (крик, оскорбление, шантаж, угрозы, манипуляции и др.);
 - физического насилия (хватания за руки, пощечины, удары, разрушение вещей, принуждение к сексуальным действиям и др.)?
- 9) Присутствует ли в Ваших отношениях с партнером проблема чрезмерного контроля, ревности, недоверия (как с Вашей со стороны, так и стороны партнера), приносящие Вам страдания?
- 10) Можно ли сказать, что, несмотря на низкое, неудовлетворительное качество Ваших отношений с партнером, Вы продолжаете удерживать их, «цепляться» за партнера?

Полуструктурированное феноменологические интервью было составлено для прояснения чувств и переживаний субъектов близких отношений, а также анализа поведения привязанности. Среднее время проведения – 2 часа.

Вопросы интервью:

Блок вопросов о начале отношений

1. Сколько времени Вы знакомы со своим партнером? Сколько времени длятся Ваши отношения?
2. Помните ли Вы момент знакомства с Вашим партнером? Расскажите, как произошло Ваше знакомство.
3. Какие чувства Вы испытывали по отношению к партнеру после знакомства с ним?
4. Был ли в Ваших отношениях такой момент, когда Вы поняли, что Ваш партнер значим для Вас?
5. Как Вы поняли, что Ваш партнер значим для Вас? Какие чувства Вы испытали в связи с этим?
6. Был ли в Ваших отношениях такой момент, когда Вы поняли, что Вы значимы для Вашего партнера?
7. Как Вы поняли, что значимы для Вашего партнера? Какие чувства Вы испытали в связи с этим?

Блок вопросов о переживаниях в отношениях

8. Какие чувства Вы испытываете по отношению к партнеру?
9. Как Вы думаете, какие чувства Ваш партнер испытывает к Вам?
10. /Какие эмоции и чувства, непосредственно связанные с Вашими отношениями Вы испытываете чаще всего?
11. Чувствуете ли Вы себя любимым(ой), нужным(ой), желанным(ой) в данных отношениях? Что дает Вам почувствовать себя таковым(ой)?
12. Как Вы думаете, чувствует ли Ваш партнер себя любимым(ой), нужным(ой), желанным(ой) в данных отношениях? Что дает ему почувствовать себя таковым(ой)?
13. Когда впервые Вы испытали тяжелые, негативные эмоции, непосредственно связанные с Вашими отношениями? Что это были за эмоции? Чем именно они были вызваны?
14. Как бы Вы описали баланс между положительными и отрицательными эмоциями, получаемыми Вами в данных отношениях (в начале отношений и на данный период времени)?
15. Как Вы считаете, какие эмоции чаще испытывает Ваш партнер в данных отношениях? Что позволяет Вам так думать?

Блок вопросов о прекращении отношений:

16. Возникало/возникает ли у Вас желание прекратить отношения с Вашим партнером?
17. В какие моменты возникало/возникает у Вас данное желание?
18. Какие чувства Вы испытываете, когда думаете о расставании с партнером?
19. Сообщали ли Вы партнеру о своем желании прекратить отношения? В какой момент это происходило?

20. Как Вы можете описать реакцию Вашего партнера?
21. Пробовали ли Вы иначе справиться трудной ситуацией в отношениях? Каким способом?
22. Приходилось ли Вам испытывать желание, чтобы Ваш партнер самостоятельно разорвал с Вами отношения?
23. Какие чувства Вы испытываете, думая о том, что партнер может Вас «оставить»?
24. Возникали ли в Ваших отношениях с партнером ситуации, когда им предпринимались попытки прекратить отношения с Вами? Расскажи о них подробнее.
25. Представьте, пожалуйста, что ваши отношения с партнером закончены. Что Вы чувствуете в связи с этим?
26. Как Вы думаете, что изменится в Вашей жизни, если Ваши отношения с партнером прекратятся?

Методика «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р. К. Фрейли (адаптация Т.В. Казанцевой, В.Н. Куницыной, 2008).

Данный тест используется для оценки индивидуальных различий взрослых людей в качестве привязанности. Он содержит 28 суждений, 24 из которых составляют две равновесных по количеству пунктов шкалы: шкалу тревожности в отношениях привязанности (т.е. уровня уверенности или неуверенности в надежности и отзывчивости значимого лица) и шкалу избегания близости в отношениях привязанности (т.е. степени дискомфорта, переживаемом в психологическом сближении с другим человеком и формировании зависимости от него).

Инструкция: вспомните, пожалуйста, своего любимого человека и то, как складываются Ваши отношения. Оцените, соответствует ли каждое из приведенных утверждений Вашим чувствам в этих отношениях. Напротив каждого высказывания пометьте, согласны Вы или нет с тем, что оно верно для Вас, поставив знаки (+) или (–) соответственно.

1. Если это необходимо, я всегда приду на помощь своему партнеру.
2. Я говорю своему партнеру практически обо всем.
3. Когда у меня завязываются близкие отношения, я становлюсь тревожным и беспокойным.
4. Мне становится не по себе, когда партнер хочет сократить дистанцию между нами слишком сильно.
5. Я боюсь, что могу остаться один.
6. Мы с моим партнером действительно понимаем друг друга.
7. Я хочу быть ближе со своим партнером, но что-то во мне заставляет держаться на расстоянии.
8. Меня выбивает из колеи, если мой партнер не проводит со мной достаточно много времени.
9. Обращение к партнеру не всегда помогает мне, когда я испытываю сложности.
10. Мне часто хочется, чтобы его/ее чувства ко мне были такими же сильными, как и мои к нему/ней.
11. Когда мой партнер не доволен мной, я теряю уважение к себе.

12. Меня расстраивает, если партнера нет рядом в нужный момент.
13. Я стараюсь не показывать партнеру, что я чувствую в глубине души.
14. Если я не могу добиться внимания со стороны партнера, я расстраиваюсь или злюсь.
15. Как только отношения начинают заходить слишком далеко, мне хочется немного отдалиться.
16. Я часто переживаю из-за того, что могу потерять своего партнера.
17. Я стараюсь избегать излишней близости с партнером.
18. Мне часто хочется стать с партнером единым целым, полностью слиться с ним, что, может быть, отпугивает его.
19. Мне легко чувствовать свою зависимость от партнера.
20. Я стараюсь не загружать партнера своими проблемами.
21. Я предпочитаю сохранять границы в отношениях с партнером.
22. Иногда я чувствую, что вынуждаю партнера показывать более сильные чувства и больше преданности.
23. Мой партнер нередко заставляет меня сомневаться в себе.
24. Мне нелегко быть откровенным со своим партнером.
25. Я много волнуюсь из-за своих отношений.
26. Мне необходимо, чтобы мой партнер постоянно подтверждал свою любовь ко мне.
27. Я иногда боюсь, что, узнав меня ближе, партнер может разочароваться и отвернуться от меня.
28. Я могу свободно попросить у партнера помощи, поддержки или совета.

Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых – MIMARA (адаптирована Т.Л. Крюковой, О.А. Екимчик, 2009).

Данная методика предназначена для определения выраженности следующих компонентов романтической привязанности взрослых по следующим шкалам:

Шкала *фрустрация* – измеряет степень подавленности и наличие негативных эмоций в эмоциональных отношениях любви.

Шкала *стремление к сближению* – измеряет эмоциональную близость в отношениях с партнером, принятие партнера.

Шкала *самоподдержка* – измеряет уровень автономности и дистанцированности в эмоциональных отношениях с любимым.

Шкала *амбивалентность* – измеряет уровень противоречивости и нестабильности эмоционального отношения к партнеру.

Шкала *доверие* – измеряет степень открытости и доверия в отношениях, их эмоциональную стабильность.

Шкала *ревность / страх быть оставленным* – измеряет степень ревности и концентрированность на отношениях и страх потерять любовь партнера.

Шкала *“срастание” с партнером* – измеряет степень недифференцированности личностных границ в отношениях и психологическое слияние.

Для определения выраженности данных характеристик привязанности испытуемым предлагается оценить степень своего согласия с 70 утверждениями (где 1 – совершенно не согласен; 7 – совершенно согласен).

Инструкция: следующие утверждения касаются ваших чувств, которые Вы испытываете во время романтических отношений, но не те, которые у Вас есть сейчас. Нас интересует, как вы вообще оцениваете (переживаете) близкие отношения. Пожалуйста, ответьте, насколько Вы согласны или не согласны с каждым из утверждений. Обведите в кружочек ту цифру, которая в наибольшей степени отражает Ваши чувства.

- 1- совершенно не согласен
 2- не согласен
 3- не совсем согласен
 4- не могу решить
 5- почти согласен
 6- согласен
 7- совершенно согласен

№	Утверждения	Варианты ответа						
1	Иногда, когда я получаю от близких отношений то, чего хочу, я не уверен(-а), хочу ли я этого дальше.	1	2	3	4	5	6	7
2	Я не ревнивый (-ая).	1	2	3	4	5	6	7
3	Если случается что-то хорошее, то я сгораю от нетерпения побыстрее рассказать об этом своему партнеру.	1	2	3	4	5	6	7
4	Обычно мои романтические партнеры (партнерши) всегда рядом, когда они мне нужны .	1	2	3	4	5	6	7
5	Часто, когда я думаю, что могу зависеть от кого-то, этот человек не может принять это.	1	2	3	4	5	6	7
6	Мои романтические партнеры (партнерши) часто уходят от меня.	1	2	3	4	5	6	7
7	Я думаю, большинство людей заслуживают доверия.	1	2	3	4	5	6	7
8	Мои романтические партнеры (партнерши) редко уделяли мне внимание.	1	2	3	4	5	6	7
9	Мне нравится быть как можно эмоционально ближе с моими романтическими партнерами (партнершами).	1	2	3	4	5	6	7
10	Я часто разочаровываюсь, так как мои романтические партнеры (партнерши) не понимают меня.	1	2	3	4	5	6	7
11	Мне необходимы внимание и любовь, но иногда я чувствую дискомфорт, получая их.	1	2	3	4	5	6	7
12	Мне легко попросить других о помощи.	1	2	3	4	5	6	7
13	Я должен (-а) следовать всюду за своим партнером, если я хочу, чтобы он (она) были рядом в случае необходимости (когда он (она) мне нужен (нужны)).	1	2	3	4	5	6	7
14	Мои романтические партнеры (партнерши) не всегда находятся рядом, как бы мне хотелось.	1	2	3	4	5	6	7
15	Я всегда опасаясь, что мой партнер (моя партнерша) может уйти от	1	2	3	4	5	6	7

меня к другому (другой).

- | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 16 | Иногда я горячо люблю своего партнера (партнершу), но иногда я сдерживаю себя и не показываю своих чувств. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17 | Я не так часто чувствую потребность следовать повсюду за своим партнером (партнершей), чтобы знать, где он находится. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18 | Обычно я предпочитаю одиночество обществу других людей. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19 | Мои романтические партнеры (партнерши) часто невнимательны (нетактичны) ко мне. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20 | Когда мой партнер (партнерша) не со мной, я боюсь, что в это время он (она) может заинтересоваться кем-то ещё. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 21 | Иногда я злюсь, потому что никто меня не любит так, как я этого хочу. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 22 | Часто я не уверен(-а), что же я в действительности чувствую к своему партнеру (партнерше). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 23 | Все мои романтические партнеры (партнерши) обычно заслуживают доверия. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 24 | Если мой партнер (моя партнерша) оказывает кому-либо внимание, я ревную. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 25 | Я люблю делиться новостями с моим романтическим партнером (партнершей). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 26 | Это рискованно — открывать душу другому человеку. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 27 | Если я далеко от своего партнера (партнерши), то я очень сильно скучаю. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 28 | Я редко прошу других о какой-нибудь помощи. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 29 | Я всегда скучаю по своему партнеру (партнерше), если мы не вместе, но когда мы рядом, мне хочется сбежать от него. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 30 | Иногда люди меняют свои чувства ко мне без каких-либо видимых причин. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 31 | Я не тороплюсь заводить длительные отношения, предполагающие ответственность. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 32 | Я не из тех людей, которые с готовностью помогают другим, когда им это нужно. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

- | | | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|---|---|
| 33 | Мои романтические партнеры обычно понимали, что мне нужно. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 34 | Это всегда помогает – обратиться в трудную минуту к своему партнеру (партнерше) за поддержкой. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 35 | Мне часто трудно понять, влюблен (-а) ли я в своего партнера (партнершу) или нет. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 36 | Я всегда мог (-ла) положиться на своих партнеров и надеяться на их заботу и понимание. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 37 | Очень часто я хочу быть ближе к моему романтическому партнеру (партнерше). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 38 | Даже после короткой разлуки я с нетерпением жду встречи с партнером (партнершей). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 39 | Я бы хотел (-а), чтобы мой партнер (партнерша) был(-а) более открыт для меня . | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 40 | Когда я не влюблен (-а), я чувствую тревогу и небезопасность. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 41 | Я редко беспокоюсь, что мой романтический партнер (партнерша) уйдет от меня. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 42 | Мне легко доверять романтическим партнерам (партнершам). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 43 | Иногда я уверен (-а), что могу доверять партнеру, но в другое время я не так уверен (-а) в этом. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 44 | Я ищу заботу и поддержку от других людей, когда я чем-то обеспокоен (-а) или болею. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 45 | Обычно мои романтические партнеры (партнерши) делают, что хотят, не считаясь с моими желаниями. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 46 | Мне не комфортно быть далеко от своего партнера (партнерши). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 47 | Я без колебаний прошу помощи, когда она мне нужна. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 48 | Лучше быть осторожней, общаясь с другими людьми . | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 49 | Я не получал (-а) достаточно признания от романтических партнеров (партнерш). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 50 | Большинство людей имеют хорошие намерения и доброе сердце. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

- | | | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|---|---|
| 51 | Я не возражаю против того, чтобы попросить других о заботе, совете или помощи. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 52 | Я не могу доверять большинству людей. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 53 | Я наслаждаюсь, разговаривая со своим партнером (партнершей) практически обо всём. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 54 | Я предпочитаю быть в одиночестве, если я опечален (-а) или болен (-а). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 55 | Доверять другим— легко. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 56 | Мне не нужно много любви от моего романтического партнера (партнерши). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 57 | Я считаю: это тяжело зависеть от других. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 58 | Мне нравится рассказывать своему партнеру (партнерше) обо всём, что случается за день. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 59 | Я чувствую себя нормально, если завишу от других людей. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 60 | Мой партнер заставляет меня сомневаться в самом себе. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 61 | Иногда я чувствую злость и раздражение по отношению к своему партнеру (партнерше), но не знаю: почему. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 62 | Я часто беспокоюсь, что мой партнер (партнерша) в действительности меня не любит. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 63 | Я считаю, что сблизаться с другими относительно легко. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 64 | Мой романтический партнер (партнерша) не принимает всерьёз то, что меня беспокоит. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 65 | Я не часто беспокоюсь, что мой партнер (партнерша) меня бросит. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 66 | Я обычно злился (-лась) на романтических партнерш (партнеров), если они игнорировали меня. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 67 | Мои романтические партнеры (партнерши) часто не оказывались рядом, когда я в них нуждался (-лась). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 68 | Иногда я чувствую, что сближение с другим человеком приносит беспокойство. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 69 | Я не ищу моего романтического партнера (партнершу), когда мне плохо. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Приложение 2

Таблица 1.

Дескриптивная статистика методики «Опросник способов совладания» у испытуемых – субъектов деструктивной привязанности (n=82)

Копинг-стратегии	N набл	Среднее	Медиана	Мода	Размах	Дисперсия	Ст.отк.
Конфронтационный копинг	82	7,83	8,00	Мнж.	8	8,71	2,95
Дистанцирование	82	9,94	10,00	14,00	11	9,79	3,13
Самоконтроль	82	12,79	12,00	12,00	7	3,65	1,91
Поиск социальной поддержки	82	10,77	11,00	13,00	7	5,29	2,30
Принятие ответственности	82	8,28	8,00	8,00	7	3,71	1,93
Бегство/избегание	82	10,3	10,00	10,00	10	11,67	3,41
Планирование решения проблемы	82	10,63	12,00	12,00	8	6,09	2,47
Положительная переоценка	82	10,32	10,00	8,00	11	9,63	3,10

Таблица 2.

Дескриптивная статистика методики «Опросник способов совладания» у испытуемых, не являющимися субъектами деструктивной привязанности (n=83)

Копинг-стратегии	N набл	Среднее	Медиана	Мода	Размах	Дисперсия	Ст.отк.
Конфронтационный копинг	83	9,11	10,00	10,00	10	9,28	3,05
Дистанцирование	83	7,87	9,00	10,00	9	10,86	3,29
Самоконтроль	83	8,94	8,00	10,00	7	5,32	2,31
Поиск социальной поддержки	83	6,46	5,50	Мнж.	11	15,02	3,88
Принятие ответственности	83	5,49	6,00	6,00	8	6,48	2,54

Бегство/избегание	83	7,16	7,50	8,00	4	1,86	1,37
Планирование решения	83	12,13	12,50	Мнж.	11	16,73	4,09
Положительная переоценка	83	10,45	10,00	8,00	7	5,14	2,27

Таблица 3.

Сравнение стратегий совладающего поведения по методике «Опросник способов совладания» у испытуемых, являющихся субъектами деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83)

	Сум. ранг.	Сум. ранг.	U	Z	p- уров.	N- Набл.	N- Набл.
Конфронтационный копинг	7635	6060	2574	2,7	0,01	82	83
Дистанцирование	5707	7988	2304	-3,58	0,00	82	83
Самоконтроль	4225	9469	822	-8,41	0,00	82	83
Поиск социальной поддержки	4639	9055	1236	-7,06	0,00	82	83
Принятие ответственности	4801	8894	1398	-6,53	0,00	82	83
Бегство/Избегание	4931	8763	1528	-6,11	0,00	82	83
Планирование решения	7501	6193	2707	2,27	0,02	82	83
Положительная переоценка	7009	6685	3199	0,66	0,01	82	83

Таблица 4.

Различия в выраженности копинг-стратегий по методике «Опросник способов совладания» у субъектов деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83)

Копинг-стратегии	t-критерий	Среднее (n=82)	Среднее (n=83)	Уровень значимости
Конфронтационный копинг	-2,81	7,8	9,1	0,01
Дистанцирование	4,18	9,9	7,8	0,01

Самоконтроль	11,76	12,8	8,9	0,00
Поиск социальной поддержки	8,72	10,8	6,5	0,00
Принятие ответственности	7,96	8,3	5,5	0,00
Бегство-избегание	7,84	10,4	7,1	0,00
Планирование решения проблемы	-2,80	10,7	12,1	0,00
Положительная переоценка	0,18	10,3	10,4	0,86

Таблица 5.

Различия в выраженности копинг-стратегий по методике «Опросник способов совладания» среди мужчин (n=34) и женщин (n=48), являющихся субъектами деструктивно привязанности

	Сум. ранг.	Сум. ранг.	U	Z	p- уров.	N- Набл.	N- Набл.
Конфронтационный копинг	2102	1301,000	521	2,94	0,00	34	48
Дистанцирование	1754	1648,500	808	-0,27	0,78	34	48
Самоконтроль	1752	1651,000	806	-0,29	0,76	34	48
Поиск социальной поддержки	1528	1875,000	582	-2,37	0,02	34	48
Принятие ответственности	1648	1885,000	572	-0,46	0,06	34	48
Бегство/Избегание	1834	1568,500	788	0,45	0,65	34	48
Планирование решения	1528	1875,000	582	-2,37	0,02	34	48
Положительная переоценка	2075	1328,000	548	2,69	0,01	34	48

Таблица 6.

Связь между стратегиями совладающего поведения по методике «Опросник способов совладания» и компонентами романтической привязанности по методике «Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых» у субъектов деструктивной привязанности (n=82).

	Объем Выборки	S-критерий	Уровень значимости
Фрустрация & Конфронтационный копинг	82	-0,08	0,46
Фрустрация & Дистанцирование	82	0,3	0,00
Фрустрация & Самоконтроль	82	-0,29	0,00
Фрустрация & Поиск социальной поддержки	82	0,17	0,13
Фрустрация & Принятие ответственности	82	-0,16	0,13
Фрустрация & Бегство-избегание	82	0,23	0,03
Фрустрация & Планирование решения проблемы	82	0,14	0,20
Фрустрация & Положительная переоценка	82	0,55	0,00
Стремление к сближению & Конфронтационный копинг	82	0,36	0,00
Стремление к сближению & Дистанцирование	82	0,32	0,00
Стремление к сближению & Самоконтроль	82	0,31	0,00
Стремление к сближению & Поиск социальной поддержки	82	0,32	0,00
Стремление к сближению & Принятие ответственности	82	0,33	0,00
Стремление к сближению & Бегство-избегание	82	0,17	0,12
Стремление к сближению & Планирование решения проблемы	82	0,23	0,03
Стремление к сближению & Положительная переоценка	82	-0,30	0,00

Самоподдержка & Конфронтационный копинг	82	0,08	0,42
Самоподдержка & Дистанцирование	82	0,51	0,00
Самоподдержка & Самоконтроль	82	-0,08	0,46
Самоподдержка & Поиск социальной поддержки	82	0,67	0,00
Самоподдержка & Принятие ответственности	82	0,49	0,00
Самоподдержка & Бегство-избегание	82	0,33	0,00
Самоподдержка & Планирование решения проблемы	82	0,60	0,00
Самоподдержка & Положительная переоценка	82	0,43	0,00
Амбивалентность & Конфронтационный копинг	82	-0,05	0,64
Амбивалентность & Дистанцирование	82	0,56	0,00
Амбивалентность & Самоконтроль	82	0,22	0,04
Амбивалентность & Поиск социальной поддержки	82	0,53	0,00
Амбивалентность & Принятие ответственности	82	0,08	0,44
Амбивалентность & Бегство-избегание	82	-0,01	0,91
Амбивалентность & Планирование решения проблемы	82	0,40	0,00
Амбивалентность & Положительная переоценка	82	0,10	0,37
Доверие & Конфронтационный копинг	82	-0,53	0,00
Доверие & Дистанцирование	82	0,22	0,04
Доверие & Самоконтроль	82	-0,01	0,86
Доверие & Поиск социальной поддержки	82	0,24	0,02
Доверие & Принятие ответственности	82	0,00	0,98
Доверие & Бегство-избегание	82	-0,38	0,00
Доверие & Планирование решения проблемы	82	-0,07	0,49
Доверие & Положительная переоценка	82	0,12	0,26
Ревность & Конфронтационный копинг	82	0,51	0,00

Ревность & Дистанцирование	82	0,01	0,86
Ревность & Самоконтроль	82	0,08	0,43
Ревность & Поиск социальной поддержки	82	-0,35	0,00
Ревность & Принятие ответственности	82	-0,10	0,34
Ревность & Бегство-избегание	82	0,55	0,00
Ревность & Планирование	82	-0,20	0,06
Ревность & Положительная переоценка	82	-0,03	0,78
Срастание с партнером & Конфронтационный копинг	82	0,29	0,00
Срастание с партнером & Дистанцирование	82	0,43	0,00
Срастание с партнером & Самоконтроль	82	0,08	0,47
Срастание с партнером & Поиск социальной поддержки	82	0,21	0,05
Срастание с партнером & Принятие ответственности	82	0,05	0,59
Срастание с партнером & Бегство-избегание	82	0,71	0,00
Срастание с партнером & Планирование решения проблемы	82	0,26	0,01
Срастание с партнером & Положительная переоценка	82	0,38	0,00

Таблица 7.

Влияние шкал опросника «Мульти-опросник романтической привязанности» на стратегии совладания испытуемых – субъектов деструктивной привязанности (n=82)

Итоги регрессии для зависимой переменной: бегство/избегание						
R=0,79, R2=0,62 Скорректир. R2=0,6 F=31,03 p≤,0001						
	БЕТА	Стд.Ош.	B	Стд.Ош.	t(82)	p-уров.
Св. член			-25,79	3,96	-6,51	0,00
Фрустрация	-0,25	0,10	-1,55	0,58	-2,65	0,01
Самоподдержка	0,30	0,09	3,02	0,94	3,22	0,001

Ревность	0,52	0,09	2,03	0,35	5,84	0,00
Срастание с партнером	0,59	0,1	4,81	0,84	5,73	0,00

Таблица 8.

Итоги регрессии для зависимой переменной: дистанцирование						
R=0,47, R2=0,22 Скорректир. R2=0,21 F=22,86 p≤,0001						
	БЕТА	Стд.Ош.	B	Стд.Ош.	t(82)	p-уров.
Св. член			-8,14	3,79	-2,15	0,03
Самоподдержка	0,47	0,10	4,29	0,9	4,78	0,00

Таблица 9.

Итоги регрессии для зависимой переменной: положительная переоценка						
R=0,81, R2=0,66 Скорректир. R2=0,65 F=77,8 p≤,0001						
	БЕТА	Стд.Ош.	B	Стд.Ош.	t(82)	p-уров.
Св. член			3,40	1,58	2,15	0,03
Фрустрация	0,71	0,07	3,94	0,37	10,66	0,00
Ревность	-0,58	0,07	-2,09	0,24	-8,73	0,00

Таблица 10.

Связь копинг-стратегий по методике «Опросник способов совладания» и длительности нахождения в отношениях деструктивной привязанности (n=82).

	S-критерий	t (80)	Уровень значимости
Конфронтационный & Длительность отношений	-0,10	-0,90	0,37
Дистанцирование & Длительность отношений	-0,16	-1,47	0,14
Самоконтроль & Длительность отношений	-0,23	-2,11	0,04

Поиск социальной поддержки & Длительность отношений	-0,24	-2,19	0,03
Принятие ответственности & Длительность отношений	-0,08	-0,75	0,46
Бегство/избегание & Длительность отношений	0,09	0,81	0,42
Планирование & Длительность отношений	-0,22	-1,99	0,05
Положительная переоценка & Длительность отношений	0,23	2,12	0,04

Таблица 11.

Дескриптивная статистика методики «Мульти-опросник романтической привязанности» у испытуемых – субъектов деструктивной привязанности (n=82)

Компоненты привязанности	N набл	Среднее	Медиана	Мода	Размах	Дисперсия	Ст.отк.
Фрустрация	82	3,95	4,00	4,00	1,9	0,32	0,56
Стремление к сближению	82	4,99	5,100	5,20	3,1	0,67	0,82
Самоподдержка	82	4,21	4,20	4,40	1	0,19	0,34
Амбивалентность	82	4,00	4,30	4,90	3,4	1,06	1,03
Доверие	82	3,96	4,10	4,10	3,5	0,71	0,84
Ревность	82	4,14	4,60	4,60	2,7	0,75	0,87
Срастание с партнером	82	4,37	4,40	4,20	1,7	0,17	0,42

Таблица 12.

Дескриптивная статистика методики «Мульти-опросник романтической привязанности» у испытуемых, не являющихся субъектами деструктивной привязанности (n=83)

Компоненты привязанности	N набл	Среднее	Медиана	Мода	Размах	Дисперсия	Ст.отк.
--------------------------	--------	---------	---------	------	--------	-----------	---------

Фрустрация	83	2,97	3,15	Мнж.	2,3	0,6	0,78
Стремление к сближению	83	4,18	4,5	Мнж.	3,2	0,99	0,99
Самоподдержка	83	3,73	3,65	Мнж.	1,4	0,19	0,44
Амбивалентность	83	4,04	3,8	Мнж.	0,9	0,13	0,36
Доверие	83	4,01	3,9	3,9	1,1	0,13	0,37
Ревность	83	3,44	3,7	3,7	1,9	0,41	0,64
Срастание с партнером	83	3,53	3,9	Мнж.	1,7	0,39	0,63

Таблица 13.

Сравнение компонентов привязанности по методике «Мульти-тпросник романтической привязанности», испытуемых, являющихся субъектами деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83)

Компоненты привязанности	Сум. ранг.	Сум. ранг.	U	Z	p-уров.	N-Набл.	N-Набл.
Фрустрация	4775	8920	1372	-6,62	0,00	83	82
Стремление к сближению	5328	8367	1925	-4,81	0,00	83	82
Самоподдержка	4589	9106	1186	-7,22	0,00	83	82
Амбивалентность	6469	7225	3066	-1,09	0,27	83	82
Доверие	6287	7408	2884	-1,69	0,09	83	82
Ревность	5324	8371	1921	-4,83	0,00	83	82
Срастание с партнером	4110	9585	707	-8,78	0,00	83	82

Таблица 14.

Различия в выраженности компонентов привязанности по методике «Мульти-опросник измерения романтической привязанности в взрослых» у субъектов деструктивной привязанности (n=82) и испытуемых из контрольной группы (n=83)

Показатель привязанности	t-критерий	Среднее (n=83)	Среднее (n=82)	Уровень значимости
Фрустрация	-9,45	2,965	3,95	0,00
Стремление к сближению	-5,64	4,17	4,97	0,00
Самоподдержка	-7,95	3,72	4,21	0,00
Амбивалентность	0,26	4,04	4,01	0,84
Доверие	0,41	4,00	3,96	0,68
Ревность	-5,84	3,43	4,13	0,00
Срастание с партнером	-10,19	3,52	4,37	0,00

Таблица 15.

Связь между компонентами привязанности у субъектов деструктивной привязанности по методике «Мульти-опросник измерения романтической привязанности у взрослых») шкалой «Тревожность» (по методике «Опыт близких отношений»

Компоненты привязанности & Тревога	Объем Выборки.	S-критерий	Уровень значимости
Фрустрация & Тревога	82	-0,147	0,00
Стремление к сближению & Тревога	82	0,667	0,00
Самоподдержка & Тревога	82	-0,117	0,00
Амбивалентность & Тревога	82	0,005	0,45
Доверие & Тревога	82	-0,006	0,02
Ревность & Тревога	82	0,503	0,00
Срастание с партнером & Тревога	82	-0,065	0,00

Таблица 16.

Значения t-критерия Сьюдента для выборки субъектов деструктивной привязанности по методике «16-факторный личностный опросник» Р. Кеттелла

Переменная	Среднее	Станд. откл.	Ожидаемое среднее	t-критерий	Уровень значимости
Замкнутость / Общительность	7,2	1,4	8,3	- 7,39	0
Эмоциональная нестабильность / Эмоциональная стабильность	6,5	1,3	7	- 3,44	0
Подчиненность / Доминантность	6	1,27	7,3	- 9,5	0
Сдержанность / Экспрессивность	7,8	1,3	6,2	5,9	0

Низкая/Высокая нормативность поведения	8,1	2,1	9,2	- 4,72	0
Робость/ Смелость	7,3	1,25	8,3	-7,33	0
Жесткость/Чувствительность	5,6	1,51	6,9	- 7,4	0
Доверчивость/ Подозрительность	5,7	1,39	5,3	2,34	0,02
Спокойствие/Тревожность	7,5	2,22	6,1	5,51	0
Консерватизм/Радикализм	6,1	1,81	6,5	-2,2	0,03
Низкий/Высокий самоконтроль	6,9	1,35	8,6	-13,1	0
Расслабленность/Напряженность	5,9	1,35	3,1	18,18	0

Таблица 17.

Связь между чертами личности по методике «16-факторный личностный опросник» и компонентами привязанности по методике «Мульти-опросник компонентов романтической привязанности у взрослых» у субъектов деструктивной привязанности (n=82)

Черты личности	Объем Выборки.	S-критерий	Уровень значимости
А & фрустрация	82	-0,05	0,61
А & стремление к сближению	82	-0,03	0,74
А & Самоподдержка	82	-0,44	0,00
А & Амбивалентность	82	-0,37	0,00
А & Доверие	82	0,01	0,90
А & Ревность	82	-0,19	0,08
А & Срастание с партнером	82	-0,45	0,00

В & фрустрация	82	0,14	0,20
В & стремление к сближению	82	-0,69	0,00
В & Самоподдержка	82	0,46	0,00
В & Амбивалентность	82	0,31	0,00
В & Доверие	82	0,25	0,02
В & Ревность	82	-0,48	0,00
В & Срастание с партнером	82	0,22	0,03
С & фрустрация	82	-0,23	0,03
С & Стремление к сближению	82	0,22	0,04
С & Самоподдержка	82	-0,04	0,69
С & Амбивалентность	82	0,02	0,79
С & Доверие	82	-0,26	0,01
С & Ревность	82	0,14	0,20
С & Срастание с партнером	82	-0,09	0,41
Е & фрустрация	82	-0,04	0,69
Е & Стремление к сближению	82	0,49	0,00
Е & Самоподдержка	82	0,17	0,11
Е & Амбивалентность	82	0,02	0,81
Е & Доверие	82	-0,08	0,46
Е & Ревность	82	0,04	0,71
Е & Срастание с партнером	82	-0,21	0,05
Г & фрустрация	82	0,27	0,01
Г & Стремление к сближению	82	0,21	0,05
Г & Самоподдержка	82	-0,06	0,58
Г & Амбивалентность	82	0,35	0,00
1Г & Доверие	82	0,14	0,18
Г & Ревность	82	0,13	0,22

G & Срастание с партнером	82	0,35	0,00
H & фрустрация	82	-0,37	0,00
H & Стремление к сближению	82	0,14	0,20
H & Самоподдержка	82	-0,04	0,69
H & Амбивалентность	82	-0,12	0,24
H & Доверие	82	-0,26	0,01
H & Ревность	82	0,07	0,48
H & Срастание с партнером	82	0,05	0,64
I & фрустрация	82	0,14	0,18
I & Стремление к сближению	82	-0,36	0,00
I & Самоподдержка	82	0,42	0,00
I & Амбивалентность	82	0,25	0,02
I & Доверие	82	-0,06	0,56
I & Ревность	82	-0,23	0,03
I & Срастание с партнером	82	-0,06	0,54
L & фрустрация	82	-0,24	0,02
L & Стремление к сближению	82	-0,11	0,28
L & Самоподдержка	82	0,22	0,04
L & Амбивалентность	82	0,24	0,02
L & Доверие	82	0,03	0,73
L & Ревность	82	-0,21	0,04
L & Срастание с партнером	82	-0,08	0,43
M & фрустрация	82	-0,30	0,00
M & Стремление к сближению	82	-0,10	0,36
M & Самоподдержка	82	-0,02	0,80
M & Амбивалентность	82	-0,43	0,00
M & Доверие	82	-0,48	0,00

М & Ревность	82	0,26	0,01
М & Срастание с партнером	82	-0,15	0,16
Н & фрустрация	82	-0,13	0,23
Н & Стремление к сближению	82	-0,59	0,00
Н & Самоподдержка	82	-0,13	0,23
Н & Амбивалентность	82	-0,07	0,49
Н & Доверие	82	-0,08	0,43
Н & Ревность	82	-0,11	0,31
Н & Срастание с партнером	82	-0,34	0,00
О & фрустрация	82	0,50	0,00
О & Стремление к сближению	82	-0,08	0,44
О & Самоподдержка	82	-0,03	0,75
О & Амбивалентность	82	-0,04	0,66
О & Доверие	82	-0,19	0,07
О & Ревность	82	0,49	0,00
О & Срастание с партнером	82	0,29	0,00
Q1 & фрустрация	82	0,10	0,35
Q1 & Стремление к сближению	82	0,11	0,31
Q1 & Самоподдержка	82	-0,63	0,00
Q1 & Амбивалентность	82	-0,68	0,00
Q1 & Доверие	82	-0,32	0,00
Q1 & Ревность	82	0,63	0,00
Q1 & Срастание с партнером	82	-0,07	0,51
Q2 & фрустрация	82	0,44	0,00
Q2 & Стремление к сближению	82	-0,07	0,50
Q2 & Самоподдержка	82	0,25	0,01
Q2 & Амбивалентность	82	0,35	0,00

Q2 & Доверие	82	-0,18	0,09
Q2 & Ревность	82	0,46	0,00
Q2 & Срастание с партнером	82	0,59	0,00
Q3 & фрустрация	82	0,01	0,88
Q3 & Стремление к сближению	82	-0,22	0,03
Q3 & Самоподдержка	82	0,15	0,16
Q3 & Амбивалентность	82	-0,41	0,00
Q3 & Доверие	82	-0,07	0,49
Q3 & Ревность	82	-0,01	0,87
Q3 & Срастание с партнером	82	0,10	0,35
Q4 & фрустрация	82	-0,37	0,00
Q4 & Стремление к сближению	82	0,21	0,05
Q4 & Самоподдержка	82	0,01	0,85
Q4 & Амбивалентность	82	0,12	0,27
Q4 & Доверие	82	-0,02	0,79
Q4 & Ревность	82	-0,15	0,15
Q4 & Срастание	82	-0,02	0,81

Таблица 18

Факторный анализ черт личности субъектов деструктивной привязанности по методике «16-факторный личностный опросник» Р. Кеттелла (n=82)

Фактор.нагрузки (Варимакснормал., Выделение: Главные факторы (Центроид) (Отмечены нагрузки >,500000)				
Черты личности	Фактор1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Эмоциональная стабильность	0,719			
Нормативность поведения	0,862			

Чувствительность	0,766			
Дипломатичность	0,54			
Самоконтроль	0,877			
Напряженность	- 0,621			
Смелость		- 0,704		
Тревожность		0,717		
Радикализм			0, 593	
Нонконформизм			0, 534	
Мечтательность				0,553
Общительность				0,462
Факторный вес	5,8	2,5	2,2	1,8
Процент объясненной дисперсии	34	15	12	10

Таблица 19.

Связь черт личности по методике «16-факторный личностный опросник» и школой «тревоги» по методике «Опыт близких отношений» у субъектов деструктивной привязанности (n=82)

	Объем Выборки.	S-критерий	Уровень значимости
A & Тревога	82	-0,57	0,01
B & Тревога	82	-0,03	0,76
C & Тревога	82	0,08	0,47
E & Тревога	82	-0,03	0,75
F & Тревога	82	0,08	0,47
G & Тревога	82	-0,54	0,01
H & Тревога	82	-0,77	0,00

I & Тревога	82	0,08	0,42
L & Тревога	82	-0,08	0,45
M & Тревога	82	-0,71	0,00
N & Тревога	82	-0,13	0,22
O & Тревога	82	0,69	0,00
Q1 & Тревога	82	-0,10	0,36
Q2 & Тревога	82	-0,12	0,25
Q3 & Тревога	82	0,08	0,44
Q4 & Тревога	82	0,02	0,84