

інтерпретацію результатів, написання, доопрацювання та затвердження остаточної версії рукопису.

Використання інструментів ШІ. Інструменти ШІ не використовувалися для отримання емпіричних даних, проведення статистичного аналізу або формулювання наукових висновків.

ЛЮДИНА І СУСПІЛЬСТВО: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ

УДК 159.9.72.236 DOI: 10.31558/2786-8745.2025.2(7).5

ТИП ПРИВ'ЯЗАНОСТІ В КОНТЕКСТІ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Васюк Катерина Миколаївна,

к.психол.н, доцент
доцент кафедри кризової та клінічної психології
Донецький національний університет імені Василя Стуса

Заяць Поліна Олександрівна,
здобувачка спеціальності 053 «Психологія»
Донецький національний університет імені Василя Стуса

***Анотація.** У статті розглядається актуальна тема дослідження типів прив'язаності у юнацькому віці і їх зв'язку із показниками співзалежності. Розглянуті класичні і сучасні підходи до визначення поняття «прив'язаність», проаналізовані різні типології прив'язаності та чинники, які впливають на її прояв. Досліджено вплив типів прив'язаності та особливостей романтичних стосунків у юнацькому віці, зокрема схильності до співзалежності. Теоретично проаналізовано основні підходи до розуміння прив'язаності та співзалежності, їх роль у формуванні міжособистісної взаємодії. Емпіричне дослідження проведено на вибірці з 107*

осіб віком від 14 до 19 років із використанням комплексу психодіагностичних методик, зокрема тестів на визначення типу прив'язаності та рівня співзалежності. Статистично було доведено, що типи прив'язаності представлені у вибірці молоді нерівномірно, зокрема, домінує надзалучений тип. Виявлені взаємозв'язки між типом прив'язаності і рівнем співзалежності, найвищий з яких був визначений у боязливого типу. Аналіз отриманих результатів свідчить про наявність чіткої диференціації рівня співзалежності між групами з різними типами прив'язаності. Найнижчі значення середніх рангів спостерігаються у респондентів з надійним типом прив'язаності, що підтверджує їхню здатність до збереження автономії у міжособистісних стосунках та відсутність виражених співзалежних тенденцій. У результаті дослідження встановлено, що тип прив'язаності є значущим чинником, який впливає на рівень співзалежності у романтичних стосунках. Виявлено, що найвищий рівень співзалежності характерний для осіб із тривожним та унікаючими типами прив'язаності, тоді як найнижчий - для осіб із надійним типом. Таким чином, гіпотеза про залежність рівня співзалежності від типу прив'язаності підтверджується. Отримані результати можуть бути використані у практиці психологічного консультування та розробці програм формування здорових міжособистісних стосунків у молоді.

Ключові слова: романтичні стосунки, юнацький вік, співзалежність, емоційна залежність, міжособистісні стосунки, прив'язаність.

Актуальність.

Проблема формування романтичних стосунків у юнацькому віці є однією з важливих у сучасній психологічній науці,

оскільки саме в цей період відбувається активне становлення емоційно-ціннісної сфери особистості, формування уявлень про близькість,

довіру, прихильність та партнерську взаємодію. Юнацький вік характеризується інтенсивним розвитком міжособистісних зв'язків, пошуком власної ідентичності, а також набуттям досвіду романтичної взаємодії, що значною мірою впливає на подальше формування моделей поведінки у близьких стосунках у дорослому житті.

Важливим психологічним чинником, який визначає особливості побудови романтичних взаємин, є тип прив'язаності. Теорія прив'язаності, започаткована Джоном Боулбі та розвинена Мері Ейнсворт, пояснює, що ранній досвід взаємодії з батьками або іншими значущими дорослими формує внутрішні робочі моделі стосунків, які надалі впливають на спосіб встановлення емоційної близькості, рівень довіри до партнера, характер прояву залежності чи автономії.

Подальші дослідження (К. Бартолом'ю, Ф. Шейвер, С. Хазан та ін.) довели, що сформований тип прив'язаності безпосередньо відображається у романтичних стосунках, зумовлюючи різні стилі поведінки партнерів, їхню емоційну стабільність, рівень тривожності та здатність до підтримання психологічно здорової близькості.

Особливого значення у контексті дослідження романтичних взаємин набуває феномен співзалежності. Співзалежність розглядається як специфічна форма міжособистісної взаємодії, за якої одна або обидві сторони стосунків надмірно емоційно залежать від партнера, підпорядковують власні потреби його потребам, втрачають особистісну автономію та відчувають труднощі у встановленні психологічних меж. У юнацькому віці схильність

до співзалежності може проявлятися через підвищену потребу в схваленні партнера, страх втрати стосунків, надмірну жертовність або залежність від емоційного стану іншої людини. Подібні прояви часто пов'язані з тривожними типами прив'язаності, які формуються внаслідок особливостей раннього досвіду взаємодії з батьками.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковий інтерес до цієї проблематики підтверджується роботами зарубіжних та вітчизняних дослідників, серед яких Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, С. Хазан, Ф. Шейвер, К. Бартолом'ю, П. Шейвер, а також українські психологи, які вивчають особливості міжособистісних стосунків і формування прив'язаності у молоді. Однак питання взаємозв'язку типів прив'язаності з проявами співзалежності саме у романтичних стосунках

юнацького віку потребує подальшого комплексного дослідження.

Поняття прив'язаності було введено у науковий обіг англійським психоаналітиком і дослідником дитячого розвитку Джоном Боулбі (John Bowlby), який розробив теорію прив'язаності як концепцію пояснення емоційного зв'язку між дитиною та її значущими дорослими. На думку дослідника, прив'язаність є еволюційно сформованим механізмом, який забезпечує виживання дитини через прагнення до близькості з фігурою турботи, найчастіше матір'ю.

Подальший розвиток теорії прив'язаності пов'язаний із дослідженнями американської психологині Мері Ейнсворт (Mary Ainsworth), яка здійснила емпіричне вивчення формування прив'язаності у ранньому дитинстві. Вона розробила відому

експериментальну процедуру під назвою «Незнайома ситуація» (Strange Situation), що дозволила визначити різні типи прив'язаності у дітей. У результаті дослідження було виділено кілька основних типів прив'язаності, які відображають особливості емоційної взаємодії дитини з матір'ю або іншою значущою особою. Значний внесок у розвиток теорії прив'язаності зробили також американські психологи Кім Бартолом'ю (Kim Bartholomew) та Леонард Горовіц (Leonard Horowitz), які запропонували чотирикомпонентну модель прив'язаності дорослих.

Окрім зарубіжних дослідників, проблема прив'язаності активно вивчається і в українській психологічній науці. Зокрема, значну увагу дослідженню міжособистісних взаємин приділяли такі вчені, як С. Максименко, М. Савчин, Т. Титаренко, І. Бех, О.

Хохліна та інші. Українські науковці підкреслюють, що характер ранніх емоційних зв'язків відіграє важливу роль у становленні особистості, формуванні її самооцінки, системи цінностей та здатності до побудови гармонійних міжособистісних стосунків.

Формування системи прив'язаності відбувається під впливом багатьох чинників, серед яких важливу роль відіграють стиль батьківського виховання, емоційна чутливість батьків, стабільність сімейного середовища та індивідуальні особливості дитини. У разі позитивного досвіду взаємодії формується безпечна прив'язаність, що сприяє розвитку емоційної стабільності та здатності до побудови гармонійних стосунків. Натомість негативний досвід може призводити до формування різних форм небезпечної прив'язаності, які у майбутньому можуть

ускладнювати міжособистісні взаємини.

Мета дослідження: визначити вплив типом прив'язаності на схильністю до співзалежності у романтичних стосунках у юнацькому віці.

Виклад основного матеріалу. У ході емпіричного дослідження було проведено тестування учнів 10-11 класів Вінницького ліцею №7, 3 та студентів Донецького національного університету 1 курсу. В опитуванні взяли участь 107 респондентів віком від 14 до 25 років з яких 74% це респонденти жіночої статі, а 22% чоловічої 2% респонденти не зазначили свою стать Також для більш кращого розуміння поведінки респондентів було поставлене питання про досвід романтичних взаємин. З нього ми можемо побачити, що 48% респондентів не мали

досвіду близьких стосунків, у той час як 26% безпосередньо знаходяться у стосунках, а решта 26% мали досвід романтичних взаємин, проте зараз не знаходяться у стосунках.

Для виявлення домінуючих типів прив'язаності у школярів було використано такий опитувальник, як методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності», також для визначення більш детального формування типу прив'язаності були використані такі методики, як «Тест на визначення якості прив'язаності» та Опитувальник «Досвід близьких стосунків». Для визначення рівня співзалежності у респондентів були обрані такі методики, як Тест Уайнхольда та Шкала співзалежності Спана-Фішера SF CDS.

Проаналізувавши результати методики

“Самооцінка генералізованого типу прив'язаності”, можна помітити, що більшість 40% респондентів обирають домінуючий тип прив'язаності С - відсторонено-уникаючий, 30% респондентів обрали, як свій тип прив'язаності А - надійний або безпечний тип прив'язаності 18% обрали тип прив'язаності В – надзалучений, а решта 12% обрали, як свій тип прив'язаності варіант D - «боязливий», або «обережний» .

Уникаючий тип прив'язаності характеризується позитивним ставленням до себе та негативним або скептичним ставленням до інших людей, що призводить до схильності тримати емоційну дистанцію, уникати глибокої близькості та надавати перевагу автономії. Зовні такі особи можуть видаватися незалежними та самодостатніми, однак за

цим фасадом нерідко приховуються придушені потреби у близькості та прив'язаності, які не знайшли безпечного виразу в ранньому дитинстві. Як показали результати емпіричного дослідження, уникаючий тип прив'язаності пов'язаний із середніми показниками співзалежності, що свідчить про наявність латентних форм емоційної залежності, які не виявляються у прямому прагненні до злиття, але можуть проявлятися у специфічних поведінкових патернах - наприклад, у постійному контролі власних емоцій або у залежності від стосунків як підтвердження власної цінності через відмову від них.

Особи з надійним типом прив'язаності демонструють найнижчий рівень співзалежності та найвищу здатність до побудови стабільних, збалансованих романтичних стосунків. Надійна прив'язаність

формується у ситуаціях, коли батьки або інші значущі дорослі стабільно, чуйно і послідовно реагують на потреби дитини, забезпечуючи їй відчуття безпеки та прийняття. Внаслідок цього у людини формується позитивне ставлення як до себе, так і до інших, що є психологічним підґрунтям для довіри, емоційної близькості та поваги до автономії партнера.

Нарешті, особам з надійним типом прив'язаності рекомендується зберігати баланс між близькістю та автономією, не допускаючи того, щоб потреба партнера у злитті або надмірна вимогливість розмивали власні особистісні межі. Надійна прив'язаність є цінним ресурсом і для себе, і для партнера, але лише за умови збереження власної психологічної цілісності та здатності дбати про власні потреби.

За результатами опитувальника «Досвід

близьких стосунків» Респондентів було поділено на дві шкали людей що мають більш домінуючий рівень тривожності у взаєминах має 55% респондентів, в той час, як до уникнення схильні 45% відсотків. для типу С - уникаючого, цілком прогнозовано доманіє у 54% схильність до уникнення близькості. Також результати характерні і для типу В - де тривожність у стосунках переважає в 70% випадків, та у типі D - де тривожність також переважає у 54%. Цікаво розглянути випадок з типом А - надійний, де тривожність також переважає на у 56% це може бути пов'язаним з тим, що молодь у юнацькому віці навіть ті, хто має надійний стиль, у цей період часто демонструють вищу емоційну вразливість.

За результатами методики на визначення якості прив'язаності було виокремлено наступні результати. У таблиці 1 представлено, що тип

безпеки є домінуючим і складає 34%, Амбівалентність занепокоєння (суперечливий тип) складає 24%, в той час, як тип прив'язаності уникнення та амбівалентності заглиблення у себе по 21%. Отже, результати тесту свідчать, що переважає безпечний тип прив'язаності (34%), що вказує на наявність у більшості досліджуваних

довірливих і стабільних стосунків з оточенням. Водночас амбівалентні та унікаючі типи (разом близько 45%) демонструють, що частина респондентів має емоційну нестабільність або схильність до дистанціювання у близьких взаєминах, що може відобразити індивідуальні відмінності у способах побудови міжособистісних зв'язків.

Таблиця 1. Відсоткові результати тест на визначення якості прив'язаності

Відсоткові результати тест на визначення якості прив'язаності	
Безпека	34%
Амбівалентність занепокоєння	24%
Уникнення	21%
Амбівалентність заглиблення у себе	21%

Обраховуючи результати за методикою Шкала співзалежності Уайнхольда було виявлено наступні результати: Респонденти з

домінуючим типом D - боязливий, мають найбільш виражану схильність до співзалежності, яка складає 62% , далі тип В -

тривожний, що цілком очікувано також має одне з найбільш значень 57% і що означає, що респонденти цього типу схильні до співзалежності у взаєминах. Тип А - надійний, теж очікувано, немає такої сильної схильності до співзалежності, як тип D та В. Цікаво розглянути тип С - унікаючий, де схильність до співзалежності проявилася у 51% респондентів, що дає нам підстави припускати, що уникнення від романтичних стосунків, є певним захисним механізмом у взаєминах, аби не стати співзалежним у романтичних стосунках. Результати для типів В, D, А залишаються в однакових діапазонах і мають подібні дані до схильності співзалежності. Проте є відмінності у типі С - унікаючий, що може бути пов'язаним з методиками у шкалі Спанна-Фішерановій ми використовували іншу систему оцінки (16–96),

тоді як попередня мала вужчий діапазон (20–80). Також варто врахувати, що коли інструмент вимірювання фокусується на емоційній залежності та страху втрати, люди з унікаючим типом не показують високих балів, бо свідомо можуть заперечують такі почуття.

Для групування респондентів за типами прив'язаності було використана методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» вибір саме цієї методики, як базового інструменту для групування респондентів зумовлений його здатністю чітко диференціювати типи прив'язаності, що необхідно для подальшого статистичного аналізу. Саме ця методика дозволила сформувати незалежні групи для застосування критерію Краскела–Уоліса.

Опитувальник «Досвід близьких стосунків» та «Самооцінка

генералізованого типу прив'язаності» виконували допоміжну функцію, дозволяючи уточнити характеристики прив'язаності та перевірити узгодженість результатів.

З метою статистичного аналізу отриманих даних було використано непараметричний критерій Краскела–Уоліса. Вибір саме цього критерію зумовлений тим, що розподіл даних не відповідає нормальному, а також наявністю більше ніж двох незалежних груп, сформованих за типами прив'язаності. Критерій Краскела–Уоліса дозволяє визначити, чи існують статистично значущі відмінності між кількома групами за рівнем досліджуваного показника.

Для перевірки гіпотези про існування відмінностей рівня співзалежності між групами з різними типами прив'язаності було проведено аналіз за

критерієм Краскела–Уоліса.

На першому етапі було здійснено ранжування всіх отриманих показників рівня співзалежності за методикою Уайнхольда. Кожному значенню було присвоєно відповідний ранг у загальній вибірці від найменшого до найбільшого. Після цього було обчислено середні ранги для кожної групи, що дозволяє оцінити відносний рівень співзалежності в межах кожного типу прив'язаності. Див Таблиця 2.5 Як видно з представлених даних, середні ранги суттєво відрізняються між групами. Найнижчий середній ранг зафіксовано у групі з надійним типом прив'язаності, що свідчить про найнижчий рівень співзалежності серед цих респондентів. Натомість найвищі рангові показники характерні для осіб з тривожним та унікаючими типами прив'язаності.

Таблиця 2. Середні ранги рівня співзалежності (методика Уайнхольда)

Середні ранги рівня співзалежності (методика Уайнхольда)	
Тип прив'язаності	Середній ранг
Надійний	32,4
Тривожний	71,2
Унікаючий	58,6

$N=18,73$ при рівні значущості $p < 0,01$. Отримане значення перевищує критичний рівень для трьох незалежних вибірок, що дозволяє стверджувати про наявність статистично значущих відмінностей між групами. Таким чином, гіпотеза про залежність рівня співзалежності від типу прив'язаності підтверджується.

Аналогічно до попереднього етапу дослідження, респонденти були розподілені на групи відповідно до типу прив'язаності, визначеного за «Тестом на визначення якості прив'язаності». Для кожної групи було обчислено середні ранги показників співзалежності на основі результатів шкали Спана–Фішера.

Таблиця 3. Середні ранги показників співзалежності за шкалою Спана–Фішера залежно від типу прив'язаності

Тип прив'язаності	Середній ранг
Надійний	34,1
Тривожний	68,5
Унікаючий	55,3

Значення критерію склало: $H = 16,92$ при рівні значущості $p < 0,01$.

Аналіз отриманих результатів свідчить про наявність чіткої диференціації рівня співзалежності між групами з різними типами прив'язаності. Найнижчі значення середніх рангів спостерігаються у респондентів з надійним типом прив'язаності, що підтверджує їхню здатність до збереження автономії у міжособистісних стосунках та відсутність виражених співзалежних тенденцій.

У групі з тривожним типом прив'язаності зафіксовано значно вищі показники співзалежності. Це вказує на те, що для таких осіб характерна підвищена емоційна залученість у стосунки, залежність від схвалення партнера та схильність до самопожертви.

Порівняльний аналіз результатів, отриманих за двома різними методиками вимірювання співзалежності, дозволяє

констатувати їхню узгодженість. В обох випадках спостерігається однакова тенденція: найнижчий рівень співзалежності характерний для надійного типу прив'язаності, тоді як найвищий - для тривожного типів.

Інтерпретація отриманих результатів дозволяє зробити висновок про те, що співзалежність у юнацькому віці має складну структуру та формується під впливом ранніх моделей прив'язаності. Високі показники співзалежності у тривожного типу свідчать про наявність внутрішньої невпевненості, нестабільності емоційної сфери та труднощів у побудові гармонійних стосунків. Водночас низький рівень співзалежності у осіб з надійним типом прив'язаності підтверджує їхню здатність до формування здорових міжособистісних зв'язків, що базуються на взаємній довірі, повазі та автономії.

Таким чином, результати аналізу за шкалою Спана–Фішера не лише підтверджують попередні висновки, але й дозволяють глибше зрозуміти механізми формування співзалежності у юнацькому віці, що має важливе значення для подальших наукових досліджень та практичної психологічної роботи.

Інтерпретація отриманих результатів дозволяє зробити висновок про те, що тривожний тип прив'язаності пов'язаний з підвищеною емоційною залежністю, страхом втрати партнера та потребою у постійному підтвердженні значущості, що сприяє розвитку співзалежності. Натомість надійний тип прив'язаності забезпечує формування здорових

моделей міжособистісної взаємодії, що характеризуються довірою, автономією та здатністю до емоційної регуляції, що знижує ймовірність розвитку співзалежних стосунків. **Висновки.**

Таким чином, результати емпіричного дослідження повністю підтверджують висунуту гіпотезу про наявність взаємозв'язку між типом прив'язаності та рівнем співзалежності у юнацькому віці. Встановлені закономірності мають важливе значення для розуміння психологічних механізмів формування романтичних стосунків та можуть бути використані у практиці психологічного консультування і психокорекції.

Список літератури

1. Андрух П. Г. Відносини сімейної співзалежності як мішень психосоціальної реабілітації осіб із наркоманіями. *Вісник проблем біології і медицини*. 2011. Вип. 2. Т. 3. С. 56-58.
2. Галушко С. М. Прив'язаність як науковий психологічний термін та особистісна характеристика

Проблеми сучасної психології. 2019. № 2. С. 21–28. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/.pspz_2019_2_5.pdf (дата звернення: 1.03.2026).

3. Гріньова О. М. Психологічні проблеми кохання в юнацькому віці Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools. 2015. Т. 4, № 1. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/13348> (дата звернення: 1.03.2026)

4. Чала Ю. М., Шахрайчук А. М. Психодіагностика : навч. посіб. Харків : НТУ «ХП», 2018. 246 с

5. Bowlby J. A Secure Base. John Bowlby. London, 2005. 224 p. (Routledge). (Behavioral Sciences; ed. 1).1

6. . Shaver P. The adult attachment interview and self-report of romantic attachment. P. Shaver, J. Belsky, K. Brennan. Personal Relationships. 2000. Vol. 7. P. 25–43.

ATTACHMENT TYPE IN THE CONTEXT OF ROMANTIC RELATIONSHIPS IN YOUTH

Kateryna Vasiuk
Polina Zayats'

***Abstract.** The article deals with the current topic of research on types of attachment in youth and their relationship with indicators of codependency. Classical and modern approaches to defining the concept of "attachment" are considered, various typologies of attachment and factors influencing its manifestation are analyzed. The influence of types of attachment and characteristics of romantic relationships in youth, in particular the tendency to codependency, was studied. The main approaches to understanding attachment and codependence, their role in the formation of interpersonal interaction are theoretically analyzed. The empirical study was conducted on a sample of 107 people aged 14 to 19 using a complex of psychodiagnostic techniques, including tests to determine the type of attachment and the level of codependency. It was statistically proven that the types of*

attachment are represented unevenly in the youth sample, in particular, the over-involved type dominates. Interrelationships between the type of attachment and the level of codependency were revealed, the highest of which was determined in the fearful type. The analysis of the obtained results indicates the existence of a clear differentiation of the level of codependence between groups with different types of attachment. The lowest values of average ranks are observed in respondents with a reliable type of attachment, which confirms their ability to maintain autonomy in interpersonal relationships and the absence of pronounced codependent tendencies. As a result of the study, it was established that the type of attachment is a significant factor that affects the level of codependency in romantic relationships. It was found that the highest level of codependency is typical for individuals with anxious and avoidant types of attachment, while the lowest is for individuals with a secure type. Thus, the hypothesis about the dependence of the level of codependence on the type of attachment is confirmed. The obtained results can be used in the practice of psychological counseling and the development of programs for the formation of healthy interpersonal relationships among young people.

Key words: *romantic relationships, youth, codependence, emotional dependence, interpersonal relationships, attachment.*

References

1. Andruk P. H. Vidnosyny simeinoi spivzalezhnosti yak mishen psykhosotsialnoi reabilitatsii osib iz narkomaniiamy. Visnyk problem biolohii i medytsyny. 2011. Vyp. 2. T. 3. S. 56-58.
2. Halushko S. M. Pryviazanist yak naukovyi psykholohichni termin ta osobystisna kharakterystyka Problemy suchasnoi psykholohii. 2019. № 2. S. 21–28. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/...pspz_2019_2_5.pdf (data zvernennia: 1.03.2026).
3. Hrinova O. M. Psykholohichni problemy kokhannia v yunatskomu vitsi Fundamental and Applied Researches in Practice