

8. Maslach C. Burnout Inventory Manual. Third edition. California, Palo Alto: Consultin Psychological Press, Inc., 1996. 52 p.
9. Mazur P. J. Differential impact of administrative, organizational and personality factors on teacher burnout. Teaching and Teacher Education. 1989. Vol. 5 (4). P. 337–353.
10. Tuomi K. Stress management, aging, and disease. Experimental Aging Research. 1999. V.25(4). P. 353-358.
11. Turner R.J. Psychological resources and the stress process. Stress and mental health: Contemporary issues and prospects for the future. New York: Plenum Press. 1994. P. 179-209.
12. Cramer P. Protecting the Self: Defense Mechanisms in Action. New York: Guilford Press, 2006. 384 p.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОЯВУ ПОЧУТТЯ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У ДОРΟΣЛИХ В СИТУАЦІЯХ РОЗЛУКИ

Чорна Марина Володимирівна

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Науковий керівник: Яцюк Марія Валеріївна

ORCID ID: 0000-0002-2393-9964

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Україна

Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі. Особливості прив'язаності дорослих є важливим аспектом у формуванні та проживанні досвіду близьких стосунків, що

впливає на те, як доросла особистість сприймає роль іншого у цих стосунках і наскільки якість її життя та психічний стан залежить від безпосередньої присутності близької людини поряд. Після повномасштабного вторгнення країни-агресора на територію України багато хто зіткнувся із проблемою розлуки через вимушену еміграцію, розлуку із партнером-військовослужбовцем або втрату близької людини через військові дії. Окрім того, втратою, що негативно відбивається на психічному стані людини і супроводжується процесом горювання, також є різка зміна звичного способу життя, місця проживання або перспектив на майбутнє.

На особливості проживання ситуацій розлуки впливає чимало зовнішніх чинників, таких, як обставини та причини втрати, а також соціальні умови, в яких опинилася людина, зіткнувшись із втратою. Проте одним із формуючих факторів, що впливають на спосіб проживання розлуки, є тип прив'язаності, оскільки, на думку автора теорії прив'язаності Дж. Боулбі, саме закладені у ранньому дитинстві моделі поведінки впливають на те, як людина сприймає себе та інших у близьких стосунках, яке значення надає близькості та довірі, чи потребує злиття у стосунках або ж уникає їх. Дослідження проблеми прив'язаності відіграють важливу роль як у філософському та науковому психологічному дискурсі, так і у практичному застосуванні у психотерапії. Ще до розробки теорії прив'язаності Дж. Боулбі, який відійшов від класичного психоаналізу, тема взаємовідносин між матір'ю та немовлям розроблялася такими видатними діячами в області психології як М. Кляйн, Е. Фромм, Г. Салліван, Д. Віннікотт, та знайшла свій розвиток у працях М. Ейнсворд, К. Бріш, С. Джонсон, А. Левін і Р. Геллер та ін. У вітчизняній науковій літературі дослідження прояву прив'язаності знаходимо у працях Л. Балецької, З. Крижановської, В. Грандт та ін. Фундаментальні дослідження феномену прив'язаності лягли в основу для подальших емпіричних досліджень та розробки нових методів в галузі психодіагностики та психотерапії.

На сьогоднішній день емпіричне дослідження прояву почуття прив'язаності у дорослих в ситуаціях розлуки є актуальним, оскільки дає можливість встановити взаємозв'язок між типом прив'язаності та особливостями процесу горювання, суб'єктивним переживанням самотності, рівнем тривожності і униканням близьких стосунків, а також характерологічними особливостями суб'єкта.

Мета статті: аналіз даних, отриманих за результатами емпіричного дослідження соціально-психологічних чинників прояву почуття прив'язаності у дорослих в ситуаціях розлуки, та встановлення взаємозв'язку між типом прив'язаності і такими факторами, як досвід близьких стосунків, почуття самотності, реакції горювання та особистісні якості суб'єкта.

Дослідження проводилося з грудня 2023 року по травень 2024 року серед вибірки у 50 дорослих осіб віком від 21 до 59 років. У дослідженні було використано п'ять методик: методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (K.Bartholomew та L. Horowitz), п'ятифакторний особистісний опитувальник («Велика п'ятірка») (Р. Маккраї та П. Коста), опитувальник «Досвід близьких стосунків» (Brennan, Clark, Shaver, 1998), опитувальник реакцій горювання (The Hogan Grief Reaction Checklist (HGRC), N S Hogan, 2001) та шкала самотності (Д. Рассел, Л. Попелу, М. Фергюсон).

Виклад основного матеріалу. На першому етапі емпіричного дослідження було проведено анкетування респондентів. В анкетному опитуванні було запропоновано дати відповіді на два додаткових запитання – «З якими ситуаціями розлуки Ви зіткнулися?» та «Як би Ви описали свій стан зараз?», до яких було запропоновано обрати одну або декілька готових відповідей або написати свій варіант.

На питання «З якими ситуаціями розлуки Ви зіткнулися?» 47 % респондентів відповіли, що пережили розлучення або розставання. Смерть

близької людини пережили 45 % опитаних, в тому числі один респондент поділився, що втратив дитину. Дистантні стосунки були описані як ситуація розлуки у 43% респондентів, в тому числі в двох випадках через війну, оскільки один з партнерів проходить військову службу, та в одному випадку – через переїзд до іншої країни.

На питання «Як би Ви описали свій стан зараз?» 22,4 % опитаних відповіли, що відчувають сум, 6 % переживають горювання, 10,2 % відчувають апатію, 12,2 % – роздратованість, 28 % описали свій стан як світлий сум та 55 % мають надію на майбутнє. Часто разом із негативними станами, як сум, апатія, роздратованість, горювання, респонденти зазначали й позитивні переживання, такі як світлий сум та надія на майбутнє, що вказує на позитивну динаміку в психологічному стані респондентів.

Результати анкетування та опитування респондентів свідчать про те, що кожен опитаний так чи інакше зіткнувся із ситуацією розлуки. Реакції на ситуації розлуки відображаються на психічному стані, який включає як негативні переживання, так і позитивні тенденції в оволодінні негативними станами. Особливості переживання ситуацій розлуки з близькою людиною тісно пов'язані із типом прив'язаності особистості та її характерними рисами, оскільки саме якість стосунків, ступінь близькості, прагнення особистості до злиття або незалежності, позитивне або негативне уявлення про себе та іншого, на нашу думку, є важливими компонентами у цілісному відображенні взаємовідносин, що позначається як на ставленні до близької людини, так і самовизначенні суб'єкта у стосунках.

На другому етапі емпіричного дослідження було проведено опитування за методикою «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності», за результатами якого було встановлено розподіл типів прив'язаності.

Опитування показало, що серед респондентів переважають середні показники кожного з чотирьох типів прив'язаності. Високий рівень

надійного типу прив'язаності виявлено лише у 8 % респондентів, цей показник є найнижчим серед інших параметрів, в той час як його низький показник становить 12 %, а відсторонено-уникаючий та боязливий типи мають по 22 % високих показників серед респондентів. Це вказує на те, що значна частка опитаних респондентів прагнуть уникати близьких стосунків, віддають перевагу незалежності та переживають недовіру до іншого. Найвищий показник має середній рівень надійного типу прив'язаності – 68 %, на другому місці – середній рівень вираженості надзалученого типу – 58 %, середній показники відсторонено-уникаючого типу мають 50 % респондентів та 52 % мають середній рівень боязливого типу прив'язаності. На третьому етапі емпіричного дослідження було проведено опитування за такими методиками як опитувальник «Досвід близьких стосунків» (Brennan, Clark, Shaver, 1998), опитувальник реакцій горювання (The Hogan Grief Reaction Checklist (HGRC), N S Hogan, 2001), шкала самотності (Д. Рассел, Л. Попелу, М. Фергюсон) та п'ятифакторний особистісний опитувальник («Велика п'ятірка») (Р. Маккраї та П. Коста). За результатами опитування було встановлено кореляційні зв'язки між типом прив'язаності та кожного з досліджуваних чинників.

За допомогою опитувальника «Досвід близьких стосунків» ми дослідили два параметра – шкала тривожності та шкала уникнення близькості. У близьких стосунках різною мірою проявляються ознаки тривожності та уникнення близькості, а у поєднанні ці параметри визначають певний тип прив'язаності. Більшість респондентів мають середні показники шкали тривожності (62 %) та уникання близькості (76 %), низькі показники обох параметрів має однакова кількість респондентів (по 7 %), а високий показник шкали тривожності становить 24 %. Аналіз показав, що існує позитивний кореляційний зв'язок надзалученого типу прив'язаності зі шкалою тривожності ($r=0,5079$; $p \leq 0,01$) та боязливого типу прив'язаності зі шкалою тривожності ($r=0,3128$; $p \leq 0,05$). На нашу думку,

суб'єкти із надзалученим та боязливим типом прив'язаності схильні до тривожних переживань через близькі стосунки, більш невпевнені в собі та партнері.

Варто відмітити, що у співвідношенні шкали тривожності та шкали уникнення простежується позитивний кореляційний зв'язок ($r=0,3759$; $p \leq 0,01$), який вказує на вираженість тривожності через недостатню близькість та одночасного прагнення до уникнення близьких стосунків через відчуття дискомфорту при зближенні з іншою людиною.

Ситуації розлуки проживаються суб'єктом у свій характерний спосіб, на який впливають різноманітні чинники, в тому числі й тип прив'язаності. Розлука – це втрата безпосередньої близькості або смерть близької людини, що супроводжується реакцією горювання. Ми використали опитувальник реакцій горювання для дослідження психологічних особливостей проживання ситуацій розлуки із значущим об'єктом і встановили, що серед респондентів переважає середній рівень вираженості усіх шести параметрів шкали реакцій горювання, такий показник виявлено у близько двох третин респондентів за кожним параметром. Найбільше високих показників зафіксовано у такій реакції горювання як розпач (22 %), що є ознакою схильності до песимістичного ставлення до втрати та безнадії. Панічна поведінка має середній рівень показників у 72 % та високий у 18 % опитаних, що свідчить про значну вираженість тривоги та психосоматичних реакцій. Про схильність до самозвинувачень та гніву як реакції на розлуку вказує середній рівень показників даного параметру у 70 % та високий рівень у 16 % опитаних. Параметр «Особистісне зростання», що виявляє переосмислення та примирення із втратою, має середній рівень вираженості у двох третин респондентів (66 %), а низький рівень показників (18 %) дещо переважає над високими (16 %). Кореляційний аналіз показав обернений зв'язок надійного типу прив'язаності із відстороненістю як реакцією горювання ($r=-0,4300$; $p \leq 0,01$). На нашу думку, надійна прив'язаність є

основою для створення міцних соціальних зв'язків, позитивно впливає на здатність довіряти та відкриватися іншим, і це допомагає уникнути відчуження у важких життєвих ситуаціях. Позитивний кореляційний зв'язок утворює надзалучений тип прив'язаності із розпачем ($r=0,4611$; $p\leq 0,01$) та такою реакцією горювання як провина та гнів ($r=0,3325$; $p\leq 0,05$). Надзалучений тип прив'язаності обумовлює узалежену поведінку, самозвинувачення та відчуття невідомої втрати, що підкріплюється відсутністю надії на майбутнє. Боязливий тип прив'язаності має позитивну кореляцію із розпачем ($r=0,3343$; $p\leq 0,05$), панічною поведінкою ($r=0,3933$; $p\leq 0,01$), провиною та гнівом ($r=0,2975$; $p\leq 0,05$), відстороненістю ($r=0,3355$; $p\leq 0,05$) та дезорганізацією ($r=0,3191$; $p\leq 0,05$). Можемо зробити припущення, що у ситуаціях розлуки суб'єкт із боязливым типом прив'язаності проявляє найменшу психологічну стійкість, вразливий, схильний до відчаю, тривоги та панічних атак, відчуває власну провину і гнів на інших, схильний до соціальної ізоляції та гальмування когнітивних функцій. Також зауважимо, що відсторонено-уникаючий тип прив'язаності не має кореляційних зв'язків із жодним параметром реакцій горювання.

Шкала самотності дає можливість дослідити ступінь переживання відчуженості та ізольованості суб'єкта у зв'язку із втратою близькості значущого об'єкта. За результатами дослідження встановлено, що переважна більшість, а саме 78 % опитаних респондентів, має середній рівень вираженості шкали самотності. Високий рівень вираженості шкали самотності спостерігається у 8 % опитаних, а низький – у 14 % респондентів. За результатами кореляційного аналізу нами встановлено, що самотність як суб'єктивне переживання має обернений взаємозв'язок із надійним типом прив'язаності ($r=-0,3111$; $p\leq 0,05$) та позитивний кореляційний зв'язок із надзалученим типом прив'язаності ($r=0,4782$; $p\leq 0,01$). На нашу думку, надзалучений тип прив'язаності посилює почуття самотності у зв'язку із прагненням до злиття із об'єктом, невпевненістю у собі та страхом бути

покинутим. Суб'єкт із надзалученим типом прив'язаності має негативне уявлення про себе та позитивне уявлення про іншого, йому притаманна низька самооцінка та схильність ідеалізувати іншого. Така людина відчуває гостру потребу у безпосередній присутності близької людини поруч, оскільки вона потребує опори, якої шукає в іншому. Надійний тип прив'язаності є основою для впевненості у собі та близьких, відкритості та довіри до інших, що знижує рівень суб'єктивного переживання самотності. Суб'єкт із надійним типом прив'язаності має достатньо внутрішніх опор, готовий до відповідальності, здатен піклуватися про себе та іншого, не схильний до соціальної ізоляції і пов'язаної із нею тривожності та депресії. Дослідження характерологічних особливостей респондентів дає можливість скласти уявлення про особистісні якості та риси характеру, які є невід'ємною складовою у структурі особистості та впливають на те, як суб'єкт взаємодіє у соціумі, будує близькі стосунки та реагує на різні життєві ситуації. П'ятифакторний особистісний опитувальник («Велика п'ятірка») дає певне уявлення про характерологічні ознаки на основі п'яти первинних факторів («Екстраверсія – інтроверсія», «Нейротизм - емоційна стійкість», «Відкритість новому досвіду – обмеженість», «Сумлінність – безтурботність», «Доброзичливість – ворожість»). За результатами дослідження у більшості респондентів зафіксовано високі показники кожного з основних факторів. Високий рівень вираженості параметру «Відкритість новому досвіду – обмеженість» спостерігається у переважній більшості респондентів (74 %). За цим же параметром зафіксовано 2 % респондентів із низьким рівнем вираженості, що означає, що для трьох чвертей опитаних властиві гнучкість, творчий підхід до вирішення задач і психологічна готовність до змін. На нашу думку, це сприяє ефективному відновленню у ситуаціях розриву стосунку. Емоційна стійкість відмічається лише у 4 % респондентів, а у переважній більшості опитаних (72 %) спостерігається високий рівень нейротизму. Такий розподіл свідчить про те,

що більшість респондентів схильні до реактивної поведінки у критичних ситуаціях та менш стресостійкі. Більше половини респондентів мають високі та середні показники сумлінності (54 % високий та 24 % середній рівень). Варто зазначити, що екстравертивна спрямованість спостерігається у 56 % опитаних, а інтроверсія більш виражена у 8 % респондентів. Також за результатами дослідження нами встановлено, що жоден з опитаних не виявив ознак ворожості, натомість його протилежний параметр – доброзичливість – має найбільшу вираженість серед опитаних (78 %). На нашу думку, такий розподіл свідчить про те, що респонденти в переважній більшості відрізняються доброзичливістю, схильні довіряти своєму оточенню і завжди готові прийти на допомогу. Позитивний взаємозв'язок зафіксовано між надійним типом прив'язаності та основним чинником «Екстраверсія – інтроверсія» ($r=0,3085$; $p\leq 0,05$). На нашу думку, для суб'єкта з надійним типом прив'язаності характерні ознаки екстраверсії, а саме товариськість, потреба в спілкуванні, відкритість та щирість. Таким людям легко встановлювати та підтримувати соціальні зв'язки, вони позитивно ставляться до себе та оточуючих, добре працюють у команді, але при цьому для них важливо зберігати свою автономність. Кореляційний аналіз також показав, що у нашої фокусної групи з віком відкритість новому досвіду зростає ($r=0,4123$; $p\leq 0,01$).

За результатами дослідження первинних факторів, з яких складаються основні чинники «Великої п'ятірки», було отримано наступні результати. За першим фактором «Екстраверсія – інтроверсія» у 66 % респондентів фіксується прагнення до домінування, в той час як підпорядкованість властива лише 3 % респондентів. Більше половини опитаних (52 %) мають високий рівень показників активності. Бажання проявляти себе має високий рівень вираженості у 54 % опитаних, а його протилежний фактор – уникнення почуття провини – виражений у 6 % респондентів. За результатами кореляційного аналізу встановлено позитивний зв'язок

надійного типу прив'язаності із фактором «прояв – почуття провини» ($r=0,3354$; $p\leq 0,05$). Як зазначалося вище, для надійного типу прив'язаності характерна відкритість та екстраверсія, які грають важливу роль у самовираженні та прояві особистості. Боязливий тип прив'язаності має обернений взаємозв'язок із факторами «комунікабельність – замкнутість» ($r=-0,3832$; $p\leq 0,01$) та «прояв – уникнення почуття провини» ($r=-0,3907$; $p\leq 0,01$). На нашу думку, чим більша вираженість боязливого типу прив'язаності, тим більше спостерігається тенденція до зниження комунікабельності, схильність до замкнутості та прагнення уникати таких негативних переживань, як почуття провини.

За первинним фактором «Прихильність – відокремленість» найбільше респондентів виявило високий рівень вираженості фактору «повага інших – самоповага» (84%). Середній рівень даного показника зафіксовано у 16 % опитаних, а низький – в жодного респондента. Дослідження показало, що високий рівень вираженості серед респондентів мають такі фактори як теплота (72 %), співробітництво (76 %) та розуміння (74 %), а їхні протилежні пари мають низькі показники (байдужість – 6 %, суперництво – 2% та нерозуміння – 4 % респондентів). Фактор «довірливість – підозрілість» має більш рівномірний розподіл, де високі показники зафіксовано у 40 % опитаних, а середні та низькі – у однакової кількості респондентів (по 30 %). Кореляційний аналіз показав обернений взаємозв'язок надзалученого типу прив'язаності із фактором «співробітництво – суперництво» ($r=-0,3047$; $p\leq 0,05$). На нашу думку, такий взаємозв'язок свідчить про невпевненість у собі, з якої випливає порівнювання себе з іншими в негативному ключі та страх втратити близькі стосунки через відчуття власної негідності. Обернений кореляційний зв'язок також виявлено між боязливим типом прив'язаності та фактором «довірливість – підозрілість» ($r=-0,3797$; $p\leq 0,01$).

Дослідження фактору «Самоконтроль – імпульсивність» виявило, що серед респондентів значно переважають високі показники первинних факторів даного основного фактору. Так високий рівень показників «відповідальність – безвідповідальність» має 84 % респондентів, «наполегливість – відсутність наполегливості» – 80 % респондентів, «передбачливість – безтурботність» – 78 % респондентів. Високий рівень вираженості факторів «акуратність – неакуратність» та «самоконтроль поведінки – імпульсивність» зафіксовано у 50 % опитаних. Зазначимо, що кореляційний аналіз не виявив взаємозв'язків типів прив'язаності із первинними факторами основного фактору «Самоконтроль – імпульсивність».

За фактором «Емоційна стійкість – емоційна нестійкість» зафіксовано високі показники фактору «тривожність – безтурботність» у 68 % опитаних, більш безтурботно себе почувають 12 % респондентів. Фактор «напруженість – розслабленість» має рівномірний розподіл низьких, середніх та високих показників – приблизно по третині респондентів, де дещо більше респондентів має високий рівень (36 %). Зазначимо також, що половина опитаних має високий показник депресивності (50 %). Більше половини респондентів має високий показник емоційної лабільності (52%) та чверть із них низький показник даного первинного фактору (22 %). За фактором «самокритика – самодостатність» у 38 % респондентів зафіксовано середній рівень вираженості показників, 28 % опитаних почуваються самодостатньо, а 34 % опитаних властива самокритичність. Кореляційний аналіз виявив позитивний взаємозв'язок надзалученого типу прив'язаності із такими первинними факторами як «тривожність – безтурботність» ($r=0,3262$; $p\leq 0,05$), «напруженість – розслабленість» ($r=0,3530$; $p\leq 0,05$), «депресивність – емоційна комфортність» ($r=0,3697$; $p\leq 0,01$) та «емоційна лабільність – емоційна стабільність» ($r=0,3767$; $p\leq 0,01$). На нашу думку, наведені кореляційні зв'язки характеризують осіб

із вираженим надзалученим типом прив'язаності як емоційно нестійких, схильних до депресії та тривожності, яким також властивий стан постійної психологічної напруги. Боязливий тип прив'язаності також корелює із факторами «напруженість – розслабленість» ($r=0,2851$; $p\leq 0,05$) та «депресивність – емоційна комфортність» ($r=0,3636$; $p\leq 0,01$). Проте, на відміну від надзалученого типу прив'язаності, для боязливого типу напруженість та депресивність виражаються в одночасному прагненні близьких стосунків та страху перед ними, а також із негативним уявленням про себе та іншого.

Аналіз результатів дослідження первинного фактору «Експресивність – практичність» показав, що 80% респондентів має високий рівень фактору «допитливість – реалістичність», натомість його низький рівень виявлено у 2% опитаних, а до консерватизму схильні 6% опитаних. Високий рівень чутливості зафіксовано у 70% респондентів, а нечутливість виявлено у 2% опитаних. Високий рівень артистичності притаманний 66% респондентів, а відсутність артистичності зафіксовано у 8% опитаних. На середньому рівні між пластичністю та ригідністю знаходяться 72% респондентів. Загалом переважна більшість опитаних має високий та середній рівень експресивності. Кореляційний аналіз показав позитивний взаємозв'язок надійного типу прив'язаності із фактором «сенситивність – нечутливість» ($r=0,3312$; $p\leq 0,05$). Для надійного типу прив'язаності притаманна чуйність та вміння співпереживати, такі суб'єкти добре розуміють свої потреби та потреби інших. Зазначимо, що обернений кореляційний зв'язок виявлено між боязливим типом прив'язаності та первинним фактором «пластичність – ригідність» ($r=0,3227$; $p\leq 0,05$). Оскільки для боязливого типу прив'язаності характерні недовіра та закритість, попри бажання мати близькі стосунки, такі особи важко змінюють свої переконання та звички, тому їм складно будувати надійні тривалі відносини.

Висновки. Емпіричне дослідження показало, що особливості прояву почуття прив'язаності дорослих в ситуаціях розлуки тісно пов'язані із типом прив'язаності особистості, який зазнає впливу таких соціально-психологічних чинників як досвід близьких стосунків, реакції горювання, суб'єктивне переживання самотності, а також характерологічні особливості індивіда. В залежності від типу прив'язаності – надійний, надзалучений, відсторонено-уникаючий або боязливий – суб'єкт обирає спосіб комунікації із зовнішнім світом, будує близькі стосунки, долає життєві труднощі, переживає втрату тощо.

Практична значущість досліджень даної проблематики полягає у можливості подальших розробок психотерапевтичних та підтримуючих заходів, спрямованих на корекцію типу прив'язаності, зменшення його негативного впливу на якість життя людини, покращення здібностей до адаптації у кризових ситуаціях.

Список використаної літератури

1. Балецька Л. М. Особливості дослідження феномену прив'язаності батьків та дітей. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія. Острог, 2016. Вип. 3. С. 18–26. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2016_3_4.
2. Бріш К. Г. Розлади прив'язаності від теорії до терапії: посібник. Львів, 2012. С. 12.
3. Бріш К. Г. Теорія прив'язаності від витоків до сучасності. Найновіші відкриття: доповідь на теоретико-практичному семінарі. 6–8 червня 2016 р. Львів.
4. Войтович М.В. Психологічні особливості горювання. Актуальні проблеми психології. Серія «Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія». 2019. № 19 (5). С. 10–23. URL:

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721340/1/Voitovich_M_V_2019_Psychological_features_of_the_grief_proc-1-14.pdf

5. Галушко С. М. «Прив'язаність» як науковий психологічний термін та особистісна характеристика. Проблеми сучасної психології. 2019. № 2. С. 21–28.
6. Крижановська З. Типи прив'язаності та їх корекція: метод рекомендації до проведення лабор. занять до вибіркової. навч. дисц. / уклад. Луцьк [б. в.], 2022. 26 с.
7. Крижановська З. Надійний тип прив'язаності як основа розвитку психічного здоров'я дитини. Сучасні психологічні тенденції підтримки та відновлення психічного здоров'я особистості: теорія та практика: тези доповідей II міжнарод. міждисциплінар. конференції. Харків, 2021. С. 52 – 54.
8. Кочарян О. С., Фролова Є. В., & Такмакова, М. Ю. Психометричне обґрунтування застосування методики «досвід близьких стосунків» для дослідження типу прихильності на українській вибірці. *Psychological Counseling and Psychotherapy*, (1-2), P.221-226. <https://doi.org/10.26565/2410-1249-2014-1-2-20>
9. Ainsworth M. D.S. Attachment: Retrospect and prospect. The place attachment in human behavior. New York, 1982.
10. Bowlby J. A Secure Base. London, Routledge. Behavioral Sciences; ed. 1. 2005. 224 p.
11. Chaika G. An individual's relatedness to other people and factors affecting it. *Psychological journal*. 2021. 7 (4), 9-17. <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.4.1>.
12. Neimeyer R. Терапія Горя, переклад та адаптація Зливков, В., Лукомська С. Київ, 2015. 259 с.