

УДК 159.92+159.942
DOI 10.24195/2414-4665-2022-4-8

Марія Казанжи,

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри загальної та диференціальної психології,
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8316-1288>

Юлія Вторнікова,

кандидат педагогічних наук, здобувачка II магістерського рівня,
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»,
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4997-655X>

УКРАЇНОМОВНА АДАПТАЦІЯ КОМПЛЕКСУ МЕТОДИК ДІАГНОСТИКИ ПРИВ'ЯЗАНІСТІ ОСОБИСТОСТІ

У статті обґрунтовано доцільність адаптації зарубіжних психодіагностичних методик на вимірювання типу прив'язаності особистості українською мовою, що викликано обмеженістю україномовних психодіагностичних інструментів. Це пов'язано з нестачею тестового матеріалу на українській мові, що особливо загострилося з початком війни в Україні. Уточнено, що адаптація зарубіжної методики є багаторівневим процесом, що вимагає не тільки перекладу на українську мову, а й перевірки психометричних властивостей репрезентативності, надійності, валідності та вірогідності отриманих результатів.

Автором теорії прив'язаності Джоном Боулбі прив'язаність визначено як провідний чинник, що впливає на якість та ефективність всіх стосунків, що встановлює людина у дорослому житті. Саме цей феномен є частим запитом клієнта у психологічному консультуванні та потребує всебічного аналізу, тому метою нашого дослідження стала україномовна адаптація комплексу методик, що націлені на діагностику типу прив'язаності особистості.

На першому етапі емпіричного дослідження було відібрано три методики: опитувальник «Досвід близьких стосунків» (Brennan, Clark, Shaver, 1998); методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (K.Bartholomew та L. Horowitz) та методика «Структура стосунків» (RS). На другому етапі було проведено опитування респондентів. Третій етап присвячено статистичній обробці отриманих даних та інтерпретації результатів дослідження. Визначено, що всі показники додатно корелюють між собою, що вказує на валідність та надійність адаптованих нами психодіагностичних інструментів. Застосування «тест-ретесту», що передбачало проведення повторного тестування через місяць, показало високу надійність всіх адаптованих методик.

Ключові слова: психодіагностика, прив'язаність, типи прив'язаності, особистість, психодіагностичний інструмент, надійність, валідність.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

У психології запорукою обґрунтованості висновків дослідження є використання високоефективних психодіагностичних інструментів. Останнім часом особливо відчувається брак вимірювальних інструментів, тестовий матеріал яких написаний українською мовою. Особливо відчутним нестача україномовних тестів стала після військового нападу росії на Україну, адже перелік психодіагностичних інструментів українською дуже обмежений, тому перед наукою стоїть актуальне завдання як розробки, так і адаптації зарубіжних/іншомовних психодіагностичних методик.

Такий запит відповідає вимогам:

1) суспільства, коли в індивідуальній чи груповій консультативній роботі принциповим для людини, яка прийшла за психологічною допомогою, є використання виключно україномовних психодіагностичних методик;

2) психологів-практиків, яким не вистачає для роботи методик із виявлення певних психологічних

характеристик, які є значущими для продуктивної життєдіяльності особистості, її особистісного зростання, підтримання психічного здоров'я тощо;

3) дослідників, які вивчають нові психічні явища чи факти об'єктивної дійсності, що потребує створення нових чи адаптації існуючих вимірювальних інструментів;

4) розвитку психології як науки, її долучення до світових та європейських психодіагностичних здобутків, що сприятиме збагаченню психологічних знань, розвитку психодіагностики, зокрема.

Варто зауважити, що адаптація зарубіжної/іншомовної методики полягає не тільки у простому перекладі на українську мову, а й потребує перевірки чи повторного огляду психометричних властивостей репрезентативності, надійності, валідності, вірогідності отриманих результатів. Таким чином, адаптація психодіагностичних інструментів є складним багатовступневим процесом, певною технологією з дотриманням умов та врахуванням багатьох фак-

торів, залученням відомостей з різних галузей психології тощо.

Зауважимо, що важливим елементом психологічного дослідження є, насамперед, теоретичне осмислення явища, яке вивчається, з розумінням того, що цей процес є далеким від завершення – і не тому, що рівень розвитку психологічної науки є недостатнім, а тому, що об'єкти дослідження є досить складними. Тож неоднозначність тлумачення психологічних характеристик, які вивчаються, наявність різновекторності підходів до їх дослідження, часто є перешкодами у розробці методів для їх діагностики (Чала, 2018: 9). Тому особливо цінними є психодіагностичні методики, які розроблено згідно з теоретичним конструктом, які пройшли перевірку на надійність та валідність, які апробовані багаторічним досвідом використання і які зарекомендували себе як дієві діагностичні методики.

Тож адаптація іншомовної методики, яка є «запозиченою, полягає не тільки у перевірці чи повторному огляді психометричних властивостей репрезентативності, надійності, валідності, вірогідності. Використання тесту здійснюється на основі різних методик, а процес тестування є змінним і адаптується до нових умов». Використання методик без проведення процедури адаптації спотворює отримані результати тестування. У процесі адаптації потрібно перевірити: внутрішню валідність (узгодженості індикаторів методики); стійкість результатів до ретесту; кореляти методики з суттєвим зовнішнім показником; існуючі тестові норми та їх відповідність після адаптації; специфіку взаємозв'язку шкал; валідність та надійність (Галаян, 2011). Відтак процес адаптації є складним та багатоступеневим і важливим фактором є адаптація інструментів, що діагностують соціально важливі психологічні характеристики, вивчення яких актуально з точки зору теорії та практики.

На думку особистості, є феномени, які пронизують життя людини, наповнюють його, їх присутність надає людині сенс та щастя. «Любов є рушійною силою людини, силою, яка руйнує стіни, що відокремлюють її від інших, силою, яка об'єднує її з іншими. Любов допомагає побороти людині відчуття відчуженості й самотності та водночас дозволяє бути собою, зберігати свою цілісність» – писав Еріх Фромм. Часто любов, особливо якщо людина є незрілою або ще дитиною, супроводжується почуттям прив'язаності (Фромм, 2017). Саме переживання прив'язаності, неможливість зрозуміти її специфіку та тип, але достеменно відчуваючи вплив на особисте та соціальне життя людини, є тією характеристикою, яка є частим запитом клієнта у психологічному консультуванні та потребує глибокого вивчення – тож адаптація україномовного комплексу методик діагностики прив'язаності є актуальним дослідницьким завданням.

Мета та завдання. Мета статті полягає у викладенні результатів апробації комплексу методик діагностики прив'язаності особистості, які було перекладено українською мовою.

Завдання дослідження:

1. Визначити комплекс методик діагностики прив'язаності особистості.

2. Перевірка надійності української версії психодіагностичних інструментів на неклінічній вибірці.

3. Перевірка валідності адаптованої української версії психодіагностичних інструментів на неклінічній вибірці.

Методи дослідження. Для проведення дослідження застосовано опитувальник «Досвід близьких стосунків» (Brennan, 1998), методику «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (Bartholomew, 1991) та методику «Структура стосунків» (Fraley, 2011).

Адаптація україномовного варіанту означених діагностичних інструментів, які володіють в англійській та російськомовному варіанті високими показниками надійності та валідності, проводилась із залученням 280 респондентів. Вибірку для адаптації склали студенти різних спеціальностей Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» та Міжнародного гуманітарного університету віком 18–35 років.

Спрямованість інструментів на вимірювання прив'язаності дозволяє використати їх в якості паралельних методик для встановлення психометричних характеристик апробованих опитувальників. Водночас через недоведену їх надійність та валідність у якості паралельних тестів також були використані російськомовні надійні та валідні психодіагностичні інструменти «Досвід близьких стосунків» (К.А. Brennan, R.C. Fraley, який був адаптований Т.В. Казанцевою), «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (К. Бартолом'ю, Л. Хоровітц в адаптації Т.В. Казанцевої). Дані російськомовні методики часто використовувалися у емпіричних дослідженнях, навіть пройшли апробацію на українській вибірці досліджуваних, але не перекладені, а наявний лише російськомовний варіант (Такмакова, 2016).

Результати та їх обговорення. Викладемо результати кореляційного зв'язку в таблицях.

Як видно з табл. 1, табл. 2 та табл. 3 всі показники додатно корелюють між собою, що вказує на валідність та надійність адаптованих нами психодіагностичних інструментів. Використання «тест-ретесту», яке передбачало проведення повторного тестування через місяць, показало високу надійність всіх адаптованих методик. Потрібно зауважити, що це також можна розглядати як показник високої прогностичної валідності адаптованих інструментів.

Окремо хочемо зупинитися на обговоренні параметру «генералізований показник прив'язаності» методики «Досвід близьких стосунків» (К. А. Brennan, R. C. Fraley), який є показником співвідношення ШкТр (шкала тривожності у відносинах прив'язаності) та ШкУнБл (шкала уникнення близькості у відносинах прив'язаності), поєднання яких утворює певний тип прив'язаності в континуумі від надійного типу уподобання до боязкого типу (Brennan, 1998), погляди на

Таблиця 1

**Результати перевірки на надійність та валідність адаптованого опитувальника
«Досвід близьких стосунків»**

Показники	ЗагПрив	ЗагПрив2	ГенПрив	ГенПок2	«Розщеплення навіпл»	«Тест-ретест»
ШкТр	655**	764**	775**	719**	553**	840**
ШкУнБл	489**	618**	518**	613**	612**	780**
ГенПок	548**	715**	784**	827**	538**	790**

Примітки: тут і надалі в межах статті: 1) «*» – « $p < 0,05$ »; «**» – « $p < 0,01$ », при наведенні коефіцієнтів кореляції нулі та коми не позначаються; 2) $n=280$; 3) умовні скорочення шкал: опитувальник «Досвід близьких стосунків»: ШкТр – шкала трижовності у відносинах прив'язаності; ШкУнБл – шкала уникнення близькості у відносинах прив'язаності; ГенПок – генералізований показник прив'язаності; ГенПок2 – генералізований показник прив'язаності (російськомовний варіант методики); 4) ГенПрив – генералізований показник прив'язаності (методика «Структура стосунків»); 5) ЗагПрив – показник прив'язаності (методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності»); ЗагПрив2 – показник прив'язаності (методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» – російськомовний варіант).

формування якого не є однозначними у першопочатковому та адаптованих російськомовних варіантах, адже саме за співвідношенням шкал, які його утворюють можна дати оцінку не тільки континууму, про який зазначили вище, а й типу прив'язаності. За результатами проведеного дослідження встановлено тісні додатні кореляції даного показника та інших параметрів прив'язаності, що свідчить про валідність цієї вимірювальної шкали.

Перейдемо до розгляду результатів перевірки психометричних параметрів методики «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності», застосування якої дозволяє встановлювати певні типи прив'язаності. Зокрема, Тип А – «надійний», або «безпечний» – характеризується позитивним поглядом на себе та інших (вважає себе гідним кохання, а партнерів – чуйними та надійними); тип В – «сверхзалучений», або «тривожно-суперечливий» – має негативне уявлення про себе та позитивне – про інших; тип С – «відсторонено-унікаючий» – має позитивну модель себе та негативну модель Іншого; тип D – «боязливий», або «обережний» – негативно ставиться і до себе, і до інших. К. Бартолом'ю передбачала, що, оскільки люди схильні до узгодже-

ного уявлення про себе та інших, тип А і тип D мають бути переважаючими (Bartholomew, 1991).

За типами прив'язаності результати були не настільки однотайні, водночас, «Розщеплення навіпл» та «Тест-ретест» показали результати 1% рівня значущості.

Перейдемо до наступного вимірювального інструмента, визначення та перевірки його психометричних характеристик. Йдеться про адаптовану нами методику «Структура стосунків». Це інструмент самооцінки, призначений для оцінки певних паттернів прив'язаності у різних близьких стосунках. Дев'ять тверджень методики використовуються для оцінки стилів прив'язаності щодо 4 об'єктів прив'язаності (до матері, батька, романтичного партнера та найкращого друга). Твердження розроблено таким чином, щоб їх можна було використовувати для різних об'єктів міжособистісних взаємин (не лише для романтичних стосунків), а також для різних вікових груп. У разі необхідності 9 тверджень можна використовувати для вимірювання лише одного типу стосунків, і, отже, цей інструмент може бути застосований як версія методики ECR-R («Досвід близьких стосунків»), але з 9 пунктів (Fraley, 2011).

Таблиця 2

**Результати перевірки на надійність та валідність адаптованої методики
«Самооцінка генералізованого типу прив'язаності»**

Показники	ГенПок	ГенПок2	ЗагПрив2	ГенПрив	«Розщеплення навіпл»	«Тест-ретест»
ЗагПрив	548**	612**	817**	672**	459**	0,79

Таблиця 3

Результати перевірки на надійність та валідність адаптованої методики «Структура стосунків»

Показники	ГенПок	ГенПок2	ЗагПрив	ЗагПрив2	Розщеплення	Тест-ретест
ПривМ	453**	453**	575**	429**	455**	0,83
ПривБ	344**	344**	438**	614**	622**	0,71
ПривРомП	130*	130*		412**	141*	0,89
ПривНДр	512**	512**	452**	527**	428**	0,85
ГенПрив	548**	548**	672**	715**	574**	0,90

Примітки: генералізовані показники: ПривМ – прив'язаність до матері, ПривБ – прив'язаність до батька, ПривРомП – прив'язаність до романтичного партнера, ПривНДр – прив'язаність до найкращого друга; ГенПрив – генералізований показник прив'язаності.

Отже, за результатами перевірки можна стверджувати надійність та валідність адаптованих інструментів.

Перевіримо внутрішню узгодженість показників всіх адаптованих нами тестів. Для цього визна-

чимо взаємозв'язки між показниками тесту (для кожного окремо). Результати див. в табл. 4, табл. 5 та табл. 6.

Додатні кореляції свідчать про єдність та односпрямованість показників методики.

Таблиця 4

Кореляційні співвідношення показників адаптованого опитувальника «Досвід близьких стосунків»

Показники досвіду близьких стосунків	Показники досвіду близьких стосунків			
	Шкала	ШкТр	ШкУнБл	ГенПок
	ШкТр	1	489**	669**
	ШкУнБл	489**	1	572**
	ГенПок	669**	572**	1

Таблиця 5

Кореляційні співвідношення показників адаптованого опитувальника «Структура стосунків»

Показники структури стосунків	Показники структури стосунків					
	Шкали	ПривМ	ПривБ	ПривРомП	ПривНДр	ГенПрив
	ПривМ	1	459**	318**	514**	672**
	ПривБ	459**	1	513**		554**
	ПривРомП	318**	513**	1	140*	412**
	ПривНДр	514**		140*	1	669**
	ГенПрив	672**	554**	412**	572**	1

Таблиця 6

Кореляційні співвідношення показників адаптованого опитувальника «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності»

Показники генералізованого типу прив'язаності	Показники генералізованого типу прив'язаності					
	Шкали	Тип А	Тип В	Тип С	Тип D	ЗагПрив
	Тип А	1	327**	273**		412**
	Тип В	327**	1		354**	295**
	Тип С	273**		1		258**
	Тип D		354**		1	293**
	ЗагПрив	412**	295**	258**	293**	1

Таблиця 7

Значення середнього та стандартного відхилення за шкалами комплексу методик діагностики прив'язаності особистості, тестові норми

Показники	Значення		Рівні		
	Середнє	Стандартне відхилення	Низький (0-25)	Середній (26-74)	Високий (75-100)
Показники досвіду близьких стосунків					
ШкТр	6,96	4,18	0-3	4-7	8-12
ШкУнБл	6,12	3,05	0-5	6-9	10-12
ГенПок	14,28	9,24	0-9	10-18	19-24
Показники генералізованого типу прив'язаності					
Тип А	3,12	1,93	1	2-6	7
Тип В	4,85	2,12	1-2	3-5	6-7
Тип С	2,98	2,10	1	2-4	5-7
Тип D	5,06	3,62	1-2	3-6	7
ЗагПрив	15,82	8,93	4-6	7-21	22-28
Показники структури стосунків					
ПривМ	5,48	4,23	0-3	4-7	8-9
ПривБ	4,21	2,18	0-1	2-6	7-9
ПривРомП	5,42	3,12	0-2	3-7	8-9
ПривНДр	5,32	2,37	0-2	3-7	8-9
ГенПрив	10,23	7,24	0-7	8-27	28-36

Перейдемо до розгляду кореляцій за методикою «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності».

Різноспрямовані вектори прив'язаності, які інколи є взаємовиключними, тим не менше, демонструють додатні кореляції із загальним рівнем прив'язаності (на рівні 1%), що є свідченням того, що незалежно від типу прив'язаності, який демонструє людина, його наявність продукує певний рівень прив'язаності загалом. Цікавими є кореляції різних типів прив'язаності між собою. Найбільшу кількість демонструють тип А та тип В.

Перевірка параметру нормальності розподілу показала невідповідність за всіма методиками вимогам нормальності, що стало підставою для проведення процедури нормалізації та переведення в стандартну шкалу.

Результати обчислення деяких первинних статистик та тестові норми наведемо нижче.

Висновки. Таким чином, комплекс перекладених та адаптованих методики щодо вимірювання різних аспектів прив'язаності особистості, серед яких: опитувальник «Досвід близьких стосунків» (Brennan, Clark, Shaver, 1998); методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (K. Bartholomew та L. Horowitz) та методика «Структура стосунків» (RS) за результатами здійсненої перевірки володіють задовільними психометричними характеристиками, є надійними та валідними психодіагностичними інструментами, що дозволяє їх використовувати як в психологічному дослідженні, так з практичною метою.

Область призначення тесту – для наукового дослідження, постановки психологічного діагнозу, проведення психологічної корекції. Адаптація українського варіанту проводилась на вибірці осіб молодого віку (18–35), тому психодіагностичні методики рекомендовані для досліджуваних цього віку, що не унеможливає їх застосування для осіб старшого/молодшого віку з урахуванням обмежень, які виникають, та необхідністю проведення процедури перевірки надійності та валідності з залученням відповідної вибірки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Галян І.М. Психодіагностика: навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2011. 464 с.
2. Такмакова М.Ю. Особливості стосунків психологічної інтимності у дівчат з різними типами прихильності : дис... канд. психол. наук : спец. 19.00.01. Харків, 2016. 197 с.

3. Фромм Е. Мистецтво любові. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2017. 192 с.

4. Чала Ю.М., Шахрайчук А.М. Психодіагностика : навчальний посібник. Харків : НТУ «ХПІ», 2018. 246 с.

5. Bartholomew, K., Horowitz, L. M. Attachment styles among young adults: A test of a fourcategory model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991. Vol. 61. P. 226–244.

6. Brennan, K.; Clark, C.; Shaver, P. Self-report measures of adult romantic attachment. In J. Simpson and W. Rholes. *Attachment Theory and Close Relationships*. New York : Guilford Press, 1998.

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

REFERENCES

1. Halian I.M. (2011). *Psychodiagnostyka: navchalnyi posibnyk*. [Psychodiagnostics: a study guide]. K.: Akademvydav. 464 s. [in Ukrainian].

2. Takmakova M.Iu. (2016). *Osoblyvosti stosunkiv psykhologichnoi intymnosti u divchat z riznyimi typamy prykhylnosti*. [Peculiarities of psychological intimacy relationships in girls with different types of attachment]. : dys. ... kand. psyhol. nauk: spets. 19.00.01. Kharkiv. 197 s. [in Ukrainian].

3. Fromm E. (2017). *Mystetstvo liubovi*. [The art of love]. Kharkiv: Klub Simeinoho Dozwillia. 192 s. [in Ukrainian].

4. Chala Yu.M., Shakhraichuk A.M. (2018). *Psychodiagnostyka: navchalnyi posibnyk*. [Psychodiagnostics: a study guide]. Kharkiv: NTU "KhPI". 246 s. [in Ukrainian].

5. Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a fourcategory model. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 61. P. 226–244.

6. Brennan, K.; Clark, C.; Shaver, P. (1998). Self-report measures of adult romantic attachment. In J. Simpson and W. Rholes. *Attachment Theory and Close Relationships*. New York: Guilford Press.

7. 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. *Psychological Assessment*. Vol. 23. P. 615–625.

Kazanzhy Mariia,

Doctor of Science in Psychology, Professor,
Professor of General and Differential Psychology Department,
The State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky",
26, Staroportofrankivska Str., Odesa, Ukraine
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8316-1288>

Vtornikova Yuliia,

Candidate of Pedagogical Sciences, 2nd-year Postgraduate Student,
The State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky",
26, Staroportofrankivska Str., Odesa, Ukraine
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4997-655X>

ADAPTATION OF THE COMPLEX OF METHODS FOR MEASURING PERSONALITY ATTACHMENT

The article founds the expediency of adapting foreign psychodiagnostic methods to measure the type of personality attachment into Ukrainian language, which is caused by the limitations of psychodiagnostic tools in Ukrainian. This is due to the lack of test materials in Ukrainian, that was really escalated with the beginning of the war in Ukraine. It is emphasized that the adaptation of foreign methods is a multi-level process that requires not only translation into Ukrainian, but also verification of the psychometric properties of representativeness, reliability, validity and reliability of the obtained results.

The author of the attachment theory, John Bowlby, defined attachment as the leading factor affecting the quality and effectiveness of all relationships established by a person in his/her adult life. This phenomenon is a frequent client's request in the psychological counseling and requires a comprehensive analysis, therefore the goal of our research is the Ukrainian-language adaptation of a complex of methods aimed at diagnosing the type of personality attachment.

At the first stage of the empirical research, three methods were selected: the questionnaire 'Experience in close relationships' (Brennan, Clark, Shaver, 1998); the technique 'Relationship Quality' (K. Bartholomew and L. Horowitz) and the technique 'Relationships Structure'. At the second stage, a survey of respondents was conducted. The third stage is devoted to the statistical processing of the obtained data and the interpretation of the research results. It was determined that all indicators are positively correlated with each other; that indicates the validity and reliability of the psychodiagnostic tools adapted by us. The use of 'test-retest', which involved re-testing after a month, stated high reliability of all the adapted methods.

Key words: psychodiagnosis, attachment, types of attachment, personality, psychodiagnostic tool, reliability, validity.

ДОДАТОК А

Опитувальник «Досвід близьких стосунків»

Згадайте, будь ласка, когось зі своїх близьких, кохану людину, родича чи друга і те, як складаються Ваші стосунки. Оцініть, чи відповідає кожне із наведених тверджень Вашим почуттям у цих відносинах. Напроти кожного твердження позначте, чи згодні Ви з тим, що воно є правильним для Вас, поставивши знаки (+) або (-) відповідно.

1. Якщо це необхідно, я завжди прийду на допомогу партнеру.
2. Я говорю своєму партнеру практично про все.
3. Коли у мене зав'язуються близькі стосунки, я стаю тривожним та неспокійним.
4. Мені стає не по собі, коли партнер хоче скоротити дистанцію між нами надто сильно.
5. Я боюся, що можу залишитись один.
6. Ми з моїм партнером дійсно розуміємо одне одного.
7. Я хочу бути ближчим зі своїм партнером, але щось у мені змушує триматися на відстані.
8. Мене вибиває з колії, якщо мій партнер не проводить зі мною багато часу.
9. Звернення до партнера не завжди допомагає мені, коли я відчуваю труднощі.

10. Мені часто хочеться, щоб його почуття до мене були такими ж сильними, як і мої до нього.

11. Коли мій партнер незадоволений мною, я втрачаю повагу до себе.

12. Мене засмучує, якщо партнера немає поруч у потрібний момент.

13. Я намагаюся не показувати партнерові, що відчуваю в глибині душі.

14. Якщо я не можу добитися уваги з боку партнера, я засмучуюсь або злюся.

15. Як тільки стосунки починають заходити надто далеко, мені хочеться трохи віддалитися.

16. Я часто переживаю через те, що можу втратити свого партнера.

17. Я намагаюся уникати зайвої близькості до партнера.

18. Мені часто хочеться стати з партнером єдиним цілим, повністю злитися з ним, що, можливо, відлякує його.

19. Мені легко відчувати свою залежність від партнера.

20. Я намагаюся не завантажувати партнера своїми проблемами.

21. Я волію зберігати кордони у відносинах із партнером.

22. Іноді я відчуваю, що змушую партнера показувати сильніші почуття та більше відданості.

23. Мій партнер нерідко змушує мене сумніватися у собі.

24. Мені важко бути відвертим зі своїм партнером.

25. Я багато хвилююся через свої стосунки.

26. Мені потрібно, щоб мій партнер постійно підтверджував свою любов до мене.

27. Я іноді боюся, що, познайомившись зі мною ближче, партнер може розчаруватись і відвернутися від мене.

28. Я можу вільно попросити у партнера допомоги, підтримки чи поради.

Методика є сучасною, адаптованою, і її можна застосовувати як окрему (основну) методику дослідження, так і в складі батареї методик. Тест містить 36 тверджень, які становлять дві шкали – шкалу тривожності у відносинах прив'язаності (тобто рівня впевненості чи невпевненості у надійності та чуйності значущої особи) та шкалу уникнення близькості у відносинах прив'язаності (тобто ступеня дискомфорту, що виникає при психологічному зближенні з іншою людиною та формування залежності від нього/неї). Остаточний варіант адаптованої методики містить 28 тверджень, 24 з яких складають дві рівноважні за кількістю пунктів шкали.

Шкала тривожності включає твердження 3, 5, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 22, 23, 25, 26. Загальна оцінка складається з суми позитивних відповідей, за кожен позитивну відповідь нараховується 1 бал, максимально можлива кількість балів – 12. Шкала уникнення близькості включає як прямі твердження – 4, 7, 9, 13, 15, 17, 20, 21, 24, 27 (підсумовуються позитивні відповіді), так і зворотні (підсумовуються негативні відповіді) – 2, 19.

Методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності»

1. Нижче наводиться характеристика чотирьох стилів взаємовідносин, які найчастіше описуються людьми. Поставте помітку навпроти літери, що означає той стиль, який підходить Вам найбільше або описує Вас якнайкраще.

_____ **А.** Мені приємно відчувати близькість та/або взаємозалежність: легко зближуватися з іншими людьми, відчувати свою залежність від них та їхню залежність від мене. Я рідко турбуюся про те, що мене можуть покинути або про те, що хтось може надто зблизитися зі мною.

_____ **В.** Я дуже потребую близькості: мені здається, що люди не хочуть зближуватися зі мною так, як того хотілося б мені. Я часто турбуюся про те, чи справді мій партнер любить мене і чи хоче залишатися зі мною. Я хочу повністю злитися з іншою людиною, і це бажання часом відлякує людей.

_____ **С.** Я можу обходитися без близьких емоційних стосунків; мені важливо відчувати свою свободу і самодостатність, тому я волю ні від кого не залежати сам і не викликати залежність від мене в інших.

_____ **Д.** Мені нелегко зближуватися з іншими людьми. Я хочу цього, але мені важко повністю покладатися на людей і залежати від когось. Я боюся, що якщо дозволю собі довіритися іншій людині, вона може мене поранити чи вразити.

2. Оцініть, будь ласка, наскільки кожен із описаних вище стилів взаємовідносин відповідає Вашому (за 7-бальною шкалою).

Вивчення генералізованого типу прив'язаності проводилося з використанням російськомовної версії методики К. Бартолом'ю та Л. Горовиця. Випро-

Стиль А

1	2	3	4	5	6	7
Повністю не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Нейтральний	Скоріше згоден	Згоден	Повністю згоден

Стиль В

1	2	3	4	5	6	7
Повністю не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Нейтральний	Скоріше згоден	Згоден	Повністю згоден

Стиль С

1	2	3	4	5	6	7
Повністю не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Нейтральний	Скоріше згоден	Згоден	Повністю згоден

Стиль Д

1	2	3	4	5	6	7
Повністю не згоден	Не згоден	Скоріше не згоден	Нейтральний	Скоріше згоден	Згоден	Повністю згоден

буваним пропонується співвіднести свій звичний тип відносин із чотирма прототипами (вибрати один, найбільш повно відповідний, а потім оцінити за 7-бальною шкалою ступінь виразності у себе кожного з них). Дослідник у результаті отримує якісні та кількісні показники типу прив'язаності.

В основу прототипів покладено два параметри, зазначених ще М. Ейнсворт – міжособистісна тривога (з приводу розлучення, заперечення або недостатнього кохання) та уникнення (близькість, залежність, емоційність). В інтерпретації Кім Бартолом'ю ці параметри є внутрішніми робочими моделями себе та Іншого. Вона запропонувала розглядати вимір тривоги як модель себе (негативну чи позитивну), а вимір уникнення – як модель Іншого (так само, негативну чи позитивну). Таким чином, чотири типи утворено шляхом поєднання цих двох параметрів.

Тип А – «надійний», або «безпечний» – характеризується позитивним поглядом на себе та інших (вважає себе гідним кохання, а партнерів – чуйними та надійними); тип В – «надзалучений», або «тривожно-суперечливий» – має негативне уявлення про себе та позитивне – про інших; тип С – «відсторонено-унікаючий» – має позитивну модель себе та негативну модель Іншого; тип D – «боязливий», або «обережний» – негативно ставиться і до себе, і до інших. К. Бартолом'ю передбачала, що, оскільки люди схильні до узгодженого уявлення про себе та інших, тип А і тип D мають бути переважаючими.

ДОДАТОК В

Методика «Структура стосунків»

Інструкція щодо проходження методики.

А. Будь ласка, дайте відповіді на наступні запитання стосовно вашої матері.

В. Будь ласка, дайте відповіді на наступні запитання стосовно вашого батька.

С. Будь ласка, дайте відповіді на наступні запитання стосовно вашого романтичного чи шлюбного партнера. Примітка: якщо ви зараз не перебуваєте у стосунках, дайте відповіді на ці запитання стосовно колишнього партнера або стосунків, до яких ви прагнете.

Д. Будь ласка, дайте відповіді на наступні запитання стосовно вашого найкращого друга.

Твердження.

1. Мені допомагає звернутися до цієї людини у скрутний час.

2. Я зазвичай обговорюю свої проблеми та хвилювання з цією людиною.

3. Я можу поговорити з цією людиною про що завгодно.

4. Мені легко залежати від цієї людини.

5. Мені незручно відкриватися цій людині.

6. Я вважаю за краще не показувати цій людині, що я відчуваю в глибині душі.

7. Я часто хвилююся, що ця людина насправді байдужа до мене.

8. Я боюся, що ця людина може залишити мене.

9. Я переживаю, що ця людина не любитиме мене так сильно, як я його/її.

Це інструмент самооцінки, призначений для оцінки певних паттернів прив'язаності у різних близьких стосунках. Дев'ять тверджень методики використовуються для оцінки стилів прив'язаності щодо 4 об'єктів прив'язаності (до матері, батька, романтичного партнера та найкращого друга). Твердження розроблено таким чином, щоб їх можна було використовувати для різних об'єктів міжособистісних взаємин (не лише для романтичних стосунків), а також для різних вікових груп. У разі необхідності, наведені 9 тверджень можна використовувати для вимірювання лише одного типу стосунків, і, отже, цей інструмент може бути застосований як версія методики ECR-R («Досвід близьких стосунків»), але з 9 пунктів.

Перша стаття, що репрезентувала дану методику, базувалася на глобальній сукупності індивідуальних балів реляційної області (Fraley, 2011). Повний звіт про методику був опублікований у науковому журналі Psychological Assessment. У цьому звіті обговорено розробку тверджень та визначено зв'язки між прив'язаністю до різних об'єктів міжособистісних взаємин (Fraley, 2011).

Методика містить дві шкали – *шкалу уникнення близькості* у стосунках прив'язаності та *шкалу тривожності* у стосунках прив'язаності, що обчислюються окремо для кожного з 4-х об'єктів прив'язаності – мати, батько, романтичний партнер, друг. Значення шкали уникнення близькості може бути обчислено шляхом усереднення відповідей на твердження 1-6, що включають зворотні твердження – 1, 2, 3 і 4. Значення шкали тривожності обчислюється шляхом усереднення відповідей на твердження 7-9. Ці дві шкали слід обчислювати окремо для кожного з 4-х об'єктів прив'язаності.

Щоб отримати загальну чи глобальну шкалу прив'язаності, слід обчислити середнє значення одержаних вище показників окремо для кожного з об'єктів прив'язаності. Так, генералізована шкала уникнення буде усередненим показником уникнення у відносинах з матір'ю, з батьком, з партнером і з другом. Подібним чином генералізована шкала тривожності буде усередненим показником тривожності у відносинах з матір'ю, з батьком, з партнером і з другом.

Подано до редакції 01.12.2022