

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗИНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

на тему: Особливості психологічного благополуччя у підлітків з різним  
типом прихильності

Студентки 4 курсу групи ЗПС-41  
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
освітньо-професійної програми «Психологія»  
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ

Штанської А. А.

Керівник: доц., к. психол. Н. Барінова Н. В.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання \_\_\_\_\_

Кількість балів \_\_\_\_\_

Члени комісії \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

м. Харків – 2024 рік

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНІВ «ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ» ТА «ТИП ПРИХИЛЬНОСТІ».....	5
1.1 Феномен «психологічного благополуччя». Підходи до вивчення психологічного благополуччя.....	5
1.2 Феномен «прихильність». Психологічні особливості різних типів прихильностей.....	10
1.3 Психологічна характеристика старшого підліткового віку (16-18 років).....	19
Висновки розділу 1.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СТАРШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ З РІЗНИМ ТИПОМ ПРИХИЛЬНОСТІ.....	24
2.1 Вибірка та методи дослідження.....	24
2.2 Результати емпіричного дослідження.....	26
2.2.1 Когнітивні особливості благополуччя в підлітків з різним типом прихильності.....	28
2.2.2 Особливості суб'єктивного благополуччя у підлітків з різним типом прихильності.....	33
2.2.3 Особливості психологічного здоров'я у підлітків.....	36
2.2.4 Особливості кореляційних зв'язків між параметрами психологічного благополуччя.....	38
Висновки до розділу 2.....	42
ВИСНОВКИ.....	45
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	47
АНОТАЦІЯ.....	51
ДОДАТКИ.....	52

## ВСТУП

**Актуальність.** Інтенсивна динаміка розвитку суспільства пред'являє значні очікування до особистісного та професійного потенціалу сучасної людини, тим самим нерідко ускладнюючи досягнення психологічного благополуччя. Як важливі ресурси, що протидіють повсякденному стресу, Л. Березовська виділяє психологічне благополуччя й задоволеність життям [2]. Л. Білецька та К. Бріш відзначають зростання інфантилізму, просторової дезорієнтації, матеріальної та функціональної залежності від батьків у сучасної молоді [1;4]. В основі теорії прихильності Дж. Боулбі лежить ідея про те, що прихильність до батьків або опікунів у ранньому дитинстві має важливе значення для формування здорових стосунків дорослої людини. Прихильність сприймається як основа для аналізу індивідуальних варіацій адаптації протягом усього життя [25].

На даний момент вивчено закономірності, особливості та детермінанти психологічного благополуччя. У відомих дослідженнях прихильність вивчалась як самостійний предмет, так і як критерій оцінки інших досліджень, проте питання психологічного благополуччя пов'язані з типом прихильності в підлітковому та юнацькому віці розглянуто недостатньо. Саме тому робота на тему: «Особливості психологічного благополуччя у підлітків з різним типом прихильності» є доволі актуальною в сучасному світі.

**Об'єкт дослідження:** психологічне благополуччя.

**Предмет дослідження:** особливості психологічного благополуччя в підлітків з різним типом прихильності.

**Мета дослідження:** дослідити особливості психологічного благополуччя в старших підлітків з різним типом прихильності.

**Гіпотеза дослідження:** тип прихильності є чинником, що забезпечує психологічне здоров'я, а саме, здоровий (надійний) тип прихильності забезпечує високий рівень психологічного благополуччя.

**Для вирішення поставленої мети було висунуто такі задачі:**

1. Надати теоретичний аналіз феноменів «психологічне благополуччя» та «тип прихильності».
2. Визначити когнітивні особливості психологічного благополуччя з різним типом прихильності.
3. Визначити суб'єктивне благополуччя в підлітків з різним типом прихильності.
4. Визначити особливості психологічного здоров'я в підлітків з різним типом прихильності.
5. Визначити особливості кореляційних зв'язків між параметрами психологічного благополуччя.

**Методи дослідження:** у дослідженні використовувався наступний комплекс методів: тестування, методи математико-статистичної обробки даних. Статистична обробка даних дослідження проводилася комп'ютерним методом з використанням SPSS Statistics 22.0 ( $\chi$  та  $\sigma$  і коефіцієнт кореляції  $r$ -Пірсона). Для дослідження особливостей психологічного благополуччя та типу прихильності було використано такі методики: Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» (BBC-SWB) (P. Pontin, M. Schwannauer, S. Tai & M. Kinderman) (адаптація Л. М. Карамушки, К. В. Терещенко, О. В. Креденцер); Методика «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)» (О. Калюк, О. Савченко); Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (MHCSF-UA); Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсон.

Характеристика вибірки: цільовою аудиторією дослідження були старші підлітки в кількості 73 особи. Середній вік досліджуваних 16-18 років, серед них 61 дівчина та 12 хлопців. Дослідження проводилося шляхом анонімного інтернет-опитування за посиланням з описом дослідження. Респондентам пропонувалося заповнювати електронну Google-форму, до кожної методики додавалася інструкція. Заповненням і надсиланням електронної форми підтверджувалася добровільна згода на участь у дослідженні.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНОВ «ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ» ТА «ТИП ПРИХИЛЬНОСТІ»

#### **1.1. Феномен «психологічне благополуччя». Підходи до вивчення психологічного благополуччя**

Благополуччя є предметом дослідження багатьох наук (психології, соціології, філософії, економіки, екології та ін.). Проте питанням внутрішнього благополуччя, щастя людини займається психологія. Психологічне благополуччя – інтегральний системний стан людини чи групи, що є складним взаємозв'язком фізичних, психологічних, культурних, соціальних і духовних факторів і відбиває сприйняття й оцінку людиною своєї самореалізації з погляду піку потенціальних можливостей [7]. Психологічне благополуччя в роботах зарубіжних й українських психологів як набута в процесі життєдіяльності якість, що передбачає активність суб'єкта.

На даний момент вивчено закономірності психологічного благополуччя, пов'язані з віком (І.С. Горбаль, В.А. Дяченко), статтю (І.С. Горбаль) та культурною приналежністю (S.C. Hunter, S. Houghton, L. Wood), з типами прихильностей в дитячому віці (Bowlby J.), а також продовжуються дослідження з визначення особливостей та детермінант психологічного благополуччя (І.В. Кряж, М.Ю. Такмакова, С.Д. Fisher).

Актуалізації інтересу до проблеми благополуччя людини сприяла позитивна психологія як напрям, який займається вивченням того, що допомагає людині жити краще та запобігає серйозним порушенням. Спочатку в цій проблематиці центральним було поняття щастя, яке, на думку М. Селігмана, втратило свій сенс через надмірне використання, і на зміну йому прийшло поняття благополуччя. Так, благополуччя стало основним предметом позитивної психології. М. Селігман вважає, що різниця між

щастям і благополуччям у тому, що благополуччя є конструктором, що означає неможливість виміряти його безпосередньо, потрібно визначити ознаки та критерії, якими його можна оцінити. Т. Кашдан та М. Штегер описали у своїй книзі в розділі «Від одержимості щастям до багатовимірної матриці благополуччя» розглянули цей перехід. Вони також звертають увагу на зниження інтересу до щастя як до характеристики, що, на їхню думку, відображає правильність проживання життєвого шляху. Натомість благополуччя передбачає більш ширший підхід, який охоплює низку різноманітних аспектів, таких як життєва мета, усвідомленість, гнучкість, компетентність тощо [35].

У психології проблема розуміння та аспектів психологічного благополуччя отримала свій розвиток з виходу в 1969 році роботи Н. Бредберна «Структура психологічного благополуччя» [26]. Н. Бредберн заклав теоретичні основи поняття психологічного благополуччя, розмежувавши його з психологічним здоров'ям і співвіднівши з відчуттям щастя та загальною задоволеністю життям. На думку Бредберна, психологічне благополуччя відбивається через континуум «хвороба - здоров'я» і може бути описане за допомогою термінів, що характеризують стан щастя або нещастя, а також суб'єктивні переживання задоволеності чи незадоволеності життям.

Модель психологічного благополуччя в дослідженнях Н. Бредберна є балансом, який досягається постійною взаємодією позитивного та негативного ефекту. Події людського життя, які несуть радість та відчуття щастя, підвищують негативний ефект. Різниця між цими ефектами є показником психологічного благополуччя та відображає переживання задоволеності життям. Отже, коли позитивні емоції переважають над негативними, людина відчуває щастя і задоволення, що веде до високого рівня психологічного благополуччя. І навпаки, коли негативні переживання переважають над позитивними, людина відчувається нещасливою і

незадоволеною, що знижує її психологічне благополуччя. Важливим положенням теорії Н. Бредберна є те, що позитивний і негативний ефект не взаємопов'язані один з одним: маючи дані про стан позитивного ефекту, ми не знаємо, чи є негативний ефект більшим, меншим чи рівним позитивному [26].

Зростання інтересу до проблеми психологічного благополуччя в сучасній науці пов'язують із розвитком позитивної психології. Основоположник позитивної психології Мартін Селігман виділяв суб'єктивне відчуття щастя і загальної задоволеності, позитивні риси особистості та позитивні соціальні структури та явища як основні об'єкти вивчення даного напрямку в психології [39].

Варто також звернути увагу на теорію самодетермінації Р. Райана та Е. Дейзі. Ключовим поняттям цієї теорії є особистісне благополуччя з його базовими психологічними потребами – потребами в автономії, компетентності, зв'язку з іншими. У цій теорії автономія означає сприйняття своєї поведінки як узгодженої з внутрішніми цінностями та бажаннями особистості. Автономія ґрунтується на підтримці та відсутності контролю з боку інших людей. Потреба в компетентності відображає прагнення впливати на своє оточення та діяти ефективно; вона підтримується середовищем, яке ставить перед людиною завдання оптимального рівня складності й надає позитивний зворотний зв'язок. Потреба в зв'язку з іншими полягає в прагненні до близькості з іншими людьми й розвивається, коли людина отримує тепло й турботу від оточуючих. Задоволення цих потреб безпосередньо пов'язано з актуальним соціальним підтекстом: якщо він сприяє задоволенню потреб, то рівень благополуччя підвищується, якщо ні, то рівень благополуччя знижується [28; 29].

Р. Райан та Е. Дейзі співвідносили свою теорію із запропонованою К. Ріфф, акцентуючи увагу на схожості трактування благополуччя: функціонування людини як особистості, а не отримання задоволення. Інша подібність полягає в значущості для благополуччя автономії, компетентності

та пов'язаності з іншими людьми. Відмінність у підходах виявляється в тому, що в теорії К. Ріфф виділено 6 компонентів, що утворюють психологічне благополуччя, тоді як і теорії самодетермінації, автономність, компетентність і позитивні відносини передбачаються як його передумови [37].

Р. Райан та Е. Дейзі запропонували розглядати психологічне благополуччя людини з позиції двох підходів: гедоністичного та евдемонічного [38]. До гедоністичного підходу належать теорії, у яких психологічний добробут характеризується афективним переживанням, що відображає стан «задоволеності-невдоволення», «задоволення-невдоволення», і ґрунтується на балансі позитивного та негативного ефекту, співвідношенні позитивних та негативних емоцій. Ключовим поняттям для цього підходу є «суб'єктивне благополуччя», яке включає емоційний та когнітивний аспекти. Гедоністичний підхід піддавався критиці через те, що позитивні та негативні емоції можуть бути незалежними одна від одної. Іншою підставою для критики стало положення про те, що чим більше людина споживає задоволень, тим більша їхня інтенсивність потрібна для задоволення надалі. Це призводить до уникнення звичайного перебігу життя, потреби в отриманні нових і сильніших емоцій, вражень та стосунків [38].

Автор, який запропонував відмінну від попередніх теорію психологічного благополуччя,- К. Ріфф. Її теорія продовжує традиції, закладені Н. Бредберном, але при цьому критично переглядає цей підхід до психологічного благополуччя як балансу позитивного та негативного ефекту. К. Ріфф, вважаючи, що гедоністична орієнтація психологічного благополуччя страждає на обмеженість, створює власну теорію, яка будується на основі концепцій, що стосуються позитивного функціонування людини (теорії А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К. Г. Юнга, Еге. Еріксона, Ш. Бюлер, М. Яходи та ін). Цей підхід дозволив описати шість основних компонентів психологічного благополуччя: самоприйняття, позитивні стосунки з оточуючими, автономія, управління докільям, мета життя, особистісне

зростання [37]. К. Ріфф зазначає, що запропоновані компоненти психологічного благополуччя пов'язані з різними теоріями, які стосуються позитивного функціонування особистості. Зокрема, самоприйняття співвідноситься не лише з такими поняттями, як «самоповага» і «самоприйняття», розробленими А. Маслоу, К. Роджерсом, Г. Олпортом і М. Яходою, а й включає визнання людиною своїх переваг і недоліків. Це також узгоджується з концепцією індивідуації К. Г. Юнга та включає позитивну (переважно) оцінку свого минулого, яку Е. Еріксон описав як частину процесу его-інтеграції [37]. Ця теорія стала основою оригінального методу психотерапії – терапії благополуччя (well-being therapy). На цей час методика The scales of psychological well-being (Шкала психологічного благополуччя) отримала визнання та інтегрувалася в різні напрями досліджень. На даний момент вивчено закономірності психологічного благополуччя, пов'язані з віком, статтю та культурною приналежністю, а також продовжуються дослідження з визначення особливостей та детермінант психологічного благополуччя.

В особистісній сфері людина внутрішньо пов'язана зі своєю метою, життєвими смислами, цінностями. У нашому дослідженні психологічне благополуччя як ключовий показник гармонії індивіда із зовнішнім середовищем поєднує різні аспекти життя людини, а прихильність сприймається як основа для аналізу індивідуальних варіацій адаптації протягом усього життя. Тому у вступному розділі розглянемо поняття прихильності і її типи.

## **1.2. Феномен «прихильність». Психологічні особливості різних типів прихильностей**

Теорія прихильності була розроблена в 50-60-ті р.р. ХХ ст. англійським психіатром та психоаналітиком Дж. Боулбі. Ця теорія ґрунтувалася на

концепціях етології, кібернетики, теорії систем, психології розвитку та психоаналізу й стосувалася причин формування емоційного зв'язку між немовлям та матір'ю. У її основі лежить ідея про те, що прихильність до батьків або опікунів у ранньому дитинстві має важливе значення для формування здорових стосунків дорослої людини. Дж. Боулбі висунув припущення, що в ході взаємодії з іншими людьми та навколишнім світом індивід формує робочі моделі ключових аспектів цього світу. Ці моделі служать основою для сприйняття та інтерпретації різноманітних подій [3]. Прихильність сприймається як основа для аналізу індивідуальних варіацій адаптації протягом усього життя. Психологічне благополуччя як ключовий показник гармонії індивіда із зовнішнім середовищем поєднує різні аспекти життя людини. Оцінка психологічного благополуччя може бути заснована на трьох індикаторах: виразність загальної задоволеності життям; оцінки якості життя; рівня проблем екстернального та інтернального спектру [25].

У відомих дослідженнях прихильність вивчалася як самостійний об'єкт дослідження, а також використовувалася як критерій оцінки в інших дослідженнях. Останні роботи на цю тему можна знайти у таких авторів: як самостійний об'єкт, прихильність досліджувалась у таких напрямках, як: К. Г. Бріш, Г. В. Чайка – критичний погляд на роботи іноземних авторів [4; 20]; Л. М. Балецька, М. Ейнсворт – прихильність дітей раннього віку до матері [1; 21]; Б. Т. Дем'яненко, Н. В. Бойко, Л. Ю. Качур, J. Fisher – порівняння концепту «прихильність» до інших психологічних утворень [10; 31]; Л. М. Балецька, R. S. Weiss – різновікові періоди прихильності [1; 40]; I. С. Горбаль, Сьюзан М. Джонсон, Е. Чен, К. Brennan та ін., R. Knight – прихильність як причина чи фактор формування окремих якостей психіки дитини, успішності її соціалізації; вивчення прихильності дорослої людини [9; 19; 21; 27; 36]; К. Г. Бріш, М. Сьюзан, Енні Чен – розлади прихильності [4; 18; 20]; Б. Т. Гібсон, Б. Т. Дем'яненко, Н. В. Бойко, Л. Ю. Качур, George С. Salomon J. – прихильність включена в контекст досліджень емоційного розвитку дітей [8; 10; 32].

У визначенні прихильності як психологічного феномена досі немає однозначності. Часто в одному ряду з цим поняттям стоять такі поняття як залежність, адикція, пристрасний потяг, емоційний потяг, симбіотичний зв'язок, симпатія, імпринтинг, афіліація, катексис об'єкта, звичка, відданість, дружба, кохання тощо. У нашій роботі ми дотримуватимемося визначення поняття прихильність, дане М. Ейнсворт, американо-канадським психологом, послідовником Дж. Боулбі: «різновид афективного зв'язку, у якому центральна фігура сприймається як безпечна основа для дослідження навколишнього світу» [22, С. 17]. Афективний зв'язок при цьому – це «відносно довготривалий, стійкий зв'язок, партнер у якому важливий як унікальна особистість і не замінний ніким іншим» [22, С. 22].

Сучасні дослідження показують, що «система прихильності є первинною генетично закріпленою мотиваційною системою, яка активується відразу після народження, при першому контакті новонародженого з матір'ю і виконує функцію забезпечення дитині материнської турботи, що гарантує виживання» [1, С. 7].

Дж. Боулбі описував систему прихильності як мотиваційно-контролюючу систему. Яка має на меті підвищення безпеки та почуття захищеності в дитинстві та ранньому дитинстві через взаємини дитини з об'єктом прихильності (матір'ю або іншою особою, що доглядає дитину). Спостережливі елементи цієї системи, такі як плач, заклик, дослідницька діяльність і чіпляння, свідчать про її активацію [3].

Система прихильності активується в ситуаціях небезпеки, стресу або новизни, сприяючи встановленню та підтриманню контакту й близькості з об'єктом прихильності. Об'єкт прихильності забезпечує відчуття захисту та підтримки завдяки своїй доступності, чуйності та здатності надавати втіху в складних обставинах. Наявність доступної й чуйної матері, яка дозволяє їй з упевненістю досліджувати навколишнє середовище, формуючи уявлення про те, що мати завжди буде поруч у разі потреби [1].

Дж. Боулбі виділив чотири стадії розвитку поведінки прихильності:

- 1) недиференційована реакція на соціальні стимули;
- 2) спрямована реакція на одного або кількох людей;
- 3) виникнення поведінки з урахуванням бази безпеки;
- 4) трансформація поведінки на основі бази безпеки в партнерські відносини з батьком [3, С. 67].

Найбільш повно характеристики відносин уподобання сформульовані в роботах Р. Вейсса, одного з послідовників Дж. Боулбі, який визначив, що відносини уподобання характеризують такі особливості:

- 1) пошук близькості (спроба залишатися в зоні захищеності, причому в ситуації загрози зона захищеності скорочується);
- 2) безпечний тил (присутність фігури прихильності підживлює почуття безпеки та сприяє дослідній діяльності);
- 3) протест при розлуці (імовірність недоступності фігури прихильності веде до протесту та спроб уникнути розлуки);
- 4) посилення в ситуації загрози (у стані тривоги індивід виявляє почуття уподобання та спрямовує свою активність на постаті прихильності);
- 5) специфічність (неможливість замінити об'єкт прихильності іншими людьми, навіть за еквівалентної якості турботи та уваги);
- 6) недоступність для свідомого управління (почуття прихильності та протест розлучення тривають навіть після остаточного розставання (наприклад, смерті));
- 7) стійкість (прихильність не слабшає від звикання; розлука викликає тугу, яка дуже повільно вщухає й не проходить остаточно, перетворюючись згодом на переживання втрати);
- 8) нечутливість до поведінки об'єкта уподобання (прихильність зберігається навіть при жорстокій поведінці об'єкта уподобання. Це може призвести до зв'язку почуття уподобання з гнівом і недовірою і, у свою чергу, до конфлікту) [40, С. 177].

Одне з центральних положень теорії прихильності свідчить, що ранні відносини дитини з одним із батьків є прототипами наступних відносин із

значно ближчими людьми. Іншими словами, стабільність дитячо-батьківської взаємодії сприяє формуванню системи прихильності. Ця система, відображаючись в особистісних характеристиках людини, згодом впливає на структуру її сім'ї та передачу сімейних сценаріїв з покоління в покоління [3].

Уперше стилі прихильності дитини до матері описала М. Ейнсворт. Завдяки розробленій нею процедурі «Незнайома ситуація» («Ситуація з незнайомим дорослим») [22] їй вдалося експериментально виділити три стилі уподобання: надійний, ненадійний/унікаючий і ненадійний амбівалентний/тривожний. Вважається, що індивідуальні відмінності в поведінці прихильності значною мірою визначаються поведінкою об'єкта прихильності (а не характеристики дитини, такими як темперамент). Типи прихильності загалом поділяються на безпечні та небезпечні залежно від того, наскільки задовольняється потреба немовляти в безпеці.

Безпечна прихильність проявляється в тому, що немовля шукає й отримує захист, підтримку та заспокоєння в ситуації стресу, що дозволяє йому впевнено досліджувати навколишній світ завдяки доступності та чуйності матері. Небезпечна прихильність виникає, коли поведінка дитини натрапляє на відкидання, непослідовність або навіть загрозу з боку об'єкта прихильності. Це породжує у дитини тривогу та невпевненість у доступності матері під час проблемних ситуацій. У відповідь дитина адаптує свою поведінку до взаємодії з матір'ю, розробляючи стратегічні моделі прихильності. Наприклад, у дітей, чиї спроби привернути увагу постійно відхиляються, формується унікальна прихильність: у стресових ситуаціях вони уникають контакту (навіть візуального) з матір'ю, щоб зменшити прояви стресу та уникнути подальшого відкидання. Амбівалентна прихильність, навпаки, характеризується посиленням поведінки прихильності, що пов'язано з непослідовністю реакцій матері [3].

Спостереження за взаємодією дитини з матір'ю в домашніх умовах дозволили визначити основні аспекти материнського ставлення: чутливість до потреб дитини; прийняття (сприйняття дитини як цінності);

кооперативність (утримання від надмірного втручання) та підтримку (замість ігнорування). Безпечний тип прихильності формується за умови наявності всіх цих характеристик. Унікаючий тип виникає при їх відсутності, тоді як амбівалентний тип розвивається у відповідь на суперечливе материнське ставлення.

Саме ця трикомпонентна модель стилів прихильності М. Ейнсворт була взята за основу К. Хейзен і Ф. Шейвер [33] при розробці ними моделі діагностики прихильності у дорослих. Вони припустили, що дана модель може описувати спосіб думок, почуття та поведінку дорослих людей у відносинах прихильності. Вчені висунули кілька важливих припущень щодо системи прихильності:

1) Емоційна та поведінкова динаміка у відносинах між немовлям і матір'ю, а також між дорослими партнерами регулюється однією й тією ж біологічною системою. Система прихильності забезпечує фізичну чи психологічну близькість: немовля відчуває себе захищеним поруч із матір'ю, а дорослий – поруч із доступним і чуйним партнером. У дорослих партнер стає «безпечним тилом», що підтримує під час освоєння нового, творчих проєктів, роботи чи відпочинку. У стані стресу, хвороби чи страху партнер надає захист, підтримку й комфорт. Паралелі між стосунками немовляти й матері та дорослими партнерами включають контакти «віч-на-віч», обмін досвідом, використання ніжних слів і тонів.

2) Індивідуальні відмінності, що спостерігаються у відносинах немовляти й матері, аналогічні тим, що спостерігаються в дорослих парах.

3) Індивідуальні відмінності в поведінкових компонентах прихильності в дорослих відображають їхні очікування та переконання щодо себе та взаємовідносин з близькими.

4) Романтична любов включає три взаємодіючі компоненти: прихильність, турботу та секс. На відміну від дитячо-батьківських зв'язків, де мати піклується у відповідь на поведінкові прояви прихильності дитини, у довгострокових відносинах дорослих людей неможливо відокремити

прихильність від турботи, оскільки ролі того, хто потребує турботи (суб'єкта прихильності) і надає її (об'єкта прихильності) у романтичних партнерів часто змінюються. Хоча прихильність і сексуальність регулюються різними системами, вони взаємно впливають одна на одну. Наприклад, людина може обрати стратегію сексуальної поведінки (наприклад, випадкові зв'язки), щоб уникнути розвитку глибокої емоційної прихильності.

Однак така трикомпонентна класифікація зазнала критики деяких дослідників. Так, К. Бартолом'ю [24] зауважила, що уникаючий стиль прихильності розпадається на два різні типи, які вона назвала відстороненим і боязким. Автор стверджує, що люди набувають боязкого стилю прихильності у відносинах, коли прагнуть запобігти відкиданню з боку партнера й біль, який він може їм заподіяти. Відсторонений стиль є способом збереження незалежності та самодостатності, по суті є захисним.

Таким чином, у результаті досліджень К. Бартолом'ю було виділено чотири стилі прихильності, засновані на уявленні про те, що в результаті взаємодії дитини з матір'ю у дитини формуються так звані «внутрішні операційні моделі», або «робочі моделі», які є когнітивними репрезентаціями. Себе (чи є я людиною, яка може розраховувати на допомогу та турботу з боку оточуючих і, зокрема, об'єкта прихильності) та Іншого (чи є об'єкт прихильності людиною, яка загалом відповідає на заклики про допомогу та підтримку), і надалі використовуються для інтерпретації міособистісних відносин:

- 1) люди з позитивною моделлю себе та інших характеризуються надійним стилем прихильності: вони сприймають себе гідними любові та поваги, а інших людей вважають чуйними та уважними;
- 2) люди з негативною моделлю себе та позитивною моделлю інших орієнтуються на інших і тому виявляються прилипливими;
- 3) люди з позитивною моделлю себе та негативною моделлю інших орієнтуються на себе і тому байдужі;
- 4) люди з негативною моделлю себе та інших – боязкі [23, С. 232].

У 1998 р. проведено факторний аналіз усіх існуючих на той момент шкал, унаслідок чого було виявлено, що всі стилі прихильності можуть бути зведені до двох ортогональних вимірів: тривожності (побоювання розлуки, розставання, нестачі кохання) та уникнення (страх близькості, залежності, Відкритого вираження почуттів) [27].

Таким чином, спираючись на моделі, описані в дослідженнях К. Хейзен і Ф. Шейвер [33], К. Бреннан та ін [27], і К. Бартолом'ю [24], стилі прихильності можна описати у вигляді двовимірної моделі (Рис. 1.1.):



Рис.1.1. Модель індивідуальних відмінностей у дорослому уподобанні.

Основоположниками теорії уподобання стали Джон Боулбі та Мері Ейнсворт, які відкрили світові три основні типи уподобань: надійний, тривожний і уникаючий. Розглядаючи детальніше характеристику прив'язаності, згідно теорії Дж. Боулбі виділив дві протилежні тенденції:

- 1) прагнення до пізнання зовнішнього світу, ризикувати та стикатися з невідомим;
- 2) прагнення до захисту та безпеки [3].

Перша тенденція відділяє дитину від матері до нових вражень, тоді як друга спонукає повернутися до матері для отримання підтримки. Ці дві тенденції взаємопов'язані та взаємозалежні. Якість прив'язаності значно впливає на подальший розвиток пізнавальних і комунікативних здібностей дитини.

На основі цих тенденцій М. Ейнсворт у своїх дослідженнях визначала три типи прив'язаності [22]:

1) Надійний тип прихильності характеризується здатністю формувати безпечні та теплі стосунки з іншими. Люди з надійним типом прихильності довіряють іншим, здатні любити й приймати кохання та можуть відносно легко зближуватися з іншими. Вони не бояться близькості і не впадають у паніку, коли їхнім партнерам потрібно усамітнитися, провести час окремо чи мати особистий простір. Вони можуть дозволити собі залежати від інших, не стаючи повністю залежними. За даними дослідження соціальних психологів Сінді Хазан та Філіпа Шейвера, проведеного в 1980-х роках, близько 56% дорослих мають безпечний тип прихильності [33].

2) Тривожний тип прихильності – це форма ненадійного стилю уподобання, що характеризується сильним страхом бути покинутим. Люди з тривожною прихильністю, як правило, дуже сумніваються у своїх відносинах, часто турбуючись про те, що партнер залишить їх і тому шукають уваги та запевнень, що їх не покинуть. Тривожна прихильність проявляється в «потрібній поведінці», прилипливості, нав'язливості, коли партнер віддаляється або виявляє недостатньо турботи. Згідно з дослідженнями, близько 19% дорослих мають тривожний тип прихильності [33].

3) Уникаючий тип прихильності – це форма ненадійного стилю прихильності, що характеризується страхом близькості. Людям з уникаючим типом прихильності, як правило, важко зближуватися з іншими або довіряти їм. У них може виникати відчуття, що стосунки їх душать та обмежують. Вони намагаються триматися на деякій відстані від своїх партнерів або бути емоційно відстороненими. Схильні бути незалежними та покладатися лише на себе. Близько 25% дорослих мають унікальний тип уподобання [33].

Деякі дослідники виділяють також четвертий тип, дезорганізовану прив'язаність, яка в різних авторів може мати різний зміст, але зазвичай є одним варіантом одного з наведених вище типів. Цей тип спостерігається у дітей, чиї матері страждали від депресії, у ситуаціях жорстокого поводження або в шизоїдних сім'ях. Діти з дезорганізованою прив'язаністю демонстрували дуже різноманітну поведінку. Часто їм був властивий дитячий аутизм.

4) Тривожно-унікаючий тип прихильності є поєднанням тривожного й унікаючого стилів прихильності. Люди з цим типом відчайдушно прагнуть любові й хочуть уникнути її за всяку ціну. Вони не хочуть розвивати близькі романтичні відносини, але водночас відчують гостру потребу почуватися улюбленими іншими. Тривожно-унікаючий тип прихильності також відомий як дезорганізований тип прихильності, він відносно рідкісний і недостатньо вивчений. Відомо, що він пов'язаний із значними психологічними ризиками, проблемами у відносинах та труднощами в регуляції емоцій. За даними таких 3-5% дорослих людей [33].

Прихильність як здатність формувати тривалі близькі відносини, забезпечує захищеність та підтримку на всіх вікових етапах, звільняє від тривоги та напруження, безпосередньо впливає на добробут та здоров'я. Тому в наступному розділі ми розглянемо психологічні особливості осіб віком 16-18 років. Цей період збігається з періодом професійного визначення й навчання юнаків, що є вже само по собі доволі стресогенним фактором, під час дії якого можуть активно проявлятися психологічні особливості відчуття психологічного благополуччя й типів прихильності.

### **1.3. Психологічна характеристика старшого підліткового віку**

Підлітковий вік є особливим періодом життя людини. Значущість проблеми студентства як особливої соціально-психологічної та вікової категорії була підкреслена психологічною школою Б. Г. Ананьєва.

Студентський вік, за твердженням науковця, є сензитивним періодом для розвитку основних соціогенних потенцій людини. Юність – це процес стабілізації особистості, завершення формування сталих поглядів на світ і своє місце в ньому, особистісного й професійного самовизначення [7]. Юність розподіляють на два періоди: рання (старший шкільний вік) та пізня (студентство). Завершення юнацького віку характеризується сформованістю властивостей особистості, які дають змогу молодій людині повною мірою реалізувати себе в професійній діяльності, у майбутній сім'ї, громадському житті.

Вікові межі цього етапу є досить умовними, хоча в різних періодизаціях вони варіюються від 15-16 до 21-25 років (в деяких системах вік 21-25 років розглядається як молодість). У загальному розумінні юнацький етап розвитку особистості. У межах цього віку виділяються такі періоди: 16-17 років – рання юність, 17-20 років – основна (вужча) юність, 20-21 рік – пізня молодість. Хоча ці періоди мають свої особливості, вони також поділяють чимало спільних рис. На думку як вітчизняних, так і зарубіжних авторів, що займаються проблемами юнацького віку, до основних завдань розвитку в ранній юності належить: прийняття своєї зовнішності та ефективне використання своїх фізичних можливостей: спорт, дозвілля, продуктивна діяльність; засвоєння статевих ролей і відповідної структури статевої поведінки; встановлення нових, більш зрілих стосунків з однолітками обох статей; досягнення емоційної незалежності від батьків та інших дорослих; підготовка до професійної діяльності вибір майбутньої професії та початок освоєння професії; формування активної соціальної позиції та соціально-відповідальної поведінки, власної структури цінностей як керівництво до дій.

Усе це свідчить про те, що юність – не тільки час переходу до самостійності, але також період пізнання власних якостей, засвоєння нових знань, ускладнення систем відносин з дорослими й однолітками, свідомої поведінки на основі вироблених і засвоєних критеріїв і норм.

Соціальна ситуація розвитку особистості в підлітковому віці характеризується тим, що юнаки й дівчата багато в чому самостійно виходять на шлях трудової діяльності та визначають своє місце в суспільстві, що є досить варіативним процесом. У зв'язку з цим змінюються соціальні вимоги до них, а також суспільні умови, у яких відбувається їхнє особистісне формування: вони мають бути підготовлені до праці, сімейного життя та виконання цивільних обов'язків. Підлітковий вік стає часом вибору життєвого шляху, навчання у виші, роботи за обраною спеціальністю (включаючи її пошук), створення сім'ї, а для юнаків – можливою службою в армії. Соціальна ситуація полягає в необхідності особистісного та професійного самовизначення. Самовизначення означає не стільки прагнення до автономії від дорослих(підліток), скільки визначення свого місця в світі дорослих і усвідомлення свого становища в цьому світі. Взаємини з однолітками стають більш дружніми та інтимно-особистісними, а з дорослими – особистісними, діловими та соціальними, заснованими на взаємоповазі й рівноправності. Підлітки часто відчують високий рівень тривожності у всіх сферах спілкування та випробують численні соціальні ролі, аналогічні існуючим у дорослих.

Зростає кількість референтних груп, на які вони орієнтуються і з якими співвідносять свою самооцінку й ціннісні орієнтації. Потреба не просто входити в групи, а бути прийнятими однолітками, мати певний авторитет.

У сучасний період соціально- економічного розвитку суспільства та держави юнацтво опинилося в умовах продовження нестабільності суспільної свідомості. У поточний період немає затребуваних ідеалів у минулому, але й у теперішньому ще не визначені нові, адекватні змінам, що відбуваються в країні та у світі. Орієнтири для подальшого розвитку – соціальне, професійне, особистісне самовизначення [11]. Тому сьогодні юнацтву дуже важко виділити та засвоїти норми дорослого життя. Звідси – сум'яття в думках і невпевненість у завтрашньому дні.

Процеси, що відбуваються в суспільстві, змінили соціальну сферу життя. Сьогодні спостерігається так звана соціокультурна криза, що виявляється в зруйнуванні колишньої системи цінностей та формуванні нової. Ці зміни стосуються фундаментальних життєвих орієнтирів, світоглядних уявлень молодих людей. Проблема поведінки людини у важких життєвих ситуаціях останнім часом особливо актуальна, і це може позначитись на специфіці адапційних механізмів особистості. Це пов'язано із зміною ритму життя сучасної людини, а також із необхідністю у прискореному темпі переробляти інформацію у великому обсязі. У зв'язку з цим перед особистістю постають нові завдання: адаптуватися до напруги в умовах, що постійно змінюються, для успішної самореалізації та формування міжособистісних відносин у колективі з урахуванням індивідуальних адаптаційних особливостей особистості [18].

Студентський вік є досить вразливим періодом у плані нервово-психічного здоров'я, оскільки саме на цьому етапі відбувається як суттєва перебудова особистості, так і активне включення у сферу професіоналізації. Професійна підготовка з різних спеціальностей передбачає свою специфіку, проте саме для майбутніх фахівців має значення не лише організація навчально- професійної діяльності, а й формування особистості самого фахівця. Період юнацтва – це початковий етап професіоналізації та етап «становлення ідентичності» особистості [29]. По-перше, юнацький вік сам по собі є кризовим, і більшість студентів – у цьому віковому діапазоні. По-друге, навчання у виші супроводжується безліччю змін умов життя та навчання молодих людей: інтенсивне розумове навантаження, стрес у період сесії, для багатьох студентів ще й переїзд до іншого міста. Матеріальні та побутові труднощі призвели до того, що вимушено зросла самостійність тощо [5, 15].

Переживання молодих людей пов'язані з процесом самовизначенням та пошуком свого місця у світі дорослих. Суперечність між реальними вимогами життя та власними уявленнями (завищені очікування, недооцінка

зовнішніх труднощів, необґрунтований оптимізм чи негативізм) є кризовим етапом юності.

У цей період молода людина обирає між «Я-реальним» і «Я-ідеальним», віддаючи перевагу першому. Мрії юності відходять на другий план, поступаючись місцем активній діяльності. Також типовою є криза ідентичності, пов'язана з сумнівами щодо власної тотожності та втрати особистих орієнтирів. Тобто потрібна активна адаптація до таких змін. Результативність та продуктивність адаптації визначається багатьма психологічними характеристиками особистості студента, фізіологічними та біохімічними особливостями його організму, а також типом прихильності, що сформувався в ранньому дитинстві. Дж. Фішер вважав, психологічне благополуччя утворене чотирма сферами: особистісним, громадським, навколишнім середовищем, трансцендентним. Саме ці сфери активно розвиваються в юнацькому віці [31]. Тому дуже важливим постає питання дослідження особливостей психологічного благополуччя в студентів, які навчаються у вишах, з різним типом прихильності.

## ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Отже, виходячи з аналізу джерел, можна зробити такі висновки:

1. Благополуччя є складним явищем, що охоплює всі аспекти життя людини, включаючи емоції та поведінку, і сприяє відчуттю життєвої гармонії та бажанню розвиватися. Теоретичні дослідження в цій області становлять основу для емпіричного аналізу благополуччя в різних соціальних груп, охоплюючи такі сфери як сім'я, освіта, робота та громадська діяльність. У минулому столітті та на початку поточного зростає кількість стресових чинників, що впливають на кожну людину, що негативно позначається на їхньому психологічному благополуччі.

2. Теорія прихильності Дж. Боулбі змінила розуміння зв'язку між дитиною та матір'ю, а також впливу розлуки, депривації та втрати матері. М. Ейнсворт, послідовниця Дж. Боулбі, визначила основні стилі прихильності,

які пізніше були розширені іншими дослідниками. Наразі немає однозначності у визначенні прихильності як психологічного феномена. Дослідження показали зв'язок між психологічним благополуччям, віком, статтю, культурою та дитячими типами прихильності. Проте вплив прихильності на благополуччя підлітків та молоді ще недостатньо вивчено. Прихильність, яка забезпечує захищеність та підтримку на всіх етапах життя, знижує тривогу й напруження, позитивно впливає на здоров'я та добробут.

3. Старший підлітковий вік піддається величезній кількості стресогенних факторів, що пов'язані з особистісним розвитком, професійним самовизначенням і навчанням, змінами в інтимно-особистісному спілкуванні тощо. Тобто потрібна активна адаптація до таких змін. Результативність та продуктивність адаптації визначається багатьма психологічними характеристиками особистості старших підлітків, фізіологічними та біохімічними особливостями його організму, а також типом прихильності, що формувався в ранньому дитинстві. Дж. Фішер вважав, що психологічне благополуччя утворене чотирма сферами, які активно розвиваються в юнацькому віці: особистісним, громадським, навколишнім середовищем, трансцендентним.

## РОЗДІЛ 2

## ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СТАРШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ З РІЗНИМ ТИПОМ ПРИХИЛЬНОСТІ

### 2.1. Вибірка та методи дослідження

Проведення емпіричного дослідження включало кілька етапів. На початку був проведений аналіз наукової літератури з проблеми дослідження, визначені актуальність, об'єкт, предмет, мета та завдання дослідження, а також сформовано план та обрано необхідний психодіагностичний інструментарій. Підготовлено онлайн-форми для проведення дослідження.

Наступним етапом було здійснення методики, збір, обробка та аналіз отриманих даних.

Третім етапом дослідження була обробка зібраної первинної інформації (відповідей випробуваних) за допомогою програми SPSS Statistics 22.0. Це дозволило провести кількісний аналіз даних та порахувати статистичні коефіцієнти кореляції за методом Пірсона.

На четвертому етапі дослідження були проаналізовані та описані отримані результати. Для досягнення цілей дослідження були проаналізовані та описані отримані результати. Для досягнення цілей дослідження використано теоретичні та емпіричні методи, а також методи кількісної обробки даних.

**Об'єкт дослідження:** психологічне благополуччя.

**Предмет дослідження:** особливості психологічного благополуччя у підлітків з різним типом прихильності.

**Мета дослідження:** дослідити особливості психологічного благополуччя у старших підлітків з різним типом прихильності.

**Характеристика вибірки:** у дослідженні взяли участь старші підлітки в кількості 73 особи. Середній вік досліджуваних 16 – 18 років, серед них 61 дівчина та 12 хлопців. Дослідження проходило в онлайн-режимі.

За методикою «Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсона» усі респонденти були поділені на групи в залежності від свого типу прихильності. Дані розподілу наведені в пункті 2.2.

У дослідженні використовувався наступний комплекс методів: тестування, методи математико-статистичної обробки даних. Для дослідження особливостей психологічного благополуччя та типу прихильності було використано такі методики:

1. Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» (адаптація Л. М. Карамушки, К. В. Терещенко, О. В. Креденцер) включає три субшкали:
  - 1) «психологічне благополуччя»;
  - 2) «фізичне здоров'я та благополуччя»;
  - 3) «стосунки» (Pontin, Schwannauer, Tai & Kinderman, 2013).

Загальний показник суб'єктивного благополуччя обчислюється як сума балів за всіма пунктами методики. Подібно до оригінальної методики «The BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB)», модифікована методика також має 24 пункти. Однак, на відміну від оригінальної, вона використовує не 4-бальну, а 5-бальну оціночну шкалу [13, С. 23].

2. Методика «когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)», розроблена українськими дослідниками О. Савченко, О. Калюк. Основна мета цієї методики полягає у вимірюванні когнітивних аспектів суб'єктивного благополуччя. У методиці міститься 20 тверджень, які оцінюються за 5-ти бальною шкалою. Вона також включає 3 субшкали, які дозволяють виміряти три незалежні аспекти задоволеності життя, а саме: «Задоволеність власним життям», «Невдоволеність собою і розчарування в житті» та «Задоволеність відносинами з іншими» [13, С. 26].
3. Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (MHCSF-UA). Методика містить 15 тверджень, які оцінюються за 6-ти бальною шкалою: ніколи, 1-2 рази, приблизно раз на тиждень, приблизно 2-3 рази на тиждень, майже кожен день і дозволяє виміряти такі стани психічного

здоров'я як «процвітання» (flourishing) або «пригнічення» (languishing)» [13, С. 21].

4. Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсон. Методика складається з 60 тверджень, які дозволяють виміряти первинний тип прихильності та на схильність до інших типів, а саме: уникаючий, уникаюче-відкидаючий, надійний, тривожний.

## 2.2. Результати емпіричного дослідження

На другому етапі нашого дослідження була проведена методика «Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсона» для визначення первинного типу прихильності та на схильності до інших типів. Результати представлені в Табл. 2.1.

З даних результатів, наведених у Табл. 2.1., видно, що в групі досліджуваних переважає надійний тип прихильності. Це говорить про те, що більшість респондентів здатні формувати безпечні й теплі стосунки з іншими, довіряти, любити та приймати кохання, тобто вони не бояться близькості і в стосунках.

Таблиця 2.1.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсона».

Субшкали	Надійний	Уникаючий	Тривожний	Тривожно-уникаючий
Рівень (середні значення)	12,43	11,39	9,87	5,74
Ст. відхилення	1,87	1,95	1,29	1,25

На другому місці уникаючий тип прихильності – такі респонденти бояться близькості, їм важко довіряти іншим, у стосунках вони намагаються бути емоційно відстороненими від своїх партнерів. На третьому – тривожний тип прихильності. Таким респондентам притаманний сильний страх бути

покинутим, сумніви у своїх відносинах, турбота про те, що партнер залишить їх, і тому вони шукають уваги та запевнень, що їх не покинуть. На останньому – тривожно-уникаючий тип прихильності. Він є поєднанням тривожного й уникаючого типів прихильності. Респонденти з цим типом дуже прагнуть любові одночасно хочуть уникнути її за будь-яку ціну. Вони не хочуть розвивати близькі романтичні відносини, але водночас відчують гостру потребу в любові інших.

У результаті аналізу відсоткового розподілу типів прихильності за методикою «Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсона» можна зробити висновки про те, що 43% опитуваних респондентів у старшому підлітковому віці мають надійний тип прихильності, 28% – уникаючий, 15% – тривожний та в 14% опитуваних тривожно-уникаючий тип прихильності. Нижче наведено графічне представлення отриманих результатів (Рис. 2.1.).

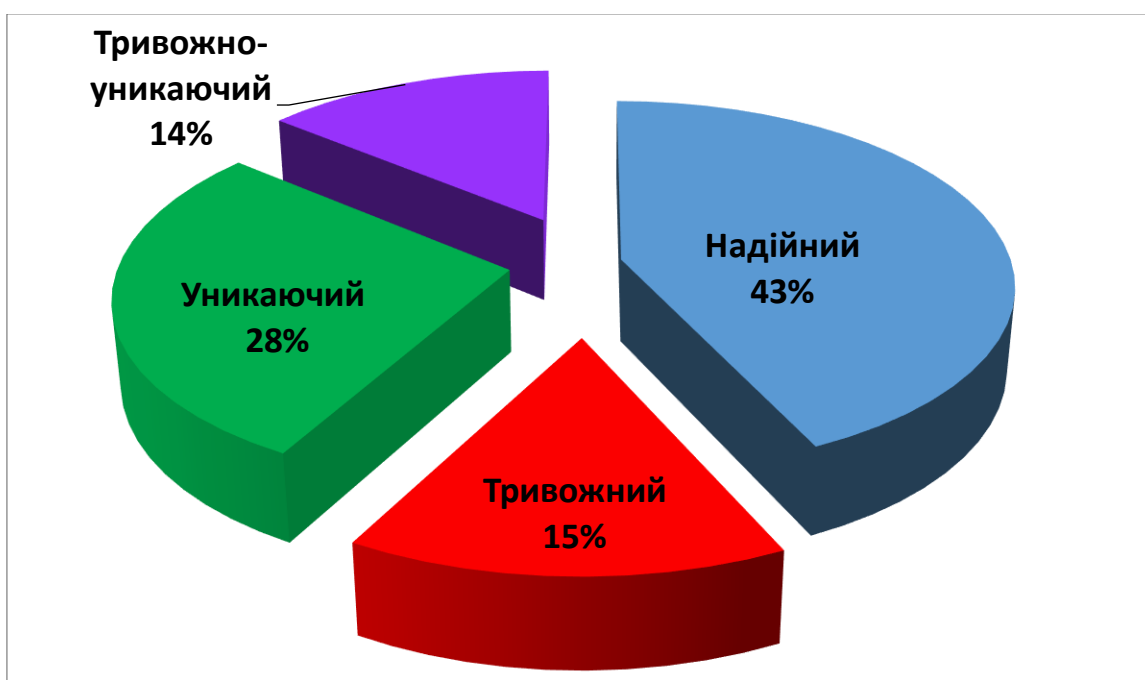


Рис. 2.1. Відсоткове співвідношення типів прихильності за методикою «Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсона».

Відповідно до мети дослідження за результатами тестування за методикою «Тест на визначення типу прихильності Т. Гібсона» усі респонденти були поділені на групи в залежності від свого типу

прихильності. У результаті проведення методики було виокремлено три групи, таким чином вибірка складається з трьох груп: у першу групу увійшло 24 особи з надіним типом прихильності, у другу – 15 осіб з тривожним типом прихильності, у третю – 19 осіб з унікаючим типом прихильності. Тривожно-унікаючий тип прихильності ми не розглядали в нашому дослідженні, тому що, як відомо, він пов'язаний із значними психологічними ризиками, проблемами у відносинах та труднощами в регуляції емоцій. За даними Hazan С., Shaver Р. таких 3-5% дорослих людей [31]. Тому на третьому етапі дослідження аналізувалися дані 58 осіб.

### **2.2.1. Когнітивні особливості благополуччя у підлітків з різним типом прихильності**

На другому етапі нашого дослідження була проведена методика «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)» для визначення для вимірювання когнітивних аспектів суб'єктивного благополуччя. Результати представлені в Табл. 2.2.

З даних результатів, наведених у Табл. 2.2., видно, що в групі досліджуваних показник «Задоволеність власним життям» знаходиться на середньому рівні, але з тенденцією до низького, бо це нижня межа цього рівня. Це говорить про те, що респонденти частково задоволені певними аспектами свого життя, а певними не задоволені. Аналізуючи відповіді на питання цієї субшкали, ми дійшли висновків, що більшість респондентів високо оцінює продуктивність своєї діяльності та результати, яких вони досягають, порівнюючи себе з іншими. Однак вони виявили невдоволеність умовами життя та поточною ситуацією у своєму житті.

Таблиця 2.2.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)».

<b>Субшкали</b>	<b>Задоволеність власним життям</b>	<b>Незадоволеність собою і розчарування в житті</b>	<b>Задоволеність відносинами з іншими</b>	<b>Загальний рівень задоволеності життям</b>
Рівень (середні значення)	21,54	14,27	25,83	36,10
Ст. відхилення	3,76	2,21	4,95	3,64

Показник «Незадоволеність собою і розчарування в житті» знаходиться на низькому рівні. Це свідчить про те, що в респондентів майже відсутні негативні емоції, які пов'язані з їхніми досягненнями, вони не орієнтуються на досягнення інших, а насолоджуються досягнутим. Вони реалістично оцінюють власні ресурси, що дозволяє їм задоволено та своєчасно досягати поставлених цілей.

Показник «Задоволеність відносинами з іншими» знаходиться на середньому рівні. Це говорить про те, що респонденти на середньому рівні задоволені своїм колом спілкування, мають людей, на яких можуть покластися, у відносинах з іншими є в основному відвертими та щирими. Такі особистості в більшості схильні довіряти іншим, у деяких питаннях вони розраховують на підтримку оточуючих, оцінюють своє коло спілкування в більшості як безпечне та надійне.

Загальний показник задоволеності життям знаходиться на середньому рівні. Це говорить про те, що респонденти відчують задоволення від певних аспектів свого життя й високо оцінюють свої досягнення, порівнюючи їх з успіхами інших. Вони активно будують стосунки з іншими людьми, але водночас не сприймають життєві умови як комфортні або безпечні для реалізації своїх цілей та намірів.

У результаті аналізу відсоткового розподілу загального рівня суб'єктивного благополуччя за методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)», можна побачити на Рис. 2.2.



Рис. 2.2. Відсоткове співвідношення показника загального рівня задоволеності життям за методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)».

Як видно з Рис. 2.2., 27% опитуваних респондентів у підлітковому та юнацькому віці мають низький показник загального рівня задоволеності життям, 51% - середній та 22% опитуваних показник загального рівня задоволеності життям сягає високого рівня.

Проведений аналіз результатів дослідження за методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)» у групах з різним типом прихильності можна побачити в Табл. 2.3. – 2.5.

Таблиця 2.3.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)» з надійним типом прихильності.

Субшкали	Задоволеність власним життям	Незадоволеність собою і розчарування в житті	Задоволеність відносинами з іншими	Загальний рівень задоволеності життям

<b>Рівень</b>	Кіль- сть осіб	%	Кіль- сть осіб	%	Кіль- сть осіб	%	Кіль- сть осіб	%
Низький	5	20,2	12	50	6	25	6	25
Середній	10	41,8	8	33,3	12	50	10	41,7
Високий	9	37,9	4	16,6	6	25	8	33,3

Як видно з Табл. 2.3. у групі респондентів з надійним типом прихильності домінуючим є середній і високий рівень задоволеності життям та його провідних елементів. За загальним рівнем задоволеності життям у даній групі респондентів низький рівень демонструють 25%, середній – 41,7%, високий – 33,3%.

Як видно з Табл. 2.4. у групі респондентів з тривожним типом прихильності домінуючим є низький і середній загальний рівень задоволеності життям та його провідних елементів. За загальним рівнем задоволеності життям у даній групі респондентів низький рівень демонструють 40%, середній – 40%, високий – 20%.

Таблиця 2.4.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)» з тривожним типом прихильності.

<b>Субшкали</b>	<b>Задоволеність власним життям</b>		<b>Незадоволеність собою і розчарування в житті</b>		<b>Задоволеність відносинами з іншими</b>		<b>Загальний рівень задоволеності життям</b>	
	Кіль- сть осіб	%	Кіль- сть осіб	%	Кіль- сть осіб	%	Кіль- сть осіб	%
Низький	5	33,3	7	46,7	7	46,7	6	40
Середній	7	46,7	5	33,3	5	33,3	6	40
Високий	4	26,7	3	20	3	20	3	20

Таблиця 2.5.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)» з унікаючим типом прихильності.

Субшкали	Задоволеність власним життям		Незадоволеність собою і розчарування в житті		Задоволеність відносинами з іншими		Загальний рівень задоволеності життям	
	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%	Кількість осіб	%
Рівень								
Низький	5	26,3	5	26,3	7	36,8	6	31,6
Середній	7	36,8	8	42,1	8	42,1	7	36,8
Високий	7	36,8	6	31,6	4	21,1	6	31,6

Як видно з Табл. 2.5. у групі респондентів з унікаючим типом прихильності домінуючими є середній загальний рівень задоволеності життям та його провідних елементів. За загальним рівнем задоволеності життям у даній групі респондентів низький рівень демонструють 31,6%, середній – 36,8%, високий – 31,6%.

### 2.2.2. Особливості суб'єктивного благополуччя у підлітків з різним типом прихильності

Наступною методикою другого етапу нашого дослідження була проведена методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» для визначення загального показника суб'єктивного благополуччя досліджуваних та рівня вираженості його провідних елементів. Результати представлені в Табл. 2.6.

Таблиця 2.6.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі».

<b>Субшкали</b>	<b>Психологічне благополуччя</b>	<b>Фізичне здоров'я та благополуччя</b>	<b>Стосунки</b>	<b>Суб'єктивне благополуччя</b>
Рівень (середні значення)	38,73	21,14	21,62	82,49
Ст. відхилення	5,98	3,21	3,12	8,55

З даних результатів, наведених у Табл. 2.6., видно, що в групі досліджуваних показник «психологічного благополуччя» знаходиться на низькому рівні. Це свідчить про те, що респонденти не відчують здатність контролювати своє життя, оптимізму з приводу майбутнього, упевненості у своїх власних думках і переконаннях, здатність розвиватися як особистість.

Показник «фізичного здоров'я та благополуччя» знаходиться на середньому рівні, але з тенденцією до низького. Це говорить про те, що респонденти здебільшого задоволені фізичним здоров'ям, якістю сну, працездатністю та здатністю здійснювати свої повсякденні життєві активності, займатися спортом і відпочивати тощо.

Показник «стосунки» знаходиться на середньому рівні. Це може свідчити про те, що респондентам комфортно у спілкуванні з іншими людьми, у них наявні щасливі дружні і особистісні відносини, вони здатні звернутись за допомогою тощо.

Загальний показник суб'єктивного благополуччя знаходиться на середньому рівні. Тобто, незважаючи на сучасні умови існування (війна, внутрішні та зовнішні переміщення тощо), більшість респондентів підліткового та юнацького віку відчують певне суб'єктивне благополуччя.

У результаті аналізу відсоткового розподілу загального рівня суб'єктивного благополуччя за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі», можна зробити висновки про те, що 30% опитуваних респондентів у підлітковому та юнацькому віці мають низький показник суб'єктивного благополуччя, 46% – середній та в 24% опитуваних показник суб'єктивного благополуччя на високому рівні. Нижче наведено графічне представлення отриманих результатів (Рис. 2.3.).



Рис.2.3. Відсоткове співвідношення загального показника суб'єктивного благополуччя за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі».

Отримані дані дуже схожі з результатами, що отримано за попередньою методикою.

Проведений аналіз результатів дослідження за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» у групах з різним типом прихильності можна побачити в Табл. 2.7. – 2.9.

Таблица 2.7.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» з надійним типом прихильності.

Субшкали	Психологічне благополуччя		Фізичне здоров'я та благополуччя		Стосунки		Суб'єктивне благополуччя	
	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%
Низький	4	16,7	6	25	7	29,2	6	25
Середній	12	50	10	41,7	13	54,2	12	50
Високий	8	33,3	8	33,3	4	16,6	6	25

Як видно з Табл. 2.7., у групі респондентів з надійним типом прихильності домінуючим є середній і високий рівні суб'єктивного благополуччя та його првідних елементів. За загальним рівнем суб'єктивного благополуччя в даній групі респондентів низький рівень демонструють 25%, середній – 50%, високий – 25%.

Таблиця 2.8.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» з тривожним типом прихильності.

Субшкали	Психологічне благополуччя		Фізичне здоров'я та благополуччя		Стосунки		Суб'єктивне благополуччя	
	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%
Рівень								
Низький	5	33,3	5	33,3	8	53,3	6	40
Середній	7	46,7	8	53,3	5	33,3	7	46,7
Високий	3	20	2	13,3	2	13,3	2	13,3

Як видно з Табл. 2.8., у групі респондентів з тривожним типом прихильності домінуючим є низький і середній рівні суб'єктивного благополуччя та його елементів. За загальним рівнем суб'єктивного благополуччя в даній групі респондентів низький рівень демонструють 40%, середній – 46,7%, високий – 13,3%.

Таблиця 2.9.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» з унікаючим типом прихильності.

Субшкали	Психологічне благополуччя		Фізичне здоров'я та благополуччя		Стосунки		Суб'єктивне благополуччя	
	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%	Кіль-сть осіб	%
Рівень								
Низький	6	31,6	4	21,1	8	42,1	6	31,6
Середній	7	36,8	8	42,1	8	42,1	8	42,1
Високий	6	31,6	7	36,8	3	15,8	5	26,3

Як видно з Табл. 2.9., у цій групі респонденти з унікаючим типом прихильності за субшкалами «психологічне благополуччя» й «фізичне здоров'я та благополуччя» демонструють середній і високий рівні суб'єктивного благополуччя, а за субшкалою «стосунки» домінуючими є низький і середній рівні. За загальним рівнем суб'єктивного благополуччя в даній групі респондентів низький рівень демонструють 31,6%, середній – 42,1%, високий – 26,3%.

### 2.2.3. Особливості психологічного здоров'я у підлітків

На другому етапі дослідження також був проведений опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (MHC-SF-UA) для визначення таких станів психічного здоров'я як «процвітання» (flourishing) або «пригнічення» (languishing)». Результати представлені в Табл. 2.10.

Таблиця 2.10.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (MHC-SF-UA).

Рівень психічного здоров'я	Кількість осіб	%
Процвітання (flourishing)	14	24,1
Пригнічення (languishing)	12	20,7
Помірний (задовільний)	32	55,2

Концепт «процвітання» (flourishing), введений К. Кізом, демонструє ознаки психологічного благополуччя, притаманні психічно здоровій людині, яка чітко усвідомлює свої життєві цілі й послідовно їх реалізовує. Концепт «пригнічення» (languishing), уведений ним же, хоча характеризує відсутність ознак психічних захворювань, свідчить про низький рівень психологічного, суб'єктивного та соціального благополуччя (Keyes, 2002). Нижче наведено графічне представлення отриманих результатів (Рис. 2.4.).



Рис. 2.4. Відсоткове співвідношення станів психічного здоров'я за методикою «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (MHC-SF-UA).

З даних результатів, наведених у Табл. 2.10., видно, що стан психічного здоров'я 24,1% досліджуваних можна охарактеризувати як «процвітання» (flourishing), 55,2% - як задовільний, 20,7% - як пригнічений (languishing).

Результати за даною методикою в залежності від типу прихильності проаналізовано в Табл. 2.11.

Таблиця 2.11.

Результати аналізу даних, отриманих за методикою «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (MHC-SF-UA) за типом прихильності.

Тип прихильності	Надійний		Тривожний		Унікаючий	
	Кіль-ть осіб	%	Кіль-ть осіб	%	Кіль-ть осіб	%
Субшкали						
Процвітання (flourishing)	8	33,3	5	33,3	6	31,6
Пригнічення (languishing)	7	29,2	3	20,0	5	26,3
Помірний (задовільний)	9	37,5	7	46,7	8	42,1

Як видно з Табл. 2.11., у групах респондентів за всіма типами прихильності переважають субшкали «Прцвітання» й «Помірний» (задовільний) рівень психічного здоров'я . Тобто концепт пригнічення (languishing), що характеризує відсутність ознак психічних захворювань, свідчить про низький рівень психологічного, суб'єктивного та соціального благополуччя (Keyes, 2002) і серед досліджуваних проявлено найменше.

#### 2.2.4. Особливості кореляційних зв'язків між параметрами психологічного благополуччя

На третьому етапі дослідження було виконано обробку зібраної первинної інформації, що містить відповіді випробуваних, за допомогою програми SPSS Statistics 22.0, яка дозволила зробити кількісний аналіз даних і розрахувати коефіцієнт кореляції за методом Пірсона (r-Пірсона). За результатами дослідження в групі респондентів віком 16 – 18 років був проведений кореляційний аналіз для встановлення взаємозв'язку між субшкалами методик. Оскільки більшість субшкал узгоджені з нормальним розподілом, то для кореляційного аналізу було обрано аналіз за критерієм Пірсона. Результати перевірки на узгодженість з нормальним розподілом представлені у Додатку А, Рис. А.1-А.6. За допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона можна визначити силу лінійної залежності між змінними. У Табл. 2.5. наведені результати вивчення взаємозв'язку показників субшкал за проведеними методиками та опитувальниками.

Таблиця 2.5.

Аналіз взаємозв'язку типів прихильності та особливостей психологічного благополуччя.

Субшкали	Тип прихильності		
	Надійний	Унікаючий	Тривожний
1	2	3	4
Психологічне благополуччя	0,409*	-0,249	-0,075
Фізичне здоров'я та благополуччя	-0,102	-0,047	-0,043
Стосунки	0,097	-0,460*	0,118

## Продовження таблиці 2.5.

1	2	3	4
Суб'єктивне благополуччя	0,301	-0,041	-0,024
Задоволеність власним життям	0,334	0,142	-0,522*
Невдоволеність собою і розчарування в житті	0,100	-0,320	0,515*
Задоволеність відносинами з іншими	0,112	-0,162	-0,256
Загальний рівень задоволеності життям	0,360	-0,201	-0,183
Процвітання (flourishing)	0,517**	-0,267	-0,095
Пригнічення (languishing)	-0,187	0,145	0,342
Помірний (задовільний)	0,209	0,245	0,163

Примітки: \* взаємозв'язок значущий на рівні  $p \leq 0,05$ ;

\*\* взаємозв'язок значущий на рівні  $p \leq 0,01$ .

Дані, наведені в Табл. 2.5., демонструють наявність прямого статистично значущого зв'язку між надійним типом прихильності та психологічним благополуччям ( $p \leq 0,05$ ), зворотного статистично значущого зв'язку між унікаючим типом прихильності та субшкалою «Стосунки» ( $p \leq 0,05$ ); зворотного статистично значущого зв'язку між тривожним типом прихильності та субшкалою «Задоволеність власним життям» ( $p \leq 0,05$ ), прямого статистично значущого зв'язку між тривожним типом прихильності та субшкалою «Невдоволеність собою і розчарування в житті» ( $p \leq 0,05$ ), прямого статистично значущого зв'язку між надійним типом прихильності та субшкалою «Процвітання (flourishing)» ( $p \leq 0,01$ ).

Дані, наведені на рис. 2.5., демонструють наявність прямого статистично значущого зв'язку між надійним типом прихильності та психологічним благополуччям ( $p \leq 0,05$ ). Аналізуючи отримані результати, можемо стверджувати, що зі збільшенням здатності формувати безпечні та теплі стосунки з іншими збільшується відчуття психологічного благополуччя, тобто респонденти більше відчувають здатність контролювати своє життя, оптимізм, упевненість у своїх переконаннях і власних думках, здатність розвиватися як особистість.



Рис. 2.5. Кореляційна плеяда за текстом Т. Гібсон та BBC-SWB та опитувальником «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (К. Кіз).

Аналізуючи результати дослідження (рис. 2.6.) відзначимо наявність зворотного статистично значущого зв'язку між унікаючим типом прихильності та субшкалою «Стосунки» ( $p \leq 0,05$ ). Отримані дані дають нам змогу припустити, що чим вище страх близькості, тим нижче комфорт у ставленні та спілкуванні з іншими людьми. Наявність дружніх і особистісних відносин, здатність звернутись за допомогою до інших.

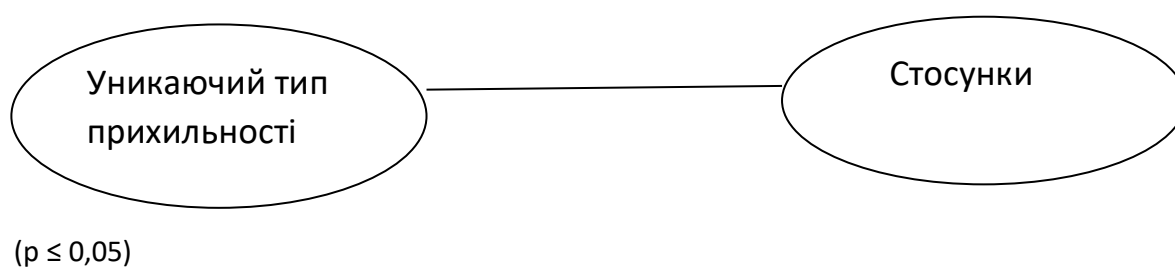


Рис. 2.6. Кореляційна плеяда за текстом Т. Гібсон та BBC-SWB.

Аналізуючи наступний зворотний статистично значущий зв'язок (Рис. 2.7.) між тривожним типом прихильності та субшкалою «Задоволеність власним життям» ( $p \leq 0,05$ ), можна зробити висновок, що чим сильніше в особи страх бути покинутою, тим нижче її задоволеність життям. Ця людина невдоволена умовами свого життя, оцінює його як нікчемне. Така людина завжди відчуває негативне налаштування до певних справ та подій, проявляє невпевненість в успіху. Відмітимо наявність прямого статистично значущого

зв'язку (Рис. 2.7.) між тривожним типом прихильності та субшкалою «Невдоволеність собою і розчарування в житті» ( $p \leq 0,05$ ). Це дозволяє нам зробити висновок, що чим сильніше в особи страх бути покинутою, тим вище відчуття невдоволення, коли вона не досягає бажаного, що часто супроводжується відчуттям спустошення через кращі досягнення інших. Така особа вважає більшість людей корисливими, що підвищує рівень внутрішньої напруги, через що постійно перебуває в дратівливому стані. Їй також притаманні ознаки категоричного мислення, і це може призводити до тривожних проявів.

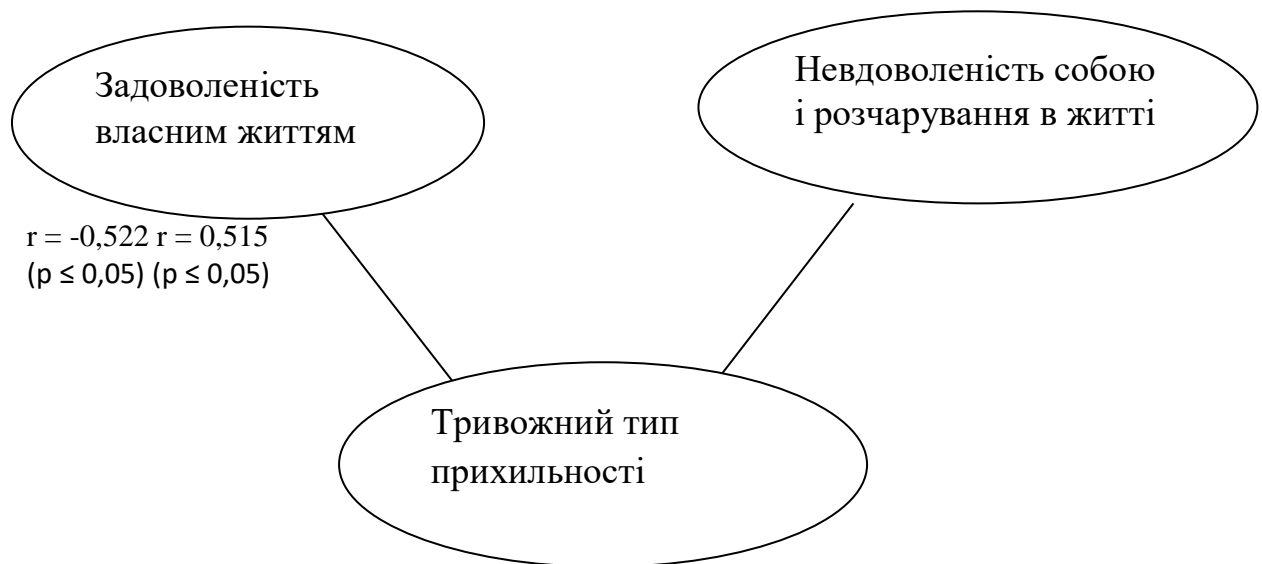


Рис. 2.7. Кореляційна плеяда за тестом Т. Гібсон та КОСБ-3.

Також відмітимо наявність прямого статистично значущого зв'язку (Рис. 2.5.) між надійним типом прихильності та субшкалою «Процвітання (flourishing)» ( $p \leq 0,01$ ), який дозволяє нам зробити висновок, що чим більше рівень надійного типу прихильності, коли людина довіряє іншим, здатна любити й приймати кохання і може легко зближуватися з іншими, тим вище ознаки психологічного благополуччя притаманні психічно здоровій людині і вище рівень її задоволеності життям, а також психологічним і соціальним благополуччям.

## ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

Другою задачею експериментальної частини роботи було визначити особливості психологічного благополуччя у старших підлітків з різним типом прихильності, тож було проведено експериментальне дослідження даного психологічного феномену.

1. На першому етапі розроблено методологічний апарат дослідження, сформовано план та обрано психодіагностичні інструменти, підготовлено онлайн-форми. Другий етап передбачав тестування, збір, обробку та аналіз даних. Третій етап – кількісний аналіз даних за допомогою SPSS Statistics 22.0 та розрахунок коефіцієнтів кореляції r-Пірсона. На четвертому етапі результати були проаналізовані та описані.

2. На другому етапі проведено тестування, збір, обробку та аналіз даних. Результати показали, що серед респондентів переважає надійний тип прихильності, на другому місці – унікаючий, на третьому – тривожний, а останній – тривожно-унікаючий тип. Тривожно-унікаючий тип ми не розглядали через його зв'язок зі значними психологічними ризиками, проблемами у відносинах і труднощами в регуляції емоцій.

3. Аналіз відсоткового розподілу загального рівня суб'єктивного благополуччя за методикою «КОСБ-3» показав наступне: низький рівень – 27% підлітків, середній рівень – 51% підлітків, високий рівень – 22% підлітків. У різних групах за типами прихильності спостерігаються наступні розподіли рівнів задоволеності життям. Надійний тип прихильності: низький рівень – 25%, середній рівень – 41, 7%, високий рівень – 33,3%. Тривожний тип прихильності: низький рівень – 40%, середній рівень – 40%, високий рівень – 20%. Унікаючий тип прихильності: низький рівень – 31,6%, середній рівень – 36,8%, високий рівень – 31,6%. Загальний аналіз показує, що серед опитаних підлітків найбільш поширений середній рівень суб'єктивного благополуччя. Надійний тип прихильності корелює з вищим рівнем загального задоволення життям, у той час як тривожний тип

пов'язаний з нижчим рівнем суб'єктивного благополуччя. Унікаючий тип прихильності характеризується переважно середнім рівнем задоволеності життям.

4. Результати дослідження, проведеного за методиками «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» та «КОСБ-3», показали подібні тенденції. Згідно з першою методикою серед підлітків розподіл результатів є наступний: 30% - низький рівень благополуччя, 46% - середній, 24% - високий. Надійний тип прихильності має 25% з низьким рівнем, 50% із середнім та 25% з високим; тривожний тип – відповідно 40%, 46,7% та 13,3%; унікаючий тип характеризується в основному середнім та високим рівнями, хоча у сфері стосунків виявлено переважання низького й середнього рівнів. Загальний аналіз показав, що більшість підлітків мають середній рівень благополуччя, причому надійний тип прихильності сприяє його підвищенню, а тривожний – його зниженню. Унікаючий тип прихильності характеризується середнім та високим рівнями психологічного та фізичного благополуччя, але нижчим рівнем у стосунках.

5. Результати, отримані за методикою «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (МНС-SF-UA): стан психічного здоров'я 24,1% досліджуваних можна охарактеризувати як «процвітання» (flourishing), 55,2% – як задовільний, 20,7% – як пригнічений (languishing).

6. Звіт містить аналіз взаємозв'язку між типами прихильності та психологічним благополуччям старших підлітків. Отримані дані показують, що існує статистично значущий зв'язок між певними типами прихильності та різними аспектами психологічного благополуччя. Надійний тип прихильності: Прямий зв'язок із загальним психологічним благополуччям ( $p \leq 0,05$ ). Прямий зв'язок із субшкалою «Процвітання» ( $p \leq 0,01$ ). Здатність формувати стійкі стосунки сприяє психологічному благополуччю, підвищує впевненість і оптимізм особистості. Унікаючий тип прихильності: Зворотний зв'язок із субшкалою «Стосунки» ( $p \leq 0,05$ ). Страх перед близькістю зменшує комфорт відносин та спілкування з іншими. Тривожний тип прихильності:

Зворотний зв'язок із субшкалою «Задоволеність власним життям» ( $p \leq 0,05$ ). Прямий зв'язок із субшкалою «Невдоволеність собою і розчарування в житті» ( $p \leq 0,05$ ). Сильний страх бути покинутим призводить до невдоволеності життям і низької самооцінки, підвищує рівень тривоги та внутрішньої напруги. Аналіз показує, що як типи прихильності, так і різні аспекти психологічного благополуччя взаємопов'язані. Надійні стосунки сприяють психологічному благополуччю, уникаючість може знижувати якість міжособистісних відносин, а тривожність може викликати невдоволеність життям та низьку самооцінку.

## ВИСНОВКИ

Відповідно до задач дослідження сформульовано наступні висновки:

1. Благополуччя – це комплексний феномен, що охоплює всі аспекти життя людини, її емоції та дії, сприяючи розвитку й реалізації. Система прихильності активується відразу після народження та відіграє ключову роль у забезпеченні дитини материнською турботою. Існує чотири типи прихильності, а саме: надійний, унікаючий, тривожний та тривожно-унікаючий. Здорова надійна прихильність впливає на формування близьких стійких відносин.

2. У підлітків з надійним типом переважає середній, наближений до високого, рівень розвитку когнітивних особливостей благополуччя на відміну від підлітків з тривожним типом прихильності, що мають низький рівень когнітивних особливостей благополуччя. Для підлітків з унікаючим типом прихильності притаманний середній рівень когнітивних особливостей благополуччя. Тобто підлітки з надійним типом прихильності більш здатні до задоволеності життям на відміну від підлітків із тривожним типом прихильності.

3. Підлітки з надійним типом мають середній показник із тенденцією зросту до високого показника. Високий показник суб'єктивного благополуччя притаманний підліткам з унікаючим типом на відміну від підлітків тривожного типу, для яких характерний низький та середній рівні суб'єктивного благополуччя.

4. Показники психічного здоров'я в підлітків з різним типом прихильності (а саме: з надійним, унікаючим, тривожним) суттєво не відрізняються. Тобто підліткам з усіма типами прихильності притаманний задовільний, не високий рівень психічного здоров'я, що, можливо, пов'язано з типом прихильності та більшою мірою з психологічним благополуччям та сферою відносин.

5. Існує зв'язок між типом прихильності та психологічним благополуччям, тобто надійний тип прихильності, пов'язаний з високим рівнем психологічного благополуччя, тоді як для тривожного типу прихильності притаманний низький рівень психологічного благополуччя та задоволеності життям. Унікаючий тип прихильності пов'язаний з нездатністю до зрілих відносин з іншими, що пов'язані зі страхом близькості та довіри до інших.

Практична значущість дослідження полягає в тому, що результати даного дослідження можуть бути використані в роботі практичних психологів і педагогів, у навчальному процесі та в підготовці майбутніх психологів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балецька Л. М. Особливості дослідження феномену прив'язаності батьків та дітей // Наукові записки Національного університету «Острозька академія», Серія «Психологія». Випуск 3, 2016. – С.18-26.
2. Березовська Л. Психологічне благополуччя та задоволеність життям: Емпіричний ракурс. Вісник Національного університету оборони України, 2020. – 53(3), – С.24-32.
3. Боулби Д. Привязанность / Пер. с англ. / Общ. ред. и вступ. Статья Г. В. Бурменской. – М.: Гардарики, 2003. – 480 с.
4. Бріш К. Г. Розлади прив'язаності від теорії до терапії. Посібник. / Карл Гайнц Бріш. – Львів : 2012. – 490 с.
5. Бужинська С. М. Стресостійкість здобувачів освіти як складник успішності навчання у ЗВО / С. М. Бужинська, С. С. Скляр, А. А. Даніліч-Скаун / ГАБІТУС. Випуск 23. – 2021. – С.55-59
6. Віговська О. О. Якість життя особистості: теоретико-емпіричні доробки сучасної психології. – Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації. – К. : Університет «Україна». – 2013. – № 2 (32). – С. 161-165
7. Войтика В. І. Психологічний словник / за ред. В. І. Войтка. – Київ, «Вища школа», 1982. – 215 с.
8. Гібсон Таїс. Прив'язаність. Як налагодити відносини з тим, хто нам дорогий / Видавництво : Сварог, 2023. – 148 с.
9. Горбаль І. С. Психологічні аспекти задоволеності життям як когнітивного аспекту суб'єктивного благополуччя у літніх чоловіків та жінок /С. І. Горбаль // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». – Вип. 1. – Херсон, 2014. – С. 154-159.
10. Дем'яненко Б. Т. Порушення прихильності і механізми формування емоційних і поведінкових проблем в теорії та практиці психотерапевтичної

допомоги / Дем'яненко Б. Т., Бойко Н. В., Качур Л. Ю. // Науковий часопис. Випуск 33. Спеціальна психологія. – 2017. – С. 141-148.

11. Дяченко В. А. Задоволеність життям та рівень психологічного благополуччя студентської молоді / Дяченко В. А., Мунасіпова-Мотяш І. А., Дубініна Д. Е. // Актуальні проблеми психології: Екологічна психологія: збірник наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка / гол ред. С. Д. Максименко. – Київ, 2018. – Т. VII – Вип. 45. – С. 120-129.

12. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості : монографія / В. М. Крайнюк. – К. : Ніка-Центр, 2007. – 432 с.

13. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організації : психологічний практикум. Л. М. Карамуша, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко, В. І. Лагодзінська, В. М. Івкін, О. С. Ковальчук; за ред. Л. М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. – 76 с.

14. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. – 324 с.

15. Степова А. С. Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку / А. С. Степова // Молодий вчений, – 2018. – № 9 (61). – С. 314-315.

16. Сьюзан М. Джонсон. Характеристики Теорія прив'язаності. Емоційно фокусовна терапія для створення гармонійних стосунків / Вид-во: Науковий Світ, 2023. – 388 с.

17. Такмакова М. Ю. Особливості стосунків психологічної інтимності у дівчат з різними типами прихильності, 19.00.01 – загальна психологія, історія психології; автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук. – Харків : ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2016. – 19 с.

18. Чайка Г. В. Прив'язаність особистості до інших людей і фактори, які впливають на неї // PSYCHOLOGICAL JOURNAL. – Volume 7, (4). – 2012. – С. 9-17

19. Чен Енні. Теорія прив'язаності. Ефективні практики, які

допоможуть побудувати мінцні відносини з близькими /Вид-во: Діалектика, 2023. – 192 с.

20. Ainsworth M. Object relations, dependency and attachment: a theoretical review of the infant-mother relationships. *Child Development*, 1969. 40, 969-1025.

21. Bartholomew K. Avoidance of intimacy: An attachment perspective // *Journal of social and personal relationships*. 1990. V. 7 (2). – P. 147-178.

22. Bartholomew K., Horowitz L. M. Attachment styles among young adults: A test of a four-category model // *Journal of personality and social psychology*. 1991. V. 61. P. 226-244.

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

24. Bradburn N. M. *The structure of psychological well-being*. Aldine, 1969.

25. Brennan K., Clark C., Shaver P. Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview // *Attachment theory and close relationships* / Eds. J. Simpson, W. Rholes. N. Y. : Guilford Press, 1998. P. 46-76.

26. Deci E. L., Ryan R. M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction // *Journal of happiness studies*. 2008. Vol. 9, iss. 1. P. 1-11.

27. Deci E. L., Ryan R. M. Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health // *Canadian psychology*. 2008. Vol. 49, iss. 3. P. 182

28. Erikson E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*, New York: Norton, 336. Fisher J. The four domains model: Connecting spirituality, health and well-being // *Religions*. 2011. Vol. 2, iss. 1. P. 17-28.

29. Fisher C. D. Conceptualizing and measuring wellbeing at work. *Work and wellbeing* / ed. by P. Y. Chen, C. L. Cooper. 2014. P. 9-33. URL: <https://doi.org/10.1002/9781118539415.wbwell018>

30. George C., Salomon J. Attachment and caregiving: The caregiving behavioral system. / C/ George J. Salomon / - New York : Guilford press. – 1999. – P. 649-670

31. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment

process. // Journal of Personality and Social Psychology. 1987. V. 52. №3. P. 511-524.

32. Hunter S. C., Houghton S., Wood L. Positive mental wellbeing in Australian adolescents: evaluating the Warwick-Edinburgh mental wellbeing scale // Australian Educational and Developmental Psychologist. 2015. Vol. 32, iss. 2. P. 93-104.

33. Kashdan T. B., & Steger M. F. Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward (Series in Positive Psychology) 1<sup>st</sup> Edition. 2011. – 504 p.

34. Knight R. The Process of Attachment and Autonomy in Latency and Adolescence. Longitudinal study of Ten Children / R. Knight // Psychoanalytic Study of the Child. – 2005. – 60. – p. 178-210.

35. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited // Journal of personality and social psychology. 1995. Vol. 69, iss. 4. P. 719.

36. Ryff C. D., Singer B. Psychological well-being: Meaning, measurement and implications for psychotherapy research // Psychotherapy and psychosomatics. 1996. Vol. 65, iss. 1. P. 14-23.

37. Seligman M. Learned optimism. New York: Knopf, 1991. 319 p.

38. Weiss R. S. The attachment bond in childhood and adulthood // Attachment Across the Life Cycle / Ed. by C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde. London: Routledge. 1991. P. 171-184.

## АНОТАЦІЯ

**Штанська А. А. «Особливості психологічного благополуччя у підлітків з різним типом прихильності.» – Рукопис.**

**Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього рівня «Бакалавр» за спеціальністю 053 «Психологія». – Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна. – Харків, 2024.**

У кваліфікаційній роботі розглянуто зв'язок особливостей психологічного благополуччя в підлітків та типу прихильності. Проаналізовано поняття психологічного благополуччя, тип прихильності, а також їх взаємозв'язок. У дослідженні визначено, що підлітки з надійним типом прихильності мають середній, близько до високого, рівень розвитку когнітивних особливостей благополуччя на відміну від підлітків з тривожним типом прихильності, які мають низький рівень когнітивних особливостей благополуччя. Підлітки з унікаючим типом мають середній рівень когнітивних особливостей благополуччя. Підлітки з надійним та унікаючим типом мають переважно середні, інколи високі показники суб'єктивного благополуччя, тоді як для підлітків з тривожним типом характерний низький та середній рівень суб'єктивного благополуччя. Тип прихильності є чинником, що обумовлює рівень психологічного благополуччя, при тому що не є чинником, що впливає на показники психічного здоров'я підлітків (надійний, унікаючий та тривожний типи суттєво не відрізняються за показниками психічного здоров'я). Таким чином, надійний тип має високі показники психологічного благополуччя й задоволеності життям.

**Ключові слова:** *психологічне благополуччя; надійний, унікаючий, тривожний типи прихильності; психічне здоров'я; суб'єктивне благополуччя; когнітивні особливості благополуччя.*

## ANNOTATION

**Shtanska A. A. "Features of Psychological Well-Being in Adolescents with Different Attachment Types." – Manuscript.**

**Qualification work for obtaining the educational level of "Bachelor" in specialty 053 "Psychology." – V. N. Karazin Kharkiv National University. – Kharkiv, 2024.**

The qualification work examines the relationship between the features of psychological well-being in adolescents and their attachment types. The concepts of psychological well-being, attachment types, and their interrelation are analyzed. The study found that adolescents with a secure attachment type have an average to high level of cognitive well-being, unlike adolescents with an anxious attachment type, who have a low level of cognitive well-being. Adolescents with an avoidant attachment type have an average level of cognitive well-being. Adolescents with secure and avoidant attachment types generally have average, sometimes high levels of subjective well-being, whereas adolescents with an anxious attachment type are characterized by low and average levels of subjective well-being. Attachment type is a factor that determines the level of psychological well-being but does not affect the indicators of adolescents' mental health (secure, avoidant, and anxious types do not significantly differ in terms of mental health indicators). Thus, the secure attachment type has high indicators of psychological well-being and life satisfaction.

**Keywords:** *psychological well-being; secure, avoidant, anxious attachment types; mental health; subjective well-being; cognitive features of well-being.*