

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В. Н. КАРАЗИНА
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

На тему: «Самооцінка осіб молодого та юнацького віку з різними типами
прив'язаності»

Студентки 4 курсу групи ПС-41
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньо-професійної програми
«Психологія» за спеціальністю 053 – психологія Клименко М. А.

Керівник: доктор психологічних наук, професор В.В. Плохих

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____

Кількість балів: _____

Члени комісії _____ (підпис) _____ (прізвище та ініціали)

_____ (підпис) _____ (прізвище та ініціали)

_____ (підпис) _____ (прізвище та ініціали)

м. Харків – 2024 рік

ЗМІСТ

ЗМІСТ.....	1
ВСТУП.....	2
РОЗДІЛ I.....	5
Форми та варіації зв'язку самооцінки та типу прив'язаності особистості.....	5
1.1. Самооцінка та теоретичні підходи до її вивчення в психології.....	5
1.2. Формування самооцінки та функції самооцінки в життєдіяльності людини....	7
1.3. Види та характеристики самооцінки. Самооцінка особистості в рамках теорії Я-концепції.....	8
Самооцінка особистості в рамках теорії Я-концепції.....	9
1.4. Теорія прив'язаності.....	11
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ I.....	17
РОЗДІЛ II.....	19
Емпіричне дослідження взаємозв'язку між самооцінкою та типом прив'язаності : методики, вибірка та процедура аналізу даних.....	19
2.1. Опис вибірки досліджуваних та використаних методик.....	19
Опис вибірки досліджуваних.....	19
Інтерпретація коефіцієнта рангової кореляції r за методикою Будассі.....	20
Значення результатів за методикою визначення типу прив'язаності Енні Чен.....	22
2.2 Результати емпіричного дослідження.....	27
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ II.....	36
ВИСНОВКИ.....	37
ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	39
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	44

ВСТУП

Актуальність дослідження

Актуальність дослідження визначається сучасними викликами в галузі психології: більша увага до ролі особистісних особливостей у формуванні психічного здоров'я та соціального функціонування молодого покоління обумовлює необхідність глибшого розуміння впливу типів прив'язаності на самооцінку. Розуміння, як тип прив'язаності, що формується у дитинстві, впливає на самооцінку молодих людей, є одним з важливих факторів для розвитку психологічного благополуччя в цьому віковому сегменті. Дослідження сприятиме розумінню того, як самооцінка формується в контексті різних типів прив'язаності, що може впливати на соціальну адаптацію молоді в різних сферах життя.

Таким чином, це дослідження не тільки розширить теоретичні знання в галузі психології, але також може мати важливе практичне застосування для психологічного консультування та психокорекції спрямованих на підвищення самооцінки та психічного здоров'я.

Об'єкт: Соціальна взаємодія осіб молодого та юнацького віку

Предмет: Самооцінка у формуванні прив'язаності осіб юнацького та молодого віку.

Мета дослідження - визначити особливості самооцінки відповідно до різних типів прив'язаності осіб молодого та юнацького віку.

Гіпотеза

Передбачається, що особи із безпечним типом прив'язаності мають нахил до вищої, більш адекватної та стабільної самооцінки порівняно з особами, у яких наявний тривожний, уникаючий або тривожно-уникаючий типи прив'язаності.

Ця гіпотеза базується на припущенні, що динаміка взаємин у ранньому дитинстві та патерни прив'язаності можуть визначати особистісні характеристики, зокрема самооцінку, у подальшому віці. Безпечна прив'язаність, яка формується через позитивні взаємини у дитинстві, може сприяти стабільному

психологічному фоні, що відображається у вищій самооцінці.

Тривожний, унікаючий та тривожно-унікаючий типи прив'язаності в свою чергу прив'язаності можуть призводити до емоційних та міжособистісних труднощів, що, може впливати на адекватність та стабільність самооцінки. Підтримка цієї гіпотези може надати важливі висновки щодо розвитку психологічної підтримки та програм для формування позитивного образу себе в молодому та юнацькому віці.

Задачі

1. Здійснити теоретичний аналіз самооцінки та її функції в організації життєдіяльності особистості, а також на основі літературних даних схарактеризувати різні типи прив'язаності особистості.
2. Обґрунтувати організацію емпіричного дослідження для визначення самооцінки в контексті соціальних взаємовідносин.
3. Емпірично визначити самооцінку та тип прив'язаності осіб молодого та юнацького віку.
4. За результатом емпіричного аналізу встановити форми та варіації типу прив'язаності в аспекті зміни самооцінки у осіб молодого та юнацького віку.

Методи дослідження

1. Методика для визначення самооцінки Будассі.
2. Методика Енні Чен на визначення типу прив'язаності.
3. Методика дослідження локусу контролю Дж. Роттера.
4. Методика самооцінки психічних станів Айзенка.

Статистичні методи обробки даних:

1. Кластерний аналіз (метод k-середніх)
2. Кореляційний аналіз за Спірменом (rs)
3. U-критерій Манна-Уїтні
4. Критерій знакових рангів Уїлкоксона.

Характеристика вибірки досліджуваних

Вибірка для нашого дослідження складається з українських студентів

факультету психології у віці 18-30 років із середнім матеріальним статусом. Ця група осіб характеризується вищою психологічною компетентністю через специфічний фаховий профіль та вивчення психології, що може впливати на їх розуміння психологічних аспектів власної самооцінки та прив'язаності. Зазначений віковий діапазон враховує період переходу від юності до молодості, коли формуються ключові аспекти особистості. Етнічна приналежність українців надає національний контекст дослідженню, враховуючи можливі культурні впливи на самооцінку. Середній матеріальний статус вибірки дозволяє враховувати рівень доступу до різних ресурсів та послуг, які можуть впливати на їх психологічну динаміку та ставлення до себе. В цілому, дана вибірка є ключовою для дослідження взаємозв'язку типів прив'язаності та самооцінки в контексті психологічних аспектів молодого українського населення.

Практична значущість

Практична значущість даного дослідження полягає у розгляді взаємозв'язку між типом прив'язаності, який формується в дитинстві без прямого впливу особи, та динамічною структурою самооцінки. Розуміння цих утворень може визначити напрями психологічної роботи з метою покращення самооцінки та якості життя особистостей молодого та юнацького віку.

У випадку підтвердження гіпотези щодо позитивного впливу надійного типу прив'язаності на підвищену та стабільну самооцінку особи, це відкриє можливість нових досліджень у галузі причин, які призводять до низької та завищеної самооцінки. Таке відкриття сприятиме розробці нових стратегій та підходів до корекції самооцінки особистості, що можна буде використовувати у психологічній практиці.

РОЗДІЛ I

Форми та варіації зв'язку самооцінки та типу прив'язаності особистості

1.1. Самооцінка та теоретичні підходи до її вивчення в психології

В сучасному психологічному дискурсі велика увага приділяється вивченню самооцінки як важливого аспекту психічного функціонування особистості. Самооцінка визначається як внутрішнє оцінювання, яке особа проводить щодо своєї власної особистості, здібностей, характеристик та досягнень. Розуміння цього утворення є важливим аспектом, бо самооцінка має значущий вплив на психологічний стан і поведінку особистості.

Цей підрозділ присвячений розгляду та аналізу теоретичних підходів до самооцінки, порівнянню концепцій вітчизняних та закордонних авторів, які спрямовані на розкриття сутності та структури поняття самооцінки, а також визначення її ролі в розвитку людини.

Поняття "самооцінка" охоплює когнітивний, емоційний, фізіологічний та соціальний компоненти. Враховуючи це, дослідження різних теоретичних підходів дозволяє глибше зрозуміти комплексний характер самооцінки та її взаємодію з іншими аспектами психічного функціонування. Існує ряд теоретичних підходів для аналізу самооцінки, яка включає різноманітні фізичні, поведінкові, психологічні та соціальні аспекти особистості, пов'язані з її власною оцінкою.

У контексті теорії Л. Виготського самооцінка трактується як частина самосвідомості особистості в концепції діяльності та спілкування. Згідно з цим підходом, процеси самосвідомості мають опосередкований характер, розвиваючись у взаємодії людини з оточенням.

У працях радянських психологів, таких як Л. Божович, Л. Леонт'єв, Л. Рубінштейн, самооцінка розглядається в контексті розвитку особистості. Вони

розглядають самооцінку як складний компонент самопізнання, який виражає оцінку інших осіб, що беруть участь у формуванні особистості. Л. Леонт'єв враховує емоційний компонент разом із когнітивним, закликаючи розглядати самооцінку з точки зору почуттів.

Вітчизняні автори визначають самооцінку як центральну ланку сфери самосвідомості особистості, яка виконує регуляторні функції в поведінці. Розвиток цієї функції пов'язують зі становленням її стійкості, оскільки стійка самооцінка виражає сформоване відношення людини до себе і може суттєво впливати на її поведінку. [2]Іс

Багато психологічних досліджень було проведено в галузі вивчення явища самооцінки й в закордонній психології. Велика кількість наукових публікацій присвячена цій темі в роботах визнаних закордонних психологів, таких як А. Адлер, А. Бандура, Р. Бернс, І. Бранден, К. Хорні, В. Джеймс, Е. Еріксон, Ф. Зімбардо, Ч. Кулі, С. Куперсміт, К. Левін, Дж. Мід, К. Роджерс, та З. Фройд.

М. Розенберг, один з перших в цій галузі, висловив думку, що самооцінка передбачає загальну позитивну оцінку себе особою. М. Розенберг виділяв, що висока самооцінка передбачає відчуття поваги та гідності до самого себе. Він стверджував, що самооцінка пов'язана зі сприйняттям або суб'єктивною оцінкою власної цінності, почуттями самоповаги та самовпевненості та емоційної оцінки себе.

За М. Розенбергом, самооцінка відтворює почуття власної гідності, яка визначається емоційною оцінкою себе. Ці оцінки можуть бути як позитивними, так і негативними, залежно від особистого переживання та сприйняття власної цінності. [29]

Існує три способи визначення поняття «самооцінка»:

1. *Глобальна або особиста самооцінка:* відноситься до того, як люди ставляться до себе (наприклад, почуття самолюбства або самооцінки);
2. *Самооцінка, яка стосується того, як люди оцінюють свою самооцінку та якості;*
3. *Психічні стани та емоції самооцінки:* стосується набору емоційних станів,

наприклад, людина може сказати, що її самооцінка значно підвищилася після переживання певного успіху в стосунках, або ж навпаки, що її самооцінка значно знизилася після переживання розлучення. [11]

Ще одне визначення самооцінки за Вебстером: «самооцінка — це бути задоволеним собою».[25]

Самооцінка представляє собою ступінь, до якої індивід оцінює себе позитивно чи негативно, саме порівнюючи себе з іншими.

Соціальний аспект самооцінки має особливе значення у нашому дослідженні, оскільки, згідно з нашою гіпотезою, тип прив'язаності - тобто комплекс певних патернів взаємодії з об'єктом прив'язаності в дорослому віці, є суттєвим фактором, що впливає на самооцінку особистості.

Отже, самооцінка - це спосіб, яким індивідуум оцінює себе, як у цілому, так і в окремих аспектах своєї особистості, діяльності та поведінки. У цілому самооцінка складає з себе систему особистісних сенсів індивіда та обрану людиною систему цінностей. [23]

1.2. Формування самооцінки та функції самооцінки в життєдіяльності людини

Формування самооцінки являє собою комплексний та довготривалий процес, на який суттєво впливає множина факторів. Цей процес взаємодіє з розвитком Я-образу та самосвідомості особистості. Під час формування самооцінки спостерігається значуща динаміка, особливо під впливом виникнення вікових криз. Відтак, немає випадковості в тому, що самооцінка дитини, підлітка та дорослого виявляє виразно відмінні характеристики. [20]

Наприклад, самооцінка може значно знижуватися в підлітковому віці через психосоматичні зміни, тоді як у похилому віці цей процес може бути пов'язаний із виходом на пенсію. Загалом, самооцінка проявляється як більш динамічна та нестабільна у періоди вікових трансформацій. Несприятливі зміни у психічному стані та здоров'ї можуть суттєво впливати на внутрішню оцінку себе.

Передбачається, що самооцінка є вищою та більш адекватною саме в молодому віці, що виступає інтересом нашого дослідження. Важливо враховувати цей контекст при аналізі самооцінки в різних життєвих етапах. [21]

Самооцінка відіграє визначальну роль як у нормальному функціонуванні особистості в її повсякденному житті. Це невідемний аспект людської життєдіяльності, який впливає на успішність та неуспішність, здатність до самореалізації в особистій, професійній та соціальній сферах. Спосіб, яким людина сприймає своє "Я", оцінює свої можливості, душевні та фізичні сили, прямо впливає на її життя та взаємодію з навколишнім світом. [2]

Самооцінка виконує різноманітні функції, включаючи захисну, регуляційну, розвивальну, мотиваційну, емоційну, адаптаційну, прогностичну, коригувальну, ретроспективну, сигнальну та термінальну. Вона суттєво впливає на поведінку, діяльність, спілкування та розвиток особистості загалом.

Отже, процес формування самооцінки є комплексним і тривалим, і на нього впливають різноманітні фактори. Цей процес пов'язаний з розвитком Я-образу та самосвідомості особистості, і його динаміка може значно змінюватися під впливом вікових криз. Основними функціями самосвідомості є: розуміння себе, самовдосконалення і пошук власних сенсів та цінностей. Головною метою самооцінки є ефективне регулювання поведінки та діяльності особистості. Найвищою формою механізмів самооцінки є творче ставлення до себе - бажання змінювати та покращувати себе. [25]

1.3. Види та характеристики самооцінки. Самооцінка особистості в рамках теорії Я-концепції

Самооцінка, як важливий аспект психічного феномена, має комплексний характер, охоплюючи різні аспекти особистості, такі як інтелект, зовнішній вигляд, успішність у спілкуванні тощо. Залежно від того, як суб'єктивна самооцінка взаємодіє з реальними проявами особистості, можна виділити різні типи самооцінки. Самооцінку можна характеризувати за рівнем (висока, середня,

низька), реалістичністю (адекватна, завищена, занижена), особливостями будування (конфліктна, безконфліктна) та часовою віднесеністю (прогностична, актуальна, ретроспективна).

Прогностична самооцінка дозволяє суб'єкту оцінити свої можливості та визначити своє ставлення до них. Актуальна самооцінка відображає поточний стан та дії особистості. Ретроспективна самооцінка призначена для рефлексії щодо минулих досягнень та невдач, допомагаючи особистості розуміти причини свого успіху чи невдачі. А стійкість самооцінки в свою чергу розглядається з погляду її сталості у часі.

Самооцінка особистості в рамках теорії Я-концепції

Процес розвитку самопізнання належить до складного порядку явищ, що розпочинається з порівняння особистості з іншими, внаслідок чого формується та накопичується інформація про себе, утворюючи Я-концепцію. Поняття "Я-концепція" з'явилося у науковому вжитку на зламі ХІХ-ХХ століть у зв'язку із розгляданням духовної природи людини як суб'єкта, який пізнає, і суб'єкта, якого пізнають. В. Джеймс, американський психолог, став засновником ідеї Я-концепції та розробив її. В 1950-ті роки концепція розвивалася в рамках феноменологічної та гуманістичної психології, представниками якої були А. Маслоу, К. Роджерс.

Я-концепція є цілісною структурою, де всі компоненти, хоча мають відносно самостійну логіку розвитку, тісно пов'язані один з одним. Вона включає свідомі та несвідомі аспекти та розглядається з погляду самосвідомості, глибини цих усвідомлень, їх персональної значущості для особистості, а також зв'язності, послідовності та стійкості у часі. [9]

Структурні компоненти Я-концепції поділяються на:

1. «Я-образ», який включає зміст створеного людиною на основі самосприйняття образу про самого себе. Я-образ складається з певних установок, ролей та психологічних характеристик людини, як наприклад рівень досягнень, життєві цілі та цінності. Цей компонент також включає в себе Я-ідеальне, Я-реальне та Я-дзеркальне. Ці компоненти носять індивідуальний характер та не є постійними відносно контексту та часової перспективи.

2. Емоційно-ціннісний (афективний) компонент. Цей компонент відповідає за загальну самооцінку особистості або за оцінку людиною окремих сторін себе та своєї діяльності. До цього компоненту відносять систему самооцінок. Поведінковий компонент - це компонент, що характеризує прояви когнітивного та оцінювального компонентів у поведінці: в мовленні, висловах про себе: людина бачить як вона себе поводить в реальності та не може цього ігнорувати, тому дає оцінку своїй поведінці. Це об'єктивна складова Я-концепції. [2]

Р. Бернс поділив я концепцію на наступні складові:

1. Реальне Я (яким я, на мою думку є насправді)
2. Ідеальне Я (яким би я хотів або маю стати)
3. Дзеркальне Я (яким мене бачать інші)

Я-реальне - це уявлення про самого себе, котрі пов'язані з тим, як людина бачить свої актуальні здібності, ролі, соціальний статус, якими вона дійсно володіє. Це поточна самооцінка людини.

Я-ідеальне формується у дитинстві: формується свідомий ідеал, порівняння себе з яким нерідко призводить до незадоволення собою та прагнення себе поміняти. Формування такого ідеалу та зіставлення з ним своїх цілей, вчинків і бажань є провідною функцією самооцінки. Під час такого порівняння людина шляхом інтроспекції надає оцінку собі та результатам своєї діяльності. [17]

Я-дзеркальне - це те якими якостями та характеристиками людину наділяють оточуючі що її бачать.

Однією з ключових функцій самооцінки є забезпечення внутрішньої згоди особистості та адекватності її поведінки. Самооцінка в розрізі даного підходу формується під впливом життєвого досвіду, зокрема взаємодії з батьками в дитинстві, що в свою чергу, формує визначення цілей, систему очікувань і прогнозів щодо майбутнього.

Таким чином, розходження між “ідеальним я” та “реальним я” - є основою для почуттів пов'язаних з оцінкою себе, є важливим джерелом розвитку особистості, але значна суперечність між ними, може стати джерелом особистісних конфліктів та негативних переживань: розвинути комплекс неповноцінності. Я-концепція

формується в у дитинстві під впливом дитячо-батьківських відносин, зокрема життєвого досвіду та надалі впливає на інтерпретацію цього досвіду: на цілі які індивід ставить перед собою, оцінку та прогноз майбутнього.

1.4. Теорія прив'язаності

Джон Боулбі, британський психолог і автор теорії прив'язаності, уперше висунув цю концепцію в середині 20 сторіччя. Головна ідея теорії полягає в тому, що необхідність немовляти у матері чи опікуні, який функціонує як заміна матері на ранніх етапах життя, називається прив'язаністю. Цей психологічний феномен формує конкретний патерн поведінки особистості у дорослому віці, особливо у відносинах. Теорія прив'язаності розглядає ранні взаємодії дитини з матір'ю, або за її відсутності будь-яку іншу особу-опікуна, як ключовий фактор у формуванні її психічної структури та подальшого соціального функціонування. За цією концепцією, якість і стабільність взаємин на ранніх етапах визначається рівнем безпеки та надійності прив'язаності. Це, своєю чергою, визначає спосіб, яким індивід реагує на соціальні взаємодії та формує міжособистісні контакти у подальшому житті.

Твердження про те, що для емоційного розвитку дітей необхідні тісні та безперервні відносини догляду, потребувало теоретичного обґрунтування. Не дивлячись на те, що Боулбі належав до психоаналітичної британської спілки, він відкинув сучасні психоаналітичні підходи, які пояснювали прив'язаність дітей до матері через оральне задоволення або вторинне підкріплення відповідно до теорії соціального навчання. Він взяв за основу концепцію критичних періодів з ембріології та переніс ці ідеї на рівень поведінки, натхненний статтею Конрада Лоренца про імпринтинг у птахів. Це відкрило нові горизонти для розуміння формування соціальних зв'язків, не обмежуючись лише годуванням. Боулбі також використовував етологічні методи спостереження за тваринами в природному середовищі, зокрема за людиноподібними мавпами. Боулбі запозичив поняття від

Фрейда, що зріла людська сексуальність будується з інстинктивних компонентів, і припустив, що поведінка прихильності 12-місячних дітей складається з ряду інстинктивних реакцій, які сприяють формуванню зв'язку між матір'ю та дитиною. Ці компоненти, які включають смоктання, чіпляння, слідування, а також сигнальну поведінку у вигляді посмішки та плачу, поступово розвиваються протягом першого року життя та концентруються на фігурі матері протягом наступних 6 місяців. Дж. Боулбі вважав, що чіпляння та слідування за матір'ю є можливо важливішими для формування зв'язку, ніж смоктання та плач. Для підтвердження своїх тез Боулбі переглянув дані з наявних емпіричних досліджень когнітивного та соціального розвитку немовлят, включаючи ідеї Ж. Піаже.[13]

Дж. Боулбі кладе основу для своєї теорії, інтегруючи висновки з різних наукових дисциплін, включаючи етологію та кібернетику. Він підкреслює важливість розуміння того, як організми регулюють поведінку у відповідь на своє оточення, відступаючи від фройдівського акценту на драйви та інстинкти. Дж. Боулбі ідентифікує прикріплення, батьківство, спарювання, годування та дослідження як ключові поведінкові системи, необхідні для виживання та розмноження. Ці системи адаптивні і можуть пристосовуватись до змін у середовищі. [13] Акцент Дж. Болбі на взаєминах "дитина-батько" забезпечив вузьке, досить конкретне уявлення про природу прив'язаності. Проте, в міру розвитку нашого розуміння, область аналізу розширилася і охопила опікунів, романтичних партнерів, а також стосунки з друзями та колегами. Через це виникло питання: чому ми маємо назвати деякі близькі, емоційні стосунки "прив'язаностями", а інші - ні? Одна з відповідей полягає в тому, що прив'язані стосунки виконують конкретні функції. Вони надають особам пристань і безпечний фундамент, що призводить до того, що люди шукають прив'язані фігури у стресових ситуаціях, наприклад, коли вони відчують загрозу або стрес. Деякі дослідники також включають підтримку близькості як ще одну ключову функцію стосунків прив'язаності. Крім того, стосунки прив'язаності відрізняються від інших близьких стосунків своєю характеристикою як

безпечних чи не безпечних, останні представлені униканням прив'язаності, тривогою або дезорганізацією.

Внутрішня робоча модель прив'язаності

Внутрішня робоча модель прив'язаності, концепція в рамках теорії прив'язаності Дж. Боулбі, використовується для опису когнітивної структури, що складається з ментальних уявлень про себе, інших людей та навколишній світ, які формуються у дитини протягом взаємодій з опікуном в період від народження до 36 місяців та проявляються в її поведінці прив'язаності у ранньому та подальших вікових періодах. Поняття "робоча модель" було запозичено Дж. Боулбі від К. Крейка та є спорідненим до аналогічного терміну у теорії Ж. Піаже.[15]

Ранні взаємодії з важливими дорослими поступово формують систему думок, спогадів, переконань, очікувань, емоцій та поведінки щодо себе та інших. Ця робоча модель постійно розвивається з часом та досвідом. Внутрішні моделі регулюють, тлумачать та передбачають поведінку, пов'язану з прив'язаністю до себе та важливого дорослого. Вони дозволяють дитині навчитися новим формам соціальних взаємодій, розуміти, наприклад, що немовля потребує іншого ставлення, ніж старша дитина, або що взаємодія з вихователями та батьками має схожі риси. Ця внутрішня робоча модель продовжує розвиватися до дорослого віку і допомагає впоратися з дружбою, шлюбом та батьківством, кожне з яких включає різні почуття та моделі поведінки. Розвиток прив'язаності - це процес взаємодії. Він змінюється з віком за допомогою різних чинників, які частково визначаються досвідом та частково ситуаційними факторами. Поведінка прив'язаності змінюється з віком, зокрема під час формування взаємин.[14]

Сформована внутрішня робоча модель є орієнтиром у відносинах з особою прив'язаності і протягом життя служить опорою для засвоєння нової інформації в різних соціальних ситуаціях, а також у встановленні близьких відносин, регулюючи очікування від партнера та оцінку себе відносно цих відносин.[29] Робоча модель ускладнюється протягом процесу дорослішання, але залишається стійкою до суттєвих змін.

Теорія Дж. Боулбі вказує на те, що розвиток психічної структури залежить від

ранніх досвідів прив'язаності, і ці досвіди впливають на формування стійких патернів поведінки, які проявляються у взаємодії з іншими людьми у дорослому віці. Ця теорія відкриває важливі перспективи для розуміння взаємозв'язку дитячого розвитку та дорослої поведінки у сфері міжособистісних відносин.[26]

Експеримент "Дивна ситуація"

Мері Айнсворт внесла значний внесок у розробку теорії прив'язаності, досліджуючи цю тему спочатку паралельно з Боулбі, а потім спільно з ним. Експеримент "Дивна ситуація" є одним із перших методів дослідження природи та динаміки прив'язаності між дитиною та матір'ю. Цей експеримент був вперше опублікований у 1969 році та став важливим інструментом для вивчення реакцій маленьких дітей на стресову ситуацію, пов'язану із розлученням з матір'ю. Проведений у формі 20-хвилинної "мініатюрної драми" з восьми епізодами, експеримент передбачав вхід матері та дитини до лабораторії, взаємодію з незнайомкою, розлучення з матір'ю та поверненням її, а також включав в себе додаткові періоди розлучення та повернення. [21]

В ході експерименту "Дивна ситуація" було виявлено 3 основних патернів поведінки дітей під час з'єднання з матір'ю після періоду розлучення. Основні патерни включали:

1. Безпечний тип прив'язаності: Діти, які виявляли цей тип прив'язаності, зазвичай реагували на розлучення з матір'ю зі слабким дискомфортом, а під час повернення матері демонстрували радість та швидко наближалися до неї для контакту та утішання. Це свідчить про стабільні та довірливі відносини між дитиною та матір'ю.
2. Тривожно-унікаючий тип прив'язаності: діти цього типу реагували на розлучення з матір'ю дуже сильним збудженням та страхом. Під час повернення матері вони могли виразити супротив або змішаність почуттів, проявляючи конфліктні емоції.
3. Унікаючий тип прив'язаності: діти з цим типом прив'язаності могли проявляти відсутність емоційної реакції на розлучення з матір'ю або пасивність під час її повернення. Вони могли уникати контакту з матір'ю або

демонструвати відчуття незалежності.

Результати цього дослідження виявили, що діти виявляють різні прояви поведінки під час з'єднання з матір'ю після періоду розлучення, що вказує на різні типи прив'язаності між дитиною та матір'ю. Такі відмінності у поведінці немовлят підтверджують вплив якості ранньої взаємодії та встановлення емоційного зв'язку з батьками для емоційного розвитку дитини.

Таким чином, встановлення стабільності в стилі прив'язаності конкретної особистості протягом зростання є досить складним завданням, і на цей час невідомо, чи є стиль прив'язаності незмінним на різних вікових етапах життя людини. Питання того, чи залишається стиль прив'язаності людини сталим протягом її життя, або змінюється, ускладнене тим, що вивчення процесів змін так само цікаве та важливе, як і вивчення стійкості. Деякі дослідники вважають, що розуміння того, як змінюється стиль прив'язаності дорослих через вплив романтичного партнера, допомагає краще зрозуміти, які зміни в прикріпленні є нормальними. Інші дослідники розглядають, як проблеми і нові життєві обставини впливають на стиль прив'язаності. Вони дійшли висновку, що стиль прив'язаності може бути стійким у деяких сферах життя, таких як відносини з батьками, але не стійким у романтичних стосунках, і немає однозначності у безпеці прив'язаності між різними сферами у будь-який момент часу.

Не дивно, що з цього випливають ще більше питань. Наприклад, чи є нестійкість прикріпленості більш схильною до змін з часом, ніж стабільність? Як це впливає на можливість того, що діти з небезпечною прив'язаністю можуть набути безпечної прив'язаності, коли виростуть? Чи існують діти або дорослі, які не можуть перейти з небезпечного стилю на безпечний, можливо, через специфічні травматичні досвіди? Ці проблеми є доволі важливими, бо дослідження цього аспекту викликає нові питання для майбутніх дослідників. Раніше вважалося, що прив'язаність має бути стабільною протягом усього життя, але тепер розуміють, що зміна є нормою. Дослідження того, як змінюється тип прив'язаності та чому це відбувається, може змінити підхід до вивчення прив'язаностей.

Отже, у теорії прив'язаності Дж. Боулбі висунув ідею про те, що ранні взаємодії дитини з матір'ю або іншими опікунами визначають формування її психічної структури та соціального спілкування у подальшому житті. Згідно з цією концепцією, якість та адекватність цих взаємин на ранніх етапах визначається рівнем безпеки та надійності прив'язаності. Такі взаємини впливають на спосіб, яким індивід реагує на соціальні стимули та формує відносини у майбутньому. В ході експерименту "Дивна ситуація" було виявлено 4 основних типи прив'язаності: безпечний, амбівалентний, тривожний та уникаючий. А також стиль прив'язаності може змінюватися протягом життя людини. [30]

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ I

1. Самооцінка та прив'язаність - це два важливі психологічні утворення, які глибоко впливають на розвиток та функціонування особистості. Самооцінка являє собою систему цінностей, переконань та якостей які індивід наділяє себе, і відіграє ключову роль у регулюванні поведінки та досягненні успіху в діяльності та соціальних зв'язках. Вона визначається взаємодією між внутрішніми переконаннями та зовнішніми стимулами, такими як, наприклад успіх.
2. Прив'язаність в концепції Дж. Боулбі та М. Айнсворт описує типові патерни взаємин між людьми. Існує три основних типи прив'язаності - безпечний, амбівалентний та унікаючий, що розкривають різноманітність індивідуальних реакцій людини на об'єкт прив'язаності.
3. Самооцінка і прив'язаність, є динамічними утвореннями, які можуть змінюватися протягом життя людини під впливом різних факторів і визначати поведінку та адаптацію людини в соціумі.
4. Тривожний, тривожно-унікаючий та унікаючий типи прив'язаності можуть мати значний вплив на людину і її стосунки.
 - a. Тривожний тип прив'язаності може призвести до постійного переживання тривоги та нестабільності в стосунках. Люди з цим типом прив'язаності можуть бути схильні до надмірної залежності від інших, постійно шукаючи підтримку та підтвердження своєї цінності.
 - b. Тривожно-унікаючий тип прив'язаності може уникати інтимності та близьких стосунків через страх перед відстороненням або вразливістю. Люди з цим типом прив'язаності можуть уникати близьких стосунків, щоб уникати можливого негативного досвіду, не дивлячись на те, що в той самий час потребують близькості та прийняття.
 - c. Унікаючий тип прив'язаності може призвести до відчуття відокремленості та неприйняття, що може спричинити відчуття самотності та незахищеності. Люди з цим типом прив'язаності можуть уникати близьких стосунків зі страхом перед відмовою чи

відстороненням.

РОЗДІЛ II

Емпіричне дослідження взаємозв'язку між самооцінкою та типом прив'язаності : методики, вибірка та процедура аналізу даних

2.1. Опис вибірки досліджуваних та використаних методик

Опис вибірки досліджуваних

У дослідженні взяли участь 68 студентів та студенток факультету психології різних вищих навчальних закладів України, зокрема міста Харкова - Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна та Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серед учасників були представники як денної, так і заочної форм навчання. Згідно з розподілом статей, у вибірці було представлено 94.2% жінок та 5.8% чоловіків молодого та юнацького віку, віком від 18 до 30 років. Важливо відзначити, що всі учасники дослідження були українцями за національною ознакою.

За віковим критерієм вибірка була складена за допомогою вікової періодизації В.Ф. Моргуна. [3] Вибір вікового критерію в групі людей молодого та юнацького віку (від 18 до 23 років) може бути пояснений з погляду фаз розвитку особистості. Згідно з етапами, період юності є періодом значних особистісних змін, спрямованих на самоактуалізацію та пошук місця в житті. У даних період людина активно формує свою ідентичність, встановлює дружні стосунки та романтичні стосунки, а також приймає рішення щодо освіти та кар'єри. В цей час людина розвиває навички відповідальності та планування, що є основними для подальшого життя дорослої людини. Стадія молодості (від 23 до 30 років) відзначається утворенням стійких життєвих позицій. У цей період особистість намагається реалізувати свої цілі та набуті навички в професійній сфері та будувати сім'ю.

Дослідження самооцінки та рівня прив'язаності людини є важливим саме в цій вибірці, оскільки цей період є важливими для формування особистості та визначення майбутнього курсу життя. Під час переходу від юнацького віку до дорослості людина стикається з такими процесами, як самоідентифікація,

встановлення відносин з іншими та вибір кар'єри. Самооцінка також грає роль у визначенні власної ідентичності та впевненості в собі в цей період. Відчуття прив'язаності також може впливати на процес самоідентифікації та планування майбутнього, оскільки стабільні взаємини з соціальним оточенням можуть забезпечити підтримку та впевненість у власних можливостях.

Характеристика методів і методик дослідження. Обґрунтування обраних методик.

У проведеному дослідженні застосовувалися чотири методики:

1. Методика для визначення самооцінки Будассі.
2. Методика Енні Чен на визначення типу прив'язаності.
3. Методика дослідження локусу контролю Дж. Роттера.
4. Методика самооцінки психічних станів Айзенка.

Методика для визначення самооцінки Будассі.

Цей психологічний інструмент призначений для вимірювання рівня самооцінки шляхом порівняння рядів слів, ранжованих респондентом. Самооцінка визначається за допомогою формули, що підраховує різницю між “Я-реальним” та “Я ідеальним” в рамках підходу Я-концепції.

Значення результатів

Розглянемо можливі значення результату (див. табл. 2.1.). Коефіцієнт рангової кореляції r може знаходитися в інтервалі від -1 до +1. [5]

Табл. 2.1.

Інтерпретація коефіцієнта рангової кореляції r за методикою Будассі

r	Значення
від +1,0 до +0,8	самооцінка висока, неадекватна;
від +0,79 до +0,53	самооцінка висока, адекватна;
від +0,52 до -0,1	самооцінка середня, адекватна;
від -0,09 до -0,32	самооцінка низька, адекватна;

від -0,33 до -1,0	самооцінка низька неадекватна.
-------------------	--------------------------------

Якщо отриманий коефіцієнт становить не менше -0,37 і не більше +0,37 (при рівні значимості, рівному 0,05), то це вказує на слабкий, незначний зв'язок (або його відсутність) між уявленнями людини про якості її ідеалу та про реальні якості. Такий показник може бути обумовлений і невиконанням інструкцій експериментатором, але якщо інструкції дотримувалися, то низькі показники означають нечітке та неуточнене уявлення людини про її ідеальне Я та реальне Я. Значення коефіцієнта кореляції від +0,38 до +1 свідчить про наявність значущого позитивного зв'язку між ідеальним Я та реальним Я. Це можна трактувати як прояв адекватної самооцінки або, при значенні від +0,39 до +0,89, як тенденцію до завищення. Значення ж від +0,9 до +1 часто виражають надмірно завищену самооцінку. Значення коефіцієнта кореляції в інтервалі від -0,38 до -1 свідчить про наявність значущого від'ємного зв'язку між ідеальним Я та реальним Я (відображає розходження уявлень людини про те, ким вона хоче бути, та тим, якою вона насправді є). Це розходження пропонується інтерпретувати як занижену самооцінку. Чим ближче коефіцієнт до -1, тим більше ступінь розбіжності.

У методиці дослідження самооцінки рівень та адекватність визначаються як співвідношення між ідеальним образом себе та реальним. Людині зазвичай здається, що її уявлення про себе є переконливими, незалежно від того, наскільки вони базуються на об'єктивних фактах або суб'єктивних думках, або чи вони правдиві. Проте якість, які людина приписує собі, не завжди є точною. Процес самооцінки може відбуватися двома способами: порівнюючи свої амбіції з реальними результатами або порівнюючи себе з іншими. Незалежно від того, що лежить в основі самооцінки - власне судження або інтерпретація суджень інших, індивідуальні ідеали або культурні стандарти, вона завжди є суб'єктивною. Показники самооцінки можуть бути адекватністю та рівнем.

Адекватність самооцінки відображає ступінь відповідності уявлень про себе об'єктивним фактам. Рівень самооцінки відображає ступінь відповідності між реальними та ідеальними уявленнями про себе. Висока самооцінка, з певною тенденцією до переоцінки, може бути рівносильною з позитивним ставленням до

себе, прийняттям себе та відчуттям повноти. Занижена самооцінка, з тенденцією до недооцінки, навпаки, може супроводжуватися негативним ставленням до себе, неприйняттям себе та відчуттям неповноти.

Провідну функцію самооцінки відіграє порівняння між образами реального та ідеального "Я". Тому ті, хто досягли характеристик, відповідних ідеалу, зазвичай мають високу самооцінку. Однак якщо людина відчуває розрив між цими ознаками та реальністю своїх досягнень, ймовірно, вона буде мати низьку самооцінку.

Самооцінка тісно пов'язані з її домаганнями, мотивацією та емоційними особливостями. Вона впливає на те, як людина сприймає свій досвід та очікування щодо себе та інших.

Методика Енні Чен на визначення типу прив'язаності.

Ця методика допомогла визначити тип прив'язаності особистості та форму прояву ненадійного типу прив'язаності особистості. [7] Перші дві шкали тесту направлені на визначення рівня надійності та ненадійності прив'язаності особистості, а третя та четверта шкали направлені на визначення типу ненадійної прив'язаності, а саме тривожний, уникаючий та тривожно-уникаючий типи.

Значення результатів

Розглянемо наявні шкали та можливі бали за кожною зі шкал (табл.2.2)

Табл.2.2

Значення результатів за методикою визначення типу прив'язаності Енні Чен

Шкала	Кількість балів		
	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Рівень ненадійності прив'язаності	1-6	7-13	14-24
Рівень надійності прив'язаності	0-8	9-17	18-24
Тривожний тип ненадійної прив'язаності	-	-	>18
Уникаючий тип ненадійної	-	-	>18

прив'язаності			
---------------	--	--	--

Шкала рівня ненадійності прив'язаності

Твердження даної шкали показують, якими емоціями людина реагує на складнощі та стресові ситуації у відносинах. Чим більше балів вона набрала, тим вище ймовірність того, що особистість має ненадійний тип прив'язаності.

- 14-24. Високий бал. Для неї близькі відносини – це боротьба, яка вибиває з колії. Зіштовхуючись з труднощами, вона швидко приходиться до висновку, що її партнер не підтримує її, і реагує на все, виходячи з цього твердження.
- 7-13. Середній бал. Вона відчуває труднощі у близьких відносинах. І чим більше вона залежить від партнера, тим складніше й заплутаніше все стає. Страх бути залишеною або відчуття, що вона потрапила у пастку, часом стають для неї занадто реальними, навіть коли партнер переконує її у протилежному.
- 1-6. Низький бал. Для неї досить комфортно самій, але вона докладає всі зусилля для підтримки відносин, коли відчуває любов та підтримку.

Шкала рівня надійності прив'язаності

18-24. Високий бал. Відносини для людини – джерело сили, частково через те, що людина робить все, що залежить від неї, для взаємної турботи один про одного з партнером. Така людина зазвичай поводить себе гідно, коли хтось проявляє себе не з найкращого боку. Незалежно від того, наскільки складна ситуація, особистість намагається знайти з неї вихід. Високий бал на шкалі надійності прив'язаності в сполученні з низьким балом на шкалі ненадійності відповідає надійному типу прив'язаності.

9-17. Середній бал. Відносини важливі для особистості, і вона робить все можливе, щоб їх зміцнити. Людина майже точно знає, як подолати певну складну ситуацію, але як тільки таку людину охоплює стрес, всі знання виходять з голови. Водночас людина вірить в себе і розуміє, що близькі відносини варті витрачених зусиль.

0-8. Низький бал. Людині важко будувати стабільні тривалі відносини.

Тип ненадійної прив'язаності

Якщо в одній з колонок набрано 18 або більше балів, цей тип ненадійної прив'язаності, ймовірно, буде домінувати у відносинах даної особи. Якщо в обох стовпцях набрано менш ніж 18, то жоден з типів не переважає, і проявляються обидва. Теорія прив'язаності тісно пов'язана з безпекою і довірою у відносинах. Щодо результатів за шкалою ненадійності, чим вищий отриманий бал, тим важче вірити й відчувати себе безпечно в відносинах, і тим більше ймовірність того, що тип прив'язаності негативно впливає на них. Якщо набрано невелику кількість балів за шкалою ненадійності, тоді навіть за максимальною кількістю балів на шкалі тривожного типу прив'язаності його ознаки будуть проявлятися не так часто і не так сильно впливати на відносини даної особи.

Особливості тривожного типу

Люди з тривожним типом прив'язаності:

- щедрі та уважні до тих, про кого дбають;
- вразливі до того, що можуть сприймати як відкидання;
- готові відкрито ділитися своїми почуттями з оточуючими;
- часто звинувачують інших у своїх почуттях.

Найбільший страх для людей з тривожним типом прив'язаності - залишитися самотніми. І коли цей страх виникає, навіть не дуже явно, люди можуть потрапити у паніку. Вони часто виражають потребу в підтримці, але спосіб, яким вони це роблять, часто призводить до того, що вони відштовхують людину, від якої так

очікували цю підтримку. Вони швидко поглиблюються в відчай і передчасно розчаровуються у всьому. Тому, навіть коли людям цього типу дуже потрібна допомога, їхні спроби знайти підтримку можуть виглядати дивно або навіть викликати відторгнення.

Особливості уникаючого типу

Чим вище показники за шкалою ненадійності, тим більш ймовірно, що патерни уникнення, характерні для цього типу прив'язаності, впливають негативно на особистісні стосунки.

Люди з унікаючим типом прив'язаності:

- покладаються лише на себе і віддають перевагу самостійно впоратися з усім;
- як правило, не скаржаться, але все ж висловлюють незадоволеність опосередкованим шляхом;
- часто помічають у себе (або інші помічають у них) проблеми з пам'яттю;
- віддають перевагу якнайшвидше виходити з конфліктних ситуацій, в тому числі за ціною уникнення гострих тем.

Уникнення може виявлятися різними способами: через ігнорування конфлікту, відмову від усього або навіть через відхід від реальності за допомогою наркотичних речовин. Але можуть бути й більш м'які реакції: прагнення задовольнити оточуючих або бути корисним - до повного відмовлення від власних потреб. Реакції можуть бути різними, головне - вони допомагають людині захиститися від почуття сорому та невпевненості.

Методика дослідження локусу контролю Дж. Роттера.

Ця методика спрямована на визначення локусу контролю поведінки, тобто на те, наскільки особистість сприймає зовнішні події як контрольовані своєю поведінкою. В контексті нашого дослідження дана методика дозволяє краще зрозуміти вплив певного типу прив'язаності на самооцінку людини, а саме на вміння людини адекватно оцінювати та розраховувати на власні сили та можливості. Експериментально Дж. Роттеру дослідив, що екстернали є більш безпомічними, у них слабша мотивація, вони схильні до залежності від інших. **Важливим є те, що за теорією, в екстерналів мотивація є меншою, ніж в інтерналів, і, відповідно, існує більша схильність до залежності.**

Методика самооцінки психічних станів Айзенка.

Ця методика призначена для діагностики негативних психічних станів. Дані методика визначає ступінь вираженості неадаптивних психічних проявів людини під час проведення дослідження. Наявність виражених ступенів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності може значно впливати на самооцінку особистості і навпаки ненадійний тип прив'язаності може викликати погіршення цих

станів. Наприклад: людина з ненадійним тривожним типом прив'язаності може мати високий рівень тривожності, що буде підтверджувати результат тестування. [4]

Значення результатів

I. Тривожність:

0-7 балів - тривожність відсутня;

8-14 балів - тривожність середня, допустимого рівня;

15-20 балів - висока тривожність.

II. Фрустрація:

0-7 балів - маєте високу самооцінку, стійкі до невдач, чи не боїтеся труднощів;

8-14 балів - середній рівень, фрустрація є;

15-20 балів - низька самооцінка, уникає труднощів, боїться невдач, фрустрований.

III. Агресивність:

0-7 балів - спокійний, витриманий;

8-14 балів - середній рівень агресивності;

15-20 балів - агресивний, не витриманий, є труднощі при спілкуванні і роботі з людьми.

IV. Ригідність:

0-7 балів - ригідності немає, легка здатність до перемикання;

8-14 балів - середній рівень;

15-20 балів - сильно виражена ригідність, незмінність поведінки, переконань, поглядів, навіть якщо вони розходяться, не відповідають реальним обставинам життя.

Методи математичної статистики

Для обробки результатів було використано забезпечення IBM SPSS Statistics 20

Було застосовано:

5. Кластерний аналіз (метод k-середніх)
6. Кореляційний аналіз за Спірменом (rs)
7. U-критерій Манна-Уїтні
8. Критерій знакових рангів Уїлкоксона.

Організація дослідження

Опитування досліджуваних відбувалося методом анкетування, кожен респондент отримав документ з методиками та чіткими інструкціями з їх виконання. Певного обмеження в часі виконання методик не було, а середній час з виконання всіх методик складав 40 хв.

Отже, у дослідженні взяли участь 68 студентів та студенток (94.2% жінок та 5.8% чоловіків) молодого та юнацького віку, віком від 18 до 30 років. У цьому дослідженні використовується методичний матеріал, адаптований до поставленої мети дослідження. Кожна методика має теоретичне обґрунтування щодо її застосування у даній роботі та відповідає вимогам і цілям дослідження. Дослідження було розподілено на такі основні спрямування: визначення самооцінки та типу прив'язаності особистості, що є основними нашими задачами, а також визначення локусу контролю та поточних психічних станів, показники яких могли потенційно повпливати на результати основних показників.

2.2 Результати емпіричного дослідження

У цьому підрозділі представлені результати емпіричного дослідження, які базуються на аналізі даних результатів тестування за допомогою статистичного аналізування. Описані результати включають аналіз самооцінки та типу прив'язаності особистості та взаємозв'язків між ними, а також допоміжні характеристики для дослідження, такі як психічні стани особистості та локус контролю.

Статистичний аналіз.

Для кількісного аналізу емпіричних даних використовувався статистичний пакет IBM SPSS Statistics 20. Було застосовано: кластерний аналіз (метод k-середніх), кореляційний аналіз за Спірменом, а також U-критерій Манна-Уїтні та критерій знакових рангів Уїлкоксона для порівняння вибірок.

Визначено статистичні показники виразності самооцінки (за Будассі) у

досліджуваних загальної групи ($Me = .40$; $min = -.68$; $max = .93$). Мінімальне значення ($-.68$) свідчить про низьку, неадекватну самооцінку, тоді як максимальне значення ($.93$) вказує на високу, адекватну самооцінку. Враховуючи нормативні показники, можна зазначити, що загальна характеристика самооцінки в основному відповідає високій, адекватній самооцінці, хоча є окремі випадки низької, неадекватної оцінки.

Було визначено помірний рівень тривожності та фрустрації, а також середній рівень агресивності і ригідності у досліджуваних (табл.2.3.).

Табл. 2.3.

Статистичні параметри рівня виразності психічних станів у досліджуваних загальної групи ($n=68$)

Статистичний параметр	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
<i>Me</i>	9.0000	7.0000	10.0000	10.0000
<i>min</i>	3.00	0.00	3.00	4.00
<i>max</i>	19.00	19.00	19.00	18.00

Було встановлено статистичний зв'язок між фрустрацією та тривожністю (див.табл.2.4). Такий результат можна обумовити декількома факторами. Фрустрацію можна описати як стан, який викликає реальні та уявні перешкоди, що заважають досягти поставленої мети. Фрустрація - це особливий стан, коли реальність не відповідає тому, що людина мала у свідомості через об'єктивні перешкоди, що завадили на шляху до бажаної цілі. Тривожність своєю чергою є проявом фрустрації. Це також можна пояснити тим, що деякі люди підвищеною тривожністю можуть не адекватно реагувати на невдачі, використовуючи певні захисні механізми у міжособистісному спілкуванні, як, наприклад уникнення або навпаки замикання у собі.

Також було виявлено зв'язок між ригідністю та тривожністю, між ригідністю та фрустрацією та між ригідністю та агресивністю (табл.2.4). Зв'язок між ригідністю і тривожністю, фрустрацією та агресивністю можна пов'язати з певними захисними механізмами. Наприклад, особистості з вираженою ригідністю можуть мати тенденцію до стресової реакції у ситуаціях, коли їм складно перебудувати свої стратегії при виконанні певних задач або в певних життєвих ситуаціях, що може викликати тривогу. Подібним чином, ригідність може призвести до посилення відчуття фрустрації, оскільки особистості з високим рівнем ригідності можуть

відчувати неприємності при зміні планів або ситуацій, що не відповідають їхнім очікуванням. Ригідність може також сприяти збільшенню рівня агресивності, оскільки особистості можуть реагувати на стресові ситуації агресією.

Табл. 2.4.

Кореляційні зв'язки (за Спірменом) показників виразності психічних станів у досліджуваних загальної групи (n=68)

Стани особистості	Статистичний параметр	Стани особистості			
		Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
Тривожність	rs	1.000			
	p				
Фрустрація	rs	.696**	1.000		
	p	.000			
Агресивність	rs	.232	.193	1.000	
	p	.057	.115		
Ригідність	rs	.453**	.429**	.378**	1.000
	p	.000	1.000	.001	

Примітка: * – $p < .050$; ** – $p < .001$.

Було встановлено статистичний зв'язок між рівнем самооцінки особистості та ригідністю, а також між самооцінкою та фрустрацією (див.табл. 2.5.). Зворотній зв'язок між самооцінкою людини та рівнем ригідності пояснюється неможливістю або низькою здатністю особистості бути гнучким та адаптувати свої можливості в новій ситуації. Через складність перемикавання і відповідно отримання низького результату власної діяльності, самооцінка особистості може значно знижуватися. Тобто через стан ригідності ми можемо спостерігати зниження самооцінки особистості, і навпаки: через низьку самооцінку в особистості може підвищуватися стан ригідності (табл.2.5.).

Зв'язок між самооцінкою та фрустрацією може вказувати на те, що особи з низьким рівнем самооцінки схильні до відчуття розчарування та негативних емоцій в ситуаціях, коли їх очікування не виправдалися або коли вони зазнали невдачі. Низький рівень самооцінки може зробити особистість більш вразливою до стресу та менш ефективною в управлінні емоціями, що також може призвести до збільшення рівня фрустрації.

Табл. 2.5.

Кореляційні зв'язки (за Спірменом) показників виразності психічних станів з показниками самооцінки у досліджуваних загальної групи (n=68)

Показники самооцінки	Статистичний параметр	Стани особистості			
		Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
Екстернальність	rs	.166	.133	-.068	.132
	p	.177	.280	.583	.282
Інтернальність	rs	-.157	-.125	.071	-.134
	p	.200	.311	.565	.277
Самооцінка (за Будассі)	rs	-.201	-.238	-.147	-.519**
	p	.100	.051	.232	.000

Примітка: * – $p < .050$; ** – $p < .001$.

Було знайдено статистично значущий зв'язок між ненадійним типом прив'язаності та тривожністю, ненадійним типом прив'язаності та фрустрацією, ненадійним типом прив'язаності та агресивністю, а також між ненадійним типом прив'язаності та ригідністю (див.табл.2.6.). Такий результат про значущий зв'язок між ненадійним типом прив'язаності та тривожністю, фрустрацією, агресивністю та ригідністю свідчить про взаємодію цих факторів у психічному стані особистості. Зокрема, високий рівень даних психічних станів може бути пов'язаний з небезпекою або недостатністю відчуття безпеки та стабільності у відносинах, що виникають внаслідок ненадійності прив'язаності. Якщо розглядати конкретніше кожен зі станів, можна припустити, що висока тривожність може бути притаманна саме людям з тривожним типом ненадійної прив'язаності, коли агресивність, ригідність та фрустрація може виступати у ролі певного захисного механізму, як при тривожному, так і при уникаючому типах ненадійної прив'язаності. (табл.2.6)

Табл. 2.6.

Кореляційні зв'язки (за Спірменом) показників виразності психічних станів з показниками типу прив'язаності у досліджуваних загальної групи (n=68)

Тип прив'язаності	Статистичний параметр	Стани особистості			
		Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
Ненадійна	rs	.465**	.387**	.272*	.392**
	p	.000	.001	.025	.001
Надійна	rs	-.081	-.050	.041	-.008
	p	.511	.688	.742	.951

Примітка: * – $p < .050$; ** – $p < .001$.

Встановлено зв'язок між показниками «надійна прив'язаність» і «ненадійна прив'язаність» ($r_s = -.287$; $p = .018$). Зворотний зв'язок між показниками «надійна прив'язаність» і «ненадійна прив'язаність» підтверджує теорію прив'язаності що була описана в I розділі.

Реалізовано кластерний аналіз (метод k-середніх) по показниках «надійна прив'язаність» і «ненадійна прив'язаність». Виділено дві групи: з більш конструктивною організацією спілкування ($n=41$) і менш конструктивною організацією спілкування ($n=27$) (див.табл.2.7.).

За результатами статистичного порівняння U-критерію Манна-Уїтні було встановлено статистично значущу різницю за шкалою тривожності між двома групами, які мають різну конструктивність організації спілкування. Група з менш конструктивною організацією спілкування має вищий рівень тривожності порівняно з групою з більш конструктивною організацією спілкування (табл.2.7.).

Також встановлено статистично значущу різницю за шкалою фрустрації між цими двома групами. Група з менш конструктивною організацією спілкування має вищий рівень фрустрації порівняно з групою з більш конструктивною організацією спілкування (табл.2.7.).

Було встановлено статистично значущу різницю за шкалою агресивності між цими двома групами. Група з менш конструктивною організацією спілкування має вищий рівень агресивності порівняно з групою з більш конструктивною організацією спілкування (табл.2.7.).

Крім того було визначено статистично значущу різницю за шкалою ригідності між двома групами. Група з менш конструктивною організацією спілкування ($n=27$) має вищий рівень ригідності порівняно з групою з більш конструктивною організацією спілкування (табл.2.7). Таким чином, ці результати свідчать про те, що психологічний стан досліджуваних значно впливає на ефективність організації спілкування.

За результатами U-критерію Манна-Уїтні було виявлено статистично значущу різницю в самооцінці між двома групами. Група з вищою конструктивністю організації спілкування мала вищий рівень самооцінки, в той час як група з меншою

конструктивністю мала нижчий рівень самооцінки. Таким чином, можна зробити висновок, що рівень самооцінки впливає на конструктивність організації спілкування учасників, а саме у групи, яка має вищий рівень конструктивності, спостерігається вищий рівень самооцінки (табл.2.7.).

За результатами U-критерію Манна-Уїтні було виявлено статистично значущу різницю в рівнях надійності та ненадійності прив'язаності між двома групами. Група з меншою конструктивністю організації спілкування проявила вищий рівень ненадійності прив'язаності у порівнянні з групою з вищою конструктивністю організації спілкування. Отже, група з більшою конструктивністю організації спілкування мала вищий рівень надійності прив'язаності (табл.2.7.).

Табл. 2.7.

Статистичне порівняння (U- критерій Манна-Уїтні) виразності психічних станів самооцінки. рівня надійності та ненадійності прив'язаності в групах досліджуваних з більш конструктивною (n = 41) і менш конструктивною організацією спілкування (n = 27)

Група	Статистичний параметр	Показники виразності психічних станів самооцінки і прив'язаності						
		Тривож-ність	Фруста-ція	Агресив-ність	Ригід-ність	Самооцін-ка	Ненадій-ність	Надій-ність
n=41	<i>Me</i>	8.00	5.00	9.00	9.00	.45	7.00	17.00
	<i>min</i>	3.00	0.00	3.00	4.00	-.68	3.00	12.00
	<i>max</i>	19.00	17.00	16.00	16.00	.91	11.00	21.00
n=27	<i>Me</i>	11.00	10.00	11.00	12.00	.23	15.00	14.00
	<i>min</i>	5.00	4.00	4.00	4.00	-.39	10.00	9.00
	<i>max</i>	17.00	19.00	19.00	18.00	.93	22.00	21.00
	U	262.00	295.50	356.00	269.50	386.50	15.00	266.50
	p	.000	.001	.013	.000	.036	.000	.000

Реалізовано кластерний аналіз (метод k-середніх) по показнику «Самооцінка» (за Будассі). Виділено дві групи: з більш високою самооцінкою (n = 47) і менш високою самооцінкою (n = 21).

Результати статистичного порівняння за допомогою U-критерію Манна-Уїтні між двома групами досліджуваних: тією, яка має більш високу самооцінку, та тією, яка має менш високу самооцінку показали, що група з меншою самооцінкою виявила вищий рівень тривожності, фрустрації, ригідності та ненадійності прив'язаності, а також нижчу самооцінку, порівняно з групою з вищою самооцінкою. Виявлені статистично значущі різниці вказують на те, що самооцінка може впливати на психічні стани, такі як тривожність, фрустрація, ригідність та надійність прив'язаності, у досліджуваних групах (див.табл.2.8.).

Табл. 2.8.

Статистичне порівняння (U- критерій Манна-Уїтні) виразності психічних станів. самооцінки. рівня надійності та ненадійності прив'язаності в групах досліджуваних з більш високою самооцінкою (n = 47) і менш високою самооцінкою (n = 21)

Група	Статистичний параметр	Показники виразності психічних станів. самооцінки і прив'язаності						
		Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність	Самооцінка	Ненадійність	Надійність
n=47	<i>Me</i>	8.00	6.00	9.00	8.00	.57	8.00	16.00
	<i>min</i>	3.00	0.00	3.00	4.00	.29	3.00	9.00
	<i>max</i>	19.00	17.00	18.00	15.00	.93	22.00	21.00
n=21	<i>Me</i>	9.00	10.00	10.00	13.00	.05	12.00	16.00
	<i>min</i>	5.00	3.00	5.00	8.00	-.68	5.00	9.00
	<i>max</i>	17.00	19.00	19.00	18.00	.24	21.00	21.00
	U	345.00	327.00	365.00	145.50	0.00	297.00	409.50
	p	.048	.027	.086	.000	.000	.009	.261

Кластерним аналізом (метод k-середніх) по показникам «екстернальність» та «інтернальність» виділено групи з перевагою екстернальності (n=29) та інтернальності (n=39).

За допомогою Статистичного порівняння (U- критерій Манна-Уїтні) виразності показників локусу контролю і типу надійності прив'язаності в групах досліджуваних-екстерналів і досліджуваних-інтерналів було визначено, що група екстерналів виявила вищий рівень тривожності, у порівнянні з групою інтерналів. Але важливо зазначити, що ця різниця не є статистично значущою (p=.096).

Результати також показують, що група екстерналів має вищий рівень унікаючого типу, порівняно з групою інтерналів. Ця різниця також не є статистично

значущою з ($p=.096$) (табл.2.9.).

Табл. 2.9.

Статистичне порівняння (U- критерій Манна-Уїтні) виразності показників локусу контролю і типу надійності прив'язаності в групах досліджуваних-екстерналів ($n=29$) і досліджуваних-інтерналів ($n=39$)

Група	Статистичний параметр	Показники локусу контролю і типу надійності прив'язаності			
		екстернальність	інтернальність	тривожний тип	уникаючий тип
n=29	<i>Me</i>	13.00	10.00	14.00	10.00
	<i>min</i>	11.00	4.00	4.00	2.00
	<i>max</i>	19.00	12.00	22.00	20.00
n=39	<i>Me</i>	8.00	15.00	12.00	12.00
	<i>min</i>	3.00	13.00	2.00	0.00
	<i>max</i>	10.00	20.00	24.00	22.00
	U	0.00	0.00	432.50	432.50
	p	.000	.000	.096	.096

За допомогою статистичного порівняння Z-критерія знакових рангів Уїлкоксона було встановлено статистично значуще зниження виразності екстернального локусу контролю у порівнянні з інтернальним локусом контролю у загальній групі досліджуваних (див.табл.2.10.).

Табл. 2.10.

Статистичне порівняння (Z-критерій знакових рангів Уїлкоксона) виразності інтернального та екстернального локусу контролю у досліджуваних загальної групи ($n=68$)

Локус контролю	Статистичний параметр				
	<i>Me</i>	<i>min</i>	<i>max</i>	Z	p
Екстернальний	10.00	3.00	19.00	- 2.822	.005
Інтернальний	13.00	4.00	20.00		

Аналізуючи дані (див табл.2.11.), можна зробити висновок, що в досліджуваній групі спостерігається різний рівень прив'язаності, зокрема, надійності та ненадійності.

Табл. 2.11.

Статистичне порівняння (Z-критерій знакових рангів Уїлкоксона) виразності ненадійності прив'язаності та надійності прив'язаності у досліджуваних загальної групи ($n=68$)

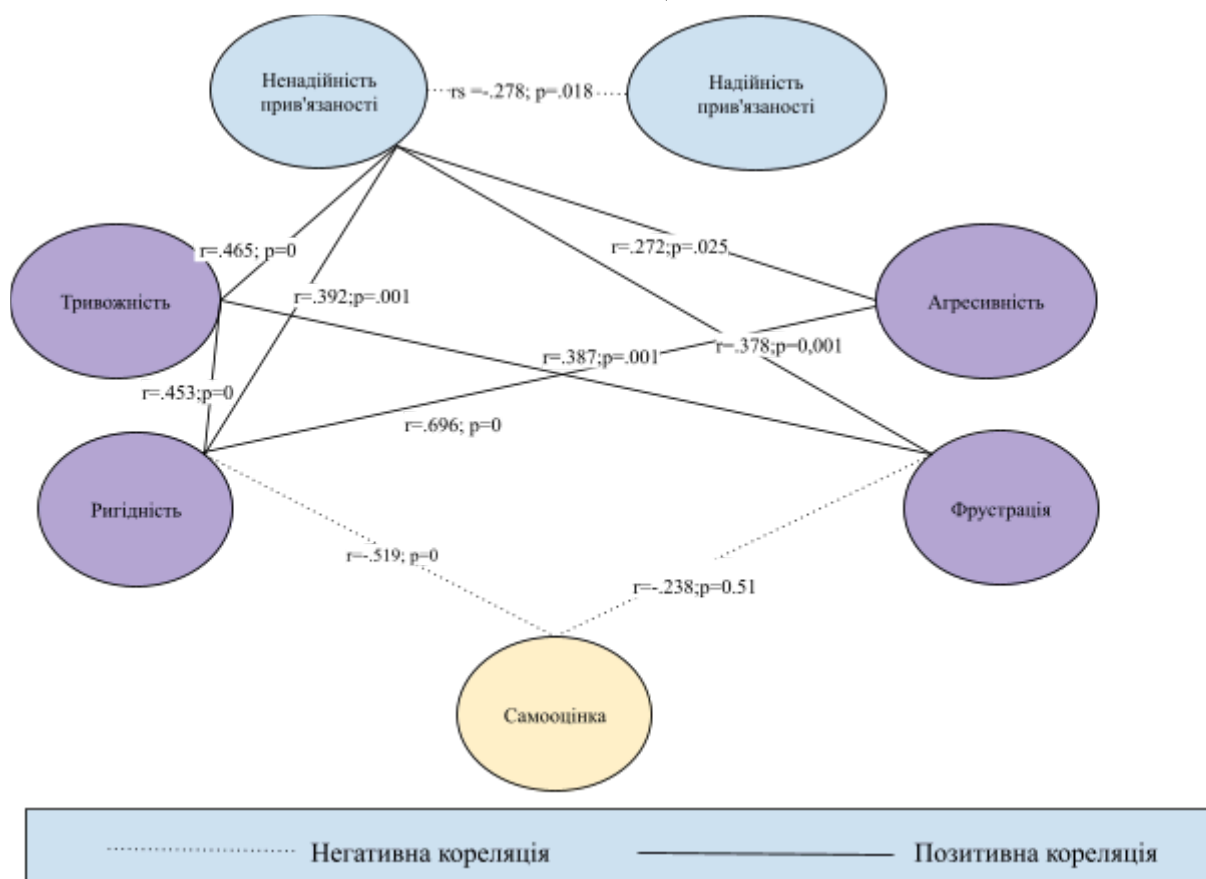
Показник прив'язаності	Статистичний параметр
------------------------	-----------------------

	<i>Me</i>	<i>min</i>	<i>max</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
Рівень ненадійності прив'язаності	9.00	3.00	22.00	- 5.626	.000
Рівень надійності прив'язаності	16.00	9.00	21.00		

Проаналізувавши статистично значимі результати, було складено кореляційну плеяду зв'язків (рис.1).

Рис.1

Кореляційна плеяда зв'язків надійності прив'язаності, ненадійності прив'язаності, самооцінки та негативних психічних станів .



ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ II

1. Оброблені дані показують, що вибірку досліджуваних (68 людей) становлять особистості молодого та юнацького віку від 18 до 30 років, з переважанням жіночої статі. Методичний матеріал, який використовувався у дослідженні, а саме методика Будассі, методика Енні Чен, методика Роттера та методика самооцінки психічних станів Айзенка, було ретельно обрано та адаптовано для досягнення поставлених задач. Методики до визначення самооцінки, типу прив'язаності, локусу контролю та поточних психічних станів були обрані з урахуванням їхнього теоретичного обґрунтування та можливого впливу на результати дослідження.

2. Узагальнюючи результати, можна визначити, що в загальній групі учасників спостерігається тенденція до середньої, адекватної самооцінки. Також було визначено, що у даної вибірки присутній середній рівень тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Такі показники свідчать про наявність негативних психічних станів, які впливають на поведінкові та психологічні аспекти досліджуваних, а саме на самооцінку та на ненадійний тип прив'язаності. Між надійним типом прив'язаності та негативними психічними станами статистично значущого зв'язку не знайдено. Але попри те, що прямого статистичного зв'язку між рівнем надійності прив'язаності та самооцінкою не виявлено, зворотний зв'язок між рівнем ненадійності прив'язаності та самооцінкою підтвердився. Тож на користь нашої гіпотези можна констатувати, що ненадійний тип прив'язаності впливає на рівень самооцінки людини не прямо, а опосередковано - через негативні психічні стани особистості.

ВИСНОВКИ

У роботі було представлено дослідження самооцінки осіб молодого та юнацького віку з різними типами прив'язаності. Результатом дослідження є наступні висновки:

1. В ході теоретичного аналізу самооцінки та її функцій в життєдіяльності особистості з урахуванням теорії Я-концепції можна виділити наступні важливі аспекти. Самооцінка – це компонент особистості, що являє собою зіставлення її Я-реального та Я-ідеального та регулює її поведінку й діяльність. Самооцінка може варіюватися від високого до низького рівня, а також бути адекватною, неадекватною, конфліктною чи безконфліктною. Актуальність, прогностичність та ретроспекція самооцінки сприяють рефлексії щодо минулих дій та майбутніх можливостей, щоб коригувати поведінку в сучасний момент. Процес формування самооцінки є комплексним, і на нього впливають різні фактори. Цей процес пов'язаний з розвитком Я-образу та самосвідомості особистості, а його динаміка набуває особливого значення під час вікових криз. Головною метою самооцінки є ефективне регулювання поведінки та діяльності особистості. Схарактеризувавши на основі теорії прив'язаності Боулбі 4 основних типи прив'язаності: безпечний, амбівалентний, тривожний та унікаючий ми розглянули вплив кожного типу на поведінку та емоційний стан людини. Було розглянуто як надійні та ненадійні типи прив'язаності можуть впливати на людину та її взаємини. Тривожний тип прив'язаності може призвести до постійної тривоги та нестабільності в стосунках, супроводжуючись надмірною залежністю від інших і постійним пошуком підтримки. Тривожно-унікаючий тип прив'язаності призводить до уникнення інтимності та близьких стосунків через страх перед вразливістю або відстороненням. Унікаючий тип прив'язаності викликає відчуття відокремленості та неприйняття, і люди з таким типом прив'язаності можуть уникати близьких стосунків зі страхом перед відмовою чи відстороненням.

2. В рамках організації емпіричного дослідження було застосовано стандартизований психодіагностичний інструментарій, а саме методику для визначення самооцінки Будассі, методику Енні Чен для визначення типу

прив'язаності, методику дослідження локусу контролю Дж. Роттера та методику самооцінки психічних станів Айзенка. Такий підхід дозволив комплексно оцінити самооцінку та типи прив'язаності, що є основними аспектами нашого дослідження, а також врахувати додаткові психологічні фактори, такі як психічні стани та локус контролю особистості, що могли вплинути на результати. Процедура дослідження пройшла без обмеження в часі, що забезпечило максимально комфортні умови для респондентів і дозволило отримати достовірні дані.

3. В ході емпіричного дослідження було визначено самооцінку та тип прив'язаності особистостей молодого та юнацького віку. Зокрема було знайдено тенденцію до середньої, адекватної самооцінки та надійного типу прив'язаності в даній вибірці.

4. Самооцінка осіб молодого та юнацького віку має суттєве значення для організації конструктивних міжособистісних відносин. Висока адекватна самооцінка відповідає виразній спроможності особистості щодо самостійної організації конструктивних міжособистісних відносин при низькому рівні вразливості щодо деструктивних зовнішніх соціальних впливів. При зниженій самооцінці в осіб молодого та юнацького віку з великою ймовірністю суттєво збільшується вразливість щодо деструктивних зовнішніх соціальних впливів. Опосередкований зв'язок самооцінки та особливостей організації міжособистісних відносин в осіб молодого та юнацького віку реалізується через підвищення інтенсивності наступних проблемних психічних станів: тривожність, фрустрація, ригідність. При посиленні означених психічних станів самооцінка особистості знижується, а вразливість щодо деструктивних зовнішніх соціальних впливів – збільшується.

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

За висновками проведеного емпіричного дослідження було сформовано психологічні рекомендації для психологів, що практикують в рамках психологічного консультування та психокорекції у випадках пов'язаних з виявленням у клієнтів молодого та юнацького віку проблем у сфері соціальної взаємодії, спричинених наявністю ненадійного типу прив'язаності, низької самооцінки та негативних психічних станів.

Стабілізація особистості вкрай важлива, особливо коли виявляються високі показники тривожності, фрустрації, ригідності та агресивності. Цей етап стає ключовим, оскільки саме ці психічні стани впливають на самооцінку та якість соціальної взаємодії. Прагнення до поліпшення психічного стану вимагає виявлення причин, що викликають негативні емоції. В сучасних умовах такими причинами можуть бути стрес пов'язаний з війною або процес адаптації до нового середовища, чи то це адаптація до нової країни, чи міста, особливо коли ми маємо справу з внутрішньо переміщеними особами й біженцями. Також треба визначити чи не пов'язаний такий психологічний стан особистості з нормативною або не нормативною віковою кризою.

Після виявлення причини виникнення даного стану рекомендується підходити до вирішення проблеми комплексно: на фізичному, психологічному та соціальному рівнях. Засобами для роботи над проблемою на фізичному рівні можуть бути дихальні вправи та активна м'язова релаксація (наприклад: прогресивна м'язова релаксація за Джейкобсоном або дихання “по квадрату”), що фізіологічно покращують оксигенацію організму, знижують рівень кортизолу та регулюють серцевий ритм, тим самим знижуючи стрес і тривожність і сприяючи розслабленню. Також важливим є вплив на емоційно-вольову сферу, а саме розуміння власних психічних станів та навичками їх оцінки і володіння навичками для подолання цих станів. Вплив на мотиваційно-сміслову складову має на меті усвідомлення особистісних смислів, контроль за спонуканнями, оцінку власних вчинків, формування співвідношення між мотивами та цілями для саморегуляції негативних

станів, усвідомлення їхнього впливу на інших людей і активізацію мотивів саморозвитку через міні-лекції, групові дискусії, когнітивну терапію, обмін досвідом, самопізнання, рефлексію, децентрацію та вправи на проектування майбутнього. [1]

Практикуючим психологам, які працюють з людьми з ненадійним типом прив'язаності, важливо створити безпечне та підтримуюче терапевтичне середовище, забезпечуючи стабільність і емпатію. Розуміння різних типів ненадійної прив'язаності (тривожної, амбівалентної та уникаючої) допомагає адаптувати підходи, спрямовані на зміцнення почуття власної цінності та розвитку здатності до емоційної близькості. Для цього найсприятливіша буде саме психотерапія. Використання технік когнітивно-поведінкової терапії, розвиток емоційної обізнаності та навчання навичок регуляції емоцій є важливими аспектами в роботі з цими станами. Участь у груповій терапії також може додатково підтримати клієнтів, допомагаючи їм зрозуміти, що вони не самотні у своїх переживаннях і навчитися конструктивній взаємодії з іншими.

Психологам, які працюють з людьми з неадекватною самооцінкою (завищеною або заниженою), важливо допомогти клієнтам оцінити та проаналізувати їхні реальні досягнення і очікування, підтримувати встановлення реалістичних і досяжних цілей, а також працювати над корекцією когнітивних переконань за допомогою когнітивно-поведінкової терапії. Важливо використовувати техніки позитивного підкріплення, такі як позитивні афірмації та вправи, що зосереджуються на сильних сторонах і досягненнях клієнта, сприяти саморефлексії та усвідомленню, як минулі досвіди та переконання впливають на їхню самооцінку, а також навчати технікам управління стресом і емоціями. Також може допомогти психоосвіта про природу самооцінки, як вона формується і як її можна змінювати, допоможе клієнтам краще розуміти свої проблеми і активно працювати над їх вирішенням. Крім того, розвиток соціальних навичок, зокрема ефективних технік спілкування і вирішення конфліктів, сприятиме покращенню взаємин з іншими. Ці підходи допоможуть клієнтам знайти баланс у самооцінці, зменшити розрив між

реальними досягненнями та очікуваннями, і розвинути здорове та адекватне уявлення про себе.

АНОТАЦІЯ

Клименко М. А. - Самооцінка осіб молодого та юнацького віку з різними типами прив'язаності. Кваліфікаційна робота першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньо-професійної програми «Психологія» за спеціальністю 053 – психологія. - Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Харків, 2024. **Мета.** Визначити особливості самооцінки відповідно до різних типів прив'язаності осіб молодого та юнацького віку. **Гіпотеза.** Передбачається, що особи із безпечним типом прив'язаності мають нахил до вищої, більш адекватної та стабільної самооцінки порівняно з особами, у яких наявний тривожний, унікаючий або тривожно-унікаючий типи прив'язаності. **Методи.** Досліджуваними були 68 студентів віком від 18-30 років. У дослідженні використано Методика для визначення самооцінки Будассі, Методика Енні Чен на визначення типу прив'язаності, Методика дослідження локусу контролю Дж. Роттера, Методика самооцінки психічних станів Айзенка. **Результати.** На підґрунті теоретичного аналізу форм та варіацій зв'язку самооцінки та типу прив'язаності особистості було встановлено наступні зв'язки. Загальна характеристика самооцінки в основному відповідає високій, адекватній самооцінці ($M_e= .40$). Було визначено помірний рівень тривожності ($M_e=9.0000$) та фрустрації ($M_e=7.0000$), а також середній рівень агресивності ($M_e=10.0000$) і ригідності ($M_e=10.0000$) у досліджуваних. Було встановлено статистичний зв'язок між рівнем самооцінки особистості та ригідністю ($r = -.519$; $p=.000$), а також між самооцінкою та фрустрацією ($r = -.238$; $p=.051$). Було знайдено статистично значущий зв'язок між ненадійним типом прив'язаності та тривожністю ($r=.465$; $p=0$), ненадійним типом прив'язаності та фрустрацією ($r=.387$; $p=.001$), ненадійним типом прив'язаності та агресивністю ($r=.272$; $p=.025$), а також між ненадійним типом прив'язаності та ригідністю ($r=.392$; $p=.001$). Встановлено зв'язок між показниками «надійна прив'язаність» і «ненадійна прив'язаність» ($r_s=-.287$; $p=.018$). За результатами U-критерію Манна-Уїтні було виявлено статистично значущу різницю в самооцінці між двома групами. Група з вищою конструктивністю організації спілкування ($n=41$) мала вищий рівень самооцінки ($M_e=.45$; $\min=-0.68$; $\max=0.91$), в той час як група з меншою конструктивністю ($n = 27$) мала нижчий рівень самооцінки ($M_e=0.23$; $\min=-0.39$, $\max=.93$). **Висновки.** Опосередкований зв'язок самооцінки та особливостей організації міжособистісних відносин в осіб молодого та юнацького віку реалізується через підвищення інтенсивності наступних проблемних психічних станів: тривожність, фрустрація, ригідність. При посиленні означених психічних станів самооцінка особистості знижується, а вразливість щодо деструктивних зовнішніх соціальних впливів – збільшується.

Ключові слова: самооцінка, типи прив'язаності, соціальна взаємодія, психічні стани.

ABSTRACT

Klymenko M. - "Self-esteem of youth individuals with different attachment styles". Qualification work of the first (bachelor) level of higher education of the educational and professional program "Psychology" in specialty 053 - psychology. - Kharkiv National University named after V.N. Karazin, Kharkiv, 2024. **Purpose:** To determine the features of self-esteem according to different types of attachment in young and adolescent individuals. **Hypothesis:** It is assumed that individuals with a secure attachment style tend to have higher, more adequate, and stable self-esteem compared to individuals with anxious, avoidant, or anxious-avoidant attachment styles. **Methods:** The subjects were 68 students aged 18-30. Budassi's method for determining self-esteem, Annie Chen's method for determining the type of attachment, J. Rotter's locus of control method, and Eysenck's method for self-assessment of mental states were used in the study. **Results:** Based on the theoretical analysis of the forms and variations of the relationship between self-esteem and the type of personal attachment, the following relationships were established. The general characteristic of self-esteem mainly corresponds to high, adequate self-esteem ($Me=.40$). A moderate level of anxiety ($Me=9.0000$) and frustration ($Me=7.0000$), as well as an average level of aggressiveness ($Me=10.0000$) and rigidity ($Me=10.0000$), were determined in the subjects. A statistical relationship was established between the level of self-esteem of the individual and rigidity ($r=-.519$; $p=.000$), as well as between self-esteem and frustration ($r=-.238$; $p=.051$). A statistically significant relationship was found between insecure attachment type and anxiety ($r=.465$; $p=.000$), insecure attachment type and frustration ($r=.387$; $p=.001$), insecure attachment type and aggressiveness ($r=.272$; $p=.025$), as well as between insecure attachment type and rigidity ($r=.392$; $p=.001$). A relationship was established between the "secure attachment" and "insecure attachment" indicators ($r_s=-.287$; $p=.018$). According to the results of the Mann-Whitney U-test, a statistically significant difference in self-esteem between the two groups was found. The group with higher constructive communication organization ($n=41$) had a higher level of self-esteem ($Me=.45$; $min=-0.68$; $max=0.91$), while the group with less constructiveness ($n=27$) had a lower level of self-esteem ($Me=.23$; $min=-0.39$, $max=.93$). **Conclusions.** The mediated connection between self-esteem and the peculiarities of the organization of interpersonal relations in young and adolescent individuals is realized through an increase in the intensity of the following problematic mental states: anxiety, frustration, and rigidity. As these mental states intensify, the self-esteem of the individual decreases, and vulnerability to destructive external social influences increases.

Key words: *self-esteem, attachment style, social interaction, mental states.*

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ігумнова О. Генеза негативних психічних станів студентів. Психологія і суспільство. 2013. № 3 (53). С. 110–116.
2. Кононова М. Особистісні чинники професійної я-концепції як складової професійної самоактуалізації майбутнього психолога. Психологічні детермінанти професійного розвитку та самоактуалізації особистості. Полтава, Україна, 2022. С. 111–166. URL: <https://doi.org/10.33989/pnpu.312.c1208> (дата звернення: 20.10.2023).
3. Моргун В. Ф. Психологія особистості в педагогіці А.С. Макаренка : Факсимільний збірник праць 1986-2001 років. Полтава, 2002. 84 с.
4. Романовська Д. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти. e-pidruchniki.com. URL: <https://e-pidruchniki.com/> (дата звернення: 11.04.2024).
5. Севост'янов П. О. Особливості організації особистісного компоненту індивідуального досвіду : thesis. 2019. URL: <http://dspace.univer.kharkov.ua/handle/123456789/15210> (дата звернення: 01.05.2024).
6. Соціально-психологічні засади розвитку особистості в освітньому процесі: матеріали доп. вуз. наук.-теорет. конф., 09-10 квіт. 2020 р. ХОГОКЗ, 2020. URL: <https://doi.org/10.26697/9786177089086.2020> (дата звернення: 14.03.2024).
7. Чен Е. Теорія прив'язаності: ефективні практики, які допоможуть побудувати міцні та стабільні стосунки : книга. Київ : Науковий світ, 2023. 192 с.
8. Adult attachment and well-being: dimensions of differentiation of self as mediators / R. L. Hainlen et al. Contemporary family therapy. 2015. Vol. 38, no. 2. P. 172–183. URL: <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9359-1> (date of access: 09.02.2024).
9. Alfasi Y. Attachment style and social media fatigue: the role of usage-related stressors, self-esteem, and self-concept clarity. Cyberpsychology: journal of psychosocial research on cyberspace. 2022. Vol. 16, no. 2. URL: <https://doi.org/10.5817/cp2022-2-2> (date of access: 25.02.2024).

10. Body dysmorphic disorder and self-esteem: a meta-analysis / N. Kuck et al. *BMC psychiatry*. 2021. Vol. 21, no. 1. URL: <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03185-3> (date of access: 08.02.2024).
11. Brown J. D., Dutton K. A., Cook K. E. From the top down: self-esteem and self-evaluation. *Cognition and emotion*. 2001. Vol. 15, no. 5. P. 615–631. URL: <https://doi.org/10.1080/02699930126063> (date of access: 02.03.2024).
12. Di Paula A., Campbell J. D. Self-esteem and persistence in the face of failure. *Journal of personality and social psychology*. 2002. Vol. 83, no. 3. P. 711–724. URL: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.3.711> (date of access: 05.03.2024).
13. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? / R. F. Baumeister et al. *Psychological science in the public interest*. 2003. Vol. 4, no. 1. P. 1–44. URL: <https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431> (date of access: 16.02.2024).
14. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Interpersonal development*. 2017. P. 283–296. URL: <https://doi.org/10.4324/9781351153683-17> (date of access: 19.02.2024).
15. Internal working models of attachment during late childhood and early adolescence: an exploration of stability and change / M. Ammaniti et al. *Attachment & human development*. 2000. Vol. 2, no. 3. P. 328–346. URL: <https://doi.org/10.1080/14616730010001587> (date of access: 16.05.2024).
16. Krauss S., Orth U. Work experiences and self-esteem development: a meta-analysis of longitudinal studies. *European journal of personality*. 2021. P. 089020702110271. URL: <https://doi.org/10.1177/08902070211027142> (date of access: 02.03.2024).
17. Krauss S., Orth U. Work experiences and self-esteem development: a meta-analysis of longitudinal studies. *European journal of personality*. 2021. P. 089020702110271. URL: <https://doi.org/10.1177/08902070211027142> (date of access: 27.02.2024).
18. Kupcewicz E., Józwiak M. Association of burnout syndrome and global self-esteem among Polish nurses. *Archives of medical science*. 2020. Vol. 16, no. 1. P. 135–145. URL: <https://doi.org/10.5114/aoms.2019.88626> (date of access: 23.02.2024).

19. Low family satisfaction and depression in adolescence: the role of self-esteem / V. Stavropoulos et al. *Journal of educational and developmental psychology*. 2015. Vol. 5, no. 2. URL: <https://doi.org/10.5539/jedp.v5n2p109> (date of access: 16.05.2024).
20. Neff K. *Self-Compassion: the proven power of being kind to yourself*. HarperCollins Publishers, 2011.
21. Orth U., Robins R. W. Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *American psychologist*. 2022. Vol. 77, no. 1. P. 5–17. URL: <https://doi.org/10.1037/amp0000922> (date of access: 01.03.2024).
22. *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation* / E. Waters et al. Taylor & Francis Group, 2014. 416 p.
23. Perfectionism, and cognitions, affect, self-esteem, and physiological reactions in a performance situation / A. Besser et al. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. 2008. Vol. 26, no. 3. P. 206–228. URL: <https://doi.org/10.1007/s10942-007-0067-0> (date of access: 09.02.2024).
24. Raven J. *The origins of attachment: Infant research and adult treatment*, by Beatrice Beebe and Frank M. Lachmann, New York & Hove, Routledge, 2014, 231 pp., £29.99 (paperback), ISBN: 0 415 89818 8. *Counselling and psychotherapy research*. 2015. Vol. 15, no. 2. P. 158–159. URL: <https://doi.org/10.1002/capr.12024> (date of access: 23.02.2024).
25. *Self-esteem perspectives, influences and improvement strategies psychology of emotions, motivations and actions* / ed. by F. Holloway. New York : Nova Science Publishers, Inc., 2016. 303 p.
26. Schmidt J. A., Padilla B. Self-Esteem and family challenge: an investigation of their effects on achievement. *Journal of youth and adolescence*. 2003. Vol. 32, no. 1. P. 37–46. URL: <https://doi.org/10.1023/a:1021080323230> (date of access: 23.02.2024).
27. Shen F., Liu Y., Brat M. Attachment, self-esteem, and psychological distress: a multiple-mediator model. *The professional counselor*. 2021. Vol. 11, no. 2. P. 129–142. URL: <https://doi.org/10.15241/fs.11.2.129> (date of access: 09.02.2024).

28. The efficient assessment of self-esteem: proposing the brief rosenberg self-esteem scale / R. P. Monteiro et al. Applied research in quality of life. 2021. URL: <https://doi.org/10.1007/s11482-021-09936-4> (date of access: 24.02.2024).
29. The origins of attachment theory: john bowlby and mary ainsworth. Attachment theory. 2013. P. 57–96. URL: <https://doi.org/10.4324/9780203728017-9> (date of access: 15.02.2024).
30. Wilkinson R. B. The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. Journal of youth and adolescence. 2004. Vol. 33, no. 6. P. 479–493. URL: <https://doi.org/10.1023/b:joyo.0000048063.59425.20> (date of access: 15.02.2024).