Тип привязанности как источник различных стратегий поведения в конфликте в романтических отношениях

Научный руководитель – Алмазова Ольга Викторовна

Моргунова Ольга Игоревна

Студент (специалист)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра возрастной психологии, Москва, Россия

E-mail: olenkamorgunova@gmail.com

На данный момент в области романтических отношений наибольшее внимание и, соответственно, наибольшее изучение получает тема супружества и его жизненного цикла. В психологической науке есть четкое представление о том, какие условия способствуют вступлению в брак, с какими кризисами и этапами развития отношений сталкиваются супруги и что способствует сохранению брака и его гармоничному развитию [3,4], но на наш взгляд, меньшее внимание уделяется не менее важной теме – что происходит с диадой до вступления в брак, что способствует распаду отношений до этого «рубежа» и что способствует их сохранению.

Поскольку привязанность является глобальным психологическим качеством, влияющим, в частности, на самооценку, образ значимого близкого, способы коммуникации в отношениях, представление о романтических и межличностных отношениях в целом [2] и на их характер [1,2,4], мы предположили, что особенности реагирования в конфликтных ситуациях могут создавать существенные проблемы для сохранения и развития романтических отношений, иными словами, что типы привязанности партнеров могут быть фактором риска развития гармоничных романтических отношений, а модератором в этой связи привязанности и характера романтических отношений могут выступать стратегии реагирования в конфликтных ситуациях. Однако в ходе теоретического обзора данной темы мы обнаружили недостаток методик, выявляющей особенности конфликтного взаимодействия в рамках романтических отношениях. Существующие в данный момент методики обеспечивают всестороннее понимание конструкта привязанности, в то время как диагностирование поведенческих характеристик привязанности, тем более в сценариях конфликта с романтическим партнером, остается без соответствующего диагностического инструмента, что послужило причиной создания авторской методики исследования стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

Исследование предполагает, что особенности реагирования в конфликтных ситуациях могут создавать существенные проблемы для сохранения и развития романтических отношений, а также, что типы привязанности партнеров могут быть фактором риска развития гармоничных романтических отношений, а модератором в этой связи привязанности и характера романтических отношений могут выступать стратегии реагирования в конфликтных ситуациях. Теоретический обзор выявил недостаток методик для диагностики конфликтного взаимодействия в романтических отношениях, что стало основанием для разработки авторской методики. Целью исследования было выяснить, существует ли связь между стратегиями реагирования в конфликтах и характеристиками привязанности.

В исследовании приняли участие 42 человека возрастом 19-24 лет ($M=21$, $SD=1,8$): 21 юноша и 21 девушка. На момент исследования двое респондентов имели среднее образование, двое – среднее специальное образование, 38 респондентов имели высшее образование, или проходили обучение в ВУЗе. Респонденты подбирались по критерию наличия опыта романтических отношений любой продолжительности.

Нами была создана методика, направленная на оценку стратегий реагирования в конфликтных ситуациях, возникающих в романтических отношениях. Авторская методика представляет собой описание 22 ситуаций на основе примеров респондентов, каждая из которых сопровождается соответствующей иллюстрацией. Каждая ситуация так же сопровождается вопросами, касающимися того, что бы респондент подумал (открытый вопрос), что бы он сделал (открытый вопрос) и что бы он почувствовал (с множественным выбором вариантов ответа из заданных и с возможностью добавить свой вариант) в данной ситуации.

В результате исследования была обнаружена связь между параметрами привязанности и некоторыми выделенными в ходе исследования стратегиями реагирования в конфликтных ситуациях.

Все выделенные типы реакций респондентов объединялись нами в стратегии реагирования: Поддержание идеального образа (партнера, отношений) – отсутствие учета реальности; Физический контакт; Учетывание 2х позиций – соотнесение своего образа и реальности, учет желаний, мыслей и взглядов партнера; Переоценка отношений (взвешивание) – сомнения в необходимости продолжать отношения; Отдаление, избегание; Заглаживание конфликта – стремление как можно быстрее выйти из состояния конфликта путем уступок, оказание знаков внимания, доказательством своих чувств; Гиперактивация – фиксация на несоответствии действий/характеристик партнера его образу, восприятие этих несоответствий как факторов риска для отношений, требование внимания партнера и подтверждения его симпатии; Пассивность – смирение, ожидание первого шага от партнера, ожидание каких-либо изменений без активного участия; Скрытые формы общения – использование стикеров/смайлов/шутки и других форм ухода от прямых вопросов/ответов; Фокус на себе – фокус на удовлетворении своих потребностей; Отсутствие действий – безразличие к конфликтным ситуациям, отсутствие каких-либо интенций, действий.

Категория Гиперактивационных стратегий была выделена нами изначально в отдельную категорию, в то время как стратегии: Избегание, Взвешивание смысла продолжения отношений, Пассивность, Отсутствие действий, были выделены нами в отдельную категорию Деактивационных стратегий уже во время обработки данных. Деактивационные стратегии оказались действительно связанными друг с другом - значит, за ними должен стоять общий фактор, влияющий на баллы по соответствующим шкалам. Таким фактором может являться избегание как параметр привязанности, однако в рамках данного исследования мы не нашли подтверждения этому. Чем более респондент склонен к стратегиям Избегания и Взвешивания, тем менее – к Физическому контакту и к Учетыванию двух позиций в конфликте. Это соотносится с основными положениями теории привязанности [1], поскольку избегание и оценка необходимости сохранять отношения были отнесены нами к деактивационным стратегиям, в соответствии с которым субъект должен всячески отстраняться и избегать включенности в отношения и проявления своих истинных чувств в ситуации конфликта, о чем и говорит обратная зависимость с тенденцией к физическому контакту и учетыванию двух позиций в конфликте. Также было обнаружено, что чем более респондент склонен к проявлению гиперактивационной стратегии, тем менее – к стратегиям Избегания, Пассивности, Отсутствия действий. И чем более респондент склонен к поддержанию идеального образа, тем более он склонен к стратегии Скрытого общения и тем менее – к учетыванию двух позиций и отсутствию действий в конфликте.

Чем выше у респондента баллы по шкале Избегания конвергентной к авторской методике, тем менее он прибегает к стратегии сотрудничества в конфликтных ситуациях. С другой стороны, чем выше у респондентов баллы по шкале тревожности конвергентной методике, тем более они склонны к использованию скрытых форм общения и тем менее – к фокусированию на себе. Данные результаты также соотносятся с описанными

нами теоретическими данными, поскольку высокие баллы по шкале избегания предполагают тенденцию к уходу от вовлеченности и включенности в отношения, отсутствия стремления работать над отношениями и откровенно разбирать возникший конфликт, о чем, наоборот, должны свидетельствовать высокие баллы по стратегии сотрудничества в конфликтных ситуациях.

Источники и литература

- 1) Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. М., 2004.
- 2) Микулинджер М., Шейвер Ф.Р. Привязанность у взрослых: структура, динамика и изменения.: Пер. с англ. – СПб, ООО «Диалектика», 2023.
- 3) Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. – Самара, «Бахрах-М», 2017
- 4) Карабанова О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. – Гардарики, 2005.