

Научный поиск: личность, образование, культура. 2021. № 4. С. 73–76.

*Scientific search: personality, education, culture.* 2021. no. 4. pp. 73–76.

## НАУЧНЫЙ ДЕБЮТ

Научная статья

УДК 159.923.2

ББК 88.312

<https://doi.org/10.54348/2021.4.12>

### Особенности привязанности в подростковом возрасте

**Кристина Вячеславовна Пронина**

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, Тамбов, Россия, [kristina.pro.psy@mail.ru](mailto:kristina.pro.psy@mail.ru)

**Аннотация.** В статье раскрывается специфика развития привязанности в подростковом возрасте. В этот период функциональный и качественный эмоциональный и физический контакт приобретает особую ценность, обладает стабилизирующим эффектом для нервной системы и способствует формированию ощущения безопасности. Освещены отличительные аспекты отношений привязанности в подростковом возрасте: даже по мере увеличения зрелости и ощущения безопасности, родители по-прежнему часто используются в качестве фигур привязанности; наличие, в социальной сети подростка ряда лиц, которые могут служить фигурами привязанности и которые оказывают непосредственное влияние на формирование типа привязанности подростка. При актуализации потребности привязанности в подростковый период становления личности, тем не менее отношения находятся в нестабильности и подвержены изменениям.

**Ключевые слова:** теория привязанности, подростковый возраст, межличностные отношения.

**Для цитирования:** Пронина К. В. Особенности привязанности в подростковом возрасте // Научный поиск: личность, образование, культура. 2021. № 4. С. 73–76. <https://doi.org/10.54348/2021.4.12>

Original article

### Attachment features in adolescence

**Christina V. Pronina**

Tambov State University named after G.R. Derzhavin, Tambov, Russia, [kristina.pro.psy@mail.ru](mailto:kristina.pro.psy@mail.ru)

**Abstract.** The article reveals the specificity of the development of attachment in adolescence. During this period, functional and high-quality emotional and physical contact acquires special value, has a stabilizing effect on the nervous system and contributes to the formation of a sense of security. Distinctive aspects of attachment relationships in adolescence are highlighted: even as maturity and feelings of security increase, parents are still frequently used as attachment figures; the presence in the adolescent's social network of a number of persons who can serve as figures of attachment and who have a direct impact on the formation of the adolescent's type of attachment. With the actualization of the need for attachment in the adolescent period of personality formation, however, the relationship is in instability and subject to change.

**Keywords:** attachment theory, adolescence, interpersonal relationships.

**For citation:** Pronina C. V. Attachment features in adolescence. *Nauchnyj poisk: lichnost', obrazovanie, kul'tura = Scientific search: personality, education, culture.* 2021. no. 4. pp. 73–76. (In Russ). <https://doi.org/10.54348/2021.4.12>

**Актуальность.** В настоящее время теория эмоциональной доступностью фигур привязанности охватывает все больше областей жизни формирует у них чувство исследования. Основная предпосылка теории безопасности и доверия к другим [Bowlby, привязанности состоит в том, что опыт людей с 1980]. В результате своего раннего опыта

© Пронина К. В., 2021

с опекунами люди конструируют внутренние рабочие модели себя, других и отношений, которые они используют, чтобы руководствоваться своими ожиданиями в последующих близких отношениях [Bretherton, 2000]. Лица, опекуны которых были эмоционально доступны, особенно в периоды стресса, строят внутренние рабочие модели себя как достойных, других как доверчивых и отношений как стоящих и важных. И наоборот, люди с историей нечувствительности к опекунам конструируют негативные рабочие модели себя, других и отношений. Ожидается, что эти модели будут окрашивать индивидуальный подход к отношениям и взгляды на себя на протяжении всей жизни [Bowlby, 1980].

Прогнозируемый физический и (или) эмоциональный контакт с объектом привязанности успокаивает нервную систему и формирует ощущение безопасности. Эмоциональный баланс способствует развитию целостного, положительного и уверенного самоощущения и способности преобразовывать внутренний опыт в единое целое. Уверенность также помогает сообщать объектам привязанности о своих потребностях.

Формирование привязанности считается процессом развития, который продолжается далеко за пределами младенчества и раннего детства. Тем не менее, имеется дефицит исследований о формировании привязанности в подростковом возрасте. Подростковый возраст занимает важную фазу в общем процессе становления человека как личности, когда в процессе построения нового характера, структуры и состава деятельности ребенка закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок. Все эти качества развиваются в процессе общения подростка с людьми.

Есть основания полагать, что «состояния ума» относительно привязанности - способы, которыми люди концептуализируют опыт привязанности и отношения - значительно развиваются именно в подростковый период. Этот процесс модификации, вероятно, является не только продуктом увеличения физических возможностей и автономии подростка, но и результатом нормативного когнитивного развития, которое включает в себя переход к формальным операциям, что резко увеличивает способность человека размышлять о своем внутреннем опыте, мотивации и отношениях с другими. В свою очередь, отношения с качественным, положительным откликом для подростков приобретают новое важное значение. Благодаря эмоциональному отклику со стороны других людей, осо-

бенно в подростковом возрасте, нервная система менее чувствительна к угрозам и воспринимает мир как относительно безопасное и поддающееся контролю место.

**Методы и организация исследования.** Для решения задач исследования проведен анализ научно-методической литературы.

**Анализ результатов исследования.** Подростковый возраст традиционно привлекает к себе внимание исследователей, и является одним из самых сложных, ответственных в жизни ребенка. Рассматривая изменения, происходящие на подростковом этапе развития индивида, исследователи чаще всего отмечают перестройку организма в результате процессов роста и полового созревания; развитие теоретического рефлексивного мышления; рост избирательности внимания, восприятия, активное формирование творческого мышления; стремление быть как все и одновременно проявлять свою индивидуальность. Именно в этот период происходит интенсивное развитие самооценки. Структура общения индивида меняется в подростковом возрасте, ее центр все более перемещается в группу сверстников. Общение со сверстниками для подростков выполняет ряд важных функций, среди которых – становление системы моральных ценностей, приобретение навыков совместной деятельности и освоение социальных форм поведения. Подросткам свойственно, с одной стороны, расширение круга общения, а с другой – избирательность дружеских отношений. В целом же, в подростковом возрасте ребенок занимает качественно новую социальную позицию, характеризующуюся эмансипацией от взрослых.

В 1980-х годах, примерно в то же время, когда проводилась основополагающая работа по применению теории привязанности к отношениям взрослых, исследователи начали распознавать уникальные и отличительные аспекты отношений привязанности в подростковом возрасте. Если учитывать, что система привязанности гомеостатична и балансирует между потребностью в безопасности и исследовательским поведением, имеет смысл, что по мере увеличения зрелости ощущение безопасности будет увеличиваться, а открытое поведение привязанности уменьшится. Тем не менее, большинство подростков по-прежнему обращаются к родителям в условиях экстремального стресса [Steinberg, 1990], родители по-прежнему часто используются в качестве фигур привязанности. Подростки могут плакать гораздо реже, чем младенцы, но когда они сильно обеспокоены, вероятность того, что ребенок обратится за помощью к родителям все еще

очень велика. В этом отношении система привязанности работает так же, как и всегда, хотя и с другим быстро меняющимся балансом между привязанностью и исследовательским поведением. Важным вторичным эффектом изменения баланса между привязанностью и исследовательским поведением в подростковом возрасте является усиление в способности подростка переоценить природу его или ее отношений привязанности с родителями. С ростом независимости от родителей как фигур привязанности приходит большая свобода от необходимости контролировать и обеспечивать готовность родителей удовлетворить потребности привязанности. Мэйн и его коллеги называют эту когнитивную и эмоциональную свободу «эпистемическим пространством» и предполагают, что оно позволяет людям более объективно оценивать своих родителей как фигур привязанности. Вероятно, «эпистемическое пространство» играет столь же важную роль для возникающей способности автономно мыслить об отношениях привязанности, как и развивающиеся когнитивные способности, о которых говорилось выше. Ибо даже с полностью развитыми когнитивными способностями, вероятно, будет трудно достичь критического расстояния, необходимого для объективной оценки качества отношений привязанности, от которых человек чувствует себя полностью зависимым. Однако по мере увеличения независимости будет увеличиваться и эмоциональная дистанция, необходимая для того, чтобы задействовать развивающиеся познавательные способности в переоценке природы отношений привязанности с родителями. Каким бы неудобным ни был этот критический отрезок и объективная оценка для родителей, он, вероятно, будет иметь фундаментальное значение для способности подростка развить точную и вдумчивую реакцию на переживания привязанности. А так же это является необходимым условием для решения проблем привязанности в отношениях с родителями, и может позволить подросткам формировать более безопасные отношения, как в настоящем, так и в будущем, и пересмотреть и изменить свое собственное состояние в отношении привязанности.

Другой отличительный аспект привязанности в подростковом возрасте направление поведения привязанности к фигурам, не являющимся родителями. В социальной сети подростка есть ряд лиц, которые могут служить фигурами привязанности, и, хотя значение родителей как фигур привязанности остается, доверие к друзьям и сверстникам как источникам поддержки возрастает. У большинства подростков есть

лучший друг, обычно того же возраста и пола, который может проявлять некоторые характеристики фигуры привязанности. Этот вопрос может считаться спорным. Например, Боулби [Bowlby, 1980] и Эйнсворт никогда не одобряли представление о сверстниках или романтических партнерах как о настоящих фигурах привязанности, в то время как Хазан и Шейвер (1987), кажется, предполагают, что взрослые привязанности связаны с романтическими отношениями. Однако можно заметить, что даже если эти отношения не полностью соответствуют типу отношений привязанности, которые ребенок формирует с опекуном в младенчестве и детстве, следы первоначального формирования привязанности повторно переживаются в этих новых отношениях. [Wilkinson, 2006]. А по мере того, как люди достигают позднего подросткового возраста, романтические партнеры все чаще приобретают атрибуты привязанности. Безопасная привязанность в подростковом возрасте измеряется больше с точки зрения способности связно говорить о переживаниях привязанности и аффектах, в отличие от конкретных форм поведения, проявляемых во время разлуки и воссоединения с первичными фигурами привязанности. Исходя из этого, ожидается, что подростки будут продолжать расширять сеть своих взаимоотношений и станут более активными в стремлении к интимным романтическим отношениям. Стремительно вступая в новые дружеские и интимные отношения, подросткам сложно пройти этот путь без расставаний. То, насколько эмоционально и травматично будет переживаться распад отношений, во многом зависит от особенностей формирования привязанности в каждом конкретном случае. Видимо расставание будет проживаться тем легче, чем более надежной до этого была привязанность между подростком и родителем, и чем легче проходил процесс сепарации. В противном случае, при наличии паттернов ненадежной привязанности, можно ожидать тех или иных нарушений в процессе отделения: химические и поведенческие аддикции, депрессивные и тревожные состояния, аутоагрессия.

**Выводы.** Нормативный процесс развития привязанности в подростковом возрасте очень похож на процесс в среднем и позднем детстве. В частности, здоровый и безопасный стиль привязанности в подростковом возрасте воплощается в личности, которая стремится к автономии, но при этом ценит привязанность. Однако существуют ключевые различия между опытом привязанности в среднем детстве и подростковом возрасте. В частности, в подростковом возрасте эмоциональная и когнитивная независи-

мость от родителей является основной целью в отличие от сильного желания безопасного ребенка исследовать пределы физической среды [Allen, 2008]. Отношения привязанности в подростковом возрасте находятся в состоянии нестабильности. В подростковом возрасте представления об отношениях привязанности могут постоянно изменяться по мере того, как люди развивают новые интимные отношения. Буист, Декович, Миус и ван Акен предполагают, что в подростковом возрасте когнитивный компонент привязанности (то есть внутренние рабочие модели) остается относительно стабильным; однако поведенческое измерение привязанности эволюционирует по мере взросления. Родителей по-прежнему используют, по крайней мере, для некоторых потребностей привязанности, но длительные и близкие отношения сверстников с большей вероятностью удовлетворят этим потребностям, чем раньше.

### Список источников

- Сергиенко Е. А. Психологическое здоровье: субъективные факторы // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. 2017. № 4. С. 98–117.
- Ainsworth M. D., Blehar M. C., Waters E. Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, N.J. : Lawrence Erlbaum, 1978. 391 p
- Allen J. P. The attachment system in adolescence. In: Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. Eds. J. Cassidy, & P.R. Shaver. New York: Guilford, 2008. P. 419–435.
- Bowlby J. Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression. Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression. 1980. no. 109. P. 1-462.
- Bretherton I. Emotional availability: an attachment perspective. Attachment & Human Development. 2000. vol. 2. no. 2. September. P. 233-241.
- Cassidy J., Shaver P. R., Mikulincer M. Lavy S. Experimentally induced security influence responses to psychological pain. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2009. no. 28. P. 463-478.
- Kobak R. R., Duemmler S. Attachment and conversation: Toward a discourse analysis of adolescent and adult security. In: Advances in personal relationships. Eds . K. Bartholomew & D. Perlman. 1994. vol. 5. P. 121-149.
- Steinberg L. Interdependency in the family: Autonomy, conflict, and harmony in the parent-adolescent relationship. In: At the threshold: The developing adolescent. Eds. S. Feldman and G. Elliott. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1990. P. 255-276.
- Wilkinson M. Journal of Psychoanalysis. 2006. no. 51. P. 596-619.

### References

- Sergienko E. A. Psychological health: subjective factors. *Vestnik RGGU. Seriya: Psihologiya. Pedagogika. Obrazovanie = Bulletin of the Russian State University for the Humanities. Series: Psychology. Pedagogy. Education*. 2017. no. 4. pp. 98-117. (In Russ).
- Ainsworth M. D., Blehar M. C., Waters E. Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Hillsdale, N.J. : Lawrence Erlbaum, 1978. 391 p. (In Eng).
- Allen J. P. The attachment system in adolescence. In: Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. Eds. J. Cassidy, & P.R. Shaver. New York: Guilford, 2008. (In Eng).
- Bowlby J. Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression. Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression. 1980. no. 109. pp. 1-462. (In Eng).
- Bretherton I. Emotional availability: an attachment perspective. Attachment & Human Development. 2000. vol. 2. no. 2. September. pp. 233-241. (In Eng).
- Cassidy J., Shaver P.R., Mikulincer M. Lavy S. Experimentally induced security influence responses to psychological pain. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2009. no. 28. pp. 463-478. (In Eng).
- Kobak R. R., Duemmler S. Attachment and conversation: Toward a discourse analysis of adolescent and adult security. In: Advances in personal relationships / eds . K. Bartholomew & D. Perlman. 1994. vol. 5. pp. 121-149. (In Eng).
- Steinberg L. Interdependency in the family: Autonomy, conflict, and harmony in the parent-adolescent relationship. In: At the threshold: The developing adolescent. Eds. S. Feldman and G. Elliott. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1990. pp. 255-276. (In Eng).
- Wilkinson M. Journal of Psychoanalysis. 2006. no. 51. pp. 596-619. (In Eng).

Статья поступила в редакцию 13.12.2021; одобрена после рецензирования 24.12.2021; принята к публикации 27.12.2021.

The article was submitted 13.12.2021; approved after reviewing 24.12.2021; accepted for publication 27.12.2021.