

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра психодіагностики та клінічної психології

**Зв'язок типів прив'язаності та суб'єктивного благополуччя у  
романтичних стосунках**

*Кваліфікаційна робота*

Студентки 4 курсу ОР Бакалавр  
(спеціальність 053 «Психологія»,  
освітня програма «Психологія»)

**Манько Дар'я Денисівна**

Науковий керівник:

**Молотокас Антоніна Андріївна**

докторка філософії в галузі психології,  
асистентка кафедри психодіагностики  
та клінічної психології

**Роботу рекомендовано до захисту на ЕК №2**

**Протокол №\_\_\_\_\_ від\_\_\_\_\_ року**

**Завідувач кафедри психодіагностики та клінічної психології**

\_\_\_\_\_ **Людмила КРУПЕЛЬНИЦЬКА**

**Київ - 2025**

## Зміст

<b>ВСТУП .....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЗВ'ЯЗКУ ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАННОСТІ ТА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ .....</b>	<b>7</b>
1.1 Типи прив'язанності : поняття, історія дослідження.....	7
1.2 Характеристики суб'єктивного благополуччя особистості : психологічне благополуччя, фізичне здоров'я і стосунки.....	16
1.3 Типи прив'язанності, як чинники, які впливають на суб'єктивне благополуччя особистості .....	18
<b>Висновки до розділу 1 .....</b>	<b>20</b>
<b>РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОГРАМА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ .24</b>	
2.1. Основні етапи проведення емпіричного дослідження .....	24
2.2. Опис методології та інструментів дослідження.....	26
2.3. Характеристики досліджуваної вибірки .....	31
<b>Висновки до розділу 2 .....</b>	<b>32</b>
<b>РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАННОСТІ ТА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ .....</b>	<b>34</b>
3.1 Аналіз первинних даних та описові статистики .....	34
3.2. Аналіз та інтерпретація результатів шляхом застосування методу порівняльного аналізу даних .....	43
3.3 Аналіз та інтерпретація результатів регресійного аналізу .....	48
<b>Висновки до розділу 3 .....</b>	<b>58</b>
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>61</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....</b>	<b>65</b>

## ВСТУП

**Актуальність:** Дослідження теми кохання, визначається тим, що романтичні стосунки повсякчас є, були і будуть надзвичайно важливою сферою життя будь-якої людини, що цілком має неабиякий вплив на загальне внутрішнє благополуччя емоційного стану особистості. Якщо згадати напрацювання багатьох відомих дослідників з цієї теми, зокрема, А. Маслоу, то потреба любити і бути коханим виступає однією із провідних, а прагнення досягти у стосунках із романтичним партнером справжньої інтимності висвітлено у працях багатьох психологів, і не одне покоління людей висуває до себе внутрішню «вимогу», вбачаючи в цьому певне особистісне завдання, що стоїть перед ними (Е. Еріксон, К. Роджерс, Е. Фромм, Р. Мей, В. Франкл). Хоча слід зауважити, що більшість психологів прямо чи опосередковано вивчали кохання або глибокі міжособистісні стосунки у своїх працях. Насамперед, тому що кохання — це не лише романтика, а і прив'язаність (Bowlby, Ainsworth), емоційна залежність (Freud, Klein), сексуальність (Kinsey, Masters & Johnson), партнерська взаємодія (Gottman, Johnson), і навіть афективні розлади та зради.

Тобто навіть коли психолог досліджує травму, емоції, конфлікти чи щастя, питання любові майже завжди присутнє — приховано або відкрито.

Проте у цій кваліфікаційній роботі, передусім, увагу зосереджено на конкретному аспекті романтичних стосунків – типах прив'язаності. А саме Тип А – «надійний», або «безпечний» – що характеризується позитивним поглядом на себе та інших (вважає себе гідним кохання, а партнерів – чуйними та надійними); тип В – «надзалучений», або «тривожно-суперечливий» – має негативне уявлення про себе та позитивне – про інших; тип С – «відсторонено-унікаючий» – має позитивну модель себе та негативну модель Іншого; тип D – «боязливий», або «обережний» – негативно ставиться і до себе, і до інших.

Важливо зазначити, що типи прив'язаності, не є випадковою особливістю людини, їх вплив пронизує життя кожної людини, від їх співпадіння чи не співпадіння залежить сталість романтичних стосунків, і якщо особистість здатна розпізнати свій стиль прив'язаності, то це значно полегшує її життя.

Розроблена психоаналітиком Джоном Боулбі, теорія припускає, що немовлятам необхідно сформувати тісний зв'язок щонайменше з одним основним опікуном, щоб забезпечити своє виживання, а також розвинути здорове соціальне й емоційне функціонування.

Дослідження психологині розвитку Мері Ейнсворт у 1960–70-х роках розширили роботу Боулбі, ввівши поняття «безпечної бази», вплив чутливості матері до страждань немовляти і відповідального реагування, а також виокремивши типи прив'язаності у дітей: безпечна, уникаюча, тривожна та дезорганізована прив'язаність.

Під поняттям **суб'єктивного благополуччя** мається на увазі три аспекти людського життя: 1. «психологічне благополуччя» (здатність контролювати своє життя, відчувати оптимізм з приводу майбутнього, впевненість у своїх власних думках і переконаннях, рости і розвиватися як особистість тощо); 2. «фізичне здоров'я та благополуччя» (задоволеність фізичним здоров'ям, якістю сну, здатність працювати та здійснювати свою повсякденну життєву активність, займатись спортом і відпочивати, відсутність депресії, тривоги тощо); 3. «стосунки» (комфортність у ставленні та спілкування з іншими людьми, наявність щасливих дружніх і особистих відносин, здатність звернутись за допомогою до інших, задоволеність своїм сексуальним життям тощо)

Отже, зв'язок типів прив'язаності та суб'єктивного благополуччя є актуальною темою серед населення України. Також актуальним є науковий інтерес до наявності чи відсутності різниці між цис/гетеро досліджуваними і представниками квір-спільноти, постає питання, чи маргіналізованість

наведеної вище групи населення впливає на взаємозв'язок стилів прив'язаності із суб'єктивним благополуччям і чи вплив є значним, або ледь помітним або його взагалі не існує. Постає додаткове актуальне питання про те, які способи можуть допомогти українському громадянству навчитися перейти до безпечного типу прив'язаності, якщо раніше він був не властивий їм.

**Метою роботи** є визначити зв'язок між типами прив'язаності та суб'єктивним благополуччям враховуючи приналежності до квір-спільноти.

**Завдання роботи:**

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз типів прив'язаності та впливу різноманітних чинників на їх формування в людей та дослідити поняття “суб'єктивне благополуччя” і його складові, психологічне благополуччя, фізичне здоров'я і стосунки;
2. Встановити рівень суб'єктивного благополуччя і тип прив'язаності наявний у досліджуваних, для подальшого аналізу;
3. Виявити взаємозв'язки між типом прив'язаності і суб'єктивним благополуччям;
4. Проаналізувати відмінності серед українських представників квір-спільноти та цис/гетеро громадян у взаємозв'язку типу прив'язаності і суб'єктивного благополуччя.

**Об'єкт дослідження** – типи прив'язаності.

**Предмет** – Зв'язок типів прив'язаності та суб'єктивного благополуччя у романтичних стосунках

**Гіпотези дослідження:**

1. Представникам квір-спільноти більш властивий унікаючий, тривожний або дезорганізований тип прив'язаності, тоді як цис/гетеро особам - надійний;

2. Розподілення стилів прив'язанності не залежить від сексуальної або гендерної ідентичності, проте рівень суб'єктивного благополуччя впливає на них;
3. Типи прив'язанності і суб'єктивне благополуччя не пов'язані між собою в залежності від сексуальної або гендерної ідентичності людини.

**Наукова новизна** роботи полягає у тому, що досліджуватиметься тема типів прив'язанності з боку порівняння людей, які приналежать до квір-спільноти і тих хто до неї не належить і таким чином стане відомо чи може сексуальна і гендерна ідентичність впливати на формування або зміну типу прив'язанності особистості. Також стане відомо чи взаємопов'язані типи прив'язанності і рівень суб'єктивного благополуччя, а в цьому аспекті новизна полягає в тому, що зазвичай, коли кажуть про тип прив'язанності зазвичай мають на увазі його формування у ранньому дитинстві, але в даній роботі досліджуватиметься, як умови, в яких формується людина в період між раннім дитинством і дорослим життям, впливають і формують стиль прив'язанності.

**Практичне значення** роботи пов'язане із можливістю впровадження результатів дослідження у практику психологічної допомоги особам, що мають будь-який тип прив'язанності, окрім надійного, а саме дезорганізований (тривожно-унікаючий), тривожний і унікаючий.

**Обсяг роботи.** Роботу викладено на 74 сторінках тексту. Основний обсяг роботи – 60 с. Робота містить 3 розділи, висновки та список використаних джерел, 19 таблиць.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЗВ'ЯЗКУ ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАННОСТІ ТА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

#### 1.1 Типи прив'язанності : поняття, історія дослідження .

Конфлікти в стосунках у дорослому віці можуть бути спричинені типом прив'язанності, який був засвоєний в дитинстві. Розуміння ненадійних типів прив'язанності, такі як тривожна або уникаюча прив'язанність, полегшує життя людей і дозволяє будувати здорові стосунки.

Типи прив'язанності відображають те, як індивід поводить себе в романтичних стосунках, і ґрунтуються на емоційному зв'язку, який був сформувався в дитинстві зі своїм основним опікуном — часто з матір'ю. Згідно з теорією прив'язанності, започаткованою британським психіатром Джоном Боулбі та американським психологом Мері Ейнсворт (Ainsworth & Bowlby, 1991; Bowlby, 1969), якість зв'язку, який особа встановила під час цих перших стосунків, часто визначає, яким буде ставлення до інших людей і реакція на близькість протягом усього життя.

Фройд і його послідовники, припускали, що немовлята прив'язуються до джерела задоволення. Немовлята, які перебувають на оральній стадії розвитку, прив'язуються до своїх матерів, оскільки ті задовольняють їхні оральні потреби.

Біхевіористи, зокрема Джон Вотсон і Б. Ф. Скіннер, припускали, що прив'язаність — це просто набута поведінка. Ці теорії стверджували, що прив'язаність була лише результатом харчових стосунків між дитиною та опікуном. Оскільки опікун годує дитину та забезпечує її харчуванням, дитина прив'язується.

Боулбі зауважив, що годування не зменшували тривогу від розлуки, натомість він виявив, що прив'язаність характеризується чіткими поведінковими та мотиваційними моделями. Коли діти налякані, вони шукають близькості від свого основного опікуна, щоб отримати як комфорт, так і турботу.

Згодом велика кількість психологів і дослідників підхопила тему типів прив'язаності і продовжили напрацювання Д. Боулбі і М. Ейнсворт у своїх працях. Серед них: Геррі Харлоу, Рудольф Шафер, Пеггі Емерсон, Джуд Кессіді, Філіпп Р. Шейвер, Ліса Берлін та ін.

Прив'язаність – це емоційний зв'язок з іншою людиною. Боулбі вважав, що найперші зв'язки, що формуються дітьми з їхніми опікунами, мають величезний вплив, який триває протягом усього життя. Він припустив, що прив'язаність також служить для того, щоб утримувати немовля близько до матері, тим самим підвищуючи шанси дитини на виживання.

Боулбі розглядав прив'язаність як продукт еволюційних процесів. Хоча біхевіористські теорії прив'язаності вказували на те, що прив'язаність є набутим процесом, Боулбі та інші припустили, що діти народжуються з вродженим прагненням формувати прихильність до опікунів.

Протягом історії діти, які підтримували близькість до людини, до якої вони прив'язані, мали більше шансів отримати комфорт і захист, а отже, більше шансів дожити до дорослого віку. В процесі природного відбору виникла мотиваційна система, призначена для регулювання прив'язаності.

Центральна тема теорії прив'язаності полягає в тому, що основні опікуни, які доступні та реагують на потреби немовляти, дозволяють дитині розвинути почуття безпеки. Немовля дізнається, що опікун є надійним, що створює для дитини безпечну основу для подальшого дослідження світу.

Отже, що визначає безпечну прив'язаність? Біхевіористи припускають, що саме їжа призвела до формування такої поведінки прив'язаності, але Боулбі та інші продемонстрували, що турбота та чуйність були основними детермінантами прив'язаності.

У своєму дослідженні 1970-х років психологиня Мері Ейнсворт значно розширила оригінальну роботу Боулбі. Її новаторське дослідження виявило глибокий вплив прив'язаності на поведінку. У дослідженні вчені спостерігали за дітьми віком від 12 до 18 місяців, коли вони реагували на ситуацію, коли їх ненадовго залишали на самоті, а потім возз'єднували зі своїми матерями.

Грунтуючись на спостережуваних дослідниками реакціях, Ейнсворт описала три основні типи прив'язаності: надійна прив'язаність, амбівалентно-ненадійна прив'язаність та уникаюче-ненадійна прив'язаність. Пізніше дослідники Мейн та Соломон (1986) додали четвертий стиль прив'язаності, який назвали дезорганізовано-ненадійною прив'язаністю, спираючись на власні дослідження. Також інколи останній четвертий тип прив'язаності називають тривожно-уникаючим.

Низка досліджень, проведених з того часу, підтвердила стилі прив'язаності Ейнсворт та вказала на те, що стилі прив'язаності також впливають на поведінку в подальшому житті.

Якщо основний опікун давав відчуття безпеки та розуміння в дитинстві, якщо він міг не токсично реагувати на крики та точно інтерпретувати мінливі фізичні та емоційні потреби (що є абсолютною нормою для дітей дошкільного віку, і дорослі мають бути підготовлені до незрілості психіки дітей такого віку), то, ймовірно, розвинеться безпечна, надійна прив'язаність. У дорослому віці це зазвичай означає впевненість у собі, довіру та надію, здатність здорово вирішувати конфлікти, реагувати на близькість та долати труднощі у романтичних стосунках.

Однак, якщо особа відчувала заплутані, лякаючі або непослідовні емоційні реакції на свої дії в дитинстві, якщо опікун не міг послідовно заспокоювати або реагувати на емоційні і фізичні потреби, у людини, ймовірно за все, виникне ненадійний тип прив'язаності. Немовлята з ненадійною прив'язаністю часто виростають дорослими, яким важко розуміти власні емоції та почуття інших, що обмежує їхню здатність будувати або підтримувати стабільні стосунки. У дорослому віці з ненадійним стилем прив'язаності може бути важко знаходити спільну мову з іншими, можливе уникання близькості або потреба бути надто нав'язливим, боязким або тривожним у стосунках.

Звичайно, досвід, який отримують між періодом коли людина була немовлям і дорослим, також може впливати на стосунки та формувати їх. Однак, мозок немовляти настільки глибоко залежить від зв'язку, що досвід отриманий в такому віці пронизуватиме все подальше життя, і його аналізування чому можуть виникати проблеми у стосунках у дорослому віці.

Визначивши свій конкретний тип прив'язаності, можна навчитися боротися зі своєю невпевненістю, розвивати більш надійний спосіб спілкування з іншими та будувати міцніші, здоровіші та більш повноцінні стосунки.

Хоча типи прив'язаності значною мірою формуються зв'язком між немовлям та основним вихователем, особливо протягом першого року, важливо зазначити, що сила прив'язаності не ґрунтується виключно на рівні батьківської любові чи якості догляду, який отримує немовля. Швидше, прив'язаність ґрунтується на невербальному емоційному спілкуванні, що розвивається між вихователем та немовлям.

Немовля повідомляє про свої почуття, надсилаючи невербальні сигнали, такі як плач, вереск, крохтіння, гарчання, фиркання, балаканина або пізніше вказування пальцем та посмішка. У відповідь вихователь зчитує

та інтерпретує ці сигнали, реагуючи так, щоб задовольнити потребу дитини в їжі, комфорті чи ласці. Коли це невербальне спілкування успішне, розвивається надійна прив'язаність.

На успіх прив'язаності не впливають соціально-економічні фактори, такі як багатство, освіта, етнічна приналежність чи культура. Особистість людини та досвід, отриманий у дитинстві, підлітковому віці та дорослому житті, також можуть відігравати певну роль у формуванні типу прив'язаності.

#### **4 різні типи прив'язаності**

Окрім класифікації прив'язаності як надійної і ненадійної, існують три підмножини небезпечної прив'язаності, які дають нам чотири основні типи прив'язаності:

1. Надійний тип прив'язаності
2. Тривожний (або амбівалентний) тип прив'язаності
3. Уникаючий тип прив'язаності
4. Тривожно-уникаючий (Дезорганізований) тип прив'язаності

По-перше, про безпечний тип прив'язаності.

Люди з надійним типом прив'язаності, які володіють емпатією та здатні встановлювати відповідні межі, зазвичай почуваються безпечно, стабільно та більш задоволено у своїх близьких стосунках. Хоча вони не бояться бути самотніми, вони зазвичай процвітають у близьких, змістовних стосунках.

Наявність надійного стилю прив'язаності не означає, що особа, яка його має також матиме й ідеальні стосунки або абсолютну відсутність проблем у стосунках. Але, ймовірно, почуватиметься достатньо впевнено, щоб взяти на себе відповідальність за власні помилки та невдачі, і буде готова звернутися за допомогою та підтримкою, коли це потрібно.

Така особистість цінує власну самоцінність і здатна бути собою в близьких стосунках. Також їй комфортно висловлювати свої почуття, сподівання та потреби.

Вона знаходить задоволення в спілкуванні з іншими, відкрито шукає підтримки та розради у свого партнера, але не надто хвилюється, коли вони вимушені бути в розлуці певний час.

Особи з цим типом прив'язаності здатні підтримувати емоційну рівновагу та шукати здорові способи вирішення конфліктів у близьких стосунках. Коли стикаються з розчаруванням, невдачами та нещастям у стосунках, а також в інших сферах життя, - достатньо стійкі, щоб відновитися.

Коли особа має надійний стиль прив'язаності, стосунки з основним опікуном характеризуються, змігою підтримувати зв'язок з нею в дитинстві та ефективно справлятися із стресом, а також заспокоювати, коли була в занепокоєнні. Допомагав вам почуватися в безпеці, спілкувався через емоції та регулярно реагував мінливі потреби, що дозволяло нервовій системі «надійно прив'язатися».

Звичайно, жоден з батьків чи опікунів не є ідеальним, і ніхто не може бути повністю присутнім та уважним до немовляти 24 години на добу. Насправді це не обов'язково для встановлення безпечної прив'язаності у дитини. Але коли опікун не помічав невербальних сигналів, ймовірно, він продовжував намагатися зрозуміти, що потрібно, підтримуючи процес безпечної прив'язаності.

Міцний фундамент надійного зв'язку прив'язаності дозволяє у дитинстві бути впевненими в собі, довірливими, сповненими надії та вміти стикатися з конфліктами і не реагувати на них, як на трагедію.

Деякі люди можуть ототожнювати себе з деякими, але не всіма характеристиками надійного стилю прив'язаності. Навіть якщо стосунки, як правило, стабільні, можливо, є певні моделі поведінки або мислення, які

викликають конфлікт з партнером уже в дорослому житті і потребують активного вирішення.

## 2. Тривожний тип прив'язаності

Люди з тривожним (або амбівалентним) стилем прихильності (також званим «тривожно-заклопотаним», «амбівалентно-тривожним» або просто «тривожно-амбівалентним»), як правило, надмірно потребують чогось. Як випливає з назви, люди з цим стилем прив'язаності часто тривожні та невпевнені, їм бракує впевненості в собі. Вони прагнуть емоційної близькості, але хвилюються, що інші не хочуть бути з ними.

Якщо особа має тривожний або амбівалентний стиль прив'язаності, їй може бути соромно за надмірну нав'язливість або за постійну потребу в любові та увазі. Або ж вона може відчувати пригнічення через страх і тривогу щодо того, чи справді партнер кохає її.

З таким типом прив'язаності може бути важко дотримуватися меж, сприймаючи простір між партнерами у романтичних стосунках як загрозу, щось, що може викликати паніку, гнів або страх, що партнер більше не зацікавлений у стосунках.

Почуття власної гідності значною мірою залежить від того, яке ставлення проявляє до людини партнер у романтичних стосунках, і схильні надмірно реагувати на будь-які уявні загрози цим стосункам.

Такі люди відчують тривогу або ревності, коли знаходяться далеко від свого партнера, і можуть використовувати почуття провини, контролюючий маніпулятивний підхід або інші маніпулятивні тактики, щоб утримати його/її близько.

Потребують постійної підтримки та багато уваги з боку партнера.

Цілком ймовірно, що батьки або основний опікун, у вихованні людини в якій згодом виявилася наявність тривожного типу прив'язаності, були непослідовними у своєму стилі виховання, іноді залучені та чуйні до потреб у дитинстві, а іноді недоступні або відволікаючі. Ця непослідовність могла

викликати у тривогу та невпевненість щодо того, чи будуть задоволені потреби в цих «перших» стосунках, і таким чином стати моделлю для поведінки в пізніших стосунках.

### 3. Унікаючий тип прив'язаності

Дорослі з унікаючим типом прив'язаності є протилежністю тим, хто має амбівалентний або тривожний тип прив'язаності. Замість того, щоб прагнути інтимності, вони настільки обережно ставляться до близькості, що намагаються уникати емоційного зв'язку з іншими. Вони воліють не покладатися на інших або не бажати, щоб інші поклалися на них.

Людині з унікаючим типом прив'язаності, важко переносити емоційну близькість. Такі люди цінують свою незалежність і свободу до такої міри, що можуть почуватися некомфортно, навіть пригнічено, коли відчують інтимність та близькість в романтичних стосунках.

Типова людина з унікаючим типом прив'язаності - є незалежною особистістю, яка вміє піклуватися про себе сама і не відчуває потреби в інших.

Чим більше хтось намагається зблизитися з такою людиною або чим більше потребує партнер, тим більше вони схильні відсторонюватися.

Їм некомфортно зі своїми емоціями, і партнери можуть наголошувати на відстороненості та замкнутості, жорсткості та нетерпимості.

Люди з унікаючим типом прив'язаності можуть віддавати перевагу швидкоплинним, випадковим стосункам замість довгострокових, стабільних стусунків, або ж шукати партнерів, які є такими ж незалежними, і тими, хто буде тримати емоційну дистанцію.

Унікаючий тип прив'язаності часто виникає через батьків, які були недоступні або відкидали свого малюка у дитинстві. Оскільки опікун ніколи регулярно чи передбачувано не задовольняв потреби, тому така дитина була змушена емоційно дистанціюватися та намагатися заспокоїти себе. Це заклало основу для уникнення близькості та прагнення незалежності в

подальшому житті, навіть коли ця незалежність та відсутність близькості спричиняють певний дискомфорт.

#### 4. Тривожно-унікаючий (Дезорганізований) стиль прихильності

Дезорганізований стиль прив'язаності, який також називають стилем страху та уникнення, виникає через сильний страх, часто внаслідок дитячої травми, нехтування або жорстокого поводження. Дорослі з таким типом ненадійної прив'язаності схильні вважати, що не заслуговують на любов чи близькість у стосунках.

Якщо у людини наявний дезорганізований тип прив'язаності, ймовірно, вона ніколи не навчилася самотійно заспокоювати свої емоції, тому як стосунки, так і навколишній світ можуть здаватися лякаючими та небезпечними.

Така особа, ймовірно, вважатиме інтимні стосунки заплутаними та тривожними, часто коливаючись між емоційними крайнощами любові та ненависті до партнера.

Вона може бути нечутливою до свого партнера, егоїстичною, контролюючою та недовірливою, що може призвести доконфліктних ситуацій

Хоча вона прагне безпеки та захисту змістовних, близьких стосунків, однак, також відчуває себе негідними кохання та боїться знову постраждати. Дитинство такої людини могло бути сформоване насильством, нехтуванням або травмою.

Якщо основний опікун сам стикався з невирішеною травмою, це може призвести до сильного страху, пов'язаного з дезорганізованим типом прив'язаності. Часто батько/мати виступав/діяла як джерело страху та комфорту для особи у дитинстві, що викликало плутанину та дезорієнтацію, які вона відчуває у дорослому віці щодо стосунків. В інших випадках батько/мати могла ігнорувати або нехтувати потребами в дитинстві, або

його/її непередбачувана, хаотична поведінка могла бути для лякаючою або травматичною.

## **1.2 Характеристики суб'єктивного благополуччя особистості : психологічне благополуччя, фізичне здоров'я і стосунки**

Варто зазначити, що поняття «благополуччя» науковці ототожнюють з іншими суміжними поняттями, зокрема такими як: щастя, задоволеність життям, якість життя, суб'єктивне благополуччя, психологічне благополуччя, гедонізм, евдемонія, здоров'я, розквіт тощо. Однак сутність цих психологічних явищ є дещо різною.

У сучасних дослідженнях науковці виокремлюють два основних підходи до визначення сутності поняття благополуччя: гедоністичний (N. Bradburn, Ed. Diner) та евдемонічний (A.S. Waterman). Гедоністичний підхід полягає у прагненні до позитивних емоцій, максимального задоволення та приємного життя в цілому, у реалізації миттєвих бажань та потреб. Евдемонічний підхід стосується самоактуалізації та реалізації свого потенціалу людиною. Окрім цих підходів, також виділяє ще два інших: якість життя та оздоровчий підхід (Cooke, 2016).

Методика «Positive Mental Health Scale (PMH-scale)» («Шкала позитивного ментального здоров'я»), яку було використано в даному дослідженні поєднує в собі гедоністичну та евдемоністичну традицію, була розроблена для вимірювання внутрішніх факторів позитивного психічного здоров'я (зокрема емоційних і психологічних), приділяючи увагу також зовнішнім факторам (наприклад, соціальній підтримці, партнерству); шкала позитивного ментального здоров'я є одновимірною, особистоорієнтованою, короткою, легкою у заповненні та чутливою до змін (Lukat, Margraf, Lutz, van der Veld, Becker, 2016).

Вивчення сутності благополуччя у перелічених підходах стало підґрунтям для виділення як самостійного поняття суб'єктивного благополуччя особистості. Виділяють три основні підходи до визначення його сутності: теорію невідповідності, тристоронню модель та благополуччя як гомеостатично захищений настрій.

Теорія невідповідності репрезентує рівень задоволеності людиною життям як співвідношення між оцінкою та сприйняттям реальності і свого стану на цей момент, а також рівнем, якого вона прагне (Швалб, 2021). Більше співпадіння буде означати й вищий рівень суб'єктивного благополуччя. При такому визначенні суб'єктивне благополуччя виступає продуктом когнітивної (осмислення) та афективної (переживання) оцінки людиною дійсності.

Набуває значення здатність особистості до адаптації у нових, часто несприятливих умовах. Таким чином, високий рівень суб'єктивного благополуччя людини може означати її успішну адаптацію, а не високу якість життя.

Тристороння модель, запропонована E. Diener, S. Griffin, R.A. Emmons, розглядає суб'єктивне благополуччя особистості як взаємозв'язок його компонентів позитивного і негативного впливу, а також задоволеності життям. Високий рівень суб'єктивного благополуччя визначається переважанням позитивних впливів над негативними, а також почуттям задоволення життям в цілому, що ґрунтується на когнітивній оцінці людиною власного життя (Ryff, 1989).

Прихильники підходу до суб'єктивного благополуччя як до гомеостатично захищеного настрою вважають, що воно активно контролюється і підтримується організмом як один зі способів саморегуляції. Таким чином, людина буде прагнути до підтримання позитивного погляду на себе задля переживання власного благополуччя. На думку вчених хоча це є і генетично закладеним, але може мати

індивідуальні особливистісні прояви. Багато досліджень суб'єктивного благополуччя у цьому напрямі здійснив R.A. Cummins.

### **1.3 Типи прив'язаності, як чинники, які впливають на суб'єктивне благополуччя особистості**

Встановлено, що типи прив'язаності спочатку максимізують виживання немовляти в залежності від життєвих обставин з якими воно стикається (Bowlby, 1969), але також згодом мають значний вплив на стосунки підлітків і дорослих (E. Waters, Weinfield, & Hamilton, 2000). Ідеї прив'язаності привертають великий інтерес дослідників і практиків, забезпечуючи основу для розуміння емоційних розладів протягом усього життя. Хоча ненадійні типи прив'язаності самі по собі не є еквівалентом психопатології (Zilberstein, 2014), вони є встановленим фактором ризику розладів психічного здоров'я, включаючи депресію та тривожні розлади (Mullen, 2019), і знижує ефективність психологічного лікування (Levy, Kivity, Johnson, & Gooch, 2018), всі ці фактори є складниками суб'єктивного благополуччя людини. Однак механізми, через які ненадійні типи прив'язаності впливають на психопатологію, залишаються недостатньо вивченими, що значно обмежує здатність розробляти більш ефективні втручання для профілактики та лікування емоційних розладів, пов'язаних із ненадійними типами прив'язаності (Barlow, Bullis, Comer, & Ametaj, 2013; Holmes та ін., 2018), які виникають впродовж життя. Розуміння того, як прив'язаність впливає на психічне здоров'я – на різних рівнях аналізу – є пріоритетним напрямком досліджень (Insel та ін., 2010).

Існує багато причин, чому навіть люблячі і сумлінні батько чи мати можуть не мати успіху у створенні надійного зв'язку і прив'язаності з немовлям. Що безпосередньо впливає на рівень суб'єктивного благополуччя людини в подальшому житті.

Причини ненадійної прив'язаності майже завжди включають чинники, які є наслідками низького рівня суб'єктивного благополуччя:

1. Наявність молодого або недосвідченого опікуна , який не має необхідних батьківських навичок.

2. Доглядач переживав депресію, спричинену, наприклад, ізоляцією, відсутністю соціальної підтримки або гормональними проблемами, що змусило його відмовитися від обов'язків доглядальника.

3. Залежність основного опікуна від алкоголю чи інших наркотиків зменшила його здатність точно інтерпретувати або реагувати на фізичні чи емоційні потреби дитини.

4. Травматичні переживання, такі як серйозна хвороба або нещасний випадок, які перервали процес прив'язаності.

5. Фізична недбалість, така як неправильне харчування, недостатня фізична активність або нехтування медичними проблемами.

6. Емоційне нехтування або жорстоке поводження . Наприклад, опікун мало звертав увагу на дитину, в момент коли тип прив'язаності ще був в процесі формування, майже не намагався зрозуміти почуття дитини або ж вдавався до словесних образ.

7. Фізичне або сексуальне насильство , незалежно від того, чи це фізичні травми, чи порушення.

8. Розлучення з основним опікуном через хворобу, смерть, розлучення або усиновлення.

9. Нестабільність у виборі основного опікуна. Наприклад, у дитини змінилися няні або працівники дитячих садків.

10. Часті переїзди або розміщення . Наприклад, дитина постійно змінювала своє навколишнє середовище через те, що провела свої ранні роки в дитячих будинках або переїжджала між прийомними сім'ями.

Якщо людину непокоїть її тип прив'язаності вона цілком може пропрацювати свої установки і врешті дійти до безпечного/надійного типу прив'язаності. Це спричинено тим, що типи прив'язаності не вроджені, а набуті.

Терапія може бути безцінною, незалежно від того, чи це робота вічна-віч з терапевтом, чи парна терапія з партнером. Терапевт, який має досвід у теорії прив'язаності, може допомогти осмислити людині свій минулий емоційний досвід і стати більш впевненими, як самотійно, так і в парі.

Якщо особа не має доступу до відповідної терапії, все одно може зробити багато самотійно, щоб побудувати більш надійний стиль прив'язаності і тим самим покращити рівень суб'єктивного благополуччя. Для початку необхідно дізнайтеся всю інформацію, що є доступною, про свій ненадійний тип прив'язаності. Чим більше людина розуміє, тим краще зможе розпізнавати – і виправляти – рефлексивні установки та поведінку ненадійної прив'язаності, які можуть сприяти проблемам у стосунках наявних чи майбутніх.

## **Висновки до розділу 1**

У працях Джона Боулбі, доведено, що формування емоційного зв'язку між дитиною та основним опікуном має фундаментальне значення для виживання, соціалізації й адаптації індивіда. Подальші дослідження, зокрема експерименти Мері Ейнсворт, дозволили емпірично підтвердити концепцію прив'язаності, виокремити її типи та описати їхню роль у формуванні патернів міжособистісної поведінки.

У відповідній літературі систематизовано чотири основних типи прив'язаності: надійний, тривожний (амбівалентний), уникаючий та

тривожно-уникаючий (дезорганізований). Кожен із них відображає специфічні стратегії емоційного реагування, побудови близькості, регуляції афекту й особливості соціальної взаємодії. Надійний тип прив'язаності, що формується за умов чуйного, послідовного та емоційно відкритого догляду з боку опікуна, асоціюється з високою самооцінкою, емоційною стабільністю, здатністю до конструктивного вирішення конфліктів, розвитком довіри й автономії в міжособистісних стосунках. Натомість ненадійні стилі прив'язаності (тривожний, уникаючий, дезорганізований) виникають унаслідок непослідовної, відстороненої, травматичної або хаотичної взаємодії з опікуном і є предикторами емоційної нестабільності, низької самооцінки, схильності до соціальної ізоляції, труднощів у формуванні й підтримці довірливих стосунків.

Теоретичний аналіз показав, що типи прив'язаності мають не лише міжособистісний, а й інтраособистісний вимір, оскільки визначають базові уявлення про себе, інших і світ загалом. Модель себе та модель інших, як когнітивно-афективні конструкти, опосередковують процеси саморегуляції, емоційної комунікації, формування життєвих цілей і цінностей. Відтак, тип прив'язаності виступає детермінантою не лише стилю побудови стосунків, а й загального рівня психологічного та суб'єктивного благополуччя.

Існують дослідження, що підтверджують, що надійний тип прив'язаності позитивно корелює з показниками психологічного й суб'єктивного благополуччя, зокрема з життєвою задоволеністю, відчуттям щастя, внутрішньою гармонією, високим рівнем самоприйняття, здатністю до емпатії та ефективної емоційної регуляції. Особи з надійним стилем прив'язаності демонструють більшу стресостійкість, здатність до подолання життєвих труднощів, вищий рівень соціальної підтримки, що сприяє їхньому психологічному процвітанню.

Водночас, тривожний тип прив'язаності асоціюється з підвищеною емоційною лабільністю, схильністю до тривоги, депресивних переживань, залежністю від зовнішньої оцінки, страхом відкинення та труднощами у встановленні стабільних стосунків. Унікаючий тип прив'язаності характеризується емоційною відстороненістю, прагненням до автономії, уникненням глибокої близькості, що може призводити до почуття самотності, зниження рівня життєвої задоволеності та дефіциту соціальної підтримки. Дезорганізований (тривожно-унікаючий) тип прив'язаності, який часто формується внаслідок травматичних подій у дитинстві, пов'язаний із глибокими порушеннями емоційної регуляції, амбівалентністю у стосунках, схильністю до деструктивних моделей поведінки та підвищеним ризиком розвитку психічних розладів.

Ролі невербальної комунікації у формуванні стилю прив'язаності є важливою. Чуйність, емоційна відкритість, послідовність реакцій опікуна на сигнали дитини є ключовими чинниками розвитку безпечної прив'язаності. Натомість ігнорування, непослідовність, емоційна холодність або жорстокість сприяють формуванню ненадійних стилів прив'язаності. Важливо підкреслити, що соціально-економічні фактори, етнічна приналежність чи культура не мають вирішального значення для формування типу прив'язаності, хоча особистісні риси, життєвий досвід і соціальний контекст можуть модифікувати прояви стилю прив'язаності у подальшому житті.

Важливою детермінантою суб'єктивного благополуччя є також здатність до рефлексії, усвідомлення власних емоцій, розвиток емоційного інтелекту та навичок саморегуляції. Особистості з надійним типом прив'язаності легше інтегрують негативний досвід, здатні до конструктивного вирішення проблем, мають вищий рівень самоприйняття й задоволення життям. Натомість особи з ненадійними стилями

прив'язаності частіше демонструють емоційну ригідність, схильність до катастрофізації, труднощі у побудові довірливих стосунків, що негативно позначається на їхньому суб'єктивному благополуччі.

Таким чином, результати теоретичного аналізу підтверджують, що типи прив'язаності та суб'єктивне благополуччя особистості можуть бути пов'язані, опосередковано впливаючи на психологічне здоров'я, життєву задоволеність, соціальну адаптацію й емоційну стійкість. Усвідомлення власного стилю прив'язаності, розвиток емоційної компетентності, рефлексія та корекція дезадаптивних моделей поведінки можуть сприяти підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя, гармонізації міжособистісних стосунків та особистісному зростанню.

## РОЗДІЛ 2

### ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОГРАМА ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

#### 2.1. Основні етапи проведення емпіричного дослідження

Дослідження складалося з попередньої теоретичної частини та наступної емпіричної. Теоретична частина проходила у такі етапи: пошук необхідної літератури, збір інформації, аналіз та інтерпретація інформації, з подальшим узагальненням і систематизацією нової інформації та формулюванням дослідницьких питань. У процесі теоретичної частини були проаналізовані основні теоретичні підходи до визначення і розуміння типів прив'язаності і їх розподілення на надійний і ненадійні, поняття суб'єктивного благополуччя, підходи до його вивчення і складові цього поняття також розглянуто підходи різних дослідників щодо цього поняття. Додатково аналізувалися відмінності між групою представників квір-спільноти та контрольною групою цис/гетеро осіб у розподіленні типів прив'язаності. Були проаналізовані основні дослідження щодо походження типів прив'язаності, чому саме якісь певні типи зкладаються у одних людей і інші в інших і в наслідок чого так відбувається.

Завдяки проведеному теоретичному аналізу у попередній частині, було виділено значення типів прив'язаності і їх вплив на все подальше життя людини. Було виділено також, що на формування небезпечного типу прив'язаності можуть впливати такі чинники, як недостатня увага батьків до дитини, насилля, емоційна холодність основного опікуна, наявність у самого основного опікуна ненадійного типу прив'язаності, при цьому здорова атмосфера в родині підвищує шанси дитини на надійний тип прив'язаності, але все ж не гарантує його. Додатково було відзначено, що у процесі роботи важливо дослідити відмінність між цис/гетеро та квір

особами, тому що ймовірно, що через маргіналізованість, друга з наведених груп людей більш схильна до небезпечного типу прив'язаності. Тому питання, які стосуються цих чинників, були включені до інструментарію емпіричного дослідження.

Емпіричний етап дослідження був наступним, та включав у себе етап підготовки до дослідження, а саме пошук відповідного інструментарію згідно із завданнями дослідження, розробку плану дослідження та складання інтегрованого опитувальника для респондентів. Наступним етапом було безпосереднє проведення дослідження, збір даних, необхідних для виконання дослідницьких завдань та перевірки гіпотези. Передостанній етап емпіричного дослідження – статистична обробка даних, аналіз та інтерпретація, перевірка гіпотези дослідження. Наступний етап дослідження - аналіз та обробка даних, а також, перевірка гіпотез дослідження. Останнім етапом дослідження були висновки до результатів, рекомендації стосовно подальших досліджень та дискусія.

Мета емпіричного дослідження: дослідити і з'ясувати наявність зв'язку між соціально-демографічними чинниками (а саме вік, стать, орієнтація, гендерна ідентичність, рівень освіти, місце проживання, сімейний стан), типами прив'язаності, а саме безпечним, уникаючим, тривожним і тривожно-уникаючим, суб'єктивним благополуччям (за методикою, що поєднує в собі гедоністичну та евдемоністичну традицію до трактування чим є суб'єктивне благополуччя).

Основні завдання емпіричного дослідження:

- 1) Підбір інструментарію дослідження, який дозволить дослідити необхідні властивості та досвід особистості;

- 2) Розробити додатковий первинний опитувальник, який стосується соціально-демографічних рис респондентів та їхнього досвіду протягом повномасштабного вторгнення;
- 3) За допомогою цілісного опитувальника провести дослідження;
- 4) Провести обробку результатів, аналіз даних, інтерпретацію та зробити висновки дослідження.
- 5) Розробити рекомендації стосовно подальших досліджень у цій темі.

## **2.2. Опис методології та інструментів дослідження**

Проведення збору даних для дослідження було реалізовано в один етап, тобто без проведення повторних вимірювань. Процес збору даних проходив починаючи з 29.04.2025 і тривав по 7.05.2025 року. Усі питання опитувальника були надані респондентам українською мовою, в опитувальнику було надано питання англомовних методик, які були адаптовані українською. Опитувальник був сформований таким чином, що включав в себе декілька основних блоків, а саме:

1. Перший блок включав у себе збір соціально-демографічних даних і мав на меті зібрати інформацію про стать респондентів, вік та рівень освіти, а також даний блок містив блок з двох питань, який включав питання, що стосувалися гендерної ідентичності і сексуальної орієнтації досліджуваних, який був потрібен щоб визначити чи відносить себе досліджуваний до квір-спільноти.
2. Психологічний блок складався з 5-ти методик і зосереджувався на кількох аспектах: визначення типу прив'язаності досліджуваної особи і рівень суб'єктивного благополуччя.

Загалом дослідження мало на меті зібрати детальну інформацію про те, який тип прив'язаності превалює серед українців залежно від соціально-демографічних особливостей респондентів, який рівень суб'єктивного благополуччя мають досліджувані і чи взаємопов'язані

якось ці два поняття. Отримано широкий обсяг інформації щодо рівня суб'єктивного благополуччя серед досліджуваних на даний момент, визначено розподіл типів прив'язаності серед респондентів.

#### *Опис використаних методик*

Для визначення рівня суб'єктивного благополуччя було використано наведені методики:

Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» (The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB)) (P. Pontin, M. Schwannauer, S. Tai, M. Kinderman) включає три субшкали:

1) «психологічне благополуччя» (здатність контролювати своє життя, відчувати оптимізм з приводу майбутнього, впевненість у своїх власних думках і переконаннях, рости і розвиватися як особистість тощо);

2) «фізичне здоров'я та благополуччя» (задоволеність фізичним здоров'ям, якістю сну, здатність працювати та здійснювати свою повсякденну життєву активність, займатись спортом і відпочивати, відсутність депресії, тривоги тощо);

3) «стосунки» (комфортність у ставленні та спілкування з іншими людьми, наявність щасливих дружніх і особистих відносин, здатність звернутись за допомогою до інших, задоволеність своїм сексуальним життям тощо) (Pontin, Schwannauer, Tai, & Kinderman, 2013).

Як і оригінальна методика «The BBC Subjective Well-being Scale (BBCSWB)», модифікована методика, використана в цьому дослідженні, складається з 24 пунктів, але на відміну від неї використовується не 4-бальна, а 5-бальна оціночна шкала.

Опитувальник включає три субшкали: «психологічне благополуччя», «фізичне здоров'я та благополуччя» та «стосунки». Всі запитання, окрім пункту №4, мають прямий порядок нарахування балів, запитання №4 – зворотний. Загальний показник суб'єктивного благополуччя рахується як сумарний бал по всіх пунктах методики. Мінімальний показник

суб'єктивного благополуччя дорівнює 24 балам, максимальний показник дорівнює 120 балам. Показники по субшкалах розраховуються як сумарні бали по відповідних пунктах методики: Субшкала «психологічне благополуччя» – пункти №№ 4-15. Субшкала «фізичне здоров'я та благополуччя» – пункти №№ 1-3, 21-24. Субшкала «стосунки» – пункти №№ 16-20. Отримані показники порівнюються з нормативними.

Методика «Шкала позитивного ментального здоров'я» (Positive Mental Health Scale (PMH-scale)) (J. Lukat, J. Margraf, R. Lutz, W.M. van der Veld, E. S. Becker) включає 9 тверджень, використовується 4-бальна оціночна шкала (Lukat, Margraf, Lutz, van der Veld & Becker, 2016). Методика дає можливість визначити позитивну спрямованість ментального здоров'я, що є дуже суттєвим, оскільки позитивно «забарвлює» життєву активність людини, що дозволяє, на відміну від так званого «негативного психічного здоров'я», зберігати стресостійкість та встановлювати соціальні контакти з людьми.

Для того щоб визначити загальний рівень спрямованості ментального здоров'я, необхідно підрахувати загальну кількість балів. Мінімальний показник позитивного ментального здоров'я дорівнює 9 балам, максимальний показник дорівнює 36 балам. Низький рівень показника позитивного ментального здоров'я відповідає інтервалу 9-24 балів, середній рівень – 25-29 балів, високий рівень – 30- 36 балів.

Для визначення типу прив'язаності було використано наведені методики:

«Досвід близьких стосунків» (Brennan, 1998). Опитувальник складається з 28-ми питань і включає такі шкали:

ШкТр – шкала тривожності у відносинах прив'язаності;

ШкУнБл – шкала уникнення близькості у відносинах прив'язаності;

ГенПок – генералізований показник прив'язаності;

Для того щоб відповісти на питання опитувальника, досліджуваним необхідно пригадати когось зі своїх близьких, кохану людину, родича чи друга і те, як складаються їх стосунки. Надалі, досліджуваному необхідно оцінити чи відповідає кожне із наведених тверджень його почуттям у цих відносинах. Напроти кожного твердження треба позначити, свою згоду чи незгоду з твердженням, поставивши знаки (+) або (-) відповідно.

Методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (Bartholomew, 1991)

Досліджуваним пропонується співвіднести свій звичний тип відносин із чотирма прототипами (вибрати один, найбільш повно відповідний, а потім оцінити за 7-бальною шкалою ступінь виразності у себе кожного з них). Дослідник у результаті отримує якісні та кількісні показники типу прив'язаності. В основу прототипів покладено два параметри, зазначених ще М. Ейнсворт – міжособистісна тривога (з приводу розлучення, заперечення або недостатнього кохання) та уникнення (близькість, залежність, емоційність).

В інтерпретації Кім Бартолом'ю ці параметри є внутрішніми робочими моделями себе та Іншого. Вона запропонувала розглядати вимір тривоги як модель себе (негативну чи позитивну), а вимір уникнення – як модель Іншого (так само, негативну чи позитивну).

Таким чином, чотири типи утворено шляхом поєднання цих двох параметрів. Тип А – «надійний», або «безпечний» – характеризується позитивним поглядом на себе та інших (вважає себе гідним кохання, а партнерів – чуйними та надійними); тип В – «надзалучений», або «тривожносуперечливий» – має негативне уявлення про себе та позитивне – про інших; тип С – «відсторонено-унікаючий» – має позитивну модель себе та негативну модель Іншого; тип D – «боязливий», або «обережний» – негативно ставиться і до себе, і до інших. К. Бартолом'ю передбачала, що,

оскільки люди схильні до узгодженого уявлення про себе та інших, тип А і тип D мають бути переважаючими.

Методика «Структура стосунків» (Fraleley, 2011).

Це інструмент самооцінки, призначений для оцінки певних паттернів прив'язаності у різних близьких стосунках. Дев'ять тверджень методики використовуються для оцінки стилів прив'язаності щодо 4 об'єктів прив'язаності (до матері, батька, романтичного партнера та найкращого друга). Твердження розроблено таким чином, щоб їх можна було використовувати для різних об'єктів міжособистісних взаємин (не лише для романтичних стосунків), а також для різних вікових груп.

У разі необхідності, наведені 9 тверджень можна використовувати для вимірювання лише одного типу стосунків, і, отже, цей інструмент може бути застосований як версія методики ECR-R («Досвід близьких стосунків»), але з 9 пунктів. Перша стаття, що репрезентувала дану методику, базувалася на глобальній сукупності індивідуальних балів реляційної області (Fraleley, 2011).

Методика містить дві шкали – шкалу уникнення близькості у стосунках прив'язаності та шкалу тривожності у стосунках прив'язаності, що обчислюються окремо для кожного з 4-х об'єктів прив'язаності – мати, батько, романтичний партнер, друг. Значення шкали уникнення близькості може бути обчислено шляхом усереднення відповідей на твердження 1-6, що включають зворотні твердження – 1, 2, 3 і 4. Значення шкали тривожності обчислюється шляхом усереднення відповідей на твердження 7-9. Ці дві шкали слід обчислювати окремо для кожного з 4-х об'єктів прив'язаності. Щоб отримати загальну чи глобальну шкалу прив'язаності, слід обчислити середнє значення одержаних вище показників окремо для кожного з об'єктів прив'язаності. Так, генералізована шкала уникнення буде усередненим показником уникнення у відносинах з матір'ю, з батьком, з партнером і з другом. Подібним чином генералізована шкала тривожності

буде усередненим показником тривожності у відносинах з матір'ю, з батьком, з партнером і з другом.

Однак в цьому дослідженні, акцент поставлено на романтичні стосунки, тому опитування проводилося лише щодо романтичного партнера досліджуваного.

### **2.3. Характеристика досліджуваної вибірки**

Вибірка складалася із 109 осіб віком від 17 до 71 років, серед яких 68,8% (75 осіб) є жінками, 27,5% (30 осіб) – чоловіками, а 3,6% (4 особи) - небінарні. Оскільки у дослідженні брали участь особи різного віку, було вирішено розбити респондентів на вікові підгрупи. Для зручнішої обробки результатів у підрахунку була використана періодизація Т. Армстронга:

1. 0-3 роки – вік немовляти, грудний вік;
2. 3-6 років – молодший шкільний вік;
3. 6-8 років – період середнього дитинства;
4. 9-11 років – період пізнього дитинства;
5. 12-20 років – юнацький вік;
6. 20-35 років – ранній дорослий вік;
7. 35-50 років – середній дорослий вік;
8. 50-80 років – пізній дорослий вік;
9. 80 і більше – старечий вік (Armstrong, 2007).

У вибірці представлені групи досліджуваних юнацького віку (26 осіб), раннього дорослого віку (48 особи), середнього дорослого віку (31 осіб) та пізнього дорослого віку (4 особи). Групи за віком були нерівномірні, що було взято до уваги та проаналізовано під час інтерпретації результатів.

Також у вибірці були представлені люди різного сімейного стану 35,7% респондентів (39 осіб) не в стосунках, 36,7% респондентів (40 осіб)

мають стосунки, але не в шлюбі, 25,7% респондентів (28 особи) в шлюбі і 1,8% респондентів (2 особи) вдова/вдівець.

У вибірці представлені досліджувані з різним освітнім статусом: з вищою освітою 64,2% (70 осіб), неповною вищою освітою 13,8% (15 осіб), повною середньою освітою 16,5% (18 осіб) та середньою спеціальною освітою 4,6% (5 осіб) і 0,9% (1 особа) з неповною середньою освітою.

В аспекті сексуальної і гендерної ідентичності серед досліджуваних 64,2% (70 осіб) не відносять себе до квір-спільноти, тоді як 35,8 % є представниками квір спільноти.

Серед представників квір-спільноти:

Гомосексуальні - 33,4% (13 осіб )

Бісексуальні - 28,2% (11 осіб)

Пансексуальні - 15,3% (6 осіб)

Трансгендерні - 12,8% (5 осіб)

Асексуальні – 2,5% (1 особа )

Не визначилися – 7,6% (3 особи)

## **Висновки до розділу 2**

Це дослідження складалося з двох основних частин: теоретичної та емпіричної. Під час теоретичної частини було проведено глибокий аналіз наукової літератури, зібрано, інтерпретовано та систематизовано інформацію з приводу типів прив'язаності, суб'єктивного благополуччя, сексуальної і гендерної ідентичності. Результатом теоретичного аналізу стало формулювання дослідницьких питань та вироблення гіпотез для емпіричної частини. Емпірична частина включала підготовчу роботу, збір даних, аналіз та перевірку сформульованих гіпотез. Загалом, дослідження допомогло глибше розуміти взаємозв'язки між типами прив'язаності і

суб'єктивним благополуччям серед цис/гетеро особами і представниками квір-спільноти.

Процес збору даних для дослідження тривав від 29.04.2025 до 7.05.2025. Опитувальник містив два основних блоки: збір соціально-демографічних даних та психологічний блок, що складався з 5 методик і оцінював суб'єктивне благополуччя і типи прив'язаності. Загалом, дослідження надало глибоке розуміння взаємозв'язку типів прив'язаності і суб'єктивного благополуччя.

У дослідженні використовувалися 5 методик: опитувальник «Досвід близьких стосунків» (Brennan, 1998), методику «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (Bartholomew, 1991) та методику «Структура стосунків» (Fraley, 2011), Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» (The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB)) (P. Pontin, M. Schwannauer, S. Tai, M. Kinderman), Методика «Шкала позитивного ментального здоров'я» (Positive Mental Health Scale (PMH-scale)) (J. Lukat, J. Margraf, R. Lutz, W.M. van der Veld, E. S. Becker)

У дослідженні взяло участь 109 осіб віком 17-71 років, з яких переважна більшість - жінки. Вибірка розділена на вікові групи за періодизацією Армстронга. Головну частину респондентів становлять юнацький та ранній дорослий вік. Особи представлені з різним рівнем освіти, проте переважна більшість має повну вищу освіту і різним сімейним станом, вибірка розділилася на майже рівні 3 третини, 1/3 - в стосунках, але не в шлюбі, 1/3 – в шлюбі, 1/3 – не в стосунках.

## РОЗДІЛ 3

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАННОСТІ ТА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

#### 3.1 Аналіз первинних даних та описові статистики

Статистичний аналіз проводився за допомогою SPSS. Під час проведення аналізу було використано наступні методи: Дескриптивний аналіз, Порівняльний аналіз, Крос-табуляція (Crosstabulation) та  $\chi^2$ -критерій (Chi-Square Test), точний критерій Фішера (Fisher's Exact Test), Регресійний аналіз.

В даній вибірці був проведений пропорційний тест для двох категорій, де порівнювалися різні типи прив'язаності і рівень суб'єктивного благополуччя. В загальному, у вибірці взяло участь 109 людей.

Найбільш поширеним віковим періодом у вибірці є «ранній дорослий вік» (48 осіб або 44.5%, розподіл нормальний,  $p = 0,44$ ), за яким слідує «середній дорослий вік» (31 особа або 28.4%, розподіл нормальний,  $p = 0,284$ ), «юнацький вік» (26 особи або 23.8%, розподіл є нормальним,  $p = 238$ ) і «пізній дорослий вік» (4 осіб або 3.7%, розподіл не є нормальним,  $p < 0.001$ ).

За статистичними даними, у вибірці переважають жінки, оскільки серед опитуваних 68,8% (75 осіб) є жінками, 27,5% (30 осіб) – чоловіками, а 3,6% (4 особи) - небінарні. Жіноча та чоловіча статі мають достатньо великі частки тому їхні пропорції можна вважати приблизно нормально розподіленими. Небінарна стать (4 особи  $\approx 3.6\%$ ) має дуже малу частку тому її не можна вважати нормально розподіленою.

Отже, отримані результати вказують на нерівномірний розподіл параметрів серед учасників дослідження. Лише деякі параметри

відповідають нормальності розподілу, тому у подальшому для аналізу результатів були застосовані непараметричні методи.

*Описова статистика суб'єктивного благополуччя серед респондентів*

В даному дослідженні було проведено аналіз суб'єктивного благополуччя серед респондентів за допомогою п'яти показників. Показники включають "Фізичне здоров'я та благополуччя", "Психічне благополуччя", "Стосунки", "Загальний рівень суб'єктивного благополуччя", і "Позитивне ментальне здоров'я".

Середнє значення за шкалою "Фізичне здоров'я та благополуччя" у вибірці становить 23,07, що свідчить про середній рівень фізичного благополуччя серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 0,47. Медіана становить 23, а мода — 24, що вказує на відносну симетричність розподілу. Стандартне відхилення складає 4,85, а дисперсія — 23,56, що свідчить про помірну варіативність результатів. Значення ексцесу (0,27) та асиметричності (-0,26) незначні, що вказує на близькість розподілу до нормального. Інтервал відповідей становить 24, мінімальне значення — 10, максимальне — 34.

Рівень фізичного благополуччя у вибірці є середнім, але ближчим до нижньої межі середнього рівня. Середнє значення нижче за нормативне середнє, що може свідчити про гірший стан фізичного здоров'я або суб'єктивного відчуття благополуччя у досліджуваній групі порівняно з репрезентативною вибіркою. Розподіл балів близький до нормального, без значної асиметрії чи ексцесу, тобто дані рівномірно розподілені навколо середнього. Стандартне відхилення (4,85) і діапазон (10–34) свідчать про достатню варіативність відповідей, при цьому екстремально низьких або високих значень у вибірці небагато.

У вибірці респонденти в середньому оцінюють своє фізичне здоров'я та благополуччя на середньому рівні, але цей рівень нижчий за нормативний для української популяції за цією шкалою. Це може бути підставою для додаткового аналізу причин такого результату (особливості вибірки, зовнішні чинники тощо).

Середнє значення за шкалою "Психічне благополуччя" у вибірці становить 41,55, що свідчить про помірно високий рівень психічного благополуччя серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 0,71. Медіана становить 41, а мода — 41, що вказує на центральне скупчення оцінок навколо цього значення. Стандартне відхилення складає 7,40, а дисперсія — 54,79, що свідчить про помірну варіативність результатів. Значення ексцесу (-0,61) вказує на дещо більш плоский розподіл у порівнянні з нормальним, а асиметричність (0,13) є близькою до нуля, що свідчить про майже симетричний розподіл. Інтервал відповідей становить 35, мінімальне значення — 25, максимальне — 60.

Рівень психічного благополуччя у вибірці є помірно високим і характеризується відносно рівномірним розподілом оцінок навколо середнього значення. Негативне значення ексцесу свідчить про трохи плоскіший розподіл, але асиметричність близька до нуля підтверджує відсутність значних перекосів у даних. Варіативність результатів помірна, що вказує на різноманітність індивідуальних оцінок психічного стану серед респондентів.

У вибірці респонденти в середньому оцінюють своє психічне благополуччя на помірно високому рівні. Такий рівень психічного благополуччя свідчить про загальну задоволеність і стабільність емоційного стану у досліджуваній групі.

Середнє значення за шкалою "Стосунки" у вибірці становить 18,10, що свідчить про помірний рівень задоволеності стосунками серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 0,41. Медіана становить 19, а мода — 20, що вказує на те, що найбільш поширені оцінки дещо вищі за середнє значення. Стандартне відхилення складає 4,31, а дисперсія — 18,58, що свідчить про помірну варіативність результатів. Значення ексцесу (-0,52) вказує на дещо більш плоский розподіл у порівнянні з нормальним, а асиметричність (-0,41) свідчить про невеликий зсув розподілу вліво. Інтервал відповідей становить 17, мінімальне значення — 8, максимальне — 25.

Рівень задоволеності стосунками у вибірці є помірним, із тенденцією до дещо вищих оцінок, що підтверджується медіаною і модою. Негативні значення ексцесу і асиметричності свідчать про більш плоский і злегка лівосторонній розподіл даних, що може вказувати на наявність респондентів із нижчими оцінками, але більшість оцінок зосереджена ближче до верхньої межі шкали. Варіативність результатів помірна, що відображає різноманітність індивідуальних оцінок у сфері стосунків.

У вибірці респонденти в середньому оцінюють свої стосунки на помірному рівні з невеликою тенденцією до позитивної оцінки. Розподіл даних близький до нормального, хоча й має легкий зсув у бік нижчих значень. Ці результати можуть свідчити про загальну задоволеність стосунками, але з певними індивідуальними відмінностями серед респондентів.

Середнє значення за шкалою "Загальний рівень суб'єктивного благополуччя" у вибірці становить 82,72, що свідчить про високий рівень суб'єктивного благополуччя серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 1,35. Медіана становить 82, а мода — 82, що вказує на центральне скупчення оцінок навколо цього значення. Стандартне відхилення складає

13,98, а дисперсія — 195,42, що свідчить про значну варіативність результатів. Значення ексцесу (-0,60) вказує на дещо більш плоский розподіл у порівнянні з нормальним, а асиметричність (0,11) є близькою до нуля, що свідчить про майже симетричний розподіл. Інтервал відповідей становить 61, мінімальне значення — 55, максимальне — 116.

Рівень загального суб'єктивного благополуччя у вибірці є високим із відносно широким діапазоном індивідуальних оцінок. Негативне значення ексцесу свідчить про трохи плоскіший розподіл, але асиметричність близька до нуля, що підтверджує відсутність значних перекосів у даних. Варіативність результатів є значною, що відображає різноманітність сприйняття суб'єктивного благополуччя серед респондентів.

У вибірці респонденти в середньому оцінюють свій загальний рівень суб'єктивного благополуччя на високому рівні. Розподіл даних близький до нормального. Ці результати свідчать про загальну задоволеність життям і позитивне сприйняття власного благополуччя у досліджуваній групі.

Середнє значення за шкалою «Позитивне ментальне здоров'я» у вибірці становить 24,74, що свідчить про середній рівень позитивного ментального здоров'я серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 0,61. Медіана становить 25, а мода — 35, що вказує на наявність окремих високих значень у вибірці. Стандартне відхилення складає 6,31, а дисперсія — 39,88, що свідчить про помірну варіативність результатів. Значення ексцесу (-0,74) вказує на дещо більш плоский розподіл, а асиметричність (-0,08) близька до нуля, що свідчить про майже симетричний розподіл. Інтервал відповідей становить 26, мінімальне значення — 10, максимальне — 36.

Рівень позитивного ментального здоров'я у вибірці знаходиться на межі низького та середнього рівня, оскільки середнє значення (24,74) трохи

нижче за нормативне середнє (26,79). Розподіл оцінок є близьким до нормального із незначною плоскістю і майже симетричним розподілом. Варіативність результатів помірна, що свідчить про різноманітність індивідуальних оцінок позитивного ментального здоров'я серед респондентів.

У вибірці респонденти в середньому оцінюють своє позитивне ментальне здоров'я на середньому рівні, який трохи нижчий за нормативний показник. Це може свідчити про потребу у додатковому аналізі факторів, що впливають на ментальне здоров'я у досліджуваній групі.

Отже, на підставі проведеного аналізу описової статистики за різними шкалами суб'єктивного благополуччя можна зробити такі висновки. Респонденти характеризуються переважно середніми показниками за більшістю досліджуваних аспектів, що свідчить про помірний рівень фізичного, психічного та соціального благополуччя. Зокрема, шкали фізичного здоров'я, психічного благополуччя, стосунків та загального рівня суб'єктивного благополуччя демонструють середній або помірно високий рівень, при цьому розподіл даних за більшістю шкал близький до нормального, що дозволяє застосовувати параметричні методи аналізу. В окремих випадках спостерігаються незначні відхилення у вигляді плоского розподілу або слабкої асиметрії, що не суттєво впливає на загальну картину. Загалом, отримані результати свідчать про різноманітність індивідуальних оцінок, але з тенденцією до стабільного суб'єктивного благополуччя серед досліджуваних осіб.

#### *Описова статистика шкал типу прив'язаності*

В даному дослідженні було проведено аналіз типу прив'язаності серед респондентів за допомогою п'яти показників. Показники включають

"Тривожність ", "Уникнення Близькості ", "Генералізований показник прив'язаності", за методикою «Досвід близьких стосунків» (Brennan, 1998) та "Уникнення", "Тривожність" за методикою «Структура стосунків» (Fraley, 2011), і "Самооцінка генералізованого типу прив'язаності" за методикою (Bartholomew, 1991).

Середнє значення за шкалою "Тривожність" (Brennan, 1998) становить 4,64, що свідчить про загалом середній рівень тривожності серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 0,32, що вказує на відносно невелику варіабельність середніх оцінок. Медіана становить 4, а мода — 2, що свідчить про те, що найбільш поширені значення тривожності є нижчими за середнє. Стандартне відхилення дорівнює 3,37, а дисперсія — 11,35, що свідчить про помірний розкид індивідуальних оцінок. Значення ексцесу (-1,00) вказує на більш плоский розподіл, а асиметричність (0,44) свідчить про помірний правобічний перекид. Інтервал значень становить 12 балів, мінімум — 0, максимум — 12.

Таким чином, отримані дані свідчать про переважно середній рівень тривожності серед досліджуваних, із певною варіативністю індивідуальних проявів, що узгоджується з нормами і рекомендаціями для подальшої інтерпретації та роботи з отриманими даними.

Середнє значення за шкалою "Уникнення близькості" становить 4,81, що свідчить про низький рівень уникнення близькості у стосунках серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 0,27, що вказує на відносно невелику варіабельність середніх оцінок. Медіана та мода дорівнюють 4, що свідчить про центральне скупчення відповідей навколо цього значення. Стандартне відхилення складає 2,84, а дисперсія — 8,06, що свідчить про помірний розкид індивідуальних оцінок. Значення ексцесу (-0,37) вказує на дещо більш плоский розподіл, а асиметричність (0,53) свідчить про

помірний правобічний перекид. Інтервал значень становить 12 балів, мінімум — 0, максимум — 12.

За методикою «Досвід близьких стосунків» (Brennan, Clark, Shaver, 1998; адаптація) шкала уникнення близькості відображає ступінь дискомфорту, який виникає при психологічному зближенні з іншою людиною та формуванні залежності від неї. Рівні за цією шкалою поділяються на низький (0–5), середній (6–9) та високий (10–12) рівні уникнення близькості.

Отже, отримані результати свідчать про рівень уникнення близькості у досліджуваній групі, що відповідає нормам і дозволяє оцінити тип прив'язаності респондентів у контексті їхніх близьких стосунків.

Середнє значення за шкалою генералізованого показника прив'язаності становить 11,99, що свідчить про середній рівень прив'язаності серед респондентів. Стандартна помилка дорівнює 0,46, що вказує на відносно невелику варіабельність середніх оцінок. Медіана та мода дорівнюють 11, що свідчить про центральне скупчення відповідей навколо цього значення. Стандартне відхилення складає 4,80, а дисперсія — 23,00, що свідчить про помірний розкид індивідуальних оцінок. Значення ексцесу (-0,96) вказує на більш плоский розподіл, а асиметричність (0,23) свідчить про незначний правобічний перекид. Інтервал значень становить 19 балів, мінімум — 3, максимум — 22.

. Помірний рівень свідчить про збалансовану модель прив'язаності, без виражених крайнощів уникнення або надмірної залежності.

Отже, отримані результати свідчать про помірний рівень генералізованої прив'язаності серед досліджуваних, що відповідає нормам і дозволяє оцінити емоційні особливості міжособистісних відносин у вибірці.

"Уникнення", "Тривожність" за методикою «Структура стосунків» (Fraley, 2011).

За шкалою тривожності середнє значення становить 3,46 із стандартною помилкою 0,07. Медіана дорівнює 3,5, а мода — 4, що свідчить про те, що найбільш поширені оцінки трохи вищі за середнє. Стандартне відхилення дорівнює 0,73, а дисперсія — 0,54, що вказує на невеликий розкид індивідуальних результатів. Значення ексцесу (0,35) та асиметричності (0,08) свідчать про близький до нормального розподіл із незначним правобічним перекосом. Інтервал значень становить 4, мінімум — 1,83, максимум — 5,83.

За шкалою уникнення середнє значення дорівнює 2,96 із стандартною помилкою 0,18. Медіана становить 2,67, а мода — 1, що свідчить про більшу концентрацію низьких значень. Стандартне відхилення дорівнює 1,83, а дисперсія — 3,36, що вказує на більшу варіативність відповідей порівняно зі шкалою тривожності. Значення ексцесу (-0,85) свідчить про більш плоский розподіл, а асиметричність (0,59) — про помітний правобічний перекид. Інтервал значень становить 6, мінімум — 1, максимум — 7.

Таким чином, показники тривожності в досліджуваній вибірці характеризуються відносно низькою варіативністю та майже нормальним розподілом, тоді як показники уникнення демонструють більшу варіативність і правобічну асиметрію, що може свідчити про наявність респондентів із високим рівнем уникнення. Ці дані дозволяють оцінити індивідуальні особливості емоційних реакцій і міжособистісної поведінки учасників дослідження.

Таким чином, більшість показників мають нормальний розподіл, розкид значень рівномірний.

### 3.2. Аналіз та інтерпретація результатів шляхом застосування методу порівняльного аналізу даних

*Аналіз типів прив'язаності серед представників квір-спільноти і цис/гетеро персон за допомогою Крос-табуляції*

**Таблиця 3.1**

**Самоідентифікація та Стиль прив'язаності (Crosstabulation)**

		Стиль прив'язаності				Total	
		1,00	2,00	3,00	4,00		
Самоідентифікація	,00	Count	11	5	13	10	39
		Expected Count	13,1	6,6	9,8	9,5	39,0
	1,00	Count	25	13	14	16	68
		Expected Count	22,9	11,4	17,2	16,5	68,0
Total	Count	36	18	27	26	107	
	Expected Count	36,0	18,0	27,0	26,0	107,0	

Крос-табуляція допомагає візуалізувати дані, а хі-квадрат визначає статистичну значущість спостережуваних зв'язків. У таблиці відображено розподіл стилів прив'язаності (1 — надійний, 2 — тривожний, 3 — унікаючий, 4 — тривожно-унікаючий) залежно від самоідентифікації (0 — квір-персони, 1 — цисгендерні гетеросексуальні особи).

За допомогою Крос-табуляції було виконано порівняння середніх значень різних стилів прив'язаності між квір-персонами та цис/гетеро особами. Оскільки групи були не рівнонаповнені та в одній із них було 39 осіб а іншій 70, а також через те, що не всі шкали типів прив'язаності мають нормальний розподіл, під час проведення аналізу застосовувався непараметричні методи дослідження, а саме хі-квадрат критерій Пірсона і Крос-табуляції.

Серед квір-персон найчастіше зустрічається унікаючий стиль (13 осіб), потім надійний (11), тривожно-унікаючий (10), і найменше — тривожний (5).

Серед цис/гетеро найпоширеніший — надійний стиль (25), далі унікаючий (14), тривожно-унікаючий (16), тривожний (13).

Для квір-персон унікаючий стиль (13) трапляється частіше, ніж очікувано (9,8), а надійний — рідше (11 проти 13,1).

Для цис/гетеро надійний стиль (25) зустрічається частіше за очікуване (22,9), а унікаючий — рідше (14 проти 17,2).

**Таблиця 3.2**

<b>Chi-Square Tests</b>			
	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	2,765 <sup>a</sup>	3	,429
Likelihood Ratio	2,749	3	,432
Linear-by-Linear Association	1,144	1	,285
N of Valid Cases	107		

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6,56.

Результати, наведені у таблиці 3.2, демонструють відсутність статистично значимої різниці між групами.

Pearson Chi-Square = 2,765; df = 3; p = 0,429

Значення p (асимптотична значущість) = 0,429, що значно більше за традиційний рівень значущості 0,05, що вказує на те що, немає

статистично значущого зв'язку між самоідентифікацією та стилем прив'язаності у цій вибірці.

Розподіл стилів прив'язаності серед квір-персон і цис/гетеро осіб не відрізняється суттєво більше, ніж можна було б очікувати випадкового співпадіння.

Жодна з клітинок не має очікуваної частоти менше 5, що свідчить про коректність застосування  $\chi^2$ -тесту.

Лінійна асоціація також не є статистично значущою ( $p = 0,285$ ).

Отже, різниця у розподілі стилів прив'язаності між квір-персонами та цисгендерними гетеросексуальними особами у даній вибірці наявна, але дані не досягають статистичної значущості.

Тобто, на основі цих даних не можна стверджувати, що стиль прив'язаності суттєво залежить від сексуальної чи гендерної ідентичності людини.

Можливі певні тенденції (наприклад, більша частка унікаючого стилю серед квір-персон), але ці відмінності не є достатньо вираженими, щоб вважати їх закономірними для всієї популяції.

Отже, цій вибірці самоідентифікація (квір/цис- і гетеро-) не має статистично значущого впливу на розподіл стилів прив'язаності. Для виявлення потенційних відмінностей може знадобитися більша вибірка або додаткові змінні.

### Таблиця 3.3

## Статистика розподілення показників за шкалами суб'єктивного благополуччя і типів прив'язаності серед квір-персон та цис/гетеро осіб

Згідно з результатами, вибірка виявляє тенденції, що квір-персони можуть стикатися з додатковими соціальними та психологічними викликами, що впливає на їхнє благополуччя та стиль прив'язаності і знижує його порівняно з цис/гетеро персонами.

Водночас, різниця між групами не завжди суттєва, і для підтвердження значущості варто подивитися на результати статистичних тестів (p-value).

### Таблиця 3.4

#### Test Statistics<sup>a</sup>

	Субшкала фізичне здоров'я та благополуччя	Субшкала психічне благополуччя	Субшкала стосунки:	Загальне суб'єктивне благополуччя	PMH-scale
Mann-Whitney U	1118,000	1190,500	1237,000	1163,000	1132,500
Wilcoxon W	1898,000	1970,500	2017,000	1943,000	1912,500
Z	-1,350	-,878	-,578	-1,055	-1,254
Asymp. Sig. (2-tailed)	,177	,380	,563	,291	,210

a. Grouping Variable: Самоідентифікація

### Таблиця 3.5

#### Test Statistics<sup>a</sup>

Шкала тривожності	Шкала Уникнення Близькості	Генералізований показник прив'язаності	Тривожність	Уникнення

Mann-Whitney U	1322,500	1131,000	1257,500	1128,000	1323,000
Wilcoxon W	2102,500	3477,000	3603,500	1908,000	2103,000
Z	-,023	-1,270	-,444	-1,287	-,020
Asymp. Sig. (2-tailed)	,982	,204	,657	,198	,984

a. Grouping Variable: Самоідентифікація

**Таблиця 3.6**

	Надійний	Тривожний	Уникаючий	Тривожно-уникаючий
Mann-Whitney U	1102,500	1323,500	1275,000	1084,500
Wilcoxon W	1882,500	3669,500	3621,000	3430,500
Z	-1,469	-,016	-,335	-1,582
Asymp. Sig. (2-tailed)	,142	,987	,738	,114

a. Grouping Variable: Самоідентифікація

Для всіх наведених змінних включаючи "Субшкала фізичне здоров'я та благополуччя", "Субшкала психічне благополуччя", "Субшкала стосунки", "Загальне суб'єктивне благополуччя", "PMH-scale", "Шкала тривожності", "Шкала Уникнення Близькості", "Генералізований показник прив'язаності", "Тривожність", "Уникнення", "Надійний тип", "Тривожний тип", "Уникаючий тип", "Тривожно-уникаючий тип" significance (sig) значно перевищує значення 0,05, тому жодні з отриманих результатів не демонструють статистично значущих відмінностей.

Отже, результати аналізу вказують на те, що хоча і було виявлено певні відмінності між квір-персонами та цис-гетеро особами, в різних психологічних змінних, вони не мають статистичної значущості, а отже на них не можна спиратися, щоб стверджувати різницю між цими двома групами у взаємовідношенні суб'єктивного благополуччя і типів прив'язаності.

### 3.3 Аналіз та інтерпретація результатів регресійного аналізу

Для оцінки зв'язку між типами прив'язаності та загальним суб'єктивним благополуччям був застосований метод лінійної регресії. Критерієм для включення змінних у модель була наявність кореляції із залежною змінною. Окремо аналізувалися чотири типи прив'язаності: надійний, тривожний, уникаючий та тривожно-уникаючий. Для кожного типу було побудовано регресійну модель, де залежна змінна “Загальний рівень загального суб'єктивного благополуччя”. Тоді як предикторами виступають типи прив'язаності.

Результати кожної моделі представлені у таблицях:

**Таблиця 3.7**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,111 <sup>a</sup>	,012	,003	1,70447

a. Dependent Variable: A- Надійний тип прив'язаності

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

**Таблиця 3.8**

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3,776	1	3,776	1,300	,257 <sup>b</sup>
	Residual	305,046	105	2,905		

Total	308,822	106			
-------	---------	-----	--	--	--

a. Dependent Variable: A - Надійний тип прив'язаності

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

**Таблиця 3.9**

		Coefficients <sup>a</sup>		Standardized		
		Unstandardized Coefficients		Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	3,194	,992		3,221	,002
	Загальне суб'єктивне благополуччя	,013	,012	,111	1,140	,257

a. Dependent Variable: A - Надійний тип прив'язаності

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

За результатами проведеного лінійного регресійного аналізу можна зробити наступні висновки щодо взаємозв'язку між загальним рівнем суб'єктивного благополуччя та надійним типом прив'язаності.

Модель загалом демонструє досить слабкий зв'язок між предиктором та залежною змінною. Коефіцієнт кореляції  $R$  становить 0,111, що вказує на слабкий позитивний зв'язок між загальним суб'єктивним благополуччям та надійним типом прив'язаності. Коефіцієнт детермінації  $R^2$  дорівнює 0,012, що означає, що лише 1,2% варіації у надійному типі прив'язаності може бути пояснено варіацією у рівні загального суб'єктивного благополуччя. Скоригований  $R^2$  становить 0,003, що ще більше підкреслює слабкість моделі з урахуванням розміру вибірки.

Результати дисперсійного аналізу (ANOVA) показують, що модель в цілому не є статистично значущою, оскільки  $F$ -статистика становить 1,300 з рівнем значущості  $p = 0,257$ , що значно перевищує критичний рівень 0,05. Це

означає, що регресійна модель не може вважатися статистично надійною для пояснення варіації у надійному типі прив'язаності через загальне суб'єктивне благополуччя.

Аналіз коефіцієнтів регресії демонструє, що константа моделі становить 3,194 і є статистично значущою ( $p = 0,002$ ), що вказує на базовий рівень надійного типу прив'язаності за відсутності впливу предиктора. Коефіцієнт регресії для загального суб'єктивного благополуччя дорівнює 0,013, що означає, що при збільшенні рівня суб'єктивного благополуччя на одну одиницю, показник надійного типу прив'язаності збільшується лише на 0,013 одиниці. Однак цей коефіцієнт не є статистично значущим ( $p = 0,257$ ), що вказує на відсутність достовірного лінійного зв'язку між досліджуваними змінними.

Стандартизований коефіцієнт Beta становить 0,111, що підтверджує слабкий позитивний зв'язок, але знову ж таки без статистичної значущості. Загалом, результати свідчать про те, що в даній вибірці загальний рівень суб'єктивного благополуччя не є значущим предиктором надійного типу прив'язаності, і модель не може бути використана для надійного прогнозування або пояснення варіації у досліджуваній залежній змінній

**Таблиця 3.10**

<b>Model Summary</b>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,129 <sup>a</sup>	,017	,007	1,86805

- a. Dependent Variable : В – тривожний тип прив'язаності  
 b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

**Таблиця 3.11**

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6,243	1	6,243	1,789	,184 <sup>b</sup>
	Residual	366,411	105	3,490		
	Total	372,654	106			

a. Dependent Variable: В – тривожний тип прив'язаності

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

**Таблиця 3.12**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4,546	1,087		4,183	,000
	Загальне суб'єктивне благополуччя	-,017	,013	-,129	-1,338	,184

a. Dependent Variable: В – тривожний тип прив'язаності

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

У моделі, де залежною змінною є тривожний тип прив'язаності, а предиктором — загальний рівень суб'єктивного благополуччя, константа (перетин з віссю Y) становить 4,546 і є статистично значущою ( $p < 0,001$ ). Це означає, що при нульовому значенні суб'єктивного благополуччя базовий рівень тривожності у стилі прив'язаності приблизно дорівнює 4,546.

Коефіцієнт регресії для загального суб'єктивного благополуччя дорівнює -0,017, що свідчить про негативний напрямок зв'язку: із збільшенням рівня суб'єктивного благополуччя на одну одиницю,

тривожність у прив'язаності зменшується приблизно на 0,017 одиниці. Однак цей коефіцієнт не є статистично значущим ( $p = 0,184$ ), тобто немає достатніх підстав стверджувати, що цей зв'язок є достовірним у генеральній сукупності.

Стандартизований коефіцієнт Beta становить  $-0,129$ , що також вказує на слабкий негативний вплив предиктора на залежну змінну. Значення  $t$ -статистики ( $-1,338$ ) не досягає критичного рівня для відхилення нульової гіпотези, що підтверджує відсутність статистично значущого ефекту.

Отже, результати свідчать про те, що у вибірці загальний рівень суб'єктивного благополуччя не є надійним предиктором тривожного типу прив'язаності. Модель не дає підстав для твердження про існування значущої лінійної залежності між цими змінними. Це означає, що інші фактори, окрім суб'єктивного благополуччя, можуть більшою мірою впливати на формування тривожного стилю прив'язаності.

Таблиця 3.13

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,134 <sup>a</sup>	,018	,009	1,81871

a. Dependent Variable: C – уникаючий тип

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

Таблиця 3.14

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	6,354	1	6,354	1,921	,169 <sup>b</sup>
	Residual	347,310	105	3,308		
	Total	353,664	106			

a. Dependent Variable: C – унікаючий тип

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

**Таблиця 3.15**

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	5,502	1,058		5,200	,000
	Загальне суб'єктивне благополуччя	-,017	,013	-,134	-1,386	,169

a. Dependent Variable: C – унікаючий тип

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

У цій моделі досліджується, чи можна пояснити варіації у показниках унікаючого типу прив'язаності за допомогою загального рівня суб'єктивного благополуччя. Показник кореляції  $R$  дорівнює 0,134, що свідчить про дуже слабкий позитивний зв'язок між цими двома змінними. Коефіцієнт детермінації  $R^2$  дорівнює 0,018, тобто лише 1,8% варіації унікаючого типу прив'язаності можна пояснити змінами у суб'єктивному благополуччі. Скоригований  $R^2$  (0,009) з урахуванням розміру вибірки підтверджує, що модель має дуже низьку пояснювальну силу.

Результати дисперсійного аналізу (ANOVA) показують, що модель не є статистично значущою:  $F = 1,921$  при  $p = 0,169$ , що значно вище загальноприйнятого порогу 0,05. Це означає, що модель не дає надійних підстав стверджувати про існування лінійного зв'язку між загальним суб'єктивним благополуччям і унікаючим типом прив'язаності.

Коефіцієнт регресії для предиктора загального суб'єктивного благополуччя має негативне значення (-0,017), що вказує на тенденцію до зменшення унікаючого типу прив'язаності зі зростанням рівня суб'єктивного благополуччя. Проте цей вплив не є статистично значущим ( $p = 0,169$ ). Стандартизований коефіцієнт Beta (-0,134) підтверджує слабкий негативний напрямок зв'язку, але його значущість не підтверджена.

Константа моделі (5,502) є статистично значущою ( $p < 0,001$ ), що означає, що при нульовому рівні суб'єктивного благополуччя базовий рівень унікаючого типу прив'язаності становить приблизно 5,5 одиниць.

Отже, результати свідчать, що у вибірці загальний рівень суб'єктивного благополуччя не є значущим предиктором унікаючого типу прив'язаності. Інші фактори, окрім суб'єктивного благополуччя, можуть більшою мірою впливати на формування унікаючого стилю прив'язаності.

Таблиця 3.16

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,219 <sup>a</sup>	,048	,039	1,95867

a. Dependent Variable: D – тривожно-унікаючий тип

b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

Таблиця 3.17

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	20,337	1	20,337	5,301	,023 <sup>b</sup>

Residual	402,822	105	3,836		
Total	423,159	106			

- a. Dependent Variable: D – тривожно-уникаючий тип  
 b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

Таблиця 3.18

		Coefficients <sup>a</sup>		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
		Unstandardized Coefficients B	Std. Error			
1	(Constant)	6,353	1,140		5,576	,000
	Загальне суб'єктивне благополуччя	-,031	,014	-,219	-2,302	,023

- a. Dependent Variable: D – тривожно-уникаючий тип  
 b. Predictors: (Constant), Загальне суб'єктивне благополуччя

Коефіцієнт регресії для суб'єктивного благополуччя дорівнює -0,031, що вказує на негативний напрямок зв'язку: з підвищенням рівня благополуччя прояви тривожно-уникаючої прив'язаності зменшуються. Іншими словами, люди з вищим рівнем суб'єктивного благополуччя мають менші ознаки тривожно-уникаючої прив'язаності.

Значення  $R^2 = 0,048$  означає, що близько 4,8% варіації у тривожно-уникаючому типі прив'язаності пояснюється рівнем суб'єктивного благополуччя. Хоч це і не дуже великий відсоток, але статистична значущість ( $p = 0,023$ ) свідчить, що цей зв'язок достовірний і не випадковий.

Тривожно-уникаючий тип прив'язаності характеризується суперечливою поведінкою: людина прагне близькості, але водночас боїться її, що призводить до внутрішніх конфліктів і нестабільності у стосунках. Вони можуть одночасно шукати підтримки і відштовхувати партнера, що створює емоційне напруження. Цей тип прив'язаності часто пов'язаний із низькою довірою, страхом відторгнення, емоційною нестабільністю та контролем дистанції у стосунках.

Отже, підвищення суб'єктивного благополуччя може бути пов'язане зі зниженням таких проявів, що вказує на потенціал покращення якості міжособистісних стосунків через роботу над власним емоційним станом і благополуччям.

Ці результати важливі для розуміння того, як психологічний стан людини впливає на її стилі прив'язаності і можуть бути корисними для розробки психологічних інтервенцій, спрямованих на покращення якості життя і стосунків.

**Таблиця 3.19**

Зведена таблиця результатів регресійного аналізу							
Тип прив'язаності	R	R Square	Adjusted R Square	F	Sig.	Beta	Висновок
Надійний тип	0,111	0,012	0,003	1,300	0,257	-	Зв'язок відсутній
Тривожний тип	0,129	0,017	0,007	1,789	0,184	-0,129	Зв'язок відсутній
Унікаючий тип	0,134	0,018	0,009	1,921	0,169	-0,134	Зв'язок відсутній
Тривожно-унікаючий тип	0,219	0,048	0,039	5,301	0,023	-0,219	Суб'єктивне благополуччя є статистично значущим предиктором, негативно пов'язаним з тривожно-унікаючим типом прив'язаності

Проведений аналіз дозволяє зробити кілька важливих узагальнень щодо зв'язку між типами прив'язаності та загальним рівнем суб'єктивного благополуччя.

По-перше, варто зазначити, що сила зв'язку між цими змінними загалом є слабкою. Коефіцієнти детермінації (R Square) вказують на те, що лише незначна частина варіації у типах прив'язаності пояснюється рівнем суб'єктивного благополуччя. Це означає, що на формування стилів прив'язаності впливають численні інші фактори, які не були враховані в даному дослідженні (наприклад, дитячий досвід, стосунки з батьками, генетичні схильності, соціальне середовище тощо).

По-друге, лише для тривожно-уникаючого типу прив'язаності було виявлено статистично значущий зв'язок із суб'єктивним благополуччям. Зі збільшенням рівня суб'єктивного благополуччя відзначається зменшення проявів тривожно-уникаючої прив'язаності. Це може свідчити про те, що загальне благополуччя відіграє важливу роль у регуляції емоційних станів і поведінкових патернів, характерних для цього типу прив'язаності. Люди з тривожно-уникаючим типом прив'язаності часто відчують внутрішній конфлікт між прагненням до близькості та страхом від неї. Підвищення суб'єктивного благополуччя може сприяти зменшенню цього внутрішнього напруження, покращенню емоційної регуляції та формуванню більш адаптивних стратегій у стосунках.

Надійний, тривожний та уникаючий типи прив'язаності не показали статистично значущого зв'язку з суб'єктивним благополуччям. Це не означає, що між ними немає жодного зв'язку, але отримані дані не дозволяють зробити однозначний висновок про його наявність.

Важливо враховувати, що кореляція не означає причинність. Тобто, ми не можемо стверджувати, що саме підвищення суб'єктивного

благополуччя призводить до зниження тривожно-уникаючої прив'язаності, або навпаки. Можливо, існує третя змінна, яка впливає на обидві ці змінні.

Варто також зазначити, що використана вибірка може впливати на результати. Необхідно проводити подальші дослідження на більших і різноманітніших вибірках, щоб підтвердити або спростувати отримані висновки.

Ці результати можуть бути корисними для розробки психологічних програм, спрямованих на покращення міжособистісних стосунків та емоційного благополуччя. Збільшення рівня суб'єктивного благополуччя може бути одним із шляхів покращення адаптації людей з тривожно-уникаючим типом прив'язаності та сприяння формуванню більш здорових і стабільних стосунків.

### **Висновки до розділу 3**

У даному розділі був проведений аналіз даних результатів дослідження зв'язку типів прив'язаності і суб'єктивного благополуччя. Аналіз містив у собі декілька блоків: описовий, порівняльний, дисперсійний, побудову чотирьох моделей лінійної регресії. Через нерівномірний розподіл вибірки та ненормальність розподілу за деякими шкалами, у аналізі були використані як параметричні, так і непараметричні методи.

З проведеного статистичного аналізу випливає, що у вибірці, що складається з 109 учасників, найбільш поширеним віковим періодом є "дорослий", за яким слідує "середній дорослий", "юнацький" і "пізній дорослий". Жінок у вибірці було більше ніж чоловіків.

На основі проведеного дослідження типів прив'язаності серед респондентів можна зробити наступні висновки. Дослідження включало аналіз чотирьох типів прив'язаності, включаючи "Надійний", "Тривожний", "Унікаючий", "Тривожно-унікаючий" типи прив'язаності. Респонденти демонструють, що найпоширенішим є надійний тип прив'язаності, що свідчить про те, що респонденти, як правило, мають здорові, стабільні та безпечні емоційні зв'язки з іншими..

У той же час, показники "Тривожний тип прив'язаності" є найменш поширеним. Це може свідчити про те, що в досліджуваній групі переважає відносна емоційна стабільність і менша схильність до страху втрати або покинутості у стосунках.. Отже, загальний висновок полягає в тому, що серед респондентів спостерігається різні типи прив'язаності.

Рівень суб'єктивного благополуччя у респондентів є середнім, близьким до високого. Узагальнюючи, результати дослідження свідчать про середній рівень суб'єктивного благополуччя у респондентів свідчить про загальну помірну задоволеність різними сферами життя, зокрема фізичним і психічним благополуччям, стосунками.

Варто відзначити, що загальна сила зв'язку між суб'єктивним благополуччям і типами прив'язаності є досить слабкою. Коефіцієнти детермінації ( $R^2$ ) показують, що лише невелика частина варіації в типах прив'язаності може бути пояснена рівнем суб'єктивного благополуччя. Це свідчить про те, що формування стилів прив'язаності залежить від багатьох інших чинників, які не були враховані в цьому дослідженні, таких як дитячий досвід, взаємини з батьками, генетичні особливості чи соціальне оточення.

Також, статистично значущий зв'язок із суб'єктивним благополуччям було виявлено лише для тривожно-унікаючого типу прив'язаності. Зі

зростанням рівня суб'єктивного благополуччя спостерігається зниження проявів цього типу прив'язаності. Це може свідчити про те, що загальне відчуття благополуччя відіграє важливу роль у регуляції емоційних станів і поведінкових моделей, які характерні для тривожно-уникаючої прив'язаності. Люди з таким типом часто переживають внутрішній конфлікт між бажанням близькості та страхом перед нею. Підвищення суб'єктивного благополуччя може допомогти зменшити це напруження, покращити емоційну регуляцію і сприяти формуванню більш адаптивних стратегій у міжособистісних стосунках.

Щодо інших типів прив'язаності — надійного, тривожного та уникаючого — статистично значущих зв'язків із суб'єктивним благополуччям не виявлено. Це не означає, що між ними немає жодного зв'язку, але на основі отриманих даних неможливо зробити однозначний висновок про його існування.

Важливо також підкреслити, що кореляція не є доказом причинності. Тобто, не можна стверджувати, що саме підвищення суб'єктивного благополуччя знижує рівень тривожно-уникаючої прив'язаності або навпаки. Можливо, існують інші змінні, які впливають одночасно на обидва показники.

Крім того, варто враховувати, що результати можуть залежати від характеристик вибірки. Для підтвердження або спростування цих висновків необхідні подальші дослідження на більших і різноманітніших групах учасників.

Отже, отримані дані можуть бути корисними для розробки психологічних програм, спрямованих на покращення емоційного благополуччя і міжособистісних взаємодій. Зокрема, підвищення рівня суб'єктивного

благополуччя може стати ефективним шляхом підтримки адаптації людей із тривожно-уникаючим типом прив'язаності та сприяти формуванню більш здорових і стабільних стосунків.

## ВИСНОВКИ

У ході дослідження було отримано результати та визначено типи прив'язаності серед квір-персон і цис/гетеро осіб. Було визначено чи є зв'язок між типами прив'язаності і суб'єктивним благополуччям. У дослідженні було декілька блоків: теоретичний, та емпіричний, який підрозділявся на підготовчий та аналіз отриманих даних. У теоретичному блоці було проаналізовано основні теоретичні засади пояснення суб'єктивного благополуччя і його складових, а сама фізичного і психологічного здоров'я, стосунків. Також були проаналізовані типи прив'язаності серед особистості, на які може впливати суб'єктивного благополуччя.

За результатами теоретичного блоку було зроблено висновок, що тип прив'язаності є значущим чинником суб'єктивного благополуччя.

Люди з надійним типом прив'язаності мають, як правило, вищий рівень суб'єктивного благополуччя, що проявляється у більшій задоволеності життям, кращому психоемоційному стані, вищій самооцінці та кращих міжособистісних відносинах.

Емпірична частина включала збір соціально-демографічних даних та психологічний блок, що оцінював суб'єктивне благополуччя і типи прив'язаності.

У дослідженні використовувалися п'ять методик адаптованих українською: «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» (The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB)) (P. Pontin, M. Schwannauer, S. Tai, M. Kinderman), Методика «Шкала позитивного ментального здоров'я» (Positive Mental Health Scale (PMH-scale)) (J. Lukat, J. Margraf, R. Lutz, W.M. van der Veld, E. S. Becker), «Досвід близьких стосунків» (Brennan, 1998), Методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» (Bartholomew, 1991), Методика «Структура стосунків» (Fraleu, 2011).

Під час аналізу даних була спростована емпірична гіпотеза про те, що представникам квір-спільноти більше властиві ненадійні типи прив'язаності, тоді як цис/гетеро особам - надійний. У дослідженні спостерігалася певна тенденція, що серед представників цис/гетеросексуальних осіб було більше випадків надійного типу прив'язаності, тоді як серед учасників квір-спільноти надійний тип прив'язаності був майже так само поширений як і тривожно-унікаючий, проте найпоширенішим був унікаючий. Проте результати статистичного аналізу за допомогою критерію хі-квадрат показали, що ця різниця не є статистично значущою. Це означає, що на основі отриманих даних неможливо достовірно стверджувати про наявність реальної відмінності у розподілі типів прив'язаності між цими групами. Можливі спостережені відмінності можуть бути зумовлені випадковими коливаннями вибірки або іншими факторами, які не враховувалися в дослідженні. Для підтвердження або спростування цієї тенденції потрібні подальші дослідження з більшою вибіркою та додатковими методами аналізу.

Під час аналізу даних також було встановлене часткове підтвердження емпіричної гіпотези №2 .

Гіпотеза про те, що розподіл стилів прив'язаності не залежить від сексуальної або гендерної ідентичності, проте на них впливає рівень суб'єктивного благополуччя, була частково підтверджена. Аналіз за допомогою моделі ANOVA показав, що між суб'єктивним благополуччям і типами прив'язаності — надійним, тривожним та уникаючим — статистично значущих зв'язків встановлено не було. Це свідчить про відсутність суттєвого впливу суб'єктивного благополуччя на ці окремі типи прив'язаності.

Водночас було виявлено слабку, але статистично значущу кореляцію між рівнем суб'єктивного благополуччя та тривожно-уникаючим типом прив'язаності. Зі збільшенням суб'єктивного благополуччя прояви тривожно-уникаючої прив'язаності знижувалися, що вказує на певний вплив загального емоційного стану на цей специфічний стиль прив'язаності.

Отже, гіпотеза підтверджується частково: сексуальна та гендерна ідентичність не визначають розподіл стилів прив'язаності, а суб'єктивне благополуччя є дещо зниженим, лише у випадку тривожно-уникаючого типу.

За додатковою моделлю лінійної регресії, яка включала соціо-демографічні чинники, було встановлено, що стать є предиктором рівня страху смерті. 28.4% варіації рівня страху смерті можна пояснити предиктором статі. При цьому фактор чоловічої статі буде знижувати рівень страху смерті у особи, фактор жіночої статі буде підвищувати рівень страху смерті у особи.

Емпірична гіпотеза №3 була частково підтверджена, оскільки в результаті аналізу було виявлено, що суб'єктивне благополуччя негативно корелює з тривожно-уникаючим типом прив'язаності, що вказує на те що,

все ж неможна однозначно стверджувати, що типи прив'язаності не залежать від суб'єктивного благополуччя, тоді як зв'язок суб'єктивного благополуччя з надійним, тривожним і уникаючим типом прив'язаності не показали статистично значущого впливу.

Узагальнюючи, тема зв'язку типів прив'язаності та суб'єктивного благополуччя у романтичних стосунках є актуальною і потребує подальших досліджень з більшою репрезентативністю та різноманітністю вибірки.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Cassidy J., Shaver P.R. Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications. 2nd ed. Guilford Press; New York, NY, USA: 2008. 1020p
2. Bowlby J. A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. Basic Books; New York, NY, USA: 1988. p. 205.
3. Griffin D.W., Bartholomew K. Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *J. Personal. Soc. Psychol.* 1994;67:430–445. DOI: 10.1037/0022-3514.67.3.430.
4. Bartholomew K. Avoidance of Intimacy: An Attachment Perspective. *J. Soc. Pers. Relatsh.* 1990;7:147–178. DOI: 10.1177/0265407590072001.
5. Bowlby J. By ethology out of psycho-analysis: An experiment in interbreeding. *Anim. Behav.* 1980;28:649–656. DOI: 10.1016/S0003-3472(80)80125-4.
6. Feeney J., Noller P., Hanrahan M. Assessing adult attachment. In: Sperling M.B., Berman W.H., editors. *Attachment in Adults: Clinical and Developmental Perspectives*. Guilford Press; New York, NY, USA: 1994. pp. 128–152.
7. Mikulincer M., Shaver P.R. *The Oxford Handbook of Close Relationships*. Oxford University Press; New York, NY, USA: 2013. The role of attachment security in adolescent and adult close relationships; pp. 66–89.
8. Cassidy J., Kobak R.R. Clinical Implications of Attachment. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.; Hillsdale, NJ, USA: 1988. Avoidance and its relation to other defensive processes; pp. 300–323.
9. Fraley R.C., Brumbaugh C.C. Adult Attachment and Preemptive Defenses: Converging Evidence on the Role of Defensive Exclusion at the Level of Encoding. *J. Personal.* 2007;75:1033–1050. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2007.00465.x.
10. Fraley R.C., Marks M.J. Pushing mom away: Embodied cognition and avoidant attachment. *J. Res. Personal.* 2011;45:243–246. DOI: 10.1016/j.jrp.2011.01.003.
11. Fraley R.C., Hudson N.W., Heffernan M.E., Segal N. Are adult attachment styles categorical or dimensional? A taxometric analysis of general and relationship-specific attachment orientations. *J. Personal. Soc. Psychol.* 2015;109:354–368. DOI: 10.1037/pspp0000027.
12. Heffernan M.E., Chris Fraley R. Do early caregiving experiences shape what people find attractive in adulthood? Evidence from a study on parental age. *J. Res. Personal.* 2013;47:364–368. DOI: 10.1016/j.jrp.2013.03.003.

- 13.Overall N.C., Fletcher G.J.O., Friesen M.D. Mapping the Intimate Relationship Mind: Comparisons between Three Models of Attachment Representations. *Personal. Soc. Psychol. Bull.* 2016;29:1479–1493. DOI: 10.1177/0146167203251519
- 14.Sibley C.G., Overall N.C. Modeling the hierarchical structure of attachment representations: A test of domain differentiation. *Personal. Individ. Differ.* 2008;44:238–249. DOI: 10.1016/j.paid.2007.08.003.
- 15.Hazan C., Shaver P. *Interpersonal Development*. Routledge; Oxford, UK: 2017. Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process; pp. 283–296.
- 16.Ainsworth M.D.S., Blehar M.C., Waters E., Wall S. *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Lawrence Erlbaum; Oxford, UK: 1978. p. xviii 391.
- 17.Chopik W.J., Edelstein R.S., Fraley R.C. From the Cradle to the Grave: Age Differences in Attachment From Early Adulthood to Old Age. *J. Personal.* 2013;81:171–183. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2012.00793.x.
- 18.Chopik W.J., Edelstein R.S. Age Differences in Romantic Attachment Around the World. *Soc. Psychol. Personal. Sci.* 2014;5:892–900. DOI: 10.1177/1948550614538460.
- 19.Segal D.L., Needham T.N., Coolidge F.L. Age Differences in Attachment Orientations among Younger and Older Adults: Evidence from Two Self-Report Measures of Attachment. *Int. J. Aging Hum. Dev.* 2009;69:119–132. DOI: 10.2190/AG.69.2.c.
- 20.Magai C. *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. 2nd ed. The Guilford Press; New York, NY, USA: 2008. Attachment in middle and later life; pp. 532–551.
- 21.Hudson N.W., Fraley R.C., Chopik W.J., Heffernan M.E. Not all attachment relationships develop alike: Normative cross-sectional age trajectories in attachment to romantic partners, best friends, and parents. *J. Res. Personal.* 2015;59:44–55. DOI: 10.1016/j.jrp.2015.10.001.
- 22.Edelstein R.S., Gillath O. Avoiding Interference: Adult Attachment and Emotional Processing Biases. *Personal. Soc. Psychol. Bull.* 2007;34:171–181. DOI: 10.1177/0146167207310024.
- 23.Zeifman D., Hazan C. *Evolutionary Social Psychology*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.; Hillsdale, NJ, USA: 1997. Attachment: The bond in pair-bonds; pp. 237–263.
- 24.Brauer K., Proyer R.T. Gelotophobia in romantic life: Replicating associations with attachment styles and their mediating role for relationship status. *J. Soc. Pers. Relatsh.* 2020;37:2890–2897. DOI: 10.1177/0265407520941607.
- 25.Brauer K., Proyer R.T., Ruch W. Extending the Study of Gelotophobia, Gelotophilia, and Katagelasticism in Romantic Life Toward Romantic

- Attachment. *J. Individ. Differ.* 2020;41:86–100. DOI: 10.1027/1614-0001/a000307.
26. Collins N.L., Feeney B.C. Working Models of Attachment Shape Perceptions of Social Support: Evidence From Experimental and Observational Studies. *J. Personal. Soc. Psychol.* 2004;87:363–383. DOI: 10.1037/0022-3514.87.3.363.
  27. Gleeson G., Fitzgerald A. Exploring the Association between Adult Attachment Styles in Romantic Relationships, Perceptions of Parents from Childhood and Relationship Satisfaction. *Health.* 2014;06:1643–1661. DOI: 10.4236/health.2014.613196.
  28. Leak G.K., Cooney R.R. Self-determination, attachment styles, and well-being in adult romantic relationships. *Represent. Res. Soc. Psychol.* 2001;25:55–62
  29. Öztürk A., Mutlu T. The relationship between attachment style, subjective well-being, happiness and social anxiety among university students. *Procedia Soc. Behav. Sci.* 2010;9:1772–1776. DOI: 10.1016/j.sbspro.2010.12.398.
  30. Campbell L., Simpson J.A., Boldry J., Kashy D.A. Perceptions of Conflict and Support in Romantic Relationships: The Role of Attachment Anxiety. *J. Personal. Soc. Psychol.* 2005;88:510–531. DOI: 10.1037/0022-3514.88.3.510.
  31. Nourialegha B., Ajilchi B., Kisely S. The mediating role of gratitude in the relationship between attachment styles and psychological well-being. *Australas. Psychiatry.* 2020;28:426–430. DOI: 10.1177/1039856220930672.
  32. Domingue R., Mollen D. Attachment and conflict communication in adult romantic relationships. *J. Soc. Pers. Relatsh.* 2009;26:678–696. DOI: 10.1177/0265407509347932.
  33. Nofhle E.E., Shaver P.R. Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *J. Res. Personal.* 2006;40:179–208. DOI: 10.1016/j.jrp.2004.11.003.
  34. Shaver P.R., Brennan K.A. Attachment Styles and the “Big Five” Personality Traits: Their Connections with Each Other and with Romantic Relationship Outcomes. *Personal. Soc. Psychol. Bull.* 2016;18:536–545. DOI: 10.1177/0146167292185003.
  35. Fransson M., Granqvist P., Bohlin G., Hagekull B. Interlinkages between attachment and the Five-Factor Model of personality in middle childhood and young adulthood: A longitudinal approach. *Attach. Hum. Dev.* 2013;15:219–239. DOI: 10.1080/14616734.2013.754985.
  36. Both L.E., Best L.A. A comparison of two attachment measures in relation to personality factors and facets. *Personal. Individ. Differ.* 2017;112:1–5. DOI: 10.1016/j.paid.2017.02.040.

37. Chen W., Zhang D., Pan Y., Hu T., Liu G., Luo S. Perceived social support and self-esteem as mediators of the relationship between parental attachment and life satisfaction among Chinese adolescents. *Personal. Individ. Differ.* 2017;108:98–102. DOI: 10.1016/j.paid.2016.12.009.
38. Molero F., Shaver P.R., Fernández I., Recio P. Attachment insecurities, life satisfaction, and relationship satisfaction from a dyadic perspective: The role of positive and negative affect. *Eur. J. Soc. Psychol.* 2017;47:337–347. DOI: 10.1002/ejsp.2276.
39. Carr S., Colthurst K., Coyle M., Elliott D. Attachment dimensions as predictors of mental health and psychosocial well-being in the transition to university. *Eur. J. Psychol. Educ.* 2012;28:157–172. DOI: 10.1007/s10212-012-0106-9.
40. Diehl M., Elnick A.B., Bourbeau L.S., Labouvie-Vief G. Adult attachment styles: Their relations to family context and personality. *J. Personal. Soc. Psychol.* 1998;74:1656–1669. DOI: 10.1037/0022-3514.74.6.1656.
41. Karreman A., Vingerhoets A.J.J.M. Attachment and well-being: The mediating role of emotion regulation and resilience. *Personal. Individ. Differ.* 2012;53:821–826. DOI: 10.1016/j.paid.2012.06.014.
42. Marrero-Quevedo R.J., Blanco-Hernández P.J., Hernández-Cabrera J.A. Adult Attachment and Psychological Well-Being: The Mediating Role of Personality. *J. Adult Dev.* 2018;26:41–56. DOI: 10.1007/s10804-018-9297-x.
43. Gough H.G. *California Psychological Inventory: Administrator's Guide.* Consulting Psychologists Press; Palo Alto, CA, USA: 1987.
44. Kafetsios K., Sideridis G.D. Attachment, Social Support and Well-being in Young and Older Adults. *J. Health Psychol.* 2016;11:863–875. DOI: 10.1177/1359105306069084.
45. Moradi Siahafshadi M., Amiri S., Molavi H., Ghasemi N. The Relationship between Attachment and Subjective Well-being: The Mediating Role of Emotion Regulation Skill. *Int. J. Psychol.* 2018;12:118–135. DOI: 10.24200/ijpb.2018.58150.
46. Wicherts J.M., López A., Sanderman R., Smink A., Zhang Y., van Sonderen E., Ranchor A., Schroevers M.J. A Reconsideration of the Self-Compassion Scale's Total Score: Self-Compassion versus Self-Criticism. *PLoS ONE.* 2015;10:e0132940. DOI: 10.1371/journal.pone.0132940
47. Homan K.J. Secure attachment and eudaimonic well-being in late adulthood: The mediating role of self-compassion. *Aging Ment. Health.* 2016;22:363–370. DOI: 10.1080/13607863.2016.1254597.
48. La Guardia J.G., Ryan R.M., Couchman C.E., Deci E.L. Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective

- on attachment, need fulfillment, and well-being. *J. Personal. Soc. Psychol.* 2000;79:367–384. DOI: 10.1037/0022-3514.79.3.367
49. Debot A., Stellar J.E., MacDonald G., Keltner D., Impett E.A. Is Touch in Romantic Relationships Universally Beneficial for Psychological Well-Being? The Role of Attachment Avoidance. *Personal. Soc. Psychol. Bull.* 2020;47:1495–1509. DOI: 10.1177/0146167220977709.
  50. Kawamoto T. The moderating role of attachment style on the relationship between self-concept clarity and self-esteem. *Personal. Individ. Differ.* 2020;152:109604. DOI: 10.1016/j.paid.2019.109604.
  51. Oravec Z., Dirsmith J., Heshmati S., Vandekerckhove J., Brick T.R. Psychological well-being and personality traits are associated with experiencing love in everyday life. *Personal. Individ. Differ.* 2020;153:109620. DOI: 10.1016/j.paid.2019.109620.
  52. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *J. Personal. Soc. Psychol.* 1995;69:719–727. DOI: 10.1037/0022-3514.69.4.719.
  53. Zani B., Cicognani E. *Le vie del Benessere*. Carocci; Rome, Italy: 1999.
  54. Baer R.A., Smith G.T., Lykins E., Button D., Krietemeyer J., Sauer S., Walsh E., Duggan D., Williams J.M.G. Construct Validity of the Five Facet Mindfulness Questionnaire in Meditating and Nonmeditating Samples. *Assessment.* 2008;15:329–342. DOI: 10.1177/1073191107313003.
  55. Calvo V., D'Aquila C., Rocco D., Carraro E. Attachment and well-being: Mediatory roles of mindfulness, psychological inflexibility, and resilience. *Curr. Psychol.* 2020;41:2966–2979. DOI: 10.1007/s12144-020-00820-2.
  56. Josefsson T., Larsman P., Broberg A.G., Lundh L.-G. Self-Reported Mindfulness Mediates the Relation Between Meditation Experience and Psychological Well-Being. *Mindfulness.* 2011;2:49–58. DOI: 10.1007/s12671-011-0042-9.
  57. Fossati A., Feeney J.A., Donati D., Donini M., Novella L., Bagnato M., Acquarini E., Maffei C. On the Dimensionality of the Attachment Style Questionnaire in Italian Clinical and Nonclinical Participants. *J. Soc. Pers. Relatsh.* 2016;20:55–79. DOI: 10.1177/02654075030201003.
  58. Faul F., Erdfelder E., Lang A.G., Buchner A. G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behav. Res. Methods.* 2007;39:175–191. DOI: 10.3758/BF03193146.
  59. Cohen J. *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. 2nd ed. Routledge; New York, NY, USA: 1988.
  60. Hedges L.V. Distribution Theory for Glass's Estimator of Effect size and Related Estimators. *J. Educ. Stat.* 1981;6:107–128. DOI: 10.3102/10769986006002107.

61. Pietromonaco P.R., Powers S.I. Attachment and health-related physiological stress processes. *Curr. Opin. Psychol.* 2015;1:34–39. DOI: 10.1016/j.copsyc.2014.12.001.
62. Simpson J.A. Influence of attachment styles on romantic relationships. *J. Personal. Soc. Psychol.* 1990;59:971–980. DOI: 10.1037/0022-3514.59.5.971.
63. Schachner D.A., Shaver P.R., Gillath O. Attachment style and long-term singlehood. *Pers. Relatsh.* 2008;15:479–491. DOI: 10.1111/j.1475-6811.2008.00211.x.
64. DePaulo B.M., Morris W.L. The Unrecognized Stereotyping and Discrimination Against Singles. *Curr. Dir. Psychol. Sci.* 2016;15:251–254. DOI: 10.1111/j.1467-8721.2006.00446.x.
65. Sousa-Gomes V., Lemos L., Moreira D., Ribeiro F.N., Fávero M. Predictive Effect of Romantic Attachment and Difficulties in Emotional Regulation on the Dyadic Adjustment. *Sex. Res. Soc. Policy.* 2022:1–16. DOI: 10.1007/s13178-022-00708-9.
66. Powers S.I., Pietromonaco P.R., Gunlicks M., Sayer A. Dating Couples' Attachment Styles and Patterns of Cortisol Reactivity and Recovery in Response to a Relationship Conflict. American Psychological Association; Washington, DC, USA: 2006. pp. 613–628.
67. Poucher J., Prager K.J., Shirvani F., Parsons J., Patel J. Intimacy, attachment to the partner, and daily well-being in romantic relationships. *J. Soc. Pers. Relatsh.* 2022;39:1574–1601. DOI: 10.1177/02654075211060392.
68. Gouin J.-P., Glaser R., Loving T.J., Malarkey W.B., Stowell J., Houts C., Kiecolt-Glaser J.K. Attachment avoidance predicts inflammatory responses to marital conflict. *Brain Behav. Immun.* 2009;23:898–904. DOI: 10.1016/j.bbi.2008.09.016.
69. Zamudio G., Wang C.D.C., Jin L. Adult Attachment, Social Self-Efficacy, Familismo, and Psychological Wellbeing: A Cross-Cultural Comparison. *Couns. Psychol.* 2020;48:922–952. DOI: 10.1177/0011000020930637.
70. Corijn M., Klijzing E. *Transitions to Adulthood in Europe.* Kluwer Academic Publishers; Dordrecht, The Netherlands; Boston, MA, USA: 2001. 340p
71. Балецька Л. М. Особливості дослідження феномену прив'язаності батьків та дітей. Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія: Психологія. – Острог, 2016. Випуск 3. С. 18- 26. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp\\_2016\\_3\\_4](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2016_3_4)
72. Галушко С. М. "Прив'язаність" як науковий психологічний термін та особистісна характеристика. Проблеми сучасної психології. 2019. - № 2. - С. 21-28. - URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\\_2019\\_2\\_5](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2019_2_5).

73. Ганошина А. І. Прив'язаність до батьків як чинник подружніх стосунків. Актуальні проблеми особистісного зростання : зб. наук. пр. редкол. : Л. П. Журавльова, Л. О. Котлова, К. А. Марчук ; М-во освіти і науки України, Житомир. держ. унт. ім. І. Франка. – Житомир, 2019. – С. 221-224. – URL:<http://eprints.zu.edu.ua/29670/>
74. Григоращенко А. В. Прив'язаність як основа ефективного функціонування та психічного здоров'я дитини із неповних сімей XII Міжнародна науково-практична конференція “SCIENTIFIC ACHIEVEMENTS OF MODERN SOCIETY”, 22-24 июля 2020 г., Ліверпуль, Великобританія. 2020. – С. 176–180. – URL: <https://bit.ly/3EL8UKh>
75. Ігнатенко К. В. Прив'язаність в контексті оцінки потреб дітей-сиріт. Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». Хмельницький, 2015. № 11. С. 107 - 113. URL:<http://dspace.luguniv.edu.ua/jspui/handle/123456789/358>
76. Крижановська З., Бабак К. Емоційна прив'язаність дитини до матері як предиктор її соціальної адаптації до шкільного життя. Психологічні перспективи. Луцьк. 2021. Вип. 38. С.138 –150. URL:<https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/20191>
77. Крижановська З., Бабак К. (2022). Роль типу прив'язаності в сприйманні романтичних взаємин чоловіків та жінок. Психологічні перспективи. Луцьк. Вип. 39. С. 230-240. URL:<https://psychoprospects.vnu.edu.ua/index.php/psychoprospects/article/view/806>
78. Крижановська З. Вплив типу прив'язаності людини на особливості її комунікації та відносини з іншими. Когнітивно-комунікативні стратегії розвитку здобувачів вищої освіти у процесі професійної підготовки [збірник тез всеукраїнського науково-практичного семінару]. Відп. ред. В.О. Коваль; укладачі О.С. Ковальчук, О.Т. Горіна. Дніпро. Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ. 2021. С. 71 - 74.
79. Білозерська С.І., Мащак С.О. Особливості зв'язку професійної я-концепції і психологічного благополуччя педагога. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». Випуск 5. Херсон, 2018. С. 71–77.
80. Вірман Е. В., Калашнікова Т. В. Дослідження ціннісножиттєвих орієнтацій і задоволеності життям у людей різних вікових груп.. Український науково-медичний молодіжний журнал. Київ, 2011. №4. С. 17–19.

81. Данильченко Т.В. Суб'єктивне соціальне благополуччя: психологічний вимір. Монографія. К., Нац. ун-т ім. Т. Шевченка. Чернігів: Десна Поліграф, 2016.
82. Іваннікова Г.В. Особистісні ресурси психологічного благополуччя студентів з інвалідністю. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна». Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ, 2021. 248 с.
83. Мащак С. Криза особистості в умовах війни: теорія і рефлексія досвіду. Матеріали I Міжнародної науково-практичної конференції «Психологічний супровід до, під час та після війни: дослідження та ділення досвідом», присвяченої Всесвітньому дню психічного здоров'я та Дню захисників та захисниць України, м. Львів, 14-15 жовтня 2022р. С. 90.
84. Семків І. Цінності як чинники суб'єктивного благополуччя студентської молоді. Психологічні перспективи, 2009. №14. С. 158–164.
85. Сердюк Л.З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості. Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том V. Вип. 17. Київ, 2017. С. 124–133.
86. Володарська, Н. Д. (2019). Технології відновлення психологічного благополуччя у вимушених переселенців. Інсайт: психологічні виміри суспільства, 1, 79-84.
87. Данильченко, Т.В. (2023, квітень). Суб'єктивне благополуччя співробітників УВП та СІЗО під час воєнного стану. Актуальні питання теорії та практики в галузі права, освіти, соціально-гуманітарних та поведінових наук в умовах воєнного стану: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. (с. 145-149). Академія ДПТС.
88. Івкін В.М. (2023). Силове тренування як засіб відновлення психологічного благополуччя індивіда в умовах війни. Українська психологія. XXI століття. Початок (Дні української психології в Берліні). С. 181-183. <https://lib.iitta.gov.ua/735227/>
89. Карамушка, Л. М. (2023). Суб'єктивне благополуччя персоналу освітніх та наукових організацій в умовах війни: рівень вираженості та зв'язок з копінг-стратегіями. Організаційна психологія. Економічна психологія, 1(28), 17-25. <https://doi.org/10.31108/2.2023.1.28.2>
90. Карамушка, Л., Креденцер, О., & Терещенко, К. (2023). Суб'єктивне благополуччя освітнього персоналу в умовах війни. Організаційна

психологія. Економічна психологія, 30(4), 23-33.  
<https://doi.org/10.31108/2.2023.4.30.3>

91. Карамушка, Л. М., Креденцер, О. В., Терещенко, К. В., та ін. (2024). Технології забезпечення психічного здоров'я та благополуччя освітнього персоналу в умовах війни та післявоєнного відновлення. За ред. Л. М. Карамушки. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741857/>
92. Чайка О. Дослідження психологічного благополуччя дітей молодшого шкільного віку. Proceedings of the 1st International Scientific and Practical Conference «Science: Development and Factors its Influence» (December 26–28, 2022). Amsterdam, Netherlands, № 13
93. Крижановська З. (2021). Надійний тип прив'язаності як основа розвитку психічного здоров'я дитини. Сучасні психологічні тенденції підтримки та відновлення психічного здоров'я особистості: теорія та практика, тези доповідей II міжнарод. міждисциплінар. Конференції. Харків. С. 52 - 54. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/19692>