

## Привязанность и особенности самоактуализации личности в юношеском возрасте

А. О. Додул<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Костромской государственной университет,  
156005, Россия, г. Кострома, ул. Дзержинского, д. 17/11

### Сведения об авторе:

**Алина Олеговна Додул**

e-mail: dodul\_a@mail.ru

© Автор (2024).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

**Аннотация.** Представлено пилотажное исследование, которое было проведено летом 2024 г., направленное на выявление особенностей самоактуализации и взаимосвязи с привязанностью в юношеском возрасте. В пилотажном исследовании приняли участие 20 респондентов юношеского возраста от 18 до 23 лет ( $M=20,9$ ), из них 17 девушек и 3 юноши. Так как данное исследование является пилотажным, нерандомизированность респондентов по полу мы принимаем за ограничение исследования. Методический комплекс включает:

полуструктурированное интервью для определения опыта переезда / смены места жительства, отношения к возможности смены места жительства для осуществления жизненных планов и реализации своих способностей, особенностей восприятия привязанности как ресурса и барьера самоактуализации; методику «Экспресс-диагностики ситуативной самоактуализации личности» (ССЛ) (Т. Д. Дубовицкая); методику «Диагностика самоактуализации личности» (А. В. Лазукин, адаптация Н. Ф. Калины, САМОАЛ); опросник «Привязанности к дому» (С. И. Резниченко, С. К. Нартова-Бочавер, В. Б. Кузнецова); методику «Самооценка генерализованного типа привязанности» («RQ») К. Бартоломью и Л. Хоровитц, адаптация Т. В. Казанцевой; опросник «ASA-27 («Adult Separation Anxiety Questionnaire»)), адаптация А. А. Дитюк. Результаты пилотажного исследования показали, что существуют корреляционные связи, на основе которых можно сделать вывод о том, что привязанность к дому и межличностная привязанность имеют связь с некоторыми аспектами самоактуализации в юношеском возрасте.

**Ключевые слова:** привязанность, самоактуализация, юношеский возраст, привязанность к месту

# Attachment and specifics of self-actualization in adolescents

A. O. Dodul<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Kostroma State University,  
17/11 Dzerzhinskogo Str., Kostroma 156005, Russia

**Author:**

**Alina O. Dodul**

e-mail: dodul\_a@mail.ru

**Copyright:**

© The Author (2024).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

**Abstract.** The paper reports the results of a pilot study conducted in the summer of 2024. It focused on the specifics of self-actualization and its relationship with attachment in adolescents. The pilot study involved 20 adolescent respondents aged 18 to 23 years old (M=20.9), including 17 girls and 3 boys. As this is a pilot study, the non-randomized gender distribution is noted as a limitation. The methodological toolkit includes a semi-structured interview to explore the respondents' experiences with relocation, their attitude toward potential moves for fulfillment and self-actualization,

and their perspective on attachment as a resource and a barrier to self-actualization. Additionally, the toolkit includes two more techniques: Express Diagnostics of Situational Self-Actualization (SSL) developed by T. D. Dubovitskaya that assesses the degree of self-actualization in different life contexts (situations), and Diagnostics of Situational Self-Actualization developed by A. V. Lazukin and adapted by N. F. Kalina. The results indicate correlational relationships between attachment to home and interpersonal attachment and certain aspects of self-actualization during adolescence.

**Keywords:** attachment, self-actualization, adolescence, place attachment

## Введение

Юношеский возраст несет в себе начало пути к взрослой и самостоятельной жизни. В данный период жизни происходит становление устойчивого самосознания, достигается относительная стабильность образа «Я», что является главным психологическим новообразованием юношеского возраста. Возникает эмансипация от взрослых, вследствие чего происходит образование системы представлений о самом себе, то есть внешний мир начинает восприниматься через себя.

Феномен самоактуализации включает в себя психологический рост человека, где подразумевается постоянная вовлеченность в развитие способностей. В юношеском возрасте человек концентрируется на критическом восприятии реальности, принятии себя, других, окружающего мира. В фокусе внимания оказываются задачи достижения автономии,

независимости, с одной стороны, и построения глубоких межличностных отношений – с другой. При этом сохраняется естественность и непосредственность (Соловых 2011).

Исследования по изучению самоактуализации относят к гуманистическому подходу, где основоположниками являются А. Маслоу и К. Роджерс. А. Маслоу считает, что каждый человек имеет стремление к самоактуализации, что, в свою очередь, является наивысшей потребностью человека. Для того чтобы эта потребность проявилась, для начала нужно удовлетворить нижележащие потребности, согласно иерархии пирамиды потребностей (Соловых 2011). К. Роджерс предлагает идею о том, что самоактуализация способствует развитию самодостаточности и компетентности человека. Он описывает черты, которые характеризуют тенденцию к самоактуализации: открытость к опыту, вера в свой организм, внутренний локус

контроля, желание существовать как процесс (Соловых 2011).

Юношеский возраст сопряжен с достижением независимости от взрослого, с возможностью покидания родного дома в связи с поступлением в институт или в связи с предложением о новом месте работы. В этой ситуации встает вопрос не только об автономности, но и о межличностной привязанности и привязанности к месту, а также их связи с самоактуализацией личности.

Понятие привязанности очень многогранно и имеет вариативность. Помимо изучения привязанности между матерью и ребенком и в последующем межличностной привязанности в целом существует и исследования привязанности к месту, что является тоже достаточно обширным понятием, которое включает себя множество факторов. Так, Дж. Боулби, который является основоположником теории привязанности, определяет привязанность как эмоциональную связь, которая объединяет человека с одним или несколькими людьми во времени и пространстве. Объект привязанности является для индивида базой безопасности для исследования мира, а также гарантом защищенности и уверенности (Казанцева 2011). К. Бартоломью и Л. Хоровитц предложили четырехчленную модель индивидуальных различий в привязанности у взрослых, в которой были оставлены два первоначальных типа – безопасная и тревожно-противоречивая, или, в варианте Бартоломью, озабоченная или сверхвовлеченная привязанность, а также добавлены боязливо-избегающий и отстраненно-избегающий типы (Казанцева 2011). Модель привязанности состоит из двух частей: образ других и образ себя, где, в свою очередь, «образ других» является представлением об объекте привязанности, а «образ себя» – восприятием себя. Что касается феномена привязанности к месту, данная тема исследования мало изучена и не имеет однозначного определения. Привязанность к месту является многомерным конструктом, раскрываю-

щимся через не только территориальный, но и личностный, социальный и гендерный аспекты. Она изучается на основе половых, статусных, ролевых, религиозных, этнических и др. различий, может включать в себя привязанность к статусу, к роли, к принадлежности к той или иной группе (семья, соседство, улица, район, город, государство и т. д.). Сам феномен, в первую очередь, включает в себя эмоциональный компонент, а именно эмоциональную связь с местом. Связи человека с местом также носят когнитивный характер, поскольку они включают в себя знания, воспоминания и убеждения, которые придают месту смысл. Привязанность к месту может определять поведение человека в отношении наличия/отсутствия интенций изменения места жительства, переезда для реализации смысло-жизненных целей и задач (Scannell, Gifford 2014).

Пилотажное исследование, проведенное нами, было направлено на определение проблемы взаимосвязи привязанности и самоактуализации в юношеском возрасте.

### Материалы и методы

В пилотажном исследовании приняли участие 20 респондентов юношеского возраста от 18 до 23 лет ( $M=20,9$ ), из них 17 человек – девушки, 3 человека – юноши. Так как данное исследование является пилотажным, нерандомизированность респондентов по полу мы принимаем за ограничение исследования.

Методический комплекс включает: полуструктурированное интервью для определения опыта переезда / смены места жительства, отношения к возможности смены места жительства для осуществления жизненных планов и реализации своих способностей, особенностей восприятия привязанности как ресурса и барьера самоактуализации; методику «Экспресс-диагностики ситуативной самоактуализации личности» (ССЛ) (Т. Д. Дубовицкая); методику «Диагностика самоактуализации личности» (А. В. Лазукин, адаптация Н. Ф. Калины,

САМОАЛ); опросник «Привязанности к дому» (С. И. Резниченко, С. К. Нартова-Бочавер, В. Б. Кузнецова); методику «Самооценка генерализованного типа привязанности» («RQ») К. Бартоломью и Л. Хоровитц, адаптация Т. В. Казанцевой; опросник «ASA-27 («Adult Separation Anxiety Questionnaire»)), адаптация А. А. Дитюк.

### Результаты и их обсуждение

Полученные данные описательной статистики на общей выборке по методике «Экспресс-диагностики ситуативной самоактуализации личности» говорят о следующем (см. таблицу 1): на уровне средних значений наблюдается достаточно высокий уровень самоактуализации в жизненном контексте. Юношеское время респондентов направлено на стремление к успехам в разных сферах жизни, на поиск и приобретение смыслов, закрепление своих ценностей. Также это говорит нам о проявлении активности, своих способностей и потенциала.

**Таблица 1. Описательная статистика методики «Экспресс-диагностика ситуативной самоактуализации личности»**

Данные описательной статистики	Ситуативная самоактуализация
N	20
Среднее значение	43,6000
Стандартное отклонение	7,42258
Минимум	22,00
Максимум	53,00

По методике «Диагностика самоактуализации личности» (см. таблицу 2) было выявлено, что респонденты несут в себе ценности самоактуализирующейся личности, такие как добро, истина, красота, жизненность, уникальность, свершение, справедливость и т. д. Данные ценности создают картину стремления к гармоничному темпу жизни и к здоровым отношениям с окружающей средой. Межличностные отношения несут в себе естественную симпатию, доброжелательность и доверие. Жизнь и любые возможности, которые она в себе несет, вызывает интерес и жажду нового опыта, который не обяза-

тельно может быть напрямую связан с удовлетворением своих потребностей, то есть важен сам процесс познания окружающей среды и бытия. Возможно, сама жизненная составляющая частично или полностью познается через творческое отношение к окружающему миру. Более низкие показатели выявлены по шкалам ориентации во времени, автономности и гибкости в общении. Это говорит о том, что построение жизненной перспективы является сложным процессом для молодых людей, что, возможно, связано с контекстом жизни и высокой неопределенностью будущего. Достижение личностной автономии является непрерывным и длительным процессом, также связанным со множеством трудностей, которые сложно преодолеть в юношеском возрасте, например, достижение финансовой независимости. Построение взаимоотношений лежит в зоне возрастных потребностей, но в тоже время еще присутствует юношеский максимализм, который может препятствовать гибкости.

Данные описательной статистики по методике «Привязанность к дому» (см. таблицу 3) показывают, что значение по данной шкале находится в диапазоне средне нормативных значений, что говорит о том, что привязанность к дому сформирована, но не является препятствием для самореализации на расстоянии от него. Респонденты ценят дом как источник сил и ресурсов, с радостью возвращаются, при этом рассматривают и возможности построения себя вдали от него или за его пределами. Это находит подтверждение и на уровне анализа ответов на вопросы интервью: *«Из плюсов: уверенность в местности, помощь родным. Но сепарация – важный механизм нашей жизни. Нужно искать и покорять новые горизонты», «Я хочу быть человеком мира и испытать себя в самых разных условиях», «Плюсы переезда: новые знакомства и возможность для карьерного роста. Минусы: нету поддержки от близких людей, теряются многие знакомства*

**Таблица 2. Описательная статистика методики  
«Диагностика самоактуализации личности»**

Шкалы	N	Среднее значение	Стандартное отклонение	Минимум	Максимум
Ориентация во времени	20	5,7000	1,92217	3,00	10,50
Ценности	20	9,7500	1,77334	7,00	14,00
Взгляд на природу человека	20	6,9750	2,58780	1,50	10,50
Потребность в познании	20	8,1750	2,93919	1,50	13,50
Креативность	20	8,8500	2,41214	5,00	13,00
Автономность	20	6,0000	2,31699	3,00	11,00
Спонтанность	20	7,1000	2,14966	4,00	12,00
Самопонимание	20	7,1250	2,91491	1,50	12,00
Аутосимпатия	20	7,4500	2,50210	4,00	14,00
Контактность	20	7,0500	2,33903	1,50	10,50
Гибкость в общении	20	6,5250	2,08045	1,50	10,50

**Таблица 3. Описательная статистика методики «Привязанность к дому»**

Данные описательной статистики	Привязанность к дому
N	20
Среднее значение	3,1357
Стандартная отклонения	1,08967
Минимум	1,00
Максимум	5,00

**Таблица 4. Описательная статистика методики  
«Самооценка генерализованного типа привязанности»**

Шкалы	N	Среднее значение	Стандартное отклонение	Минимум	Максимум
Надежный тип	20	6,6000	3,36233	1,00	12,00
Тревожно-противоречивый тип	20	5,9000	3,80996	1,00	12,00
Отстраненно-избегающий тип	20	5,4000	2,98064	1,00	10,00
Боязливый тип	20	6,0000	3,56887	1,00	12,00

**Таблица 5. Описательная статистика методики «ASA-27»**

Данные описательной статистики	Сепарационная тревога
N	20
Среднее значение	39,1500
Стандартная отклонения	19,34527
Минимум	6,00
Максимум	81,00

при разезде» и т. д. При этом респонденты отмечали, что *«привязанность может тормозить в развитии, не дает уехать и попробовать свои силы в другом городе, не дает добиться успеха; а те кто уехал сталкиваются с тоской и могут долго проходить сепарацию»*.

Схожие результаты были получены и по методике межличностной привязанности «Самооценка генерализованного типа привязанности» (см. таблицу 4). Все шкалы имеют одинаковые усредненные значения, что говорит нам о гибкости и адаптации привязанности к людям, то есть респонденты не ограничивают себя в поиске «собственного-Я» в других отношениях.

Результаты описательной статистики методики «ASA-27» (см. таблицу 5) также показывают средние показатели по шкале сепарационной тревоги. Сепарационная тревога отражает ранее полученные результаты по типам межличностной привязанности и привязанности к дому и говорит о том, что большинство респондентов демонстрируют адаптивный тип личности (мобильность и пластичность), что является благоприятным для их самоактуализации

Вторым этапом пилотажного исследования стало выявление корреляционных связей на общей выборке. Анализ показал прямую связь привязанности к дому с ориентацией во времени ( $R = 0,47$  при  $p \leq 0,05$ ). Чем выше привязанность к дому, тем наиболее понятна картина жизни в настоящий момент и экзистенциальная ценность жизни «здесь и теперь». Это дает уверенность в себе и в своих действиях. Дом воспринимается как ресурс, который помогает двигаться вперед, невзирая на возможные препятствия на пути личностного роста.

В то же время ситуативная самоактуализация имеет прямую связь с надежным типом привязанности ( $R = 0,56$  при  $p \leq 0,01$ ). На основе общей выборки можно сказать, что наиболее благоприятное и активное протекание самоактуализации личности характерно для людей с надежным типом привязанности. Респонденты,

которые стремятся проявлять свой потенциал, активны, нацелены на успех и увлечены происходящим вокруг, обладают позитивным взглядом на себя и других, они уверены, что достойны заботы и любви, а партнеры являются для них надежными и не угрожающими для их личностной целостности.

Далее респонденты были поделены на группы сопоставления: группа 1 – респонденты с низкой привязанностью к дому, группа 2 – со средним значением привязанности к дому, группа 3 – с высоким значением привязанности к дому. Так как в группе 3 было всего три человека, корреляционные связи на этой выборке не выявлялись. Рассмотрим связи в группах 1 и 2. Респонденты, у которых низкие показатели привязанности к дому, имеют прямую связь с отстраненно-избегающим типом привязанности и с гибкостью в общении. ( $0,76 < R < 0,84$  при  $p \leq 0,01$ ). В группе с низкими значениями привязанности к дому при повышении этого показателя наблюдается постепенное повышение способности к аутентичному взаимодействию с окружающими и способности к самораскрытию. Но при этом повышается и выраженность отстраненно-избегающего типа привязанности, то есть присутствует ориентированность на позитивную модель себя и негативную модель Другого.

Во группе 2 у респондентов, имеющих средние значения привязанности к дому, боязливый тип привязанности имеет обратную связь с ориентацией во времени ( $R = -0,96$  при  $p \leq 0,01$ ), а привязанность к дому прямую связь с ориентацией во времени, ситуативная самоактуализация при этом имеет прямые связи со спонтанностью ( $R = 0,75$  при  $p \leq 0,01$ ). Чем наиболее выражен боязливый тип привязанности, то есть негативная установка к себе и к другим, тем респонденты погружены в прошлые переживания, не уверены в себе, мнительны и имеют завышенные цели для достижения результатов. При этом респонденты наиболее активны и стремительны к получению до-

стижений, если условия для этого имеют свободу и легкость, самоактуализация воспринимается как образ жизни, а не как идея или стремление.

Таким образом, прямая связь ориентации во времени с привязанностью к дому сохраняется только в случае среднего уровня выраженности привязанности к дому, что является наиболее благоприятным условием для развития личности, когда она может сохранять автономию, но при этом рассматривать дом и место как ресурс совладания с трудностями и ресурс достижения высоких личных результатов.

## Выводы

На этапе пилотажного исследования удалось выявить корреляционные связи, на основе которых можно сделать вывод о том, что привязанность к дому и межличностная привязанность имеют связь с некоторыми аспектами самоактуализации в юношеском возрасте. В рамках основного этапа исследования будет проведен феноменологический анализ особенностей восприятия привязанности как ресурса и барьера самоактуализации личности, будет увеличена выборка, и респонденты будут рандомизированы по полу для выявления не опосредованной полом специфики изучаемой связи.

## Литература

- Казанцева, Т. В. (2011) *Социально-психологические детерминанты межличностной привязанности*. Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук. СПб., Санкт-Петербургский государственный университет, 205 с.
- Соловых, О. В. (2011) О теоретических аспектах самоактуализации личности. *Вестник Оренбургского государственного университета*, № 6 (125), с. 26–27.
- Scannell, L. S., Gifford, R. G. (2014) *Environmental Psychology: Principles and Practice*. Canada: Optimal Books, 560 p.

## References

- Kazantseva, T. V. (2011) *Sotsial'no-psikhologicheskie determinanty mezhlichnostnoi privyazannosti [Socio-psychological determinants of interpersonal attachment]*. PhD dissertation (Psychology). Saint Petersburg, Saint Petersburg State University, 205 p. (In Russian)
- Scannell, L. S., Gifford, R. G. (2014) *Environmental Psychology: Principles and Practice*. Canada: Optimal Books, 560 p. (In English)
- Solovykh, O. V. (2011) О теоретических аспектах самоактуализации личности [On the theoretical aspects of personality self-actualization]. *Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta — Vestnik of the Orenburg state university*, pp. 26–27. (In Russian)