

чем больше респондент уверен в неразрешимости проблемы, тем больше ожидает от иностранных студентов маргинализации, т.е., как отказа от своего культурного наследия, так и от культуры принимающего общества.

Таким образом, наша гипотеза подтвердилась частично: существует связь между личностно-мировоззренческими особенностями членов принимающего общества и их аккультурационными ожиданиями в отношении иностранных студентов.

Литература:

1. Берри Д. В., Пуртинга А.Х., Сигал М.Х., Дасен П.Р. Кросс-культурная психология, Харьков, «Гуманитарный центр», 2007.

2. Фернхэм А., Бочнер С. // Психология длительного пребывания за рубежом: студенты // Развитие личности, 2001, № 2, с.136-167 // Электронный ресурс <http://rl-online.ru/articles/2-01/85.html>

3. Ward, C., & Masgoret, A.-M. (2008). Attitudes toward immigrants, immigration and multiculturalism in New Zealand. *International Migration Review*, 42, 222–243

4. Stephan W.G., Stephan C.W. An integrated Threat Theory of Prejudice // *Reducing prejudice and discrimination* / Ed. by. S. Oscanp: Lawrence Erlbaum associates, Mahwah. – New Jersey, 2000. – P. 23–44.

СВЯЗЬ УРОВНЯ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ «Я» И СТИЛЯ ПРИВЯЗАННОСТИ

Е.Ю. Чеботарева¹, А.Я. Варга², Е.С. Чекалина³

¹ НИУ ВШЭ, МГППУ, ^{2,3} НИУ ВШЭ, Москва, Россия

Аннотация: Представлены результаты пилотажного эмпирического исследования взаимосвязи уровня дифференциации «Я» и стиля привязанности. Показано, что высокодифференцированные люди менее подвержены реляционной тревоге. Наиболее высокий общий уровень дифференциации отмечается у людей с отстраненным стилем, наименьший – с зависимым. Надежный стиль

привязанности отличается принятием собственной Я-позиции и наиболее низкой тенденцией к эмоциональным разрывам, средним уровнем эмоциональной реактивности и слияния.

Ключевые слова: дифференциация «Я», стиль привязанности, близкие отношения, романтические отношения.

INTERRELATION OF DIFFERENTIATION OF "I" LEVEL AND ATTACHMENT STYLE

E.Chebotareva¹, A.Varga², E. Checalina³

^{1,2,3} National Research University Higher School of Economics
(NRU HSE), ¹Moscow State University of Psychology
and Education (MSUPE)

Abstract: The results of the pilot empirical study of the relationship between the differentiation of self and attachment styles are presented. It is shown that highly differentiated people are less prone to relational anxiety. The highest overall level of differentiation is observed in people with the dismissing style, the least – with the preoccupied one. The secure attachment style is distinguished by the acceptance of one's own I-position and by the lowest tendency to emotional cut-off, by the average level of emotional reactivity and fusion.

Key words: differentiation of self, attachment style, intimate relations, romantic relations.

В студенческий период жизни проблема построения близких отношений с романтическим партнером – одна из самых актуальных. Повторяющиеся неудачи в этой сфере – один из самых частых запросов, с которыми студенты обращаются за психологической помощью.

Современные исследования и психотерапевтическая практика опираются в основном на две теории близких отношений: теория эмоциональных систем М. Боуэна и теория привязанности (Д.Боулби, М.Эйнсворт, М.Мэйн, С. Хейзан, Ф. Шейвер и др.) Они описывают, как опыт взаимоотношений в родительской семье влияет на способность к построению конструктивных близких отношений.

Ключевая концепция теории М.Боуэна –дифференциация «Я»; теории привязанности – стиль привязанности.

Дифференциация «Я» в модели М. Боуэна характеризуется сочетанием интра-психических характеристик и особенностей межличностного взаимодействия. Интра-психические свойства отражают способность индивида различать эмоциональную и рациональную системы внутри себя и степень произвольности, с которой он может функционировать, опираясь на ту или иную систему. Межличностное взаимодействие описывает способность развивать близкие, эмоциональные отношения с другими, сохраняя собственную автономию внутри них [6].

В исследованиях последних 20 лет выделены основные измерения эго- дифференциации. Интра-психические измерения включают эмоциональную реактивность, трудность в принятии Я-позиции, межличностные – склонности к эмоциональный разрывам и слиянию с другими [напр. 8]. Уровень эго-дифференциации каждого из супругов является основополагающим для его способности достигать близости и взаимности в браке [4].

Теория привязанности, разработанная Д. Боулби и дополненная М. Эйнсворт и М. Мэйн, первоначально описывала особенности отношений, возникающих в диаде матери (или другого опекуна) и ребенка на первых годах жизни. Позже исследования привязанности распространились на сферу близких взаимоотношений взрослых людей [5]. При этом эмоциональная связь двух взрослых людей, в отличие от привязанности младенца к матери, носит симметричный характер: оба взрослых являются источником чувства безопасности и комфорта друг для друга. Впоследствии исследователи пришли к выводу о том, что конструкт привязанности более корректно рассматривать в виде двухфакторной модели, где стили привязанности образуются сочетанием степени беспокойства по поводу отношений привязанности и степени избегания отношений привязанности [1, 2].

Долгое время теоретики и практики обсуждали конструкты привязанности и дифференциации независимо друг от друга, как факторы, необходимые для развития личности и эмоциональной зрелости, их взаимосвязи не рассматривались [3]. В последние годы появились исследования, обнаруживающие значимые взаимосвязи между этими двумя конструктами. Так, показано, что более

высокий уровень эго-дифференциации связан с более надежной привязанностью [9], с более низкими уровнями тревожной и избегающей привязанности [10]. Современные исследования также доказывают, что интимные отношения продолжают влиять на стратегии регулирования отношений на протяжении всей жизни пары, а психотерапевтические вмешательства оказываются эффективными в коррекции данных стратегий. Кросс-культурные исследования показали относительную культурную независимость эго-дифференциации, но были выявлены различия по параметру слияния с другими между коллективистскими и индивидуалистическими культурами [напр. 7]. На российской выборке исследования этих концепций весьма малочисленны, требуется больше эмпирических данных для анализа особенностей функционирования изучаемых явлений в российской культуре.

Нами было проведено пилотажное эмпирическое исследование с участием 59 человек (42 женщины и 17 мужчин) в возрасте от 18 до 45 лет. Были использованы методики: «Differentiation of Self Inventory (DSI)» (Е. А. Skowron, М. L. Friedlander, 1998) и «Опросник привязанности к близким людям» (Н.В. Сабельникова, Д. В. Каширский, 2015), представляющий собой русскоязычную адаптацию опросника К. Бреннан, С. Кларк и Ф. Шейвера «Опыт близких отношений» (ECR, 1998). Статистический анализ проводился с использованием методов ранговой корреляции Спирмена, рангового критерия Краскела-Уоллиса, U-критерия Манна-Уитни.

Средний уровень *дифференциации «Я»* по выборке находится на среднем уровне, однако, в распределении отмечается общий сдвиг в сторону более высоких баллов. Низкий уровень дифференциации диагностирован только у 15% выборки, высокий – у 30%, средний – у 55%.

Средние по выборке данные по показателям *привязанности* существенно ниже тестовых норм. Возможно, в ответах проявилась социальная желательность. Поэтому, выраженность того или иного стиля привязанности определялась исходя из разброса данных внутри этой конкретной выборки.

Корреляционный анализ показал, что имеется значимая обратная связь общего уровня дифференциации с показателем *беспокойства* по поводу отношений. Аналогичные связи обнаруживают все параметры дифференциации, кроме Я-позиции. Это подтвер-

ждает теоретические данные о том, что высокодифференцированные люди менее подвержены реляционной тревоге и умеют лучше ее регулировать.

Показатель *избегания близости* в отношениях не обнаружил значимых связей с общим уровнем дифференциации, выявлены значимые связи только с такими показателями дифференциации, как эмоциональная реактивность и избегание. То есть, высокодифференцированные люди реже проявляют эмоциональную реактивность и стремление к избеганию.

Сравнительный анализ групп с разными *стилями привязанности* выявил значимые различия между ними по всем параметрам эго-дифференциации. Наиболее высокий общий уровень дифференциации отмечается у людей с *отстраненным* стилем, наименьший – с *зависимым*. У *отстраненного* стиля все остальные параметры дифференциации также на высоком уровне. *Надежный* стиль привязанности отличается принятием собственной Я-позиции и наиболее низкой тенденцией к эмоциональным разрывам, а также средним уровнем эмоциональной реактивности и слияния. У людей с *зависимым* стилем отмечается также довольно низкий уровень стремления к эмоциональному разрыву (хотя выше, чем у надежного и отстраненного), средний уровень выраженности Я-позиции, и несколько выше среднего – тенденции слияния с другими и эмоциональной реактивности. В группе с *избегающе-опасающимся* стилем отмечается средний уровень Я-позиции и эмоционального разрыва и слияния и самый высокий уровень эмоциональной реактивности.

В общем, проведенное пилотажное исследование показало наличие взаимосвязей ряда аспектов дифференциации «Я» с характеристиками привязанности в зрелом возрасте. В большей степени с дифференциацией связан параметр беспокойства по поводу отношений, параметр избегания близости связан только с отдельными аспектами дифференциации. Наиболее высокий уровень дифференциации отмечается у лиц с отстраненным стилем привязанности, что позволяет предположить не прямую зависимость стиля привязанности от уровня дифференциации, а связь надежной привязанности с некоторым оптимальным уровнем дифференциации. Для уточнения данных необходимы дальнейшие исследова-

ния, в том числе направленные на валидизацию методик оценки изучаемых характеристик.

Литература

1. Bartholomew K., Horowitz L.M. Attachment styles among young adults: A test of a four-category model // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991. V. 61. P. 226–244
2. Fraley R.C., Shaver P.R. Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions // *Review of General Psychology*. 2000. V. 4. P. 132–154
3. Franz, C. E., & White, K. M. Individuation and attachment in personality development: Extending Erikson's theory // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985. 53, 224–256.
4. Gubbins, C. A., Perosa, L. M., & Bartle-Haring, S. Relationships between married couples' self-differentiation/individuation and Gottman's model of marital interactions. // *Contemporary Family Therapy*. 2010. 32(4), 383–395.
5. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. V. 52. P. 511–524.
6. Kerr, M. E., & Bowen, M. Family evaluation. New York. 1988. : W. W. Norton and Company.
7. Lampis, J. Does partners' differentiation of self predict dyadic adjustment? // *Journal of Family Therapy*. 2016. 54, 303–318.
8. Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. // *Journal of Marital and Family Therapy*. 2003. 29(2), 209–222.
9. Timm, T. M., & Keiley, M. K. The effects of differentiation of self, adult attachment, and sexual communication on sexual and marital satisfaction: A path analysis. // *Journal of Sex and Marital Therapy*. 2011. 37(3), 206–223.
10. Thorberg, F. A., & Lyvers, M. Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. // *Addictive Behaviors*. 2006. 31(4), 732–737.