

ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ У ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

ATTACHMENT IN THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING

У статті здійснено теоретичний аналіз і наукове обґрунтування рівнів реалізації феномену прив'язаності у психологічному консультуванні: метатеоретичний рівень інтеграції прив'язаності, індивідуально-клінічний рівень клієнтського функціонування, інтерсуб'єктивно-професійний рівень дії консультанта.

Розглянуто ключові соціально-психологічні аспекти прив'язаності у психологічному консультуванні – роль психолога як фігури перехідної прив'язаності (transitional attachment figure) у процесі консультування, створення безпеки. Відзначається, що відчуття безпеки сприяє саморозбудові та впливає на афективну регуляцію клієнта, сприяє залученню до дослідження та гри, суб'єктивному благополуччю, самооцінці.

Виокремлено основні соціально-психологічні аспекти, що суттєво впливають на процес консультування – стиль прив'язаності клієнта значною мірою визначає його здатність формувати довіру, витримувати емоційний контакт і приймати психологічну підтримку. Наступні соціально-психологічні аспекти проявляються на рівні динаміки клієнта: його здатності до емоційного саморозкриття, реакцій на фрустрацію, стратегії управління психологічною дистанцією та очікуваннями щодо безпеки в стосунку. Водночас стиль прив'язаності самого консультанта впливає на здатність утримувати стабільність, регулювати власний афект у взаємодії та розвивати витривалість альянс. У контексті дослідження акцентовано на взаємозв'язку між соціально-психологічними характеристиками прив'язаності та якістю стосунку у консультативній взаємодії – стосунок є «вторинною платформою безпеки», де клієнт не лише відтворює, а й потенційно трансформує свої усталені міжособистісні схеми. Стосунок безпосередньо впливає на формування якості робочого альянсу – ключового предиктора ефективності психологічного консультування.

Ключові слова: прив'язаність, психологічне консультування, стиль прив'язаності, консультативна взаємодія, робочий альянс, консультант, клієнт, інтерсуб'єктивність, соціально-психологічні характеристики, безпека, афективна регуляція, фігура пере-

хідної прив'язаності, теорія прив'язаності, міжособистісна взаємодія.

The article provides a theoretical analysis and scientific substantiation of the levels of implementation of the attachment phenomenon in psychological counseling: the metatheoretical level of attachment integration, the individual-clinical level of client functioning, the intersubjective-professional level of the counselor's action.

The key socio-psychological aspects of attachment in psychological counseling are considered – the role of the psychologist as a transitional attachment figure in the counseling process, creating security. It is noted that a sense of security contributes to self-development and influences the client's affective regulation, promotes involvement in research and play, subjective well-being, and self-esteem. The main socio-psychological aspects that significantly affect the counseling process are highlighted – the client's attachment style largely determines his ability to form trust, maintain emotional contact and accept psychological support. The following socio-psychological aspects are manifested at the level of client dynamics: his ability to emotional self-disclosure, reactions to frustration, strategies for managing psychological distance and expectations of safety in the relationship. At the same time, the counselor's own attachment style affects the ability to maintain stability, regulate his own affect in interaction and develop an enduring alliance. In the context of the study, the emphasis is on the relationship between the socio-psychological characteristics of attachment and the quality of the relationship in consultative interaction – the relationship is a “secondary platform of security”, where the client not only reproduces, but also potentially transforms his established interpersonal schemes. The relationship directly affects the formation of the quality of the working alliance – a key predictor of the effectiveness of psychological counseling.

Key words: attachment, psychological counseling, attachment style, consultative interaction, working alliance, consultant, client, intersubjectivity, socio-psychological characteristics, security, affective regulation, transitional attachment figure, attachment theory, interpersonal interaction.

УДК 159.922.5:37.047:316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.22>

Гречаник М.І.

доктор філософії в галузі психології,
викладач кафедри психології
Запорізький національний університет

Вступ. У сучасному психологічному консультуванні концепт прив'язаності розглядається не лише як теоретична основа розуміння міжособистісної динаміки, але й як інтерсуб'єктивна структура, що проявляється в самому тлі консультативного процесу. Відповідно до класичних положень теорії прив'язаності Дж. Боулбі (J. Bowlby, 1988) та її клінічного розвитку П. Фонедржі, Г. Герджлі, Е. Джурист (P. Fonagy, G. Gergely, E. L. Jurist (2018)) прив'язаність є не стільки формою поведінки, скільки організуючим принципом психічного функціонування, що формує уявлення про себе, Іншого та природу стосунку між ними.

З огляду на це, у консультативній практиці прив'язаність виявляє себе як наскрізна психологічна реальність, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові рівні взаємодії. Вона моделює готовність клієнта до довіри, афективного розкриття, толерантності до інтерперсональної напруги та здатності використовувати контакт із психологом як регулятор емоційного стану. Ці аспекти є особливо релевантними в роботі з особами, чий життєвий досвід позначений ранньою нестачею стабільної прив'язаності, хронічною травматизацією або порушенням базових моделей безпеки.

Наукова література, попри широку представленість тематики прив'язаності в контексті дитячого розвитку, романтичних стосунків та сімейної терапії, залишається фрагментарною щодо проявів прив'язаності у професійному психологічному середовищі. Зокрема, дослідження, присвячені функціонуванню системи прив'язаності в консультативному альянсі, залишають поза увагою короткотривалі формати допомоги, кризове консультування та специфіку роботи з клієнтами з нестійкими міжособистісними структурами. Тимчасом, саме в цих форматах психолог виступає фігурою перехідної прив'язаності (transitional attachment figure) – емоційною присутністю, здатною тимчасово замінити дефіцитну функцію безпечної бази (secure base) [8]. Д. Віннікотт (Winnicott D. W. (1953) [35] ввів термін «перехідний об'єкт» (transitional object), щоб описати ті ковдри, м'які іграшки та клаптики тканини, до яких маленькі діти часто розвивають інтенсивну, стійку прихильність. Д. Віннікотт теоретизував, що такі перехідні об'єкти прив'язаності представляють важливу фазу розвитку еґо, що веде до встановлення відчуття себе. С. J. Litt (1986) [22] пов'язував перехідні об'єкти до процесів: сепарації-індивідуації; Еґо і розвиток Еґо тіла; народження пам'яті, константності лібідного об'єкта та здатності до символізації, творчості; і здатність до об'єктних відносин і емпатії. Дослідник наводить аргументи для перегляду перехідного об'єкту як фасилітатора розвитку, який може набувати різних якостей і виконувати різні психологічні функції, коли дитина рухається до фізичної та емоційної незалежності.

Крім того, актуальний суспільний контекст – глибокі соціальні трансформації, війна, втрата, масова травматизація – створює постійні кризові умови, в яких функціонує особистість, в якому прив'язаність набуває ще більшої психологічної ваги. Відтак, завдання сучасного психолога – не лише усвідомити, але й інтегрувати знання про прив'язаність у структуру консультативної практики, трансформуючи кожну взаємодію на рівні мікроконтакту у досвід безпечного зв'язку.

Таким чином, системне дослідження проявів та механізмів прив'язаності у психологічному консультуванні є не просто теоретично виправданим, а методологічно необхідним. Воно дозволяє уточнити, яким чином психологічна допомога впливає не лише на симптоматику, але й на онтологічні основи особистості – її здатність бути у зв'язку.

Оскільки проблематика дослідження носить міждисциплінарний характер, перш за все треба виділити ті роботи, які присвячені вивченню феномену прив'язаності особистості: це роботи представників психодинамічного напрямку: Дж. Боулбі (J. Bowlby, 1988), П.М. Кріттенден (P. M. Crittenden) (2006), Р. Фрейлі, П. Шейвер (R. C. Fraley, P. R. Shaver (2000), М. Мікулінчер, П. Шейвер (M. Mikulincer, P. Shaver R. (2010). [7, 8, 11, 15, 27].

Значний внесок у вивчення прив'язаності у процесі психологічного консультування та психотера-

пії належить працям Т. Болдріні та інші (Т. Boldrini at al.(2020), С. Джонсон (S. M. Johnson (2019), П. Ревітз та ін. P. Ravitz at al. [6, 20, 31].

Серед сучасних вітчизняних дослідників прив'язаності особистості варто відзначити роботи М.Г. Ткалич, М.І. Гречаник [2, 3, 4] присвячені вивченню психологічних аспектів прив'язаності, але слід наголосити, що систематичне вивчення даного феномену у вітчизняній науці вкрай фрагментарне і неповне.

Серед вчених, які досліджували особливості консультування, можна згадати П. Фрез'єр, Б. Хейні (P. A. Frazier, B. Haney (1996), С. J. Gelso, E. Nutt Williams, B. R. Fretz (2014), П. П. Горностай (2018) [1, 16, 18].

Однак зауважимо, що в цілому психологічних робіт присвячених комплексному вивченню прив'язаності у процесі психологічного консультування багато, але вони потребують доповнення новими емпіричними даними та їх теоретичним обґрунтуванням.

Метою статті є аналіз, узагальнення та обґрунтування соціально-психологічних аспектів прив'язаності у процесі психологічного консультування в різних теоретичних підходах та концепціях.

Серед основних завдань дослідження виокремимо наступні: 1) аналіз та систематизацію основних соціально-психологічних рівнів реалізації феномену прив'язаності у процесі консультування; 2) визначення особливостей соціально-психологічних аспектів прив'язаності у процесі психологічного консультування; 3) обґрунтування психологічних умов оптимізації консультативної взаємодії з урахуванням особливостей прив'язаності клієнта і фахівця.

Виклад основного матеріалу дослідження. У межах сучасної психологічної парадигми прив'язаність розглядається не лише як еволюційно обумовлений механізм емоційної регуляції, а як багаторівнева структура, яка визначає характер міжособистісної взаємодії протягом усього життя М. Мікулінчер, П. Шейвер (M. Mikulincer, P. R. Shaver (2004) [28] її прояви особливо актуалізуються у консультативному контексті, де побудова консультативного альянсу вимагає високого рівня взаємної чутливості, безпеки та здатності до афективного контакту. Почнемо з **аналізу та систематизації основних соціально-психологічних рівнів реалізації феномену прив'язаності у процесі консультування**. У теорії прив'язаності – концептуальній структурі, яка базується на широкому фундаменті клінічних спостережень і психоаналітичної, когнітивної, психології розвитку, особистості та соціальної психології – повторювані взаємодії з іншими людьми, які захищають і підтримують, стверджують, що породжують відносно стабільне відчуття безпеки прив'язаності (тобто відчуття, що можна покластися на захист і підтримку близьких партнерів, безпечно й ефективно досліджувати оточення та ефективно взаємодіяти з іншими людьми), що призводить до роз-

виток стабільної, позитивної моделі себе та набору ефективних і значною мірою автономних стратегій регулювання впливу (М. Мікулінчер, П. Шейвер M. Mikulincer, P. R. Shaver (2003) [29] Відповідно до теорії прив'язаності (наприклад, Дж. Боулбі (J. Bowlby, 1988) [8], відчуття безпеки сприяє саморозбудові та впливає на регуляцію, дозволяючи людині отримувати користь від захисту, підтримки, комфорту та полегшення, які надають люблячі партнери (фігури прив'язаності) у періоди стресу чи дистресу. Дж. Боулбі (J. Bowlby (1973) [7] також окреслив індивідуальні відмінності у функціонуванні системи прикріплення та висунув теорію, що ці варіації походять від взаємодії з реальними фігурами прив'язаності та призводять до інтерналізації або ментального представлення цих взаємодій у робочих моделях себе та інших. З одного боку, взаємодія з фігурами прив'язаності, які доступні та реагують на потреби людини, сприяє оптимальному функціонуванню системи прив'язаності та сприяє формуванню почуття безпеки прив'язаності. Це почуття складається з позитивних очікувань щодо доступності інших у загрозливих ситуаціях, позитивного бачення себе як компетентного та цінного, а також підвищеної впевненості в пошуку підтримки як захисного засобу. Почуття безпеки прив'язаності також сприяє залученню до дослідження та гри (J. Bowlby, 1988). Дослідження прихильності підтвердили, що почуття безпеки прив'язаності сприяє суб'єктивному благополуччю, самооцінці.

Фундаментальні дослідження у сфері прив'язаності дорослих (adult attachment) (R. C. Fraley, G. I. Roisman (2019).; P. Ravitz et al., 2010) [15, 31] демонструють, що стиль прив'язаності клієнта значною мірою визначає його здатність формувати довіру, витримувати емоційний контакт і приймати психологічну підтримку. Водночас стиль прив'язаності самого консультанта впливає на здатність утримувати стабільність, регулювати власний афект у взаємодії та розвивати витривалий альянс (А. Бругнера та інш (A. Brugnara et al., 2023) [9]. Дане дослідження є вагомим, оскільки вперше у лонгітудному форматі демонструє, що індивідуальні характеристики психотерапевтів – зокрема високий рівень тривожної прив'язаності, надмірна впевненість у власному розумінні ментальних станів (низька менталізаційна гнучкість) та знижене базове благополуччя – є предикторами професійного вигорання та психологічного дистресу через рік. Суть дослідження полягає у доведенні того, що не всі аспекти рефлексивного функціонування та прив'язаності впливають однаково: уникаючи прив'язаність і невизначеність ментальних станів не були пов'язані з негативними наслідками, тоді як надмірна когнітивна «впевненість» та емоційна вразливість – навпаки, стали критичними чинниками ризику. Це підкреслює необхідність інтервенцій, орієнтованих не лише на стрес-менеджмент, а й на глибшу роботу з прив'язаністю, менталізацією та підтримку добробуту самих фахівців. Таким

чином, консультативна взаємодія є не лише контекстом для прояву прив'язаності, а й динамічним простором, у якому вона реалізується як процес.

У контексті психологічного консультування феномен прив'язаності набуває багаторівневого змістового втілення. Його прояви не обмежуються лише особистісними особливостями клієнта чи консультанта, а охоплюють також загальну методологічну рамку, в межах якої реалізується психотерапевтична взаємодія. З метою систематизації даних, розгляд феномену прив'язаності доцільно здійснювати на трьох концептуально відмінних, але взаємопов'язаних рівнях: метатеоретичному, індивідуально-клінічному та інтерсуб'єктивно-професійному. У таблиці нижче представлено узагальнену характеристику кожного з цих рівнів та відповідні наукові джерела, що підтверджують їхню значущість у консультативній практиці.

Перейдемо до **визначення особливостей соціально-психологічних аспектів прив'язаності у процесі психологічного консультування**. У межах сучасного консультування, що дедалі частіше розглядається як інтерсуб'єктивний простір емоційного контакту та психосоціальної корекції, соціально-психологічні аспекти прив'язаності відіграють фундаментальну роль у структурі консультативної взаємодії. Сучасні підходи акцентують значення соціального контексту прив'язаності, що включає моделі довіри, сприйняття підтримки, афективну регуляцію та здатність до побудови стійких міжособистісних зв'язків (Д. Даймонд, С. Блатт (D. Diamond, S. J. Blatt (2015) [12]; Дж. Фостер, Дж. Ліхтенберг, В. Пейтон (J. T. Foster, J. W. Lichtenberg, V. Peyton (2007) [13]; Дж. Обеджі, Е. Берент (J. H. Obegi, E. Berant (2010) [30].

У практиці психологічного консультування ці соціально-психологічні аспекти проявляються на рівні динаміки клієнта: його здатності до емоційного саморозкриття, реакцій на фрустрацію, стратегії управління психологічною дистанцією та очікуваннями щодо безпеки в стосунку. Такі прояви часто репрезентують більш глибокі моделі прив'язаності, сформовані не лише в ранньому дитинстві, але й у повторюваних взаємодіях із соціальним середовищем (Д. Воллін (D. J. Wallin (2007) [34].

Отже, визначення соціально-психологічних аспектів прив'язаності є не лише завданням первинної оцінки, але й динамічним процесом, що супроводжує весь консультативний цикл. Як влучно зазначають Б. Мелінкрофт, Дж. Джеонг (B. Mallinckrodt, J. Jeong (2015) [25], саме стосунок у психотерапії здатен стати «вторинною платформою безпеки», де клієнт не лише відтворює, а й потенційно трансформує свої усталені міжособистісні схеми. Це дослідження має важливе значення для емпіричного обґрунтування ролі стилю прив'язаності клієнта до психотерапевта у формуванні якості робочого альянсу – ключового предиктора ефективності психологічного консультування. Аналіз охопив 14 публікацій (1995–2013)

Таблиця 1

**Рівні реалізації феномену прив'язаності у психологічному консультуванні:
характеристика та наукове обґрунтування**

Рівень реалізації	Ключові характеристики	Дослідники
Метатеоретичний рівень інтеграції прив'язаності	концептуальне застосування теорії прив'язаності як фундаментальної парадигми, що формує уявлення про структуру консультативного процесу, природу альянсу, регуляцію близькості й дистанції. Теорія прив'язаності на цьому рівні виступає як метамодель, яка пронизує різні підходи до консультування і дозволяє осмислити динаміку консультативної взаємодії.	Дж. Боулбі (J. Bowlby) М. Мейн (M. Main) Р. Фонаґу (P. Fonagy) [7, 8, 17, 24]
Індивідуально-клінічний рівень клієнтського функціонування	феномен прив'язаності реалізується через поведінкові та емоційні патерни клієнта у взаємодії з фахівцем. Тип прив'язаності клієнта визначає рівень довіри, спроможність до відкритості, страх відторгнення, схильність до уникання або надмірної залежності. Саме тут стають видимими реакції, що були сформовані на основі первинного досвіду взаємодії з фігурами прив'язаності.	Х. Стіл, М. Стіл (H. Steele, M. Steele) Н. Коллінз (N. L. Collins) М. Мікулінчер (M. Mikulincer) [10, 29, 32]
Інтерсуб'єктивно-професійний рівень дії консультанта	прояв прив'язаності у поведінці спеціаліста. Стиль прив'язаності психолога впливає на його здатність витримувати афект клієнта, залишатися стабільною опорою в процесі взаємодії, утримувати професійні межі, а також реагувати на контрперенос. Прив'язаність тут стає фоном, через який моделюється якість консультативного простору.	Дж. Холмс (J. Holmes) Д. Фоша (D. Fosha) К. Лайєнс-Рут (K. Lyons-Ruth) [19, 23]

і 2 неопубліковані роботи, що використовували шкалу Client Attachment to Therapist Scale (CATS), яка дозволяє оцінити тип прив'язаності клієнта до конкретного фахівця за трьома субшкалами: безпечна, уникаюча та тривожна (заклопотана).

Ключова суть дослідження полягає в тому, що безпечна прив'язаність (CATS Secure) до терапевта демонструє стійкий позитивний зв'язок із робочим альянсом, а також негативно корелює з тривожністю та униканням у загальній структурі прив'язаності клієнта. Це означає, що клієнти, які сприймають терапевта як безпечну фігуру, мають вищу здатність до взаємної довіри, емоційної відкритості та стійкої співпраці в терапії. Натомість уникаюча прив'язаність (CATS Avoidant) пов'язана з високим рівнем тривоги та уникання, а також із негативною кореляцією з якістю терапевтичного альянсу, що свідчить про меншу залученість та обмежене емоційне включення таких клієнтів. Що стосується тривожної прив'язаності (CATS Preoccupied), вона виявилася непов'язаною з альянсом, що може свідчити про амбівалентну динаміку – клієнти з таким стилем можуть бути надмірно залежними від терапевта, але не формують стабільного функціонального альянсу.

Отже, дане дослідження підтверджує: прив'язаність клієнта до психотерапевта є не лише повторенням загального патерну прив'язаності,

а й модифікованим, ситуаційно значущим зв'язком, який суттєво впливає на динаміку консультативного процесу. Це відкриває практичні можливості для діагностики і раннього втручання з метою підтримки безпечного терапевтичного зв'язку, особливо у випадках з підвищеним ризиком терапевтичного саботажу чи розриву.

Перейдемо до **обґрунтування психологічних умов оптимізації консультативної взаємодії з урахуванням особливостей прив'язаності клієнта і фахівця**. Ефективна консультативна взаємодія – це не лише результат застосування технік, а передусім втілення якісного міжособистісного зв'язку, де активними суб'єктами є як клієнт, так і фахівець. З цієї позиції теорія прив'язаності виступає не просто фоновією теоретичною конструкцією, а критично важливою аналітичною рамкою, що дозволяє глибше осмислити психологічну природу альянсу, його вразливі точки та потенціали для трансформації. Як підкреслюють Д. Даймонд та С. Блатт (D. Diamond, S. J. Blatt (2015) [12], прив'язаність у консультуванні – це двосторонній психодинамічний процес, у якому клієнт і фахівець взаємодіють не лише на рівні поведінкових реакцій, а й через взаємне залучення власних історій стосунків, моделей емоційної близькості та механізмів регуляції афекту. У такому контексті консультативна сесія стає простором інтерсуб'єктивної взаємодії, де прояви прив'язаності не лише від-

творюються, а й набувають потенціалу для корекції та переосмислення – за умови чутливості обох сторін до динаміки цього зв'язку. У цьому контексті оптимізація консультативної взаємодії передбачає врахування як стилю прив'язаності клієнта, так і інтрапсихічної структури прив'язаності фахівця. Для клієнтів із тривожною або дезорганізованою прив'язаністю (К. Леві, Б. Джонсон (K. N. Levy, B. N. Johnson (2019) [21] необхідна особлива форма стабільної присутності – терапевт як вторинна фігура прив'язаності має втілювати модель регульованої емоційної реакції, здатної витримати амбівалентність, проєкції або коливання довіри. Дослідники окреслюють способи, за допомогою яких теорія прив'язаності може стати основою для психотерапевтичних процесів, може допомогти відповісти на вимогу механізмів змін і загальних терапевтичних факторів. Дослідники описують теорію прив'язаності як до дітей, так і до дорослих, наголошуючи на її актуальності для психотерапії. У той же час, фахівець із власним унікальним або тривожним стилем прив'язаності може неусвідомлено уникати емоційної глибини або, навпаки, перенавантажувати стосунок надмірною залученістю, що знижує адаптивність альянсу (А. Талья, С. Тобнер, М. Мілер-Боттом (A. Talia, S. Taubner, M. Miller-Bottom (2019) [33].

К. Мармарош та ін. (C. L. Marmarosh et al., (2014) [26] провели дослідження, щоб перевірити уявлення про те, що додаткові прив'язаності є найкращими для досягнення надійної бази в психотерапії. Використовуючи об'єднану вибірку з 46 терапевтичних діад із громадської клініки психічного здоров'я та університетського консультаційного центру, на початку терапії досліджували психотерапевтичний альянс, сприйнятий клієнтом і спеціалістом, тривожний стиль прив'язаності та унікальний стиль прив'язаності. Результати показали, що не було прямого впливу стилю прив'язаності клієнта чи спеціаліста на ранні оцінки альянсу спеціалістом чи клієнтом. Виявилось, що на альянс, який сприймається клієнтом, впливає тривожний стиль прив'язаності спеціаліста та клієнта. Ранній альянс, який сприймався клієнтом, був вищим, коли більш тривожні психотерапевти працювали з клієнтами зі зниженням тривоги. Ранній альянс клієнта був вищим, коли менш тривожні психотерапевти працювали з клієнтами з підвищеною тривожністю. Результати частково підтверджують думку про те, що різні конфігурації прив'язаності між терапевтом і клієнтом сприяють більшому альянсу, але це було так лише при оцінці раннього альянсу, сприйнятого клієнтом, і лише щодо виміру тривоги прив'язаності. Не було виявлено значущих основних ефектів або взаємодій при дослідженні альянсу, який сприймається спеціалістом.

Висновки. 1) Теоретичний аналіз проблеми дозволив визначити, що що прив'язаність у психологічному консультуванні функціонує не лише як тло або індивідуальна змінна, а як складна, багатоаспектна система, що формує саму архітек-

тоніку консультативної взаємодії. Її вплив є двобічним: з одного боку – це стиль прив'язаності клієнта, який визначає рівень афективної відкритості, довіри та готовності до змін; з іншого – внутрішні моделі консультанта, які формують якість емпатійної присутності, здатність до контейнування емоцій і витримування міжособистісної напруги. Особливої уваги заслуговує емпіричне підтвердження того, що порушення у менталізаційній гнучкості, зниження базового благополуччя та тривожна прив'язаність у фахівців є предикторами професійного дистресу. Ці дані підкреслюють: для досягнення справжньої ефективності у консультуванні необхідно виходити за межі технік і методів, розуміючи консультативний простір як живу матрицю прив'язаності – динамічну, взаємозалежну, але потенційно трансформувальну як для клієнта, так і для самого психолога. У контексті психологічного консультування феномен прив'язаності набуває багаторівневого змістового втілення, охоплюючи не лише індивідуальні особливості клієнта чи консультанта, але й широкую методологічну рамку, в якій відбувається сама взаємодія. З огляду на це, доцільним є аналітичне розмежування трьох концептуально відмінних, проте взаємопов'язаних рівнів реалізації прив'язаності. На метатеоретичному рівні теорія прив'язаності виконує функцію інтегративної парадигми, що визначає структуру консультативного процесу, зокрема динаміку близькості та дистанції, регуляцію емоційної безпеки й природу терапевтичного альянсу. На індивідуально-клінічному рівні феномен прив'язаності виявляється через патерни поведінки клієнта: рівень довіри, здатність до відкритості, реакції на фрустрацію та підтримку, які базуються на досвіді первинної взаємодії з фігурами прив'язаності. Нарешті, на інтерсуб'єктивно-професійному рівні в центрі уваги – стиль прив'язаності самого консультанта, що визначає його здатність витримувати афективне навантаження, підтримувати стабільність взаємодії, ефективно утримувати межі й реагувати на контрперенос. Така класифікація дозволяє здійснити глибший аналіз функціонування прив'язаності як процесу, що розгортається не лише в межах індивіда, а в структурі професійного контакту між двома суб'єктами.

2) На основі аналізу наведених джерел можна виокремити соціально-психологічні аспекти прив'язаності в контексті психологічного консультування, які є не просто фоновим чинником, а активною і динамічною змінною, яка структурно впливає на якість терапевтичної взаємодії. *Визначення типу прив'язаності клієнта, його моделей довіри, емоційного реагування та сприйняття меж дозволяє консультанту не лише краще зрозуміти внутрішній світ клієнта, а й ефективніше модулювати стосунок як ресурс для змін.* Дослідження із застосуванням CATS-методики емпірично підтверджують, що саме безпечна прив'язаність до спеціаліста формує основу для стійкого та продуктивного альянсу, тоді як унікаюча й три-

можна динаміка може суттєво ускладнювати процес. Ці результати акцентують на важливості не лише первинної діагностики, а й системної роботи з прив'язаністю протягом усього консультування як з боку клієнта, так і з боку фахівця, відкриваючи можливості для цілеспрямованих інтервенцій, що підвищують ефективність психологічної допомоги.

3) Оптимізація консультативної взаємодії вимагає глибокого урахування взаємодії стилів прив'язаності обох учасників терапевтичного процесу – клієнта і фахівця. Теорія прив'язаності, будучи не лише концептуальною основою, а й практичним інструментом аналізу, дозволяє ідентифікувати як потенційні ресурси альянсу, так і його вразливі зони, зумовлені інтерсуб'єктивною динамікою. Емпіричні дані підтверджують, що не існує універсального патерну ефективної терапевтичної конфігурації: значення має саме поєднання стилів прив'язаності клієнта і терапевта, їхня здатність до афективної взаємної регуляції, адаптації та витримування емоційної напруги. Особливої уваги заслуговують висновки щодо впливу тривожної прив'язаності консультанта на раннє формування альянсу: ця характеристика може як посилювати контакт із клієнтом, так і створювати додаткову напругу – залежно від профілю самого клієнта. Усе це свідчить про те, що ефективність психотерапії значною мірою залежить не лише від технік і методів, а від здатності терапевта усвідомлювати та регулювати власні патерни прив'язаності в межах живої, динамічної взаємодії.

Перспективи подальших досліджень автори вбачають у вивченні зв'язку прив'язаності та феномену психологічної стійкості, виокремленні психологічних складових прив'язаності особистості та їх емпіричному вивченні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Горностаї П.П. Консультативна психологія: Теорія і практика проблемного підходу. Ніка-Центр. Київ, 2018, 254 с.
2. Гречаник М.І. Особливості становлення гендерної ідентичності гомосексуальних людей.
3. Гречаник М.І., Ткалич М.Г. Еволюційні чинники становлення прив'язаності індивіда. *Журнал сучасної психології*. 2025. № 1(36). 28–35.
4. Ткалич М., Гречаник М. Психологічні особливості прив'язаності гомосексуалів та лесбійок. *Психологічний часопис*. № 11(1). С. 34–44.
5. Beck L., Madresh E.A. Romantic partners and four-legged friends: An extension of attachment theory to relationships with pets. *Anthrozoös*, 2008, №21(1). P. 43–56.
6. Boldrini T., Pontillo M., Tanzilli A., Giovanardi G., Di Cicilia G., Salcuni S., Lingiardi V. An attachment perspective on the risk for psychosis: clinical correlates and the predictive value of attachment patterns and mentalization. *Schizophrenia research*, 2020, № 222, P. 209–217.
7. Bowlby J. Attachment and loss: Vol. 2. *Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books, 1973, 456 p.
8. Bowlby J. During the first third of this century there were two great proponents of developmental psychiatry—Adolf Meyer and Sigmund Freud. Both believed that. *The American journal of psychiatry*, 1988, №145, P. 1–10.
9. Brugnera A., Zarbo C., Scalabrini A., Compare A., Mucci C., Carrara S., Lo Coco G. Attachment anxiety, reflective functioning and well-being as predictors of burn-out and psychological distress among psychotherapists: A longitudinal study. *Clinical psychology & psychotherapy*, 2023, № 30 (3) P. 587–598.
10. Collins N.L. Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of personality and social psychology*, 1996, № 71 (4). P. 810.
11. Crittenden P.M. A dynamic-maturational model of attachment. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy* 2006, № 27.2. P. 105–115.
12. Diamond D., Blatt S.J. The attachment patterns of therapists: Impact on treatment alliance, therapeutic process and outcome. In *Psychoanalytic theory, research, and clinical practice*. 2015 (pp. 237–249). Routledge.
13. Foster J.T., Lichtenberg J.W., Peyton V. The supervisory attachment relationship as a predictor of the professional development of the supervisee. *Psychotherapy research*. 2007. № 17(3), P. 343–350.
14. Fraley R.C., Roisman G.I. The development of adult attachment styles: four lessons. *Current opinion in psychology*. 2019. № 25, P. 26–30.
15. Fraley R.C., Shaver P.R. Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of general psychology*. 2000. № 4(2), P. 132–154.
16. Frazier P. A., Haney B. Sexual assault cases in the legal system: Police, prosecutor, and victim perspectives. *Law and human behavior*. 1996. № 20(6), P. 607–628.
17. Fonagy P., Gergely G., Jurist E. L. Affect regulation, mentalization and the development of the self. *Routledge*. 2018. 456 p.
18. Gelso C.J., Nutt Williams E., Fretz B.R. Counseling psychology. *American Psychological Association*. 2014. 556 p.
19. Holmes J. *John Bowlby and attachment theory*. Routledge, 2014, 345 p.
20. Johnson S.M. *Attachment theory in practice: Emotionally focused therapy (EFT) with individuals, couples, and families*. Guilford Publications. 2019. 546 p.
21. Levy K.N., Johnson B.N. Attachment and psychotherapy: Implications from empirical research. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*. 2019. № 60(3), P. 178.
22. Litt C.J. Theories of transitional object attachment: An overview. *International Journal of Behavioral Development*. 1986. № 9(3), P. 383–399.
23. Lyons-Ruth K. Attachment relationships among children with aggressive behavior problems: the role of disorganized early attachment patterns. *Journal of consulting and clinical psychology*, 1996, №64(1), P. 64.
24. Main M., Kaplan N., Cassidy J. Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of

representation. *Monographs of the society for research in child development*. 1985. P. 66–104.

25. Mallinckrodt B., Jeong J. Meta-analysis of client attachment to therapist: Associations with working alliance and client pretherapy attachment. *Psychotherapy*. 2015. № 52(1), P. 134.

26. Marmarosh C.L., Kivlighan Jr D.M., Bieri K., LaFauci Schutt J. M., Barone C., Choi J. The insecure psychotherapy base: Using client and therapist attachment styles to understand the early alliance. *Psychotherapy*. 2014. № 51(3), P. 404.

27. Mikulincer M., Shaver P.R. *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Publications. 2010. 456 p.

28. Mikulincer M., Shaver P. R. Security-based self-representations in adulthood. *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*. 2004. P. 159–195.

29. Mikulincer M., Shaver P. R. The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. *Advances in experimental social psychology*. 2003. № 35, P. 56–152.

30. Obegi J.H., Berant E. *Attachment theory and research in clinical work with adults*. Guilford press. 2010. 345 p.

31. Ravitz P., Maunder R., Hunter J., Sthankiya B., Lancee W. Adult attachment measures: A 25-year review. *Journal of psychosomatic research*. 2010. № 69(4), P. 419–432.

32. Steele H., Steele M., Fonagy P. Associations among attachment classifications of mothers, fathers, and their infants. *Child development*. 1996. №67(2), P. 541–555.

33. Talia A., Taubner S., Miller-Bottom M. Advances in research on attachment-related psychotherapy processes: seven teaching points for trainees and supervisors. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*. 2019. №22(3), P. 405.

34. Wallin D.J. *Attachment in psychotherapy*. Guilford press. 2007. 345 p.

35. Winnicott D.W. Psychoses and child care. *British Journal of Medical Psychology*. 1953. № 26(1), P. 68–74.