

Содержание

Об авторах	17
Предисловие	19
Благодарности	21
Часть I. Поведенческая система привязанности: нормативные процессы и индивидуальные различия	23
Глава 1. Поведенческая система привязанности: основные понятия и принципы	25
Личный бэкграунд	27
Истоки теории привязанности в жизни Боулби и Эйнсворт	29
Нормативные аспекты поведенческой системы привязанности	34
Биологическая функция системы привязанности	36
Активирующие триггеры системы привязанности	37
Стратегия первичной привязанности	38
Установленная цель системы привязанности	39
Когнитивная основа системы привязанности	41
Взаимодействие между поведенческой системой привязанности и другими поведенческими системами	42
Важные концептуальные различия	43
Уникальность фигур привязанности	44
Уникальность взаимодействий и связей привязанности	45
Индивидуальные различия в функционировании системы привязанности	48
Доступность фигуры привязанности, чувство безопасности и вторичные стратегии	49
Рабочие модели привязанности	51
Концепция стиля привязанности	55
Резюме	59
Глава 2. Модель функционирования и динамики системы привязанности во взрослом возрасте	60
Модель	61
Активация системы привязанности	64
Доступность фигуры привязанности и стратегии, основанные на безопасности	70

Жизнеспособность в поисках близости и вторичные стратегии привязанности	74
Резюме модели	81
Теория привязанности и другие теоретические основы	81
Психодинамические основы теории привязанности	82
Отношения как основа теории привязанности	83
Социально-когнитивные подходы и теория привязанности	85
Позитивная психология и теория привязанности	87
Краткое описание следующих глав	89
Глава 3. Нормативные процессы привязанности	90
Активация системы привязанности	91
Предсознательная активация	91
Фактический поиск близости и поддержки	95
Выбор среди потенциальных фигур привязанности	99
Влияние доступности фигуры привязанности	103
Переживание положительного аффекта и смягчение стресса	103
Поддержание чувства собственного достоинства	110
Смягчение беспокойства в отношениях и содействие поведению, направленному на отношения	113
Расширение возможностей и перспектив	115
Итоги	119
Доступность фигуры привязанности и вторичные стратегии	119
Эмоциональные последствия недоступности фигуры привязанности	120
Как справиться с потерей: адаптивная и неадекватная природа вторичных стратегий	122
Выбор вторичных стратегий	127
Резюме	129
Глава 4. Измерение конструкторов, опосредованных привязанностью, во взрослом возрасте	131
Система кодирования Эйнсворт	132
Самоотчет показателей стиля привязанности и конструкторов, опосредованных привязанностью	136
Прототипы привязанности взрослых Хазан и Шейвера	136
Опросник привязанности взрослых	138
Шкала привязанности взрослых	138
Опросник стиля привязанности	140
Измерения Бартоломью	141
Шкала опыта близких отношений	143

Меры самоотчета для надежной привязанности по отношению к родителям и друзьям	152
Общие проблемы, связанные с мерами самоотчета о привязанности	154
Категории против непрерывных оценок	154
Концептуализация двух основных аспектов стиля привязанности	155
Оптимальная конфигурация измерений	156
Нарратив и интервью как меры привязанности	159
Интервью о привязанности у взрослых	160
Интервью о текущих отношениях	166
Проекция взрослой привязанности	168
Сравнение методов оценки через нарратив и самоотчеты	169
Доказательства конвергенции (или ее отсутствия) между методами оценки	171
Неявные, бессознательные корреляты самоотчетов о стиле привязанности	171
“Отвергающее” и “озабоченное” состояние разума	173
Нарративы о фигурах привязанности, взаимодействиях и отношениях	174
Поведенческие наблюдения и самоотчеты о стиле привязанности	175
Дискриминантная валидность самоотчетных мер привязанности у взрослых	177
Истоки развития в самоотчетах о стилях привязанности	178
Резюме	178
Глава 5. Индивидуальные различия в функционировании системы привязанности: развитие, стабильность и изменения	180
Детские корни взрослой привязанности	185
Непрерывность привязанности от младенчества до взрослой жизни	186
Родительская забота	189
Родительская привязанность	195
Контекстуальные источники разрыва передачи: экология надежной привязанности	198
Возможные генетические объяснения передачи привязанности через поколения	203
Изменение паттернов привязанности от младенчества к зрелости	211
Изменение паттернов привязанности в детстве	212
“Правомерные разрывы” в ориентации привязанности от детства к взрослой жизни	216
Непрерывность и прерывистость привязанности у взрослых	221
Резюме	228

Часть II. Внутриличные аспекты функционирования систем привязанности	229
Глава 6. Ментальные репрезентации себя и других, опосредованные привязанностью	231
Привязанность и саморепрезентации	232
Проверка самооценки и собственной компетентности	236
Защитное самоутверждение	247
Психологические процессы, поддерживающие уязвимость людей ненадежных типов, связанную с самостью	252
Привязанность и ментальные репрезентации других	260
Репрезентации родителей	263
Оценка партнеров по отношениям	270
Восприятие поддержки от других	276
Ожидания и объяснения для поведения партнера	284
Проекции и дифференциация “я” и “другой”	286
Межгрупповые предубеждения	289
Резюме	291
Глава 7. Процессы привязанности и регулирование эмоций	292
Паттерны привязанности и регуляция эмоций: теоретические основы	293
Надежность привязанности и конструктивная регуляция эмоций	294
Избегающая привязанность и торможение или подавление эмоционального опыта	296
Тревожная привязанность и усиление нежелательных эмоций	297
Экспериментальные доказательства различий в регуляции эмоций в контексте привязанности	299
Ментальные сценарии, опосредованные привязанностью	300
Мысли и действия, связанные с основной стратегией привязанности, поиск поддержки	302
Оценивающие паттерны и способы копинга со стрессовыми событиями	311
Управление угрозами, опосредованными привязанностью	324
Переживание страха смерти и управление им	333
Переживание гнева и управление им	336
Когнитивный доступ и архитектура эмоциональных переживаний	338
Резюме	346

Глава 8. Ориентация привязанности, поведенческая саморегуляция и личностный рост	348
Функционирование системы привязанности и процесс саморегуляции	350
Постановка целей	350
Освоение нового и когнитивная открытость	354
Поведенческая организация, сознательность и самоконтроль	360
Отказ от цели	363
Жизненные задачи и личностный рост в подростковом и взрослом возрасте	364
Формирование идентичности	365
Развитие карьеры	368
Обучение	370
Привязанность и работа	373
Привязанность, саморегуляция и поддержание здоровья	375
Привязанность как основа религиозного или духовного подхода в жизни	385
Резюме	391
Часть III. Межличностные проявления в функционировании системы привязанности	393
Глава 9. Влияние привязанности на межличностное взаимодействие	395
Функционирование системы привязанности и процесс межличностной регуляции	398
Межличностные желания и цели	399
Межличностные диспозиции	408
Межличностные компетенции	414
Согласование своих потребностей и поведения с партнерскими	428
Паттерны межличностного опыта	430
Дневниковые исследования	431
Реакции на определенные виды социальных взаимодействий	433
Когнитивная обработка межличностных взаимодействий	440
Итоги	443
Межличностные проблемы и чувство одиночества	443
Профили межличностных проблем	443
Одиночество	445
Дружба и родственные отношения	450
Резюме	451

Глава 10. Процессы привязанности и функционирование пары	452
Процессы привязанности, влияющие на инициирование, укрепление и поддержание отношений в паре	452
Начальный этап: флирт и свидания	452
Этап консолидации длительных романтических отношений	460
Поддержание долгосрочных отношений	473
Итоги	492
Ориентация привязанности и улучшение отношений	493
Удовлетворенность отношениями	493
Стабильность отношений	510
Насилие в отношениях	512
Системный взгляд на стиль привязанности и регуляцию отношений	520
Резюме	526
Глава 11. Взаимодействие между системами привязанности и заботы	527
Система заботы и ее связь с системой привязанности	528
Определение поведенческой системы заботы	528
Индивидуальные различия в предоставлении заботы	530
Ориентация привязанности и паттерны заботы	531
Стили привязанности и родительская забота	533
Ментальные репрезентации и родительская забота	533
Физиологические реакции, связанные с родительством	536
Заботливое поведение родителей	538
Забота взрослых детей о родителях	544
Забота в романтических отношениях	545
Исследования на основе самоотчетов	545
Обсервационные исследования заботливого поведения в романтических и супружеских отношениях	549
Забота в широком социальном понимании: эмпатия, сострадание и альтруизм	554
Резюме	561
Глава 12. Привязанность и секс	562
Сексуальная система и ее взаимодействие с системой привязанности	563
Сексуальная поведенческая система	563
Взаимодействие привязанности и секса	566
Экспериментальные связи между системами привязанности и сексуальности	569

Содержание	13
Участие в сексуальных действиях	570
Отношение к случайному сексу и связи без обязательств	572
Субъективный опыт сексуальной активности	574
Мотивация в сексе	576
Сексуальные фантазии	579
Сексуальная уверенность в себе, общение и освоение нового	580
Практика безопасного секса или отказ от нее	582
Сексуальное принуждение	583
Итоги	585
Привязанность, секс и качество отношений	585
Избавление от эдипова комплекса и достижение зрелой сексуальности	588
Резюме	591
Часть IV. Клиническое и организационное применение теории привязанности	593
Глава 13. Основы привязанности в психопатологии	595
Теоретическая основа: первоначальные вопросы и соображения	596
Негативная аффективность и склонность к дистрессу	599
Аффективные расстройства: депрессия и тревога	610
Депрессия и тревога в неклинических выборках	611
Депрессия и тревога в специальных и клинических выборках	629
Опосредующие, модулирующие и диадические факторы	631
Обсессивно-компульсивные расстройства	634
Травма и посттравматическое стрессовое расстройство	636
Связана ли ненадежность привязанности с посттравматическим стрессовым расстройством	638
Исцеляющие эффекты надежной привязанности	640
Подрывает ли стойкий посттравматический стресс надежность привязанности	642
Нарушает ли стойкий посттравматический стресс регулирующие функции системы привязанности	643
Суицидальные тенденции	645
Расстройства пищевого поведения	647
Расстройства поведения, злоупотребление психоактивными веществами и поведенческие зависимости	651
Расстройства личности	655
Диссоциативные расстройства и шизофрения	661
Резюме	664

Глава 14. Значение теории привязанности и исследований для консультирования и психотерапии	665
Модель терапевтических изменений, ассоциированная с привязанностью	666
Роль терапевта как надежной базы	672
Терапевтические отношения как вовлеченность в привязанность	673
Обеспечение безопасности и терапевтические изменения	675
Обеспечение безопасности в стационарном лечебном учреждении	677
Привязанность и терапевтический процесс	680
Рабочий альянс	681
Реакции переноса	691
Контрперенос	694
Терапевтические установки и поведение	698
Результаты терапии	699
Процесс супервизии и потребность терапевтов в надежной базе	703
Резюме	706
Глава 15. Применение теории привязанности и исследований в группах и организациях	707
Привязанность и групповой процесс	708
Привязанность и лидерство	717
Паттерны лидера	722
Отношение последователей к лидерам	725
Качество отношений между лидером и последователями и поведение последователей	726
Привязанность и организационное поведение	732
Резюме	736
Часть V. Эпилог	739
Глава 16. Размышления о надежности привязанности	741
Надежная привязанность и устойчивость	742
Оптимизация производительности других поведенческих систем	747
Надежность привязанности и трансформация эго	751
Надежность привязанности, процессы роста и полноценная личность	756
Экзистенциальное значение надежной привязанности	758
Привязанность и формы любви “я и ты”	764
Теория привязанности и буддизм	767
Опасности обожествления надежной привязанности	769
Резюме	776

Приложения	777
Приложение 1. Опросник привязанности взрослых (Adult Attachment Questionnaire — AAQ)	779
Приложение 2. Шкала привязанности взрослых (Adult Attachment Scale — AAS)	781
Приложение 3. Опросник стиля привязанности (Attachment Style Questionnaire — ASQ)	783
Приложение 4. Опросник стиля отношений (Relationship Style Questionnaire — RSQ)	786
Приложение 5. Шкала опыта близких отношений (Experiences in Close Relationships Scale — ECR)	789
Приложение 6. Элементы ECR-R	792
Приложение 7. Шкала опыта близких отношений, краткая версия (Experiences in Close Relationships Scale — ECR)	794
Приложение 8. ECR-12: краткая версия шкалы опыта близких отношений (Experiences in Close Relationships Scale — ECR)	796
Приложение 9. Измерение состояния привязанности взрослых (State Adult Attachment Measure — SAAM)	798
Приложение 10. Опыт близких отношений — измерение структуры отношений (Experiences in Close Relationships — Relationship Structures Measure, ECR-RS)	800
Приложение 11. Шкала системы заботы (Caregiving System Scale — CSS)	802
Приложение 12. Опросник заботы (Caregiving Questionnaire)	804
Приложение 13. Шкала функционирования сексуальной системы (Sexual System Functioning Scale — SSFS)	807
Список литературы	809