

## **STYLE PRZYWIĄZANIA A ROZWÓJ OSOBOWY DZIECI I MŁODZIEŻY – SZANSE I ZAGROŻENIA**

Więzi emocjonalne należą do najistotniejszych czynników wpływających na funkcjonowanie człowieka w biegu życia. Kształtują one między innymi osobowość jednostki, jej relacje interpersonalne, system myślenia, wartościowania i reagowania w różnych kontekstach społecznych. Decydują o psychicznym i społecznym przystosowaniu człowieka, a zarazem biorą udział w procesie budowania jego wewnętrznej wolności. Jakość więzi nie tylko oddziałuje na rozwój sfer: emocjonalnej, poznawczej i społecznej, ale również pozwala wyjaśnić i zrozumieć mechanizmy wielu zachowań, szczególnie tych patologicznych, które ograniczają i niszczą wewnętrzną wolność jednostki.

### **1. Rola wczesnodziecięcych relacji z matką w tworzeniu więzi**

Wielki wpływ na rozwój i charakter więzi – zdaniem Bowlby'ego<sup>1</sup>, twórcy teorii przywiązania – wywierają wczesnodziecięce relacje z matką lub też z innymi, stałymi i głównymi opiekunami. Pod wpływem tych pierwszych doświadczeń emocjonalnych w umyśle dziecka powstają struktury zwane wewnętrznymi modelami operacyjnymi (ang. *internal working models of attachment*). Składają się na nie: umysłowe reprezentacje rodziców oraz innych ludzi, obraz własnej osoby, uczucia wobec siebie i opiekunów, przekonanie, w jakim stopniu jest się akceptowanym przez opiekunów, a także przekonania dotyczące sposobu, w jaki opiekunowie reagują na sygnalizowane przez dziecko potrzeby bliskości, bezpieczeństwa i opieki<sup>2</sup>.

Doświadczenie przez dziecko spójnych i pozytywnych reakcji ze strony osoby, do której jest ono przywiązane, sprzyja rozwojowi wewnętrznych modeli operacyjnych, zawierających pozytywne przekonanie na temat postaci przywiązania oraz pozytywny obraz samego siebie i otaczającego świata. Jeśli w relacji z obiektem przywiązania nie będą regularnie i konsekwentnie zaspokajane podstawowe pragnienia dziecka, wówczas rozwiną się wewnętrzne modele operacyjne posiadające negatywne reprezentacje siebie, obiektu

---

<sup>1</sup> J. Bowlby, *Attachment and loss, Vol. 1. Attachment*, Basic Books, New York 1969.

<sup>2</sup> Tamże.

przywiązania i otoczenia. Wewnętrzne modele operacyjne w toku rozwoju ulegają uogólnieniu na relacje z innymi ludźmi, a także na nowe, tworzone z nimi związki<sup>3</sup>.

## 2. Wpływ stylu przywiązania na kształtowanie się osobowości dziecka

Jakość oraz charakter więzi emocjonalnych określają wyróżnione przez Ainsworth<sup>4</sup> style przywiązania: bezpieczny (ang. *secure attachment*), unikający (ang. *avoidant attachment*) i lekowo-ambiwalentny (ang. *resistant-ambivalent attachment*), a także zaproponowany przez Main i Solomon<sup>5</sup> typ przywiązania zdeorganizowanego (ang. *desorganised attachment*).

Bezpieczny styl przywiązania, zwany też ufnym, kształtuje się w efekcie prawidłowego rozwoju więzi z opiekunem. Przejawiające go osoby odznaczają się elastycznością ego<sup>6</sup>, dobrze rozwiniętym poczuciem autonomii<sup>7</sup> i bogatymi zasobami poznawczymi<sup>8</sup>. W nowych sytuacjach społecznych nie doświadczają lęku, ale z łatwością wchodzi w nowe interakcje i podejmują realizację zadań rozwojowych. Ujawniają dobrze rozwinięte umiejętności współdziałania w relacjach interpersonalnych, a także stosują efektywne strategie rozwiązywania konfliktów. W sytuacji konfliktu potrafią konstruktywnie modulować swoje emocje i kontrolować zachowania, przyczyniając się do wzmacniania społecznych interakcji<sup>9</sup>. Okazują także zdecydowanie mniej negatywnych uczuć niż osoby o pozostałych wzorcach przywiązania.

Niespójny i zaburzony rozwój wczesnych więzi z opiekunem prowadzi do ukształtowania pozostałych typów przywiązania określanych jako style pozabezpieczne (ang. *unsecure attachment*). Egeland i Srouf<sup>10</sup>, a także inni badacze wykazali, że przejawiające je osoby najczęściej doświadczały w dzieciństwie przemocy fizycznej i fizycznego wykorzystywania. Pragnienie zaspokojenia potrzeb bliskości i bezpieczeństwa często

<sup>3</sup> P. Marchwicki, *Teoria przywiązania J. Bowlby'ego*, Seminare, 2006, 23, s. 365-383.

<sup>4</sup> M. Ainsworth, M. Blehar, E. Waters, S. Wall, *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*, Lawrence Erlbaum, Hillsdale, NY 1978.

<sup>5</sup> za: M.H. Ijzendoorn, M.J. Bakermans-Kranenburg, *Attachment disorders and disorganized attachment: Similar and different*, Attachment & Human Development, 2003, 5, 3, s. 313-320.

<sup>6</sup> R.R. Kobak, A. Sceery, *Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others*, Child Development, 1988, 59, s. 135-146.

<sup>7</sup> O. Aviezer, A. Sagi, G. Resnick, M. Gini, *School competence in young adolescence: Links to early attachment relationships beyond concurrent self-perceived competence and representations of relationships*, International Journal of Behavioral Development, 2002, 26, 5, s. 397-409.

<sup>8</sup> R. Finzi, O. Cohen, Y. Sapir, A. Weizman, *Attachment styles in maltreated children: A comparative study*, Child Psychiatry and Human Development, 2000, 31, 2, s. 113-128.

<sup>9</sup> za: R.R. Kobak, A. Sceery, *Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations...* dz. cyt.

<sup>10</sup> za: R. Finzi, O. Cohen, Y. Sapir, A. Weizman, *Attachment styles in maltreated children...* dz. cyt.

współwystępowało u nich z poczuciem zagrożenia ze strony opiekuna. Doświadczając przeciwstawnych uczuć, w interakcjach z nimi rozwinęły zastępcze, dysfunkcyjne style radzenia sobie ze stresem<sup>11</sup>. W relacjach interpersonalnych nauczyły się reagować nieufnością, obojętnością, przejawiać skłonności do społecznego wycofywania się lub też relacji zależności. Zdaniem Zeanaha<sup>12</sup>, pozabezpieczne wzorce przywiązania w znacznym stopniu odpowiadają za psychospołeczne niedostosowanie jednostki.

Styl unikający rozwija się pod wpływem frustracji, jaką jednostka odczuwa na skutek niezaspokojonych podstawowych potrzeb w początkowym okresie rozwoju<sup>13</sup>. W sytuacjach zagrożenia doświadcza ona wówczas niedostępności opiekuna, którą odbiera jako odrzucenie i brak akceptacji. Zachowania unikowe stają się w tej sytuacji strategią radzenia sobie ze stresem, redukującą zarówno pragnienie bliskości, jak i niepokój oraz poczucie złości i niezadowolenia. Chronią przed emocjonalnym zranieniem oraz służą wyciszeniu negatywnych reakcji, szczególnie wobec stosujących przemoc opiekunów. Osoby charakteryzujące się unikającym wzorcem więzi ujawniają wysoki poziom wrogości. Długotrwałe tłumienie negatywnych emocji wywołuje u nich często nieadekwatne do kontekstu społecznego wybuchy złości, gniewu, niezadowolenia. Prowadzić może ponadto do utrwalenia się irracjonalnych wybuchów zachowań agresywnych czy wręcz aspołecznych<sup>14</sup>. Negatywne reakcje emocjonalne jednostek przejawiających unikowy typ więzi są często źródłem dystansu pojawiającego się w relacjach interpersonalnych, który z kolei wywołuje poczucie osamotnienia<sup>15</sup>.

Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania kształtuje się – podobnie jak styl unikający – pod wpływem niespójnych i niestabilnych postaw opiekuna wobec jednostki we wczesnej fazie jej rozwoju. Odczuwa ona z jednej strony pragnienie zaspokojenia potrzeby bliskości i bezpieczeństwa, z drugiej zaś przeżywa niepokój egzystencjalny. W konsekwencji osoba o lękowo-ambiwalentnym wzorcu więzi doświadcza silnego dystresu. W obawie przed odrzuceniem nie dąży do rozwoju własnej autonomii, ale przyjmuje postawę nadmiernej zależności od innych<sup>16</sup>. Budowane w ten sposób relacje interpersonalne nie dają jej

---

<sup>11</sup> R. Finzi, O. Cohen, Y. Sapir, A. Weizman, *Attachment styles in maltreated children...* dz. cyt.

<sup>12</sup> C.H. Zeanah, *Beyond insecurity: A reconceptualization of attachment disorders of infancy*, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1996, 64, 1, s. 42-52.

<sup>13</sup> R.R. Kobak, A. Sceery, *Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations...* dz. cyt.

<sup>14</sup> R. Finzi, O. Cohen, Y. Sapir, A. Weizman, *Attachment styles in maltreated children...* dz. cyt.

<sup>15</sup> R.R. Kobak, A. Sceery, *Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations...* dz. cyt.

<sup>16</sup> R. Finzi, O. Cohen, Y. Sapir, A. Weizman, *Attachment styles in maltreated children...* dz. cyt.

wprawdzie poczucia satysfakcji, ale redukują lęk przed wyalienowaniem i samotnością<sup>17</sup>. Taki styl funkcjonowania prowadzi do biernego wycofywania się i kształtuje przekonanie o własnej nieudolności, a jednocześnie jest przyczyną poważnych trudności w realizacji poszczególnych zadań rozwojowych<sup>18</sup>.

Głównym czynnikiem różnicującym style unikający i lękowo-ambivalentny jest sposób postrzegania innych jednostek oraz interpretowania ich motywów czy też intencji działań pojawiających się w różnych kontekstach społecznych<sup>19</sup>.

Przywiązanie zdeorganizowane jest wzorcem więzi najsilniej związanym z rozwojem poważnych dysfunkcji w życiu człowieka<sup>20</sup>. Jego źródłem stają się często niespójne, naznaczone przemocą wczesnodziecięce relacje jednostki z opiekunem cierpiącym na poważne zaburzenia psychiczne czy też uzależnionym od alkoholu. Przywiązanie zdeorganizowane rozwija się również pod wpływem zróżnicowanych relacji z wieloma zmieniającymi się często opiekunami, szczególnie w placówkach opiekuńczo-wychowawczych<sup>21</sup>. Osoby przejawiające zdeorganizowany typ więzi charakteryzują się brakiem spójnej, zorganizowanej strategii regulacji emocji i radzenia sobie ze stresem. Nie posiadają jednego, stałego wzorca więzi, na którym opierałoby się ich funkcjonowanie emocjonalne, poznawcze i społeczne. Z tego względu są szczególnie podatne na zmienne stany umysłowe, przechodząc z łatwością od asymilacji do dysocjacji<sup>22</sup>. Odznaczają się wysokim poziomem niepokoju i nieufności, a także częstymi zachowaniami agresywnymi<sup>23</sup>.

### 3. Wpływ nieprawidłowych więzi na uzależnienia młodzieży

Nieprawidłowy rozwój więzi w znacznym stopniu osłabia psychospołeczne funkcjonowanie człowieka, ograniczając jego wewnętrzną wolność. Zaburzone wzorce przywiązania stanowią jedną z istotnych przyczyn powstawania zaburzeń psychicznych oraz

---

<sup>17</sup> R.R. Kobak, A. Sceery, *Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations...* dz. cyt.

<sup>18</sup> R. Finzi, O. Cohen, Y. Sapir, A. Weizman, *Attachment styles in maltreated children...* dz. cyt.

<sup>19</sup> B. Meyer, P.A. Pilkonis, Ch.G. Beevers, *What's (neutral) face? Personality disorders, attachment styles, and the appraisal of ambiguous social cues*, *Journal of Personality Disorders*, 2004, 18, 4, s. 320-336.

<sup>20</sup> C.H. Zeanah, N.A. Fox, *Temperament and attachment disorders*, *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 2004, 33, 1, s. 32-41.

<sup>21</sup> M.H. Ijzendoorn, M.J. Bakermans-Kranenburg, *Attachment disorders and disorganized attachment...* dz.cyt.

<sup>22</sup> Tamże.

<sup>23</sup> C.H. Zeanah, N.A. Fox, *Temperament and attachment disorders*, *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 2004, 33, 1, s. 32-41.

różnorodnych form uzależnienia<sup>24</sup>. Liczne badania wskazują, że pozabezpieczne style przywiązania wiążą się z częstym występowaniem problemów uzewnętrzniionych, takich jak: zachowania przestępcze, próby samobójcze, reakcje agresywne, nadużywanie alkoholu i stosowanie narkotyków oraz do problemów uwewnętrzniionych, takich jak: depresje, lęki czy alienacja<sup>25</sup>. Zdaniem McNally i współpracowników<sup>26</sup>, nadużywanie alkoholu i substancji psychoaktywnych traktowane jest przez osoby o pozabezpiecznych wzorcach więzi jako sposób samoleczenia dystresu emocjonalnego, a także jako próbę uwolnienia się od lęków. Staje się strategią radzenia sobie z sytuacjami stresowymi, własną niestabilnością emocjonalną oraz poczuciem braku kontroli nad sferami: poznawczą i behawioralną. Nadużywane substancje służą zatem nie tylko regulacji afektu, ale również wpływają na poprawę dobrostanu i społecznego funkcjonowania jednostki. Prowadzą natomiast do jeszcze większego psychicznego i fizycznego zniewolenia. Dla osób o lękowo-ambiwalentnym wzorcu więzi picie alkoholu czy zażywanie narkotyków jest też metodą dezaktywacji systemu przywiązania, dzięki której pragną zredukować swoją wrażliwość na zranienia w relacjach interpersonalnych<sup>27</sup>.

W ostatnich latach, szczególnie wśród młodzieży, obserwuje się nasilone zjawisko uzależnienia od Internetu. Jego przyczyn upatruje się między innymi również w pozabezpieczanych wzorcach przywiązania jednostek uzależnionych. Internet staje się dla nich nowym obiektem przywiązania lub też miejscem poszukiwania takich obiektów. Jednostki charakteryzujące się unikającym lub lekowo-ambiwalentnym stylem przywiązania odnajdują w Internecie – szczególnie na czatach, forach tematycznych lub w grupach graczy w gry *online* – wsparcie emocjonalne i akceptację. Jednocześnie wchodząc w interakcje z innymi użytkownikami globalnej sieci zachowują bezpieczny dla siebie dystans, który zapewnia im anonimowość. Brak bezpośredniego kontaktu wzrokowego w środowisku Internetu stwarza dla nich możliwość łatwego wycofywania się z relacji interpersonalnych *online* i swobodnego przekształcania własnego wirtualnego wizerunku. Uzależnienie od Internetu stanowi próbę ucieczki od rzeczywistości pełnej niepokoju, lęków oraz

---

<sup>24</sup> E. Schmidt, A. Eldridge, *The attachment relationship and child maltreatment*, *Infant Mental Health Journal*, 1986, 7, 4, s. 264-273.

<sup>25</sup> H. van der Vorst, R. Engels, W. Meeus, M. Deković, *Parental attachment, parental control, and early development of alcohol use: A longitudinal study*, *Psychology of Addictive Behaviors*, 2006, 20, 2, s. 107-116.

<sup>26</sup> Za: tamże.

<sup>27</sup> A. Schindler, R. Thomasius, P.-M. Sack, B. Gemeinhardt, U. Kustner, J. Eckert, *Attachment and substance use disorders: A review of the literature and a study in drug dependent adolescents*, *Attachment & Human Development*, 2005, 7, 3, s. 207-228.

negatywnych doznań i emocji. Zaczyna więc pełnić rolę nowej strategii radzenia sobie ze stresem<sup>28</sup>.

Przywiązanie pozabezpieczne jest postrzegane jako jeden z głównych czynników rozwoju zaburzeń afektywnych, lękowych i osobowości<sup>29</sup>. Zależność tę potwierdziły między innymi badania Rosensteina i Horowitz<sup>30</sup>, przeprowadzone na młodzieży poddanej leczeniu psychiatrycznemu. Zdecydowana większość (97%) nastolatków prezentowała uczucia typowe dla pozabezpiecznych wzorców więzi.

Style przywiązania odznaczające się wysokim poziomem niepokoju, na podstawie licznych badań i obserwacji, uznane zostały za niezwykle istotny aspekt wystąpienia i nasilania się objawów depresyjnych. Uważa się, że wewnętrzne modele operacyjne zawierające negatywne reprezentacje siebie i innych są głównym predyktorem stylu poznawania, percepcji świata oraz oczekiwań, jakie obserwuje się w depresji. Jednostki odznaczające się pozabezpieczanymi typami więzi – szczególnie stylem lękowo-ambiwalentnym – zwykle interpretują negatywne wydarzenia zachodzące w ich życiu w kategoriach własnej bezwartościowości i braku kompetencji. Taki sposób myślenia sprzyja rozwojowi symptomów depresji<sup>31</sup>.

Lękowo-ambiwalentny styl przywiązania, charakteryzujący się nadmierną zależnością i lękiem przed opuszczeniem – przed samotnością stanowi podstawę rozwoju takich zaburzeń lękowych, jak agorafobia oraz napady paniki<sup>32</sup>. Cechujące je lęki narastają szczególnie w nowym, nieznanym otoczeniu lub w samotności. Jednostka „uwalnia się” od nich dopiero pod wpływem obecności bliskiej osoby. Przyczyn powstania tego typu zaburzeń Bowlby<sup>33</sup> dopatrywał się w nadmiernie kontrolujących i dominujących zachowaniach opiekunów jednostki lub też w ich gwałtownych reakcjach połączonych z agresją fizyczną bądź werbalną (groźby, zastraszanie itp.). Pozabezpieczne wzorce więzi – z typowym dla nich niepokojem, emocjonalną labilnością i nieefektywnymi stylami radzenia sobie ze stresem – zaliczają się także do głównych przyczyn wielu zaburzeń osobowości, między innymi takich, jak:

---

<sup>28</sup> L. Lei, Y. Wu, *Adolescents' paternal attachment and Internet use*, *CyberPsychology & Behavior*, 2007, 10, 5, s. 633-639.

<sup>29</sup> T.F. Page, *Attachment and personality disorders: Exploring maladaptive developmental pathways*, *Child and Adolescent Social Work Journal*, 2001, 18, 5, s. 313-334.

<sup>30</sup> Za: S.L. Wilson, *Attachment disorders: review and current status*, *The Journal of Psychology*, 2001, 135, 1, s. 37-51.

<sup>31</sup> S.K. Margolese, D. Markiewicz, A.B. Doyle, *Attachment to parents, best friend, and romantic partner: Predicting different pathways to depression in adolescence*, *Journal of Youth and Adolescence*, 2005, 34, 6, s. 637-650.

<sup>32</sup> M.K. Schear, *Factors in the etiology and pathogenesis of panic disorder: Revisiting the attachment – separation paradigm*, *The American Journal of Psychology*, 1996, 153, 7, s. 125-136.

<sup>33</sup> Za: tamże.

schizoidatypu *borderline*, a także zaburzenie osobowości unikowej oraz zależnej. W toku wieloletnich obserwacji stwierdzono, że unikowy styl przywiązania, z którym wiąże się wysoki poziom niepokoju i lęku przed odrzuceniem, separacją czy poniżeniem, doprowadzić może do powstania schizoidalnych zaburzeń osobowości charakteryzujących się całkowitym wyobcowaniem i brakiem zaangażowania społecznego oraz zanikiem umiejętności społecznych. Ten typ więzi sprzyja też kształtowaniu się zaburzenia osobowości unikowej. Lękowo-ambiwalentny wzorzec przywiązania, odznaczający się postawą biernej zależności a zarazem nieufnością wobec otoczenia, podwyższa natomiast ryzyko wystąpienia zaburzeń typu *borderline* oraz zaburzenia osobowości zależnej<sup>34</sup>.

Odzwierciedlające jakość więzi style przywiązania odgrywają niezwykle istotną rolę w zrozumieniu psychospołecznego funkcjonowania człowieka w biegu życia<sup>35</sup>. Pozwalają one lepiej poznać mechanizmy kierujące procesami adaptacyjnymi jednostki. Wskazują i wyjaśniają również źródła patologii, które hamują emocjonalny, poznawczy, behawioralny, duchowy i społeczny rozwój człowieka, utrudniając czy wręcz uniemożliwiając mu osiągnięcie poczucia wewnętrznej wolności.

---

<sup>34</sup> B. Meyer, P.A. Pilkonis, Ch.G. Beevers, *What's (neutral) face? Personality disorders, attachment styles...* dz. cyt.

<sup>35</sup> L.S. Brown, J. Wright, *The relationship between attachment strategies and psychopathology in adolescence*, *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 2003, 76, s. 351-367.