



Избегающий тип привязанности. Ключевые отличия от шизоидной структуры личности

Характер как одна из ключевых структур личности является сложным и многогранным феноменом. И представляет собой «совокупность устойчивых черт личности, определяющих отношение человека к другим людям, себе, деятельности и окружающему миру» [2, с. 225]. В дополнении к этому определению С.Л. Рубинштейн указывал, что: «Человек с характером выделяется прежде всего определенностью своего отношения к окружающему, выражающейся в определенности его действий и поступков» [1, с. 620].

Следует подчеркнуть, что характер неразрывно связан с мотивами и действиями человека. «Мотивы поведения, переходя в действие и закрепляясь в нем, фиксируются в характера» [1, с. 622]. В свою очередь не только единичные действия определяют характер, а весь образ жизни определяет его.

Совокупность крайне заостренных черт характера формируют так называемые акцентуации характера. В академической литературе классическими типологиями характера выступают теории К. Леонгарда и Е.П. Личко. Между данными теориями прослеживается схожесть, однако следует подчеркнуть разницу подходов к исследуемой проблеме. Так К. Леонгард исследовал характер в норме, а Е.П. Личко изучал патологии характера в первую очередь у подростков и юношей.

Типологии характера:

К. Леонгард выделил 12 типов характера:

1. Гипертимический тип.
2. Дистимический тип.
3. Аффективно-лабильный тип.
4. Экзальтированный тип.
5. Тревожный тип.
6. Эмотивный тип.
7. Демонстративный тип.
8. Педантичный тип.
9. Застревающий тип
10. Возбудимый тип.
11. Экстровертированный тип.
12. Интровертированный тип.

В классификации Е.П. Личко выделяется 10 типов характера:

1. Астено-невротический
2. Гипертимный
3. Истероидный
4. Конфóрмный
5. Лабильный
6. Неустойчивый
7. Психастенический
8. Сенситивный
9. Циклоидный
10. Шизоидный

Таким образом, характер формируется на основе темперамента, мотивации, образа жизни и окончательную окантовку получает к 18 годам.

Типы привязанности:

Теория типов привязанности Д. Боулби возникла в рамках изучения взаимоотношений между матерями и младенцами и уже в дальнейшем была распространена на взаимоотношения взрослых людей. Так Д. Боулби считал, что детско-родительские отношения оказывают фундаментальное влияние на всю последующую жизнь человека. Например, если ребенок в сензитивный для него период был лишен теплой материнской заботы, то это может

привести к формированию социопатического склада характера или задержке интеллектуального развития. И в то же самое время заботливая и поддерживающая мать закладывает основы для формирования надежного типа привязанности. Чувствительным возрастом для формирования привязанности является возраст от 6 месяцев до 2-3 лет ребенка. Позже Боулби расширил границы данного возраста до 5 лет.

Всего выделяется несколько типов привязанности:

- 1) надежный,
- 2) тревожный,
- 3) избегающий,
- 4) тревожно-избегающий.

Сравнительный анализ интроверсии, шизоидного расстройства личности и избегающего типа привязанности

Хар-ка	Интроверт	Избегающий	Шизоид
Категория	Совокупность черт, сформированных на основе темперамента, мотивов, образа жизни и деятельности	Тип привязанности, формирующийся в раннем детстве при взаимодействии с матерью или опекунами	Клинический диагноз
Отношение к одиночеству	Предпочитают одиночество и воспринимают его как ресурс для восстановления энергии	Отталкивают других из-за страха быть отвергнутым или подавленным. Боятся близости и зависимости, но при этом хотят отношений	Не испытывают потребности в близости и отношениях, демонстрация безразличия к удовольствию
Причина формирования	Особенность мозга – чувствительность к дофамину и быстрой перегрузке социальными контактами из-за чего и интроверту требуется больше времени на восстановление	Причин может быть много: эмоциональная недоступность и холодность опекуна в раннем возрасте; наказание за «слабость» (высмеивание ребенка за его плач или потребность в ласке);	Генетика и влияние ранних взаимоотношений со значимыми людьми

психологическая травма отвержения, которая подтверждает мысли о том, что «я оказался прав – близость ведет к боли и отвержению»; буллинг			
Поведение в отношениях	Отношения немногочисленны в силу избирательности интровертов, но при этом они могут быть глубокими, близкими и эмоционально насыщенными	Эмоционально дистанцируются, стараются минимизировать эмоциональную близость	Предпочитают уединение. По Кречмеру являются «друзьями книг и природы». Эмоциональная глубина с супругой/супругом минимальна. Снижен сексуальный интерес
Реакция на близость	Способны ценить близость, но при этом нуждается в личном пространстве и времени наедине	При чрезмерной эмоциональной или физической близости чувствуют дискомфорт	Не ищут эмоциональных связей, демонстрируют безразличие к похвале и критике. Ангедония
Уровень стресса	Не испытывают страдания от интроверсии. Интроверсия – нормальный способ функционирования	Часто испытывают внутренний конфликт из-за невозможности реализовать потребность в любви и принятии	Присутствует эгосинтонность (такие люди не чувствуют, что у них есть проблемы). Дистресс может возникнуть только в ситуациях обязательного интенсивного социального взаимодействия, где им нужно играть роль «нормального человека». В уединении чувствуют себя лучше

Следует подчеркнуть, что избегающими могут быть не только интроверты, но и экстраверты. Основная защита избегающих людей: «Мне не нужна близость, я сам справлюсь». Такие люди могут казаться самодостаточными, но при этом испытывают внутренний конфликт, так как хотят быть любимым, но при этом бояться быть уязвимыми. После разрыва отношений могут осознать, что сильно нуждаются в партнере.

Шизоиды же имеют гипертрофированную защиту от мира, но при этом отсутствует страх отвержения как у избегающих. Предпочитают фантазии и внутренний мир реальным отношениям.

Таким образом между шизоидным типом личности и избегающим типом привязанности есть некоторая схожесть в их внешнем проявлении, но во внутреннем плане имеет абсолютно разные причины. Главное отличие: избегающие хотят близости, страдают от одиночества и при этом не могут довериться, а шизоиды не испытывают потребность в близости и не страдают от ее отсутствия.

Для определения Вашего типа характера пройдите наши онлайн тесты:

Тест Экстравертированности – Интровертированности Л.Н. Лутошкина

Тип характера по К. Юнгу

Тест Оценка Коммуникативных Умений

Литература:

1) Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. / С.Л. Рубинштейн – СПб.: Питер, 2010. – 713 с.

2) Фурманов, И.А. Основы психологии: учеб. пособие для студентов высших учеб. заведений / И.А. Фурманов [и др.] – Минск : Современная школа, 2011. – 496 с.

Как строить отношения с партнером у которого избегающий тип привязанности?

Полная интерактивная версия с тестами доступна по ссылке: [Посмотреть на сайте](#)