

ЕВОЛЮЦІЙНІ ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ ІНДИВІДА

Гречаник М. І.

*PhD, викладач кафедри психології
Запорізький національний університет
вул. Університетська, 66, Запоріжжя, Україна
orcid.org/0000-0003-1650-3692
kunjutkazp@gmail.com*

Ткалич М. Г.

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології
Запорізький національний університет
вул. Університетська, 66, Запоріжжя, Україна,
директор дослідницької лабораторії «Рейтинг Лаб» (Київ, Україна)
orcid.org/0000-0003-4101-9659
mtkalych@gmail.com*

Ключові слова: прив'язаність, епігенетичні чинники, міжособистісні стосунки, відчуття безпеки, адаптація, стрес, еволюція, соціальні зв'язки, ранній розвиток, довіра, психічне здоров'я.

У статті представлено теоретичний аналіз та обґрунтування еволюційних чинників становлення прив'язаності індивіда. Виділено окремий вплив епігенетичних, чинників безпеки та формування соціальних зв'язків на процес становлення прив'язаності індивіда. Згідно з еволюційною психологією, прихильність є адаптивною поведінкою, яка забезпечує виживання та репродуктивний успіх через зміцнення міжособистісних стосунків. У роботі визначено еволюційні чинники становлення прив'язаності, епігенетичні, відчуття безпеки та формування соціальних зв'язків. Проаналізовано епігенетичні чинники становлення прихильності – вплив материнського догляду і токсичного стресу на формування когнітивних структур мозку людини. Особливу увагу приділено епігенетичним модифікаціям та впливу стресу на прихильність. Виділено важливість інтеграції епігенетичних і соціальних чинників, зокрема на впливі раннього догляду, стресу і травм на генетичну експресію, яка формує моделі прив'язаності. Виділено зв'язок між генетичною регуляцією стресових реакцій і якістю раннього догляду. Встановлено, що епігенетичні механізми, як-от метилювання ДНК і модифікація гістонів, можуть впливати на стійкість до стресу та емоційне благополуччя, а також передаватися між поколіннями. Соціальний аспект дослідження розкриває роль прив'язаності у формуванні довіри, кооперації та емоційної підтримки в міжособистісних стосунках. Відчуття безпеки в дитинстві є базисом для розвитку здорових соціальних зв'язків у дорослому віці. Встановлено, що соціальна інтеграція і підтримка позитивно впливають на фізичне та психічне здоров'я.

EVOLUTIONARY FACTORS IN THE FORMATION OF ATTACHMENT OF AN INDIVIDUAL

Hrechanyk M. I.

*PhD, Lecturer at the Department of Psychology
Zaporizhzhia National University
Universytetska str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine
orcid.org/0000-0003-1650-3692
kunjutkazp@gmail.com*

Tkalych M. H.

*Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor at the Department of Psychology
Zaporizhzhia National University
Universytetska str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine,
CEO, "Rating Lab" (Kyiv, Ukraine)
orcid.org/0000-0003-4101-9659
mtkalych@gmail.com*

Key words: *attachment, epigenetic factors, interpersonal relationships, sense of security, adaptation, stress, evolution, social connections, early development, trust, mental health.*

The article presents a theoretical analysis and justification of the evolutionary factors of the formation of an individual's attachment. The separate influence of epigenetic factors, security factors and the formation of social ties on the process of the formation of an individual's attachment is highlighted. According to evolutionary psychology, attachment is an adaptive behavior that ensures survival and reproductive success through the strengthening of interpersonal relationships. The evolutionary factors that influence the formation of attachment are identified: epigenetic, a sense of security and the formation of social ties. The epigenetic factors of the formation of attachment are analyzed – the influence of maternal care and toxic stress on the formation of cognitive brain structures. Special attention is paid to epigenetic modifications and the influence of stress on attachment. The main factors that influence the formation of attachment are analyzed: a sense of security and the formation of social ties. The importance of integrating epigenetic and social factors, in particular the influence of early care, stress and trauma on genetic expression that shapes attachment patterns, is highlighted. The relationship between the genetic regulation of stress responses and the quality of early care is emphasized. It has been established that epigenetic mechanisms, such as DNA methylation and histone modification, can influence stress resistance and emotional well-being and be transmitted between generations. The social aspect of the study reveals the role of attachment in the formation of trust, cooperation and emotional support in interpersonal relationships. A sense of security in childhood is the basis for the development of healthy social connections in adulthood. It has been established that social integration and support positively affect physical and mental health.

Постановка проблеми. У сучасній психології питання становлення прихильності індивіда посідає важливе місце, оскільки цей феномен є ключовим для розуміння міжособистісних відносин і емоційного розвитку особистості. Особливий інтерес викликають еволюційні чинники, які впливають на узгодження та становлення механізмів прихильності в процесі адаптації людського виду до мінливих умов середовища.

Еволюційна психологія припускає, що прихильність є позитивною етологічною програмою, яка забезпечує адаптацію та виживання особистості через зміцнення соціальних зв'язків, функціонування особистості під час групової взаємодії та піклування за потомством. Ці механізми забезпечують повну підтримку, яка сприяє психологічному благополуччю.

Однак проблема полягає в тому, що еволюційні підходи часто недостатньо враховуються під час

аналізу сучасних моделей прихильності. Крім того, залишається відкритим питання, як саме еволюційні чинники впливають на індивідуальні відмінності в прихильності, зокрема, на виникнення того чи іншого патерну поведінки в міжособистісних стосунках. Не досить дослідженими є також механізми взаємодії епігенетичних, соціальних особистісних чинників у цьому процесі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Оскільки проблематика дослідження носить міждисциплінарний характер, передусім треба виділити ті роботи, які загалом присвячені вивченню прихильності особистості. Значний внесок у вивчення чинників, які спонукають становлення прихильності, належить працям J. Bowlby, M. Ainsworth, P. Fonagy, E. Tronick, J. Solomon, M. Main, P. Crittenden, C. Baim та низки інших авторів [8; 9]. Серед сучасних вітчизняних дослідників варто відзначити роботи А.Л. Душка., Н.Д. Трофайла, Л.В. Жихарева [2; 3; 4], які вивчають аспекти дитячо-батьківських відносин. Серед учених, які досліджували аспект впливу прихильності на міжособистісні стосунки, можна згадати К. Horney, С. Hazan, P. Shaver. У своїх роботах вони розкривають динаміку тривожності та її вплив на прихильність у міжособистісних стосунках; вплив любові, емоційної близькості та довіри в стосунках.

Важливо також виокремити роботи, метою яких є вивчення впливу стресу і травми на становлення прихильності – це B. Van der Kolk, D. Siegel, J.A. Simpson, M.R. Gunnar та B.S. McEwen. Серед дослідників, які представляють еволюційні аспекти прихильності й міжособистісних стосунків, можна виділити таких, як С. Darwin, D. Buss, R. Trivers, S. Blaffer Hrdy, J.A. Palmer, L.K. Palmer, P. Сапольські [5; 10; 17]. Останні дослідження в темі прихильності з погляду еволюції присвячено дослідженням епігенетичних чинників та їх впливу на формування прихильності, значення прихильності в контексті еволюції, роль прихильності в стосунках дорослих, функції прихильності – альтруїзм, родинний відбір, налагодження міжособистісних стосунків, зв'язок прихильності та психічного здоров'я. Серед учених, які досліджували епігенетичні чинники прихильності, зокрема вплив раннього материнського піклування на епігенетичну регуляцію стресових реакцій, можна виокремити М. Meaney, а також T.Z. Varam, який вивчав ранні стресові події, котрі змінюють епігенетичний статус генів, що впливають на нейропластичність і формування емоційної прихильності.

Метою дослідження є теоретичний аналіз та обґрунтування еволюційних чинників, які лежать в основі становлення прихильності індивіда.

Серед основних завдань дослідження виокремимо такі: 1) обґрунтування ролі еволюційних

чинників у процесі становлення прихильності індивіда; 2) аналіз та систематизація основних епігенетичних чинників становлення прихильності; 3) визначення особливостей еволюційних чинників – відчуття безпеки і налагодження соціальних зв'язків, які є ключовими для становлення прихильності.

Виклад основного матеріалу. Еволюційні чинники відіграють ключову роль у становленні прихильності індивіда, оскільки ця поведінка забезпечує виживання та адаптацію в соціальному середовищі. Прив'язаність до фігури захисту (завичай батьків або будь-кого, хто бере на себе функцію піклування та догляду за дитиною) сприяє фізичній безпеці немовляти, регуляції стресу та розвитку емоційної стабільності, що є критичними для виживання в ранньому віці. Крім того, прихильність формує основи для побудови соціальних зв'язків у дорослому віці, включаючи партнерські стосунки, які підтримують репродуктивний успіх та соціальну кооперацію. З еволюційної точки зору, здатність до формування прив'язаності є адаптивною, оскільки вона сприяє виживанню як індивіда, так і групи, забезпечуючи емоційну підтримку, співпрацю та передачу знань між поколіннями. Поведінка прив'язаності – це будь-яка форма поведінки, яка спрямована на досягнення або підтримання близькості з чітко визначеною особою, яка сприймається як здатна краще впоратися зі світом (J. Bowlby, 1969) [8]. За словами розробника теорії прихильності, «схильність до формування сильних емоційних зв'язків із конкретними людьми є базовим елементом людської природи».

J. Tooby, L. Cosmides [21] у дослідженнях, присвячених еволюційній психології, наголошують, що зміцнення соціальних зв'язків, кооперація, емоційна підтримка є основою прихильності в контексті батьківсько-дитячих стосунків, а також сприяє розвитку адаптивних механізмів.

У даному дослідженні аналіз феномену прихильності передбачає вивчення таких еволюційних аспектів: епігенетичних, відчуття безпеки та регуляції стресу, аспекту формування соціальних зв'язків.

Епігенетичний аспект, представлений у дослідженнях F.A. Champagne, R. Yehuda, T.Z. Varamta, B. McEwen [13] та ін., означає, що досвід, який індивід отримує на ранніх етапах життя, впливає на експресію генів, що регулюють емоційні реакції, стресові механізми та формування прив'язаності. Епігенетичні зміни, які виникають у результаті позитивного або негативного раннього досвіду, можуть зберігатися протягом усього життя та впливати на міжособистісні стосунки, стійкість до стресу і психічне здоров'я; епігенетичні модифікації можуть передаватися через покоління. Напри-

клад, якщо батьки зазнали ранніх травм або депривації, це може вплинути на їхні гени, а потім на їх поведінку у вихованні власних дітей. Р. Сапольскі [5] стверджує, що більш доречною в цьому контексті виглядає теза: «гени впливають на те, як ми реагуємо на середовище», а це означає, що існує, по-перше, генетичне різноманіття індивідів, по-друге, це свідчить про те, що існують фактори середовища, які можуть активізувати експресію (запуск) гена. Це відбувається через епігенетичні модифікації – зміни у «включенні» або «виключенні» генів, які не змінюють послідовність ДНК, але змінюють спосіб, в який ці гени працюють. Епігенетичні модифікації можуть здійснюватись шляхом метилювання ДНК (додавання метильних груп до ДНК може пригнічувати експресію певних генів). Наприклад, якісний догляд і чуйність фігури прив'язаності можуть зменшувати метилювання генів, що відповідають за регуляцію стресу (згідно з дослідженням I. Weaver та ін. [22], посилене облизування та догляд за дитинчатами (LG) і вигодовування з вигнутою спиною (ABN) матерями щурів змінили епігеном потомства на промоторі гена глюкокортикоїдного рецептора (GR) у гіпокампі. Виявилося, що потомство матерів, які показали високі рівні LG і ABN, має відмінності в метилюванні ДНК порівняно з потомством матерів з «низьким рівнем LG-ABN». Ці відмінності з'явилися протягом першого тижня життя, були скасовані під час перехресного виховання, зберігалися в дорослому віці та були пов'язані зі зміненим ацетилюванням гістону та зв'язуванням фактора транскрипції (NGFI-A) з промотором GR. Центральна інфузія інгібітору гістондеацетилази усунула групові відмінності в ацетилюванні гістонів, метилюванні ДНК, зв'язуванні NGFI-A, експресії GR та відповідях гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової залози (HPA) на стрес, що свідчить про причинно-наслідковий зв'язок між епігеномним станом, експресією GR та вплив матері на стресові реакції в потомства. Таким чином, епігеномний стан гена можна встановити за допомогою поведінкового програмування, і він потенційно оборотний). Усе це сприяє ефективнішій регуляції стресу. F.A. Champagne et al. [13] у своєму дослідженні вивчають різноманітність материнського догляду та його критичний вплив на розвиток дитинчат. У щурів зміни в материнській поведінці, зокрема в облизуванні й піклуванні, регулюють розвиток ендокринних, емоційних і когнітивних реакцій на стрес. Ці дослідження становлять основу потенційно корисної моделі для вивчення материнського впливу на ссавців.

Також важливим епігенетичним чинником є зміна експресії генів. У своєму дослідженні E.J. Nestler [16] наголошує, що існує все більше доказів того, що епігенетика є ключовим механіз-

мом, за допомогою якого вплив навколишнього середовища взаємодіє з генетичною конституцією індивіда для визначення ризику депресії протягом життя. Епігенетика відноситься до стабільних змін в експресії генів, які опосередковані через змінену структуру хроматину без модифікації послідовності ДНК. Згідно з гіпотезою дослідника, сильний стрес викликає у вразливих людей зміни у структурі хроматину в певних геномних локусах у лімбічних областях мозку, які спричиняють стійкі зміни в експресії генів, які сприяють епізодам депресії. Наслідком цієї гіпотези є те, що такі спричинені стресом епігенетичні модифікації також відбуваються на ранньому етапі життя та допомагають визначити вразливість людини протягом життя або стійкість до подальших стресових подій.

Інше важливе дослідження, пов'язане зі зміною експресії генів, розкриває вплив раннього токсичного стресу на когнітивні функції мозку. Y. Chen та T. Varam [14] стверджують, що фрагментовані та непередбачувані моделі поведінки матері, яка піклується про дитину, спричиняють глибокий хронічний стрес. Аберрантні шаблони та ритми сенсорного введення в ранньому віці можуть також прямо та несприятливо впливати на дозрівання когнітивних та емоційних ланцюгів мозку, аналогічно до зорової та слухової систем мозку. Таким чином, непередбачуваний досвід раннього життя, що провокує стрес, може вплинути на когнітивні та емоційні результати підлітків, порушуючи дозрівання базових мереж мозку.

Проаналізуємо аспект відчуття безпеки, який є ключовим у становленні прихильності, який представлений у роботах E. Tronick, A. Schore та J. Belsky, P. Сапольскі [5; 18; 19].

За останнє десятиліття теорія прихильності зазнала інтенсивного розширення як своїх оригінальних наукових основ, так і її застосувань у клінічній роботі. Початковий опис J. Bowlby [9] стався в період біхевіоризму та наголосу на дивній ситуації та безпечній базовій поведінці, яка потім поступилася місцем домінуванню когнітивності та наголосу на наративах прихильності та здатності до рефлексії. J.R. Schore, A.N. Schore [19] стверджують, що відповідно до фундаментальної мети J. Bowlby щодо інтеграції психологічних і біологічних моделей розвитку особистості, поточний інтерес до афективних тілесних процесів, інтерактивної регуляції, раннього залежного від досвіду дозрівання мозку, стресу та несвідомих взаємовідносин змінив теорію прихильності до теорії регулювання. Такий наголос на системах правої півкулі мозку, які лежать в основі прихильності та змін у розвитку, своєю чергою створив глибші зв'язки з клінічними моделями психотерапевтичних змін, усі з яких узгоджуються з психоаналітичним розумінням. Таким чином, сучасна

теорія прихильності може бути включена в основу теорії, досліджень і практики соціальної роботи.

За останні десять років базові знання про структуру та функції мозку значно розширилися, і їх включення в науку про розвиток тепер дозволяє створювати складніші й евристичні моделі дитинства людини. Продовжуючи ці зусилля, A.N. Schore [18] у своїх дослідженнях об'єднує сучасні міждисциплінарні дані з досліджень прихильності щодо діадичних афективних комунікацій, нейронауки щодо раннього розвитку правої півкулі мозку, психофізіології щодо систем стресу та психіатрії щодо психопатогенезу, щоб забезпечити глибше розуміння психонейробиологічних механізмів, що лежать в основі психічного здоров'я дитини. A.N. Schore описує нейробиологію надійної прихильності, прикладу адаптивного психічного здоров'я немовляти, зосередившись на психобіологічній регуляції лімбічної системи немовляти, яка дозріває, тобто ділянок мозку, які спеціалізуються на адаптації до середовища, що швидко змінюється, з боку основного вихователя. Права півкуля немовляти, що розвивається на ранньому етапі, має глибокі зв'язки з лімбічною та вегетативною нервовими системами та є домінуючою для реакції людини на стрес, і, таким чином, зв'язок прихильності сприяє розширенню здатності дитини справлятися. Модель дослідника припускає, що адаптивне психічне здоров'я немовлят можна фундаментально визначити як найбільш раннє вираження гнучких стратегій для подолання новизни та стресу, які властиві людським взаємодіям. Ця ефективна функція правого мозку є фактором стійкості для оптимального розвитку на наступних етапах життєвого циклу.

Р. Докінз [1] стверджує: «Ген, який програмує організм віддавати перевагу своїм генетичним родичам у соціальній поведінці, матиме схильність до виживання у генофонді». Ця цитата стосується еволюційної основи прив'язаності, яка з точки зору його концепції «егоїстичного гена» є механізмом, що забезпечує виживання і передачу генів через підтримку та турботу про найближчих родичів.

Дослідження аспекту формування соціальних стосунків у контексті прихильності представлено в роботах J.P. Allen, J.A. Coan, J.B. Silk, J.S. House [7] та ін. Формування соціальних стосунків у контексті прихильності означає, що емоційні зв'язки, які виникають між індивідом і його близькими людьми (наприклад, батьками, партнерами чи друзями), слугують основою для побудови подальших соціальних взаємодій. Прив'язаність забезпечує відчуття безпеки та довіри, що є необхідними для створення здорових міжособистісних стосунків. Це підкреслює роль прив'язаності як базового механізму для формування соціальної інтеграції, стабільності та емоційного благополуччя.

Існують дослідження, в яких визначено, що формування тісних соціальних зв'язків пов'язане з репродуктивною здатністю та виживанням нащадків. J.B. Silk, S.C. Alberts., J. Altmann [20] установили, що серед нелюдських приматів самки часто утворюють міцні зв'язки з родичами та іншими членами групи. Вважається, що ці відносини мають адаптивну цінність для жінок, але прямий вплив соціальності на фізичну форму ніколи не був продемонстрований. Дослідники представили дані про поведінку добре вивченої популяції диких бабуїнів за 16 років та встановили, що соціальність дорослих самок позитивно пов'язана з виживанням немовлят, що є важливим компонентом варіацій у пристосованості самок протягом життя. Вплив соціальності на виживання немовлят не залежить від впливу домінуючого рангу, членства в групі та умов середовища. На думку дослідників, соціальна підтримка благотворно впливає на здоров'я та благополуччя людини протягом усього життя. Для людини та інших приматів соціальність має адаптивне значення.

J.S. House, K.R. Landis, D. Umberson [15] надають вагомі емпіричні докази причинно-наслідкового впливу соціальних відносин на здоров'я. Дослідники встановили, що існує підвищений ризик смерті серед людей із низькою кількістю, а іноді й низькою якістю соціальних стосунків. Експериментальні та квазіекспериментальні дослідження людей і тварин також свідчать про те, що соціальна ізоляція є головним фактором ризику смертності від різноманітних причин.

J.A. Coan, H.S. Schaefer, R.J. Davidson [12] зазначають, що соціальний контакт сприяє зміцненню здоров'я та благополуччя, ймовірно, як функція соціального регулювання емоційного реагування на різноманітні життєві стреси. Для дослідження функціональної МРТ (fMRI) 16 заміжніх жінок піддавали загрози ураження електричним струмом, при цьому вони тримали за руку свого чоловіка, анонічного чоловіка-експериментатора або взагалі були без супроводу. Результати показали повсюдне ослаблення активації в нейронних системах, що підтримують емоційні та поведінкові реакції на загрозу, коли жінки тримали чоловіка за руку. Більш обмежене ослаблення активації в цих системах відбувалося, коли вони тримали руку незнайомця. Найбільш вражаюче те, що наслідки тримання подружжя за руку на нейронні реакції на загрозу змінювалися залежно від якості подружжя, причому вища якість передбачала меншу пов'язану із загрозою нервову активацію в правій передній частині острівця, верхній лобовій звивині та гіпоталамусі, якщо це було подружжя, але не незнайомиць, що тримав за руку.

J.P. Allen, N. Manning [7] стверджують, що в дитинстві поведінкова система прихильності

відіграє фундаментальну роль у сприянні фізичному виживанню немовляти. Виживання та регуляція афекту тісно пов'язані між собою, оскільки немовля, ймовірно, відчуває найбільший дистрес (тобто найбільше порушує регуляцію), коли переживає такі умови, як небезпека, голод чи хвороба, які потенційно пов'язані із загрозами для виживання. З наближенням до підліткового віку частота справжніх загроз виживанню значно зменшується, але важливість використання соціальних взаємодій для регулювання афекту залишається. За винятком екстремальних обставин, підліткам зазвичай не потрібні особи їх прихильності для регулювання безпеки, але вони регулярно потребують і використовують їх для регулювання своїх емоцій. Насправді багато доказів свідчать про те, що ця схильність регулювати емоції через соціальні стосунки так само закріплена в зрілому віці, як і поведінка прихильності в дитинстві, й що однаковий механізм може використовуватися для обох. Крім того, J.A. Соан зазначає, що теоретики еволюції, починаючи з Дарвіна, стверджували, що, оскільки емоційна реакція ссавців розвинулася в соціальному контексті, емоційна поведінка практично невід'ємна від соціальної поведінки [10; 11; 12]. Таким чином, здається ймовірним, що поведінка прихильності та регуляція афекту будуть тісно пов'язані протягом життя людини. Визнання як подібності, так і відмінностей між точно визначеною поведінкою прихильності в дитинстві та ширшими процесами регуляції афектів у підлітковому віці має ту перевагу, що дозволяє нам почати викладати механізми, за допомогою яких вони пов'язані. Поведінкова система прихильності, на додаток до своїх основних функцій виживання, ймовірно, безпосередньо сприяє розвитку здатності немовляти до регуляції афектів і ширших соціальних зв'язків (Cassidy, 1994). Водночас поведінку прихильності можна концептуалізувати як конкретні випадки більш широких, що розвиваються, стратегій регулювання впливу. Проте далеко за межами дитинства на ці стратегії, ймовірно, впливають попередні спогади про досвід немовляти, який звертається до фігур прихильності, щоб керувати впливом і цілями виживання.

Підсумовуючи, важливо зазначити, що можна розглядати поведінку прихильності як відмінність від більш широких моделей регуляції соціального

впливу, але також як попередницю до них. Хоча безпека та виживання, очевидно, зберігають свою першочергову роль протягом усього життя, з практичної точки зору до підліткового віку кількість ситуацій, в яких для підтримки безпеки та виживання необхідна близькість до особи, яка прив'язана, стає вкрай малою. Це не означає, що система прихильності не залишається дієвою, а лише те, що її основне призначення в дитинстві більше не має такого ж функціонального значення до підліткового віку. Навпаки, те, що дехто може вважати більшою мірою побічним продуктом поведінки прихильності немовляти – навчання регулювати вплив у соціальних взаємодіях і через них, стає центральним завданням функціонування підлітків і дорослих.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Теоретичний аналіз проблеми дозволив визначити, що серед еволюційних чинників важливими є епігенетичний, аспекти формування соціальних стосунків та відчуття безпеки, що є вагомими для становлення прихильності.

1. Прихильність є ключовим адаптивним механізмом, який забезпечує виживання, емоційну стабільність та соціальну кооперацію через формування відчуття безпеки, регуляцію стресу і зміцнення міжособистісних зв'язків.

2. Досвід раннього догляду і стресу формує моделі прив'язаності через епігенетичні механізми, як-от метилювання ДНК і модифікація гістонів, що впливають на експресію генів, відповідальних за регуляцію стресових реакцій і емоційну поведінку. Дослідження впливу стресу, травм і депривації на прив'язаність дозволяють розробляти ефективні стратегії психологічної допомоги для корекції порушень прив'язаності та покращення психічного здоров'я.

3. Прив'язаність у дитинстві сприяє розвитку здатності до формування довірливих і стабільних соціальних стосунків у дорослому віці, що позитивно впливає на психічне і фізичне здоров'я. Формування прив'язаності є складним процесом, що поєднує біологічні, епігенетичні та соціальні механізми. Це свідчить про важливість міждисциплінарного підходу у вивченні цього феномену. Соціальна інтеграція та якісні міжособистісні стосунки сприяють зниженню стресу, покращенню емоційного благополуччя та підвищенню життєвої стійкості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Докінз Р. Егоїстичний ген. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2017. 544 с.
2. Душка А.Л. Дитячо-батьківські відносини як фактор успішного розвитку дитини. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. КД Ушинського*, 2011 № 11–12. С. 262–271.
3. Жихарева Л. В. Дитячо-батьківські стосунки у контексті теорії прихильності. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2013, № 40. С. 292–294.

4. Трофаїла Н. Д. Дитячо-батьківські відносини в молодшому шкільному віці. *Перші спроби пошуку в науковому просторі* : зб. матеріалів 19-го Всеукр. студ. наук.-практ. конф. «Особливості організації життєдіяльності дитини у сучасному дошкільлі» (м. Умань, 29 квіт. 2021 р.) / голов. ред.: Іщенко Л. В. та ін. Умань : Візаві, 2021. 207 с.
5. Сапольські Р. Біологія поведінки. Причини доброго і поганого в нас. Київ : Наш формат, 2024. 672 с.
6. Свааб Д. Ми – це наш мозок. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2016. 530 с.
7. Allen J. P., Manning N. From safety to affect regulation: attachment from the vantage point of adolescence new dir child adolesc dev. 2007. № 117. P. 23–39.
8. Bowlby J. Attachment and loss 1969, L.: Random House, P. 265
9. Bowlby E. J. M. Loss-Sadness and Depression: Attachment and Loss Volume 3 2008. L.: Random House, P. 732
10. Buss D. M., Kenrick D. T. Evolutionary social psychology. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.). The handbook of social psychology 1998, McGraw-Hill, pp. 982–1026.
11. Caporael L., Brewer M. We ARE Darwinians, and this is what the fuss is all about. *Motivation and emotion*. 1990. № 14. P. 287–293.
12. Coan J. A., Schaefer H. S., Davidson R. J. Lending a hand: Social regulation of the neural response to threat. *Psychological science*. 2006. № 17(12). P. 1032–1039.
13. Champagne F. A., Francis D. D., Mar A., Meaney M. J. Variations in maternal care in the rat as a mediating influence for the effects of environment on development. *Physiology & behavior*. 2003. № 79(3). P. 359–371.
14. Chen Y., Baram T. Toward Understanding How Early-Life Stress Reprograms Cognitive and Emotional Brain Networks. *Neuropsychopharmacol*. 2016. № 41. P. 197–206
15. House J.S., Landis K.R., Umberson D. Social relationships and health. *Science*. 1988. № 241(4865). P. 540–545.
16. Nestler E.J. Epigenetic Mechanisms of Depression. *JAMA Psychiatry*. 2014. № 71(4). P. 454–456.
17. Palmer J.A., Palmer L.K. Evolutionary psychology: The ultimate origins of human behavior. 2002. Allyn & Bacon.
18. Schore A. N. Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant mental health journal: official publication of the world association for infant mental health*, 2001. № 22(1–2), P. 7–66.
19. Schore J.R., Schore A.N. Modern Attachment Theory: The Central Role of Affect Regulation in Development and Treatment. *Clin Soc Work J*. 2008. № 36, P. 9–20
20. Silk J. B., Alberts, S.C., Altmann J. Social bonds of female baboons enhance infant survival. *Science*. 2003. № 302(5648). P. 1231–1234.
21. Tooby J., Cosmides L. Evolutionary psychology: Conceptual foundations. Evolutionary psychology handbook. 2005, New York: Wiley.
22. Weaver I., Cervoni N., Champagne F. et al. Epigenetic programming by maternal behavior. *Nat Neurosci* 2004. № 7. P. 847–854.

REFERENCES

1. Dokinz R. (2017) Ehoistychnyi hen. Ch.: Klub simeinogo dozvillya, 544. [in Ukrainian]
2. Dushka A. L. (2011) Dytiacho-batkivski vinosyny yak factor uspishnogo rozvitku dytyny. *Naukovii visnyk Pivdenoukrainskogo natsionalnoho pedagogichnoho universytetu ym. KD Ushynskogo*, № 11-12, 262-271. [in Ukrainian]
3. Zhykhareva L. V. (2013) Dytiacho-batkivski stosunky u konteksti teorii pryhylnosti. *Naukovyi chasopys NPU imeni MP Drahomanova. Serii 12: Psykholohichni nauky*, № 40, 292-294. [in Ukrainian]
4. Trofayila N. D. (2021) Dytiacho-batkivski vidnosyny v molodshomu shkylnomu vitsi. *Pershi sprobny poshuku v naukovomu prostori: zb. materialiv 19-ho Vseukr. stud. nauk.-prakt. konf. "Osoblyvosti orhanizatsii zhyttiediialnosti dytyny u suchasnomu doshkilli"* (m. Uman, 29 kvit. 2021 r.) / holov. red.: Ishchenko et al., Uman: Vizavi, 207. [in Ukrainian]
5. Sapolskyi R. (2024) Bioloheia povedinky. Prychyny dobroho i pohanoho v nas. K.: Nash format, 672 s. [in Ukrainian]
6. Svaab D. (2016) My – tse nash mozok. Kh.: Klub simeinoho dozvillya, 530 s. [in Ukrainian]
7. Allen J. P., Manning N. (2007) From safety to affect regulation: attachment from the vantage point of adolescence new dir child adolesc dev. № 117, P. 23–39.
8. Bowlby J. (1969) Attachment and loss, L.: Random House, P. 265.
9. Bowlby E. J. M. (2008) Loss-Sadness and Depression: Attachment and Loss Volume 3. L.: Random House, P. 732.
10. Buss D. M., Kenrick D. T. (1998) Evolutionary social psychology. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), The handbook of social psychology, McGraw-Hill, pp. 982–1026.

11. Caporael L., Brewer M. (1990) We ARE Darwinians, and this is what the fuss is all about. *Motivation and emotion*. № 14. P. 287–293.
12. Coan J. A., Schaefer H. S., Davidson R. J. (2006) Lending a hand: Social regulation of the neural response to threat. *Psychological science*. № 17(12). P. 1032–1039.
13. Champagne F. A., Francis D. D., Mar A., Meaney M. J. (2003) Variations in maternal care in the rat as a mediating influence for the effects of environment on development. *Physiology & behavior*. № 79(3). P. 359–371.
14. Chen Y., Baram T. (2016) Toward Understanding How Early-Life Stress Reprograms Cognitive and Emotional Brain Networks. *Neuropsychopharmacol*. № 41. P. 197–206.
15. House J. S., Landis K. R., Umberson D. (1988) Social relationships and health. *Science*. № 241(4865). P. 540–545.
16. Nestler E. J. (2014) Epigenetic Mechanisms of Depression. *JAMA Psychiatry*. № 71(4) P. 454–456.
17. Palmer J. A., Palmer L. K. (2002) Evolutionary psychology: The ultimate origins of human behavior. Allyn & Bacon.
18. Schore A. N. (2001) Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant mental health journal: official publication of the world association for infant mental health*. № 22(1–2), P. 7–66.
19. Schore J. R., Schore A. N. (2008) Modern Attachment Theory: The Central Role of Affect Regulation in Development and Treatment. *Clin Soc Work J*. № 36. P. 9–20.
20. Silk J. B., Alberts, S. C., Altmann J. (2003) Social bonds of female baboons enhance infant survival. *Science*. № 302(5648). P. 1231–1234.
21. Tooby J., Cosmides L. (2005) Evolutionary psychology: Conceptual foundations. Evolutionary psychology handbook. New York: Wiley.
22. Weaver I., Cervoni N., Champagne F. et al. (2004) Epigenetic programming by maternal behavior. *Nat Neurosci*. № 7. P. 847–854.