

ДИНАМІКА ПРИВ'ЯЗАНOSTІ ПСИХОТЕРАПЕВТА ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

Гречаник Марія¹

¹ PhD, викладач кафедри психології, Запорізький національний університет, м. Запоріжжя (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1650-3692>

UDC: 159.9019.4:001.8(045)

АНОТАЦІЯ

У статті представлено теоретичний аналіз та обґрунтування динаміки прив'язаності психотерапевта як чинника професійної ідентичності. Встановлено, що динаміка прив'язаності психотерапевта є результатом складної взаємодії особистісних чинників (попередній досвід, особисті стосунки, здатність до саморефлексії), професійного середовища (супервізія, колегіальна підтримка, культура організації) та процесуальних змінних терапевтичної взаємодії (контрперенос, інтенсивність емоційного залучення, складність клінічних випадків). Особливість взаємозв'язку стилю прив'язаності психотерапевта з робочим альянсом, контрпереносом та ефективністю взаємодії полягає в тому, що цей чинник не діє прямо й однозначно, а опосередковує якість процесу через кілька рівнів. Безпечний стиль прив'язаності зазвичай сприяє формуванню довірливого альянсу та збереженню контакту навіть у складних емоційних ситуаціях. Тривожним чи уникаючим стилям можуть ускладнювати взаємодію: через надмірну емоційну залученість і вразливість до перевантаження; через дистанціювання й брак емоційної доступності. Встановлено, що здатність психотерапевта усвідомлювати власні прояви прив'язаності й працювати з ними визначає, наскільки ефективно він може зберігати альянс і підтримувати клієнта. Встановлено, що стиль прив'язаності впливає на побудову альянсу, переживання контрпереносу та вміння інтегрувати ці динаміки у процес.

Ключові слова: прив'язаність, динаміка прив'язаності, робочий альянс, психотерапія, стилі прив'язаності, міжособистісні стосунки, психічне здоров'я, адаптація.

Постановка проблеми. Психотерапевтична практика дедалі ширше інтегрує ідеї теорії прив'язаності. Сучасні підходи різних напрямів визнають, що психотерапевтичні стосунки певною мірою аналогічні стосункам прив'язаності, де психотерапевт може виступати фігурою «безпечної бази» для клієнта. J. Bowlby у своїй останній роботі, зазначав, що **безпечний стиль прив'язаності у психотерапії сприяє глибшій роботі:** зокрема, у випадку, коли клієнт сформував із терапевтом стосунок на засадах *secure base*, сесії відзначалися більшою глибиною опрацювання

переживань і плавністю взаємодії.

Водночас наукові дослідження останніх років б. Малінкрофт, С.Стіл та ін., Й. Лу та ін.(B. Mallinckrodt, 2010; C. Steel et al., 2018 Y. Lu et al., 2022)[24,28,43] засвідчують, що стиль прив'язаності психотерапевта не є статичним утворенням — він може змінюватися під впливом професійного досвіду, супервізії, емоційно значущих випадків і контрпереносних переживань. Ця динаміка має прямий вплив на формування та підтримання професійної ідентичності, визначаючи гнучкість, стійкість і здатність до саморефлексії у склад-

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Mariia Hrechanyk

This is an Open Access journal. This work is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0)**.
Link: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

них клінічних ситуаціях. Проте питання взаємозв'язку динаміки прив'язаності психотерапевта та його професійної ідентичності залишається недостатньо розробленим у сучасній науковій літературі.

Оскільки проблематика дослідження носить міждисциплінарний характер, перш за все треба виділити ті роботи, які загалом присвячені вивченню прив'язаності особистості. Значний внесок у вивчення чинників, які спонукають становлення прив'язаності належить роботам С. Гелсо, У.Хорваз, М.Мікулінчер, Ф.Шейвер (С. J. Gelso, A. O. Horvath, M. Mikulincer, P. R. Shaver) [14,21,29], та низки інших авторів С.Айвакабе, С.Ейхенберг (S. Iwakabe, C.Eichenberg) [13, 22]. Серед сучасних вітчизняних дослідників варто відзначити роботи М.Г. Ткалич, М.І. Гречаник [1,2], які вивчають соціально-психологічні компоненти прив'язаності. Серед вчених, які досліджували чинники професійної ідентичності психотерапевтів, можна згадати Д.Супер, Б. Кейза, П. Хартунг (D. E. Super, B. B. Caza, P. J. Hartung) [8,16,45]. У своїх роботах вони розкривають вплив особистісних характеристик, професійних ролей, ціннісних орієнтацій та контекстуальної взаємодії з клієнтами й колегами на процес формування та трансформації професійної ідентичності психотерапевта, підкреслюючи динамічний характер цього процесу впродовж усього професійного шляху.

Важливо також виокремити роботи Дж. Барбер, Л.Кестонгуей, С.Хілл (J. P. Barber, L. G. Castonguay, C. E. Hill) [3,7,19], метою яких є вивчення процесуальних змінних психотерапії. Серед сучасних дослідни-

ків, які вивчали динаміку терапевтичного альянсу та взаємодії у процесі психотерапії, можна виділити Дж. Сафран, Дж.Муран, Л.Тімулак (J. D. Safran, J. C. Muran, L. Timulak) [30,41,47]. Останні дослідження у темі прив'язаності з точки зору процесуально-динамічного підходу демонструють, що вона виступає не лише структурною характеристикою особистості, але й функціональною змінною, яка модулює перебіг психотерапевтичного процесу. Вони розкривають значення прив'язаності у контексті формування та підтримання терапевтичного альянсу, аналізують роль прив'язаності у регуляції емоційної взаємодії та здатності до метарефлексії, а також висвітлюють функції прив'язаності з точки зору підтримки професійної ідентичності та профілактики вигорання психотерапевта. Зокрема, досліджуються механізми того, як зміни у стилі прив'язаності терапевта під впливом клінічного досвіду та взаємодії з клієнтами впливають на його гнучкість, ефективність інтервенцій та здатність адаптуватися до складних або кризових ситуацій у процесі психотерапії.

Метою статті є теоретичне обґрунтування ролі динаміки прив'язаності психотерапевта у формуванні та підтриманні його професійної ідентичності, з урахуванням особистісних, міжособистісних та контекстуальних чинників.

Серед основних завдань дослідження виокремимо наступні: 1) розкрити концепт динаміки прив'язаності психотерапевта та визначити чинники, що зумовлюють її зміни; 2) проаналізувати взаємозв'язок стилю прив'язаності психотерапевта з особливостями побу-

дови психотерапевтичного альянсу, проявами контрпереносу та ефективністю психотерапевтичної взаємодії; 3) окреслити вплив динаміки прив'язаності на процеси розвитку, трансформації та інтеграції професійної ідентичності психотерапевта.

Виклад основного матеріалу дослідження. Першим завданням нашого дослідження є *розкрити концепт динаміки прив'язаності психотерапевта та визначити чинники, що зумовлюють її зміни*. Динаміка прив'язаності психотерапевта розглядається сучасними дослідниками як багаторівневий процес, у якому внутрішні моделі стосунків, сформовані в особистій історії фахівця, взаємодіють із контекстом професійної діяльності. Хоча ранні роботи Дж.Боулбі, С.Хезен. Ф. Шейвер (J. Bowlby, 1988; C. Hazan, P. R. Shaver, 1994) [5,17] акцентували на відносній стабільності стилів прив'язаності у дорослому віці, пізніші дослідження демонструють, що у психотерапевтичній практиці ці моделі здатні еволюціонувати під впливом кумулятивного клінічного досвіду, особистої терапії, супервізії та взає-

модії з клієнтами, які викликають особливий емоційний відгук А. Дегнан та ін., Е.Стіл, М.Стіл (A. Degnan et al., 2021; H. Steele, M. Steele, 2019) [11,44]. У таблиці 1.1 представлено перелік основним чинників.

Одним з наріжних каменів є особистий досвід психотерапевта в якості клієнта - проходження власної психотерапії, відіграє важливу роль у розвитку більшої гнучкості та толерантності до складних емоційних станів клієнтів Р. Кнокс, М. Купер (R. Knox, M. Cooper, 2015) [23]. Етапи професійного становлення — від початкового навчання до зрілого етапу кар'єри — супроводжуються змінами у стилі прив'язаності, що можуть відображати зростання впевненості у власних інтервенціях, розвиток здатності до рефлексії та більшої відкритості у стосунках із клієнтами М. Роннестад, Д. Орлінські, Е. Вайсмен, Т. Сковхолт, М.Троттер-Матисон (M. H. Rønnestad, D. E. Orlinsky, H. Wiseman, 2016; T. M. Skovholt, M. Trotter-Mathison, 2016) [38,42].

Взаємодія у психотерапевтичному та супервізійному контекстах виступає ще одним

Табл.1.1

Чинники динаміки прив'язаності психотерапевта у професійному контексті

Чинник	Характеристика	Дослідники
Особистий досвід та попередні стосунки	Міжособистісні переживання, досвід власної психотерапії та рівень рефлексії можуть змінювати стиль прив'язаності спеціаліста, впливаючи на здатність до емоційної близькості з клієнтами	Дж. Норкросс, Б. Вемполд, Д. Орлінські, М. Роннестад J. C. Norcross, B. E. Wampold (2018); D. E. Orlinsky, M. H. Rønnestad (2005) [31,32]
Етапи професійного становлення	На початкових етапах професійного становлення психотерапевти частіше виявляють підвищений рівень тривожності у встановленні та підтриманні терапевтичних стосунків, тоді як фахівці з більшою клінічною практикою характеризуються вищою стабільністю стилю прив'язаності та гнучкістю у взаємодії з клієнтами.	М. Роннестад, М. Сковхолт, С. Хілл та ін. M. H. Rønnestad, T. M. Skovholt (2013); C. E. Hill et al. (2017) [39,20]
Взаємодія з клінічно складними випадками	Складні випадки та інтенсивні контрпереносні реакції можуть тимчасово зрушити стиль прив'язаності, посилюючи тривожні чи унікаючі тенденції.	Дж. Хайс та ін. С. Туфекчіоглу, Дж. Муран J. A. Hayes et al. (2011); S. Tufekcioglu, J. C. Muran (2014) [15,30,48]
Супервізія та професійна підтримка	Регулярна супервізія й робота у підтримуючому середовищі сприяють інтеграції досвіду, зниженню стресу та стабілізації стилю прив'язаності.	Дж. Воткінс, Б.Проктор, Ф. Інскіп Jr C. E. Watkins (2014); B. Proctor, F. Ins-kipp (2018) [35,49]
Культура та ресурси організації	Високий рівень довіри, доступ до колегіальної підтримки та ресурсів для саморозвитку формують «екосоціальний контейнер», що підтримує безпечну професійну прив'язаність.	Л. Тімулак, Д. Кеонг L. Timulak, D. Keogh (2020) [47]

ключовим чинником. Досвід підтримувальної, безпечної та конструктивної супервізії може зміцнювати «професійну безпечну базу» психотерапевта, тоді як конфліктні або критичні супервізійні стосунки здатні тимчасово підвищувати тривожність або уникання у професійних відносинах А. Руперт, Дж. Воткінс, Д. Мілне (A.Reupert, 2007; Jr C. E. Watkins, D. L. Milne, 2014) [36,49]. Таким чином, прив'язаність психотерапевта постає не лише як особистісна характеристика, але й як процесуальна змінна, чутлива до професійного контексту і здатна адаптуватися під впливом досвіду, що формує його професійну ідентичність та ефективність у роботі з клієнтами.

Емпіричні дані свідчать, що динаміка прив'язаності психотерапевта може проявлятися як у короткостроковій, так і у довгостроковій перспективі. Лонгітюдні дослідження А.Дегнан та ін. (A. Degnan et al., 2021) [11] показують, що навіть протягом одного року інтенсивної клінічної практики можливі зміни в напрямку більшої безпеки прив'язаності, особливо за умов регулярної супервізії та участі у групах підтримки для терапевтів. Ці зміни відображають здатність фахівця інтегрувати нові способи емоційної регуляції та інтерперсональної взаємодії у власний професійний стиль.

Інші дослідження С.Хілл та ін., Р.Маркін та ін. (C. E. Hill et al., 2017; R. D. Markin et al., 2025) [20,27] підкреслюють, що контакт із клієнтами, які викликають сильні контрпереносні реакції, може виступати тригером для переосмислення власних моделей прив'язаності. У таких випадках досвід усвідомлення та опрацювання контрпереносу в

безпечному супервізійному середовищі сприяє більшій інтегрованості та стабільності прив'язаності терапевта. Навпаки, відсутність належної підтримки може призводити до тимчасового зсуву в напрямку більш тривожного або уникаючого стилів прив'язаності, що впливає на якість психотерапевтичного альянсу.

Важливу роль відіграє і професійна культура, у межах якої працює терапевт. Як зазначають Р. Конкс, М. Купер (R.Knox, M.Cooper (2014) [23] та С. Зілча-Мано (S. Zilcha-Mano (2021) [50], організаційні цінності, колегіальна атмосфера та доступність ресурсів для саморозвитку формують своєрідний «екосоціальний контейнер» для підтримки безпечної професійної прив'язаності. Психотерапевти, які працюють у колективах із високим рівнем довіри та взаємної підтримки, демонструють більшу стабільність і гнучкість стилю прив'язаності, ніж ті, хто працює в умовах ізольованості чи міжособистісної напруги.

Таким чином, динаміка прив'язаності психотерапевта є результатом складної взаємодії особистісних чинників (попередній досвід, особисті стосунки, здатність до саморефлексії), професійного середовища (супервізія, колегіальна підтримка, культура організації) та процесуальних змінних терапевтичної взаємодії (контрперенос, інтенсивність емоційного залучення, складність клінічних випадків). Усвідомлення цих механізмів відкриває перспективи для цілеспрямованої підтримки психотерапевтів упродовж усієї кар'єри, сприяючи розвитку професійної ідентичності та підвищенню ефективності психотерапії.

Перейдемо до наступного завдання - проаналізувати взаємозв'язок стилю прив'язаності психотерапевта з особливостями побудови терапевтичного альянсу, проявами контрпереносу та ефективністю психотерапевтичної взаємодії. Останні півтора десятиліття **інтегративні підходи** в індивідуальній психотерапії активно досліджують, як особистий **стиль прив'язаності** психотерапевта впливає на ключові аспекти терапевтичного процесу. Низка оглядових робіт підтверджує, що **внутрішні моделі стосунків психотерапевта (його стиль прив'язаності)** помітно позначаються на якості робочого альянсу з клієнтом та загальному характері взаємодії; також стиль прив'язаності терапевта впливає на рівень емпатії психотерапевта та навіть на схильність до певних контрпереносних реакцій С. Стіл, Дж. Макдональд Т. Шчродер (С. Steel, J. Macdonald, T. A. Schroder (2018)[43]. Незалежно від теоретичних підходів, **безпечний (secure) стиль прив'язаності** психотерапевта асоціюється з кращими стосунками у парі «психотерапевт–клієнт», тоді як інші стилі можуть ускладнювати взаємодію А. Дегнан та ін. (A. Degnan et al., 2016) [10]. Відповідно, вкрай важливим є усвідомлення фахівцем власних схем прив'язаності та їхнього прояву під час психотерапії.

Перейдемо до наступного останнього завдання - окреслити вплив динаміки прив'язаності на процеси розвитку, трансформації та інтеграції професійної ідентичності психотерапевта. Формування професійної іден-

тичності психотерапевта є багатовимірним процесом, що включає інтеграцію особистісних характеристик, теоретичних переконань, професійних цінностей і міжособистісних навичок. Стиль прив'язаності психотерапевта визначає не лише якість його стосунків із клієнтами, але й здатність формувати стійку професійну ідентичність, що забезпечує емоційну стабільність, гнучкість і професійну автономію. Сучасні дослідження підтверджують, що прив'язаність є фундаментальним механізмом у процесі професійного становлення. Ю. Лу та ін. (Y. Lu et al. (2022) [24] показали, що зміни у стилях прив'язаності психотерапевтів під час навчання та практики мають безпосередній вплив на здатність до встановлення робочого альянсу. Зрушення у бік безпечного стилю підсилює професійну самість, розвиває навички рефлексії та знижує рівень професійної тривожності. Це підтверджує гіпотезу, що динаміка прив'язаності виконує роль «внутрішнього рушія» у розвитку професійного «Я».

Подібні результати отримали М. Хіблер-Реджер та ін. (M. Hiebler-Ragger et al. (2021) [18], які наголошують на значенні безпечної супервізії для зміцнення ідентичності. Вони виявили, що досвід супервізійних відносин, побудованих на довірі та підтримці, стимулює розвиток професійної самосвідомості та стійкості до вигорання. Таким чином, інтеграція позитивних моделей прив'язаності в освітньому й професійному контекстах сприяє формуванню зрілої ідентичності. Динаміка прив'язаності також пов'язана із процесами змін, що відбуваються протягом кар'єри психотерапевта. Т. Крувіс та ін. (T. Cruwys et al.

(2023) [9] виявили, що соціальна ідентифікація з професійною групою виступає своєрідним ресурсом «вторинної прив'язаності», яка зміцнює почуття належності та професійної цінності. Це має вирішальне значення у моменти професійних криз або сумнівів у власній компетентності.

Інтеграція професійної ідентичності психотерапевта вимагає здатності поєднувати особистісні особливості з професійними вимогами. М. Роннестад та ін. (M. H. Rønnestad et al. (2025) [40] у своїх новітніх лонгітюдних дослідженнях підкреслює, що саме супервізійний досвід і робота з власними схемами прив'язаності визначають якість інтеграції ідентичності. Фахівці, які здатні рефлексувати на тему власних патернів прив'язаності, демонструють більш стійке професійне «Я» та гнучкішу ідентичність, що дозволяє адаптуватися до різних клієнтських груп.

Цю позицію підтримують результати С.Мармарош та ін. (S. L. Marmarosh et al.) (2023) [28], які підкреслюють, що інтеграція професійної ідентичності можлива лише тоді, коли психотерапевт усвідомлює й опрацьовує власні прив'язанісні схеми. Така інтеграція знижує ризик контрпереносних труднощів і забезпечує можливість зберігати терапевтичний альянс навіть у складних клінічних випадках.

Аналіз сучасних досліджень свідчить, що динаміка прив'язаності є ключовим чинником у розвитку, змінах та інтеграції професійної ідентичності психотерапевта. Безпечна прив'язаність і позитивний досвід у супервізії сприяють формуванню зрілої, стабільної ідентичності, тоді як небезпечні стилі прив'язано-

сті можуть стати джерелом труднощів, але водночас і точкою зростання. Важливим завданням професійного розвитку стає усвідомлення власних патернів прив'язаності, їхнє опрацювання в терапії та супервізії, а також інтеграція у професійну практику. Це дозволяє не лише підвищити ефективність роботи з клієнтами, а й зберегти стійкість і цілісність професійного «Я».

Висновки та перспективи подальших досліджень. Теоретичний аналіз проблеми дозволив визначити, що

1. Динаміка прив'язаності психотерапевта є результатом складної взаємодії особистісних чинників (попередній досвід, особисті стосунки, здатність до саморефлексії), професійного середовища (супервізія, колегіальна підтримка, культура організації) та процесуальних змінних терапевтичної взаємодії (контрперенос, інтенсивність емоційного залучення, складність клінічних випадків). Усвідомлення цих механізмів відкриває перспективи для цілеспрямованої підтримки психотерапевтів упродовж усієї кар'єри, сприяючи розвитку професійної ідентичності та підвищенню ефективності психотерапії.

2. Встановлено, що особливість взаємозв'язку стилю прив'язаності психотерапевта з робочим альянсом, контрпереносом та ефективністю взаємодії полягає в тому, що цей чинник не діє прямо й однозначно, а опосередковує якість процесу через кілька рівнів. Безпечний стиль прив'язаності зазвичай сприяє формуванню довірливого альянсу та збереженню контакту навіть у складних емоційних ситуаціях. Натомість тривожні чи уникаючі стилі можуть ускладнювати взаємодію: у пер-

шому випадку — через надмірну емоційну залученість і вразливість до перевантаження, у другому — через дистанціювання й брак емоційної доступності. Це безпосередньо позначається на характері контрпереносу: психотерапевт із тривожним стилем прив'язаності схильний до почуття безпорадності й надмірних реакцій, а з унікаючим — до емоційного відсторонення. Водночас саме здатність психотерапевта усвідомлювати власні прояви прив'язаності й працювати з ними визначає, наскільки ефективно він може зберігати альянс і підтримувати клієнта. Тобто стиль прив'язаності не гарантує результат сам по собі, а проявляється через те, як він впливає на побудову альянсу, переживання контрпереносу та вміння інтегрувати ці динаміки у процес.

3. Динаміка прив'язаності є ключовим чинником у розвитку, змінах та інтеграції професійної ідентичності психотерапевта. Безпечна прив'язаність і позитивний досвід у супервізії сприяють формуванню зрілої, стабільної ідентичності, тоді як небезпечні стилі прив'язаності можуть стати джерелом труднощів, але водночас і точкою зростання. Важливим завданням професійного розвитку стає усвідомлення власних патернів прив'язаності, їхнє опрацювання в терапії та супервізії, а також інтеграція у професійну практику. Це дозволяє не лише підвищити ефективність роботи з клієнтами, а й зберегти стійкість і цілісність професійного «Я».

References :

- Гречаник М. І. Соціально-психологічні аспекти прив'язаності індивіда. *Габітус*. 2025. Т. 1. № 72. С. 66-71.
- Гречаник М.І., Ткалич М.Г. Еволюційні чинники становлення прив'язаності індивіда. *Журнал сучасної психології*. 2025, №1(36), 28-35.
- Barber J. P., Connolly M. B., Crits-Christoph P., Gladis L., Siqueland L. Alliance predicts patients' outcome beyond in-treatment change in symptoms, 2009, 234 p.
- Barreto J. F., Matos P. M. Attachment mismatches and alliance: Through the pitfalls of mentalizing countertransference. *Psychoanalytic Psychology*, 2022, №39(3), P. 276.
- 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.
- Bucci S., Seymour-Hyde A., Harris A., Berry K. Client and Therapist Attachment Styles and Working Alliance. *Clin Psychol Psychother*. 2016 №23(2) P.155-65.
- Castonguay L. G., Hill C. E. *How and why are some therapists better than others?: Understanding therapist effects* American Psychological Association, 2017, 365 p.
- Caza B. B., Vough H., Puranik H. Identity work in organizations and occupations: Definitions, theories, and pathways forward. *Journal of organizational behavior*, 2018, № 39(7), P. 889-910.
- Cruwys T., Lee G. C., Robertson A. M., Haslam C., Sterling N., Platow M. J., Walter Z. C. (2023). Therapists who foster social identification build stronger therapeutic working alliance and have better client outcomes. *Comprehensive Psychiatry*, 2023, №124, P. 152394.
- Degnan A., Seymour-Hyde A., Harris A., Berry K. The Role of Therapist Attachment in Alliance and Outcome: A Systematic Literature Review. *Clin Psychol Psychother*. 2016 Jan-Feb; №23(1), P. 47-65.
- Degnan A., Berry K., Humphrey C., Bucci S. The relationship between stigma and subjective quality of life in psychosis: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 2021, № 85, P. 102003.
- Degnan A., Shattock L., Edge D., Muller C., Berry K. Associations between attachment, therapeutic alliance, and engagement in black people with psychosis living in the UK. *Journal of Mental Health*, 2022, №31(5), P. 716-723.
- Eichenberg C., Aranyi G., Rach P., Winter L. (2022). Therapeutic alliance in psychotherapy across online and face-to-face settings: A quantitative analysis. *Internet Interventions*, 2022, №29, P. 100556.

- Gelso C. J., Nutt Williams E., Fretz B. R. *Counseling psychology*. American Psychological Association, 2014, 345 p.
- Hayes J. A., Gelso C. J., Hummel A. M. (2011). Managing countertransference. *Psychotherapy*, 2011, № 48(1), P. 88.
- Hartung P. J., Blustein D. L. Reason, intuition, and social justice: Elaborating on Parsons's career decision-making model. *Journal of Counseling & Development*, 2002, №80(1), P. 41-47.
- Hazan C., Shaver P. R. Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological inquiry*, 1994, № 5(1), P. 1-22.
- Hiebler-Ragger M., Nausner L., Blaha A., Grimmer K., Korlath S., Mernyi M., Unterrainer H. F. (2021). The supervisory relationship from an attachment perspective: Connections to burnout and sense of coherence in health professionals. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 2021, №28(1), P. 124-136.
- Hill C. E., Knox S. Processing the therapeutic relationship. *Psychotherapy research*, 2009, №19(1), P.13-29
- Hill C. E., Spiegel S. B., Hoffman M. A., Kivlighan Jr, D. M., Gelso C. J. Therapist expertise in psychotherapy revisited. *The Counseling Psychologist*, 2017, № 45(1), P. 7-53.
- Horvath A. O., Del Re A. C., Flückiger C., Symonds D. Alliance in individual psychotherapy. *Psychotherapy*, 2011, № 48(1), P. 9.
- Iwakabe S. The relationship between client emotional expression and the working alliance: An exploration of emotional expression episodes, 2000, 234 p.
- Knox R., Cooper M. The therapeutic relationship in counselling and psychotherapy, 2014, 432 p.
- Lu Y., Kivlighan Jr D. M., Hill C. E., Gelso C. J. Therapist initial attachment style, changes in attachment style during training, and client outcome in psychodynamic psychotherapy. *Journal of Counseling Psychology*, 2022, №69(6), P. 794.
- Mallinckrodt B. The psychotherapy relationship as attachment: Evidence and implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2010, №27(2), P. 262-270.
- Marín-Cavestany M., De la Cruz M.Á., Durán J.I., Stiles B.J., Lahera G., Andrade-González N. Influence of Therapist Attachment Style on the Working Alliance in Individual Psychotherapy: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Clin Psychol Psychother*. 2025 № 32(1): P. 70025.
- Markin R. D., Kivlighan D. M., Marmarosh C., Ge S., Kealy D., Hewitt P. L. Group Leader and Member Here-and-now Focus and Therapeutic Factors: A Linguistic Inquiry and Word Count Analysis. *Psychotherapy Research*, 2025, 1-18.
- Marmarosh C. L., Robelo A., Solorio A., Xing F. Miles Away: Alliance and Cohesion in Online Group Psychotherapy. In *The Virtual Group Therapy Circle*. Routledge, 2023, 324 p.
- Mikulincer M., Shaver P. R., Sapir-Lavid Y., Avihou-Kanza N. What's inside the minds of securely and insecurely attached people? The secure-base script and its associations with attachment-style dimensions. *Journal of personality and social psychology*, 2009, № 97(4), P. 615.
- Muran J. C., Safran J. D., Samstag L. W., Winston A. (2005). Evaluating an alliance-focused treatment for personality disorders. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 2005, № 42(4), P. 532.
- Norcross J. C., Wampold B. E. A new therapy for each patient: Evidence-based relationships and responsiveness. *Journal of clinical psychology*, 2018, № 74(11), P.1889-1906.
- Orlinsky D. E., Rønnestad M. H. *How psychotherapists develop: A study of therapeutic work and professional growth*. American Psychological Association, 2005, 231 p.
- Pell M. J. *Therapist Self-Reported Attachment Organization and Countertransference Responses to Psychotherapy Clients* (Doctoral dissertation, Antioch University), 2022, 435 p.
- Petrowski K., Berth H., Beiling P., Renner V., Probst T. Patient's and the Therapist's Attachment Representations, Attachment to Therapists, and Self-Esteem-Change Through Psychotherapy. *Front Psychol*. 2021 №12, P. 711296.
- Proctor B., Inskipp F. (2018). Training for group supervision. In *Supervisor Training* (pp. 157-171). Routledge, 2018, 432 p.
- Reupert A. Social worker's use of self. *Clinical Social Work Journal*, 2007, № 35(2), P. 107-116.
- Rizou E., Giannouli V. An exploration of the experience of trainee integrative psychotherapists on therapeutic alliance in the light of their attachment style. *Health Psychol Res*. 2020, №8(3) P. 9177.
- Rønnestad M. H., Orlinsky D. E., Wiseman H. Professional development and personal therapy, 2016, 453 p.
- Rønnestad M. H., Skovholt T. M. The developing practitioner. *Growth and Stagnation of Therapists and Counselors*, 2013, 265 p.
- Rønnestad M. H., Orlinsky D. E., Willutzki U. Exploring influences of supervision on psychotherapists' professional development: Correlates across career-level cohorts. *Counselling Psychology Quarterly*, 2025, № 38(2), 297-319.
- Safran J. D., Muran J. C. *The therapeutic alliance in brief psychotherapy: General principles*. American Psychological Association, 1998, 235 p.
- Skovholt T. M., Trotter-Mathison M. *The resilient practitioner: Burnout and compassion fatigue prevention and self-care strategies for the helping professions*. L.: Routledge, 2016, 456 p.
- Steel C., Macdonald J., Schroder T. A systematic review of the effect of therapists' internalized models of relationships on the quality of the therapeutic relationship. *Journal of Clinical Psychology*, 2018, № 74(1), P. 5-42.

- Steele H., Steele M. *Handbook of attachment-based interventions*. Guilford Publications, 2019, 324 p.
- Super D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of vocational behavior*, 1980, №16(3), P. 282-298.
- Timulak L. Identifying core categories of client-identified impact of helpful events in psychotherapy: A qualitative meta-analysis. *Psychotherapy research*, 2007, № 17(3), P. 305-314.
- Timulak L., Keogh D. (2020). Emotion-focused therapy: A transdiagnostic formulation. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 2020, № 50(1), P. 1-13.
- Tufekcioglu S., Muran J. C. A relational approach to personality disorder and alliance rupture. *Integrated treatment for personality disorders New York: Guilford*, 2014, 546 p.
- Watkins Jr C. E., Milne D. L. (2014). *The Wiley international handbook of clinical supervision*. John Wiley & Sons, 2014, 234 p.
- Zilcha-Mano S. (2021). Toward personalized psychotherapy: The importance of the trait-like/state-like distinction for understanding therapeutic change. *American Psychologist*, 2021, №76(3), P. 516.

Гречаник Марія

PhD, викладач кафедри психології, Запорізький національний університет, Запоріжжя (Україна)

ДИНАМІКА ПРИВ'ЯЗАНOSTІ ПСИХОТЕРАПЕВТА ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

АНОТАЦІЯ

У статті здійснено теоретичний аналіз феномену динаміки прив'язаності психотерапевта та її ролі у становленні професійної ідентичності фахівця допомагаючих професій. Показано, що процес формування та трансформації стилів прив'язаності психотерапевта є багатовимірним і залежить від поєднання індивідуально-психологічних, професійних та реляційних чинників. Динаміка прив'язаності визначається як взаємодія трьох рівнів: особистісного (життєвий досвід, ранні стосунки, здатність до саморефлексії), професійного (вплив супервізійного та колегіального середовища, етичних норм і культури організації) та процесуального (характер терапевтичного альянсу, контрперенос, інтенсивність емоційного залучення).

Встановлено, що стиль прив'язаності психотерапевта виконує опосередковувальну функцію у формуванні якості робочого альянсу та впливає на глибину терапе-

втичного контакту. Безпечний стиль сприяє довірі, стабільності та гнучкості взаємодії, тоді як тривожний і уникаючий стилі можуть призводити до емоційного виснаження, порушення меж або надмірного дистанціювання. Динаміка прив'язаності проявляється у зміні патернів реагування терапевта на клієнтські переживання, здатності витримувати контрперенос та зберігати професійну позицію в умовах високої емоційної напруги.

Наголошується, що розвиток професійної ідентичності психотерапевта тісно пов'язаний із рівнем усвідомлення власних схем прив'язаності, здатністю до інтеграції особистісного досвіду в професійну роль та рефлексією власних емоційних реакцій у процесі терапії. Психотерапевт, який здатен усвідомлювати та регулювати власну динаміку прив'язаності, більш ефективно формує робочий альянс, підтримує клієнта у кризових станах та зберігає професійну стійкість.

Розглядається значення супервізії, особистої терапії та професійного наставництва як механізмів розвитку безпечної прив'язаності у фахівця. Зроблено висновок, що динаміка прив'язаності психотерапевта виступає ключовим чинником його професійної ідентичності, впливаючи не лише на якість терапевтичного процесу, а й на рівень емоційної зрілості, автентичності та здатності до емпатійного залучення.

Ключові слова: прив'язаність, динаміка прив'язаності, робочий альянс, психотерапія, професійна ідентичність, контрперенос, стилі прив'язаності, емоційна регуляція, психічне здоров'я.

Mariia Hrechanyk

PhD, Lecturer, Department of Psychology, Zaporizhzhya National University, Zaporizhzhia (Ukraine)

THE DYNAMICS OF THERAPIST ATTACHMENT AS A FACTOR OF PROFESSIONAL IDENTITY

ABSTRACT

The article presents a theoretical analysis of the dynamics of therapist attachment as a significant factor in the development of professional identity. It is argued that the therapist's attachment patterns evolve through a complex interaction between personal, professional, and relational variables that collectively determine the quality and stability of the therapeutic alliance. The dynamics of attachment are conceptualized across three interrelated levels: personal (early attachment experiences, interpersonal relationships, capacity for self-reflection), professional (supervision, collegial support, ethical and organizational culture), and processual (countertransference reactions, degree of emotional involvement, and clinical complexity).

The study highlights that the therapist's attachment style functions as a mediating variable influencing the quality of the working alliance and the depth of therapeutic engagement. A secure attachment style facilitates trust, emotional stability, and flexibility in interaction, contributing to the maintenance of contact even in emotionally charged or challenging sessions. In contrast, anxious or avoidant attachment styles may lead to overinvolvement, emotional exhaustion, boundary violations, or excessive distancing, thereby complicating the therapeutic process. The ability of the therapist to recognize and regulate their own attachment-related responses determines how effectively they can sustain the alliance, manage countertransference, and support the client's psychological change.

The development of a psychotherapist's professional identity is shown to depend on the level of awareness and integration of personal attachment schemas into the professional role, as well as the ability to transform emotional responses into therapeutic competence. Supervision, personal therapy, and reflective practice are identified as key mechanisms promoting the formation of secure attachment and professional maturity.

The findings emphasize that the dynamics of thera-

pist attachment represent a crucial psychological factor underlying professional identity, emotional regulation, and therapeutic efficacy. Understanding and integrating one's own attachment dynamics allows psychotherapists to maintain authenticity, empathy, and resilience within the therapeutic relationship, thus ensuring both professional effectiveness and personal psychological well-being.

Keywords: attachment, therapist attachment dynamics, working alliance, psychotherapy, professional identity, countertransference, attachment styles, emotional regulation, therapeutic relationship.

How to cite (як цитувати):

Hrechanyk, M. THE DYNAMICS OF THERAPIST ATTACHMENT AS A FACTOR OF PROFESSIONAL IDENTITY. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 11(9), 68–77. <https://doi.org/10.31108/1.2025.11.9.5> [in Ukrainian]

Гречаник, М. ДИНАМІКА ПРИВ'ЯЗАНOSTІ ПСИХОТЕРАПЕВТА ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ. *ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС*, 11(9), 68–77. <https://doi.org/10.31108/1.2025.11.9.5>

Дата отримання статті: 13.07.2025

Дата рекомендації до друку: 21.09.2025

Дата оприлюднення: 30.09.2025