DIWA E-Journal, Tomo 10 (2025), 106-122

Saloobin ng mga Kabataang Nasa Hustong Gulang sa Mga Attachment Object: Isang Kwalitatibong Pagsusuri

Voltaire Carlo T. Garcia
Trinity University of Asia at Unibersidad ng Pilipinas Diliman

Abstrak

Karaniwang tinitingan sa mga pag-aaral na ang patuloy na pagiging *attached* sa mga bagay ng mga nasa hustong gulang ay isang isyu sa kalusugan ng isip. Gayunpaman, ayon sa mga kasalukuyang perspektibo, puwede rin itong maging isang normatibong karanasan (ibig sabihi'y nararanasan ng pangkaraniwang taong hindi nakararanas ng isyung pangkaisipan). Sinaliksik ng kasalukuyang pag-aaral gamit ang onlayn na panayam at paglalahad ng litrato ang karanasan ng anim na kabataang Pilipinong nasa hustong gulang na patuloy binibigyang-halaga ang kanilang *attachment object* mula pagkabata. Maaaring kasama rito ang mga *stuffed toy*, manika, unan, kumot, o anumang bagay na karaniwang pagmamay-ari ng mga bata. Sa pagsusuri gamit ang *codebook thematic analysis* nagpakita ng maraming gamit at turing ang mga kalahok para sa mga attachment object. Mula sa pagkabata hanggang ngayon, ginagamit ng ilan ang mga ito para pagaanin ang kanilang loob, partikular sa oras ng pangangailangan. Dahil dito nakapagdudulot ang mga ito sa kalahok ng mga positibong karanasan at ginhawa. Sa pagsapit ng hustong gulang, nagbabago rin kung paano nila tinitingnan ang mga bagay na ito. Naaalala ng ilan ang kanilang pagkabata at mga mahal sa buhay sa pamamagitan ng mga ito. Nakahihiya naman para sa ilan ang patuloy na paggamit ng mga ito, at unting-unting nagbabago ang kanilang interes. Kaya naman, iba-iba ang kanilang mga tugon sakaling mawala ang mga ito. Dahil sa mga pagbabagong ito, tinitimbang ng mga kalahok bilang mga nasa hustong gulang kung papanatilihin, papalitan, o tuluyang bibitawan na ang mga minamahal na attachment object mula pagkabata.

Mga susing salita: normatibong attachment sa bagay, ginhawa, paglalahad ng litrato, kabataang nasa hustong gulang

Garcia (Departamento ng Sikolohiya, Trinity University of Asia at Unibersidad ng Pilipinas Diliman): vctgarcia@tua.edu.ph
Pambansang Samahan sa Sikolohiyang Pilipino ISSN 2350-7624
4-A Alcal Building, 285 Katipunan Ave., Quezon City: http://www.pssp.org.ph/diwa/diwa-8/

Abstract

Many studies often view continued attachment to objects by adults as a marker of potential mental health issues. Yet, according to current perspectives it can also be a normative experience (i.e., commonly experienced even by those without any mental health issues). The current study explored, using online interviews and photo elicitation, the experiences of six Filipino young adults who continue to value their childhood attachment objects. These objects included stuffed toys, dolls, pillows, blankets, or any other items often owned by children. Using codebook thematic analysis revealed participants assign various uses and meanings to these objects. From childhood until the present, some use them to feel at ease especially in times of need, resulting in positive experiences and a sense of comfort. Upon reaching young adulthood, their perceptions of these objects have evolved. Some are reminded of their childhood and loved ones; some admit feeling embarrassed if others were to learn about these objects; and others notice that their interests have changed. That is why their responses differ regarding the potential loss of these objects. Given these changes, participants who are now young adults often face decisions about whether to keep, replace, or ultimately let go of their cherished childhood attachment objects.

Keywords: normative object attachment, well-being, photo-elicitation, young adults

PANIMULA

Maraming batang may bagay o laruang itinuturing na matalik na kaibigang parati nilang kasama sa pagtulog o paglalaro at nagpapagaan ng loob sa oras ng pangangailangan. Maraming termino ang karaniwang ginagamit sa literatura na tumutukoy sa mga bagay na ito tulad ng "transitional object" (Winnicott, 1953, p. 2), "comfort object" (Kalpidou, 2012, p. 1563), o kaya nama'y "security blanket" (Fortuna et al., 2014, p. 1). Ngunit hindi malinaw ang pagkakaiba ng mga ito sa isa't isa. Gagamitin para sa papel na ito ang terminong *attachment object* na nabanggit sa isang pag-aaral ni Passman (1977, p. 25) kung saan ito'y mga bagay na karaniwang ginagamit ng bata laban sa mga negatibong karanasan. Gayunpaman, hindi limitado ang paggamit ng mga bagay na ito para sa pagpapagaan ng loob dahil posibleng may iba't ibang gamit, turing, o halaga para sa mga bata. Itinuturing rin ng ilang mananaliksik tulad nina Yamaguchi & Moriguchi (2020, p. 2) ang attachment object bilang mga bagay na maaaring maging isang laruan, manika, *stuffed toy*, kumot, unan, o anumang bagay na pagmamay-ari ng isang bata. Angkop ang terminong ito dahil madaling mailalarawan ng mga nasa hustong gulang, na pokus ng pag-aaral, ang kanilang mga karanasan ng pagiging *attached* sa mga bagay na ito mula pagkabata.

Bagama't binibitawan ng karamihan sa mga bata ang mga bagay na ito sa paglaki, may ilan pa ring patuloy sa paggamit ng mga ito kahit sa pagtanda. Kadalasang iniuugnay ito sa mga pag-aaral bilang indikasyon ng ilang kondisyon sa pag-iisip (Lee & Hood, 2021; Timpano & Port, 2021), tulad ng borderline personality disorder (Hooley & Wilson-Murphy, 2012), hoarding disorder (Yap & Grisham, 2021), dementia (Stephens et al., 2013), at iba pang isyu sa kalusugan ng isip (Erkolahti et al., 2016). Ipinahihiwatig ng mga pananaliksik na ang matinding pagsandig sa mga attachment object ay isang potensyal na isyu sa pag-unlad ng tao na maaaring makaapekto sa mga aktwal na relasyon sa iba (Hooley & Wilson-Murphy, 2012). Gayunpaman, iminumungkahi ng ilang pag-aaral na ang patuloy na paggamit ng attachment object mula pagkabata tungo sa pagtanda bilang isang normatibong karanasan at hindi patolohikal (e.g. Dozier & Ayers, 2021). Maraming puwedeng gamit at turing ang iniuugnay ng tao sa kanilang mga ari-arian (Belk, 1988). Kadalasang ginagamit ang attachment object para tugunan ang mga nakababahalang karanasan, o kaya'y itinuturing ng ilan bilang matalik na kaibigan na kasama sa hirap at ginhawa (Gelman et al., 2022; Mead & Baumeister, 2021; Wan & Chen, 2021).

Maaaring magsimulang maging attached sa mga bagay ang bata sa mga unang taon sa buhay kapag nakararanas ng pag-aawat o *weaning* mula sa pangunahing tagapag-alaga (Lee & Hood, 2021; Winnicott, 1953). Napipilitang maghanap ang bata ng anumang bagay na puwedeng maging alternatibong sumimbolo sa kanilang tagapag-alaga at tugon din sa mga nakababahalang karanasan tuwing wala sa paligid ang tagapag-alaga. Tumutulong ang mga bagay na ito sa pag-unlad ng bata mula sa pagdepende sa tagapag-alaga tungo sa unti-unting hindi na pagdepende rito (Bowlby, 1969; Winnicott, 1953). Kaya naman nagiging panghalili ang mga bagay na ito sa presensiya ng tagapag-alaga sa oras ng pangangailangan. Maaaring maging attached sa mga bagay ang mga bata sa mga unang taon sa buhay, lalo na kung parating wala sa paligid ang kanilang tagapag-alaga. Ngunit, hindi sapat ang pagpapaliwanag kung bakit nananatili ang ilan sa paggamit ng mga bagay na ito hanggang sa paglaki.

Ayon naman sa teorya ng *attachment*, lumalapit ang mga tao sa ilang nakapagbibigay ng pakiramdam ng seguridad at ginhawa sa oras ng pangangailangan o tinatawag na *attachment figure* (Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007). Mula sa iba't ibang kalidad ng karanasan sa pag-aalaga noong pagkabata, nagbubunga ito sa pagkakaiba ng mga tao sa estilo ng attachment tungo sa iba (Fraley & Roisman, 2019; Parcon, 2011). Kung sapat ang pag-aalagang natanggap noon, nagkakaroon ng tiyak na attachment. Kung hindi naman sapat, nagkakaroon ng walang katiyakang attachment ang ilan.

Maaaring kailangang matiyak munang maaasahan ang iba sa oras ng pangangailangan dahil nahihirapang magtiwala o umasa sa iba. Puwedeng maituring bilang attachment figure ang mga bagay o ari-arian (Keefer et al., 2014). Kapansin-pansin ito sa mga taong may mataas na indikasyon ng walang katiyakang attachment dahil hindi nito bibiguin ang bata at natitiyak na nandiyan tuwing kailangan (Keefer et al., 2012; Keefer et al., 2014; Keefer & Rothschild, 2021). Natutuhan ng batang umasa sa mga bagay na ito lalo kung hindi kadalasang naroroon ang mga mahal sa buhay. Partikular rin sa ilang batang hinahanap ang mga bagay na ito dahil rin mga karanasan ng ginhawa na natatamo mula sa mga ito.

Ayon sa balangkas ng ginhawa ni Bautista (2011, p. 15), naghahangad ang tao ng mga karanasang positibo na dulot ay ginhawa sa pakiramdam, gaan ng loob, o kaya'y gana sa buhay na karaniwang kaakibat din ang pagtatamo ng "sarap" at "ligaya". Maaaring nagmumula ito sa mga karanasang tulad ng sarap sa pagtamo ng mga pangunahing pangangailangan, gana at gaan na harapin ang mga hamon sa buhay, at gawin ang mga bagay na nagdadala ng ligaya na iniuugnay sa pakiramdam ng ginhawa. Mapapansing nagdudulot din ng ginhawa para sa bata ang paggamit ng attachment object. Mula sa sarap dulot ng haplos sa tekstura o amoy na mayroon ang mga bagay ito, nakagagaan ng loob na kayanin at harapin ang hamon sa buhay tuwing kasama ang mga ito sa oras ng pangangailangan, at marami pang iba (Norberg & Rucker, 2021). Sa paglaki ng bata, maaaring nagpapatibay ang pagiging attached sa mga bagay na ito dahil sa mga positibong karanasan at ginhawang patuloy na natatamo kahit sa pagtanda (Mead & Baumeister, 2021). Bunga ng ilang karanasan noong kabataan, maaaring maghanap ang mga kabataan ng anumang bagay sa paligid na maaaring maging panghalili sa presensiya ng tagapag-alaga at tugunan ang mga nakababahalang karanasan. Marahil natutuhan ng bata na sumandig sa kanilang attachment object dahil natitiyak na nandiyan tuwing kailangan at natatamo ang kaginhawaan tuwing kasama ang mga ito. Gayunpaman, hindi sapat ang kasalukuyang kaalaman kung bakit may ilang taong pinipiling gamitin ang mga bagay na ito mula pagkabata hanggang sa pagtanda.

Puwang sa Literatura at Layunin ng Pag-aaral

Tulad ng nabanggit sa simula ng papel, maraming pag-aaral na itinuturing ang attachment sa mga bagay sa pagtanda bilang palatandaan ng problema sa pag-iisip (e.g. Lee & Hood, 2021; Timpano & Port, 2021). Ngunit sa pag-aaral na ito, nais talakayin ang patuloy na attachment sa mga bagay sa pagtanda bilang normatibo at hindi patolohikal (Brody et al., 2012; Dozier & Ayers, 2021; Ko et al., 2025; Mead & Baumeister, 2021). Dagdag pa rito, maraming pag-aaral mula sa iba't ibang bansa at kontekstong sinaliksik ang karanasan ng attachment sa mga bagay, ngunit limitado ito sa konteksto ng mga Pilipino. Tinutukan ng teorya ng attachment ni Bowlby (1969) ang presensya ng nag-iisang tagapag-alaga, kadalasan ng nanay, sa paglaki ng bata. Ngunit karaniwan sa konteksto ng Pilipinas na ang presensiya ng mga kamag-anak na tumatayo rin bilang tagapag-alaga bukod sa nanay (Alampay, 2014; Keller, 2016). Kaya naman maaaring makaapekto sa pangangailangan ng attachment object kung maraming tumatayong attachment figure para sa bata. Subalit, mapapansing may ilang Pilipino, bata man o hindi, na may attachment object.

Bahagi ng pagiging kabataang nasa hustong gulang ang partikular na mga hamon sa buhay: pagtatapos sa kolehiyo at pagpapasya ng karera, pagsisimula sa trabaho o sa gradwadong pag-aaral, pagtupad ng obligasyon sa pamilya habang maaaring nagsisimula ng sariling pamilya, at iba pa (Alampay, 2014; Fuligni & Pedersen, 2002; Hutchison et al., 2016). Puwedeng magpaigting ang pangangailangang panatilihin ng ilan ang paggamit ng attachment object sa mga hamong ito dahil patuloy na nagdudulot ito ng mga positibong karanasan at ginhawa. Bilang mananaliksik na may kaparehong karanasan sa mga kalahok, may attachment object din ako mula sa pagkabata na isang maliit na stuffed toy na pinangalanang "Teddy". Nakatulong sa akin ang karanasang kasama si Teddy

sa pag-unawa at pagpapahalaga sa karanasan ng tulad ng ibang may attachment object mula pagkabata. Batay sa aking karanasan at sa nakaraang mga pananaliksik, maaaring mapagkukunan ng ginhawa at iba pang positibong karanasan ang mga bagay na ito (Keefer et al., 2014; Wan & Chen, 2021). Layunin ng kasalukuyang pag-aaral na saliksikin ang normatibong karanasang sa pagiging attached sa mga bagay. Partikular na pokus sa papel ang mga saloobin at mga karanasan sa pagtatamo ng ginhawa mula sa attachment object para sa mga kabataang Pilipinong nasa hustong gulang.

METODOLOHIYA

Pagpili ng mga Kalahok

Isinagawa ang isang kwalitatibong pag-aaral kung saan inimbitahan para sa onlayn na panayam, sa pamamagitan ng Zoom ang *purposive sample* ng anim na Pilipinong may edad mula 18 hanggang 29. Sapat ang pag-imbita ng anim na kalahok para makabuo ng mga temang nakalap mula sa panayam at mapanatili rin ang pagtutuon sa kanilang iba't ibang karanasan. Pangunahing batayan para lumahok sa pag-aaral ang patuloy na pagmamay-ari ng isang attachment object mula sa unang taon ng buhay hanggang bago maging mga binata o dalaga. Kasama nito ang mga stuffed toy, unan, kumot, manika, laruan, or anumang bagay na karaniwang pagmamay-ari ng isang bata. Dahil sa pokus sa normatibong attachment sa mga bagay, hindi dapat nabigyan ang mga kalahok ng anumang pormal na *diagnosis* sa kondisyon sa kalusugan ng isip. Makikita sa Apendiks A ang talahanayan na deskripsyon ng mga kalahok.

Metodo ng Pananaliksik at Pagsusuri ng Datos

Lubos na isinaalang-alang ang etika sa pananaliksik na ito at inaprubahan ang pag-aaral sa UP Diliman - College of Social Sciences and Philosophy - Ethics Review Board noong Setyembre 30, 2022 (CSSPERB-8-B-2022-009).

Sa pag-aanyaya ng mga potensyal na kalahok, sinagot ang dalawang onlayn na talatanungan para sa *screening* gamit ang Qualtrics. Kasama sa inisyal na screening ang binagong bersyon ng *Chestnut Lodge Transitional Object Scale* (Free, 1985 na binanggit nina Bachar et al., 1998) para malaman kung patuloy ang kalahok sa pagmamay-ari ng isang attachment object mula pagkabata. Nakatanggap sa email ang mga nais maging kalahok ng kopya ng *form* ng mga impormasyon tungkol sa pag-aaral. Kasali sa pangalawang talatanungang para sa screening ang 18 aytem na *Difficulties in Emotion Regulation Scale – Short Form* o DERS-SF (Kaufman et al., 2015). Ginamit ang iskalang ito bilang pang-screen upang mabawasan ang posibilidad na may kondisyon sa kalusugan ng isip ang mga kalahok, at ang pagkaranas ng pagkabalisa sa paglahok dahil sa pokus ng pag-aaral ang pagkabata at mga relasyon sa pamilya, na maaaring magdulot ng negatibong emosyon. Hindi na inanyayahan sa patuloy na paglahok ang mga nakakuha ng iskor na 39 at pataas, at binigyan ng *debriefing form* sa email na nagpapaliwanag kung bakit kinakailangang huminto sa paglahok. Binigyan din sila ng mga impormasyon at detalye ng mga contact para sa mga serbisyo sa kalusugan ng isip. Hiningan ang mga kwalipikadong kalahok na may iskor na 38 pababa sa DERS-SF ng pahintulot sa paglahok ng pag-aaral at ilang demograpikong impormasyon. Hindi ginamit ang DERS-SF bilang pangunahing iskala sa pangangalap ng datos dahil ito'y isang kanluraning iskala; bagkus ay umalalay sa pag-screen sa kakayahan ng kalahok sa pangangasiwa ng emosyon.

Gamit ang nabuong *semi-structured* na gabay sa onlayn na pakikipanayam, nakapanayam ko ang mga kalahok sa oras na libre sila. Hiningi ko ang pahintulot na itala ang panayam para sa transkripsyon. Para mapangalagaan ang kanilang personal na impormasyon, binago ang mga pangalan nila para sa

papel na ito. Umiikot ang mga katanungan sa mga paksa tulad ng (1) ugnayan sa pamilya noon at ngayon, (2) paglalarawan sa attachment object at mga karanasan kasama ito, at (3) sakaling mawala ito, ano ang mararamdaman at gagawin ng kalahok. Sa mga pananaliksik sa Sikolohiyang Pilipino, iminumungkahi na maabot ng mananaliksik ang antas ng pakikipagpalagayang-loob ng tunguhan sa mga kalahok; at na hindi ituring o kumilos na mas mataas ang mananaliksik sa kanilang mga kalahok (Berger, 2015; Pe-Pua, 2005; Santiago & Enriquez, 1982). Nakatulong sa pag-abot sa antas ng palagay ang loob nang ipinahayag kong sa simula ng panayam ay may karanasan akong kapareho ng karanasan ng kalahok. Partikular na tulad nila, mayroon din akong sariling attachment object mula pagkabata. Sa pagkilala sa mga katulad na karanasang ito ay nakatulong sa pagbibigay-diin sa halaga ng iba't ibang karanasan ng kalahok. Tinitiyak din nitong bukas sa kalooban ng mga kalahok ang pagbabahagi ng kanilang mga kuwento at karanasan kasama ang attachment object. Bukod dito, iniwasan ring itanong sa panayam ang mga paksang hindi nais mapag-usapan ng kalahok. Tumagal ang mga panayam nang humigit-kumulang 1 1/2 hanggang 2 1/2 na oras.

Hiniling din sa kanilang maghanda ng dalawang litratong kasama ang attachment object para ibahagi sa panayam. Maaaring mula sa pagkabata at sa kasalukuyan ang mga litratong ito. Ginamit ang mga litrato upang mahikayat ang mga kalahok na mas makapagbahagi ng mga karanasan, partikular ng kanilang mga saloobin, kasama ang attachment object (Meo, 2010). Tinago sa litrato ang mga mukha ng kalahok at iba pang indibidwal para hindi makilala. Kasama sa form ng mga impormasyon tungkol sa pag-aaral ang paghingi ng pahintulot na maisama ang mga litrato sa paglalahad ng resulta para sa publikasyon. May opsyon sila kung nais nilang ibahagi sa papel na ito ang lahat, isa, o wala sa mga litratong ibabahagi sa panayam. Kalakip ng paglalahad sa papel na ito ang bahagi ng ilan sa mga litratong pinahintulutan ng mga kalahok na mapasama sa talakayan ng resulta (tingnan sa Pigura 1-4).

Bilang bahagi ng pag-*validate* sa mga kinasapitan ng pag-aaral, pinakita sa mga kalahok ang paunang resulta ng pananaliksik at hiningi ang kanilang kumpirmasyon sa mga ito pagkatapos ng halos isang buwan ng panayam. Ngunit kalahati lamang sa mga kalahok ang nakatugon kahit pagkatapos ng *follow-up*. Sa pagbuo ng mga tema mula sa mga transkripsyon, sinuri ang mga datos gamit ang *Codebook Thematic Analysis* mula sa *critical realist* na lente (DeCuir-Gunby et al., 2011; Wiltshire & Ronkainen, 2021). Sa pamamagitan ng lenteng ito, napalitaw ang mga hindi tuwirang pahayag ng mga kalahok at na isaalang-alang ang papel ko bilang mananaliksik na may kaparehong karanasan sa pagkalap at pagsusuri ng datos mula sa panayam kasama ang kalahok. Dagdag rito, ginamit ko ang QDA Miner Lite, isang *open source* na programa sa pagsusuri at pagbuo ng codebook. Nakalakip ang buod ng mga tema sa Apendiks B.

RESULTA AT TALAKAYAN

Sa seksyong ito, tinatalakay ang mga naibahaging saloobin ng mga kalahok sa attachment object at mga napansing pagbabago sa sarili dahil sa pagtanda. Kabilang dito ang mga damdaming dulot ng mga attachment object tulad ng (a) nakagagaan ng loob sa oras ng pangangailangan, (b) nakapagpapa-alala sa pagkabata. Kasama rin ang pakiramdam kaugnay ng attachment object na ang mga ito ay (c) nakahihiyang malaman ng ibang tao, at ang obserbasyon sa sariling (d) nag-iiba na ang kanilang mga interes. Tinalakay rin kung anong mararamdaman ng kalahok sakaling mawala ang mga bagay na ito.

Nakagagaan ng Loob sa Oras ng Pangangailangan

Mula pagkabata hanggang ngayon, ginagamit ng ilang kalahok ang mga attachment object upang matamo ang ginhawa gaya ng mapagaan ang loob at pangangasiwaan ang emosyon sa oras ng

pangangailangan. Para sa ilang kalahok, may partikular na tekstura o amoy ang mga bagay na itong nakapapawi ng pakiramdam ng pagkabalisa. Isa si Andi na binanggit na may himulmol ang *bolster* na unan na si "Kiskis" (tingnan ang Pigura 1) kaya: *"Kiskis as a verb po na 'kinikiskis' yung hand mo or face mo against the pillow kasi yung himulmol po ... kasi ... sarap siya sa sensation pag kinikiskis ko, 'yun po kaya Kiskis 'yung tawag ko sa kanya"*. Dahil sa dulot na ginhawa kapag hawak si Kiskis, pinanggagalingan din ito ng kapanatagan ng loob ni Andi.

Pigura 1. Si 'Kiskis', Isang Bolster na Unan ni Andi

Nakapagpapagaan ng loob makasama ang mga attachment object lalo na sa oras ng kawalan ng katiyakan o nakararamdam ng negatibong emosyon gaya sa nabanggit sa pag-aaral nina Ko et al., (2025). Partikular sa ilang kalahok tulad ni Andi na maaaring ituring nila ang mga bagay na ito bilang tagasuporta sa oras ng pangangailangan. Ani Rosie tungkol kay "Teddy" (stuffed toy na oso) na "*when I'm with Teddy ... it gives me a feeling na bad times are just times that are bad and they will pass like all bad times do ... and good things soon will happen din naman*". Para sa ilang kalahok tulad nina Andi at Rosie, nakagagaan ng loob at nagdudulot ng gana na harapin ang mga hamon sa buhay tuwing kasama ang attachment object, kaya napagtitibay rin ang pagpapatuloy sa paggamit nito. Ngunit, mahalagang ipunto na isa ang paggamit ng attachment object sa mga maraming mabisang paraan sa pangangasiwa ng emosyon.

Mas pinipili ng ilang kalahok ang mga attachment object para makakuha ng suporta sa halip na umasa sa ilang tao sa buhay, tulad ng kanilang mga magulang. Kaya naman, hinahanap-hanap ang mga bagay na ito, lalo sa oras ng pangangailangan at maaaring ituring na panghalili sa presensiya ng mahal sa buhay. Isa si Steva na mainam na lapitan ang kanyang "Popows", mga stuffed toy mula sa Blue's Clues, (tingnan ang Pigura 2) kaysa sa nanay niya dahil "*nahihirapan akong…mag-open up kay Mama pagdating sa mga problema sa buhay ... di ko siya masabihan or at least si Popow kaagad ang automatic object sa akin para ma-let out ko yung mga naging thoughts ko*". Para kay Steva, iniiwasan niyang magkaroon ng hindi pagkakaintindihan o away sa kanyang nanay. Kaya naman, awtomatikong kay Popows siya kumukuha ng suportang emosyonal. Tulad sa nabanggit nina Keefer & Rothschild (2021) at Mead & Baumeister (2021), nagiging panghalili sa presensiya ng ilang mahal sa buhay ang attachment object ng mga kalahok dahil noon pa ma'y dito sila laging nakakukuha ng pakiramdam ng suporta, seguridad, at naririyan ang mga bagay na ito tuwing kinakailangan.

Pigura 2. Mga Attachment Object ni Steva na sina ‘Popows’

Kapansin-pansin mula sa mga naunang sipi ang mga pagkakataong hindi matiyak na maaasahan ang emosyonal na suporta sa iba, kaya itinuturing na tagasuporta rin ang attachment object. Mas nakagagaan ng loob ang mga bagay na ito dahil hindi mararanasan ang imbalidasyon, ginagamit para pangasiwaan ang emosyon, at natatamo ang ginhawa tuwing kasama ang mga ito. Ayon kina Keefer et al. (2014) maaaring mas totoo para sa ilang kalahok na maaasahan ang mga attachment object dahil minsa’y nahihirapan silang umasa sa ibang tao. Mula sa mga positibong karanasang nakukuha ng kalahok, maaaring inihalintulad ang mga bagay na ito sa kanilang mga minamahal sa buhay.

Binigyang-buhay ng ilang kalahok ang attachment object at itinuturing na isang matalik na kaibigan. Isa si SL na itinuring si “Gale”, isang Shadow Lugia Pokémon, bilang partner (tingnan ang Pigura 3). Aniya: *"best word’s like a partner kasi when you use a Pokémon also na parang it’s a partner Pokémon for me that’s by my side, giving support pero at the same time ... I get feedback as sounding board"*. Tulad sa nabanggit nina Gelman et al. (2022) at Wan & Chen (2021), ang mga interaksyon o pagbibigay-buhay sa mga bagay na ito ay nagpapakita kung paanong itinuturing na tagasuporta dahil nakararamdam ang ilan sa mga kalahok ng *consistency* at pagkakaroon ng laging kasama. Dagdag pa rito, maaaring maging isang perpektong karelasyon ito. Tulad kay Rosie: *“I’m in a perfect relationship with Teddy because Teddy is me, it’s like having [a] relationship with myself, that’s something I cannot get from other people”*. Kapansin-pansin ang mga attachment object na nagsisilbi ring ekstensyon ng sarili tulad sa mga binanggit nina Diesendruck & Perez (2015). Kaya maaaring ipinapahiwatig na nanggagaling din sa kalahok ang pinagmulan ng kaginhawaang nararanasan kasama ng mga attachment object.

Pigura 3. Ang Attachment Object ni SL, si ‘Gale’

Nakapagpapa-alala sa Pagkabata at mga Mahal sa Buhay

Pagsapit sa hustong gulang, pinapanatili ng ilang kalahok ang mga attachment object dahil isa itong paalala ng pagkabata at mga paboritong kathang-isip na karakter o hayop noon. Isang halimbawa si Rod (tingnan ang Pigura 4), na ang hilig sa mga dinosaur noon tulad ng mga *velociraptor* na pinapanood niya mula sa pelikulang "Jurassic Park". Aniya:

> *Etong si velociraptor ko, parang it's a way for me to go back to that … amazing phenomenological experience of being so amazed with the world around you yun, kasi pag tanda mo, na parang sa daming worries, na parang sa dami ng anxieties mo and hassles mo in life parang you don't have that default curiosity or amazement with things kasi …*

May pagbabago rin sa gamit ng mga bagay na ito. Para sa ilang kalahok tulad ni Rod nakatuon na sa pagtupad ng mga plano sa buhay at obligasyon sa pamilya kung saan nagdudulot ng kawalang katiyakan sa sarili. Maaaring makakagaan ng loob na maghangad sa mga panahong bata pa at mas simple ang buhay, na ngayo'y hindi na muling mararanasan. Ayon kina Wheeler & Bechler (2021) maaari ding may papel ang mga bagay na ito sa pagpapatuloy at pagbuo ng pagtingin sa sarili (o *sense of self*), kung saan nauugnay ang kanilang sarili noong kabataan (o *past self*) at ang pananaw sa sarili sa kasalukuyan (o *present self*). Kaya naman nais ng ilang kalahok tulad nina SL, Steva, at ni Rod na panatilihin ang pagmamay-ari sa mga attachment object dahil isang konkretong bagay itong sumisimbolo sa kanilang nakaraan.

Pigura 4. Ang Attachment Object ni Rod na Isang Velociraptor

Nagsisilbi ring paalala ang mga attachment object sa mga minamahal sa buhay. Tulad ni Thomas na naalala ang mga panahong kasama ang pamilya at si "Blankey" na isang kumot: "*I think the blanket serves as a confirmation that despite those things that they [kapatid at nanay] still love you and that you still love them ahm and that your relationship with them, your connection with with them would still remain intact*". Mas matingkad ito sa mga kuwento ng pagbabago sa dinamiko ng pamilya sa kasalukuyang hindi tulad noong mga bata pa sila gaya ng ibinahagi ni Thomas na ikinasal ang kanyang kapatid kamakailan. Tulad sa nabanggit nina Dozier & Ayers (2021) at nina Van Den Hoven et al. (2021), bukod sa mga paalala ng kabataan, maaaring isang konkretong bagay ang attachment object na maaaring sumisimbolo rin sa mga positibong karanasang kasama ang mga mahal sa buhay.

Nag-iiba na ang mga Pangangailangan at Interes

Bilang mga nasa hustong gulang, napapansin ng ilang kalahok na nag-iiba na ang kanilang mga pangangailangan at interes kumpara noon. Isang halimbawa si Rod:

> *Ang pinakamahalaga sa akin siguro ay yung laptop ko at yung mga hiking equipment, tsaka mga libro ... pero si velociraptor, wala itong gamit sa akin talagang display nalang siya pero nandun pa rin yung parang naa-amaze pa rin ako na kailangan ko siya i-keep.*

Makikita rito ang pagbabago ng turing ni Rod sa velociraptor. Pinapalaro na lang ito sa mga kamag-anak na bata tuwing bumibisita sa bahay. Binibigyang-diin sa papel nina Belk (1988) at Hutchison et al. (2016) na mas matimbang na ang halaga ng mga bagay na may kinalaman sa kasalukuyang karera at kinahihiligan. Gayunpaman, ipinahihiwatig ni Rod kung gaano kahalagang panatilihin at i-display na lang ang velociraptor dahil patuloy itong nagpapaalala sa pagkabata. Bukod dito, may ilang kalahok tulad ni Steva na ibinahaging nagsisimula na ring tumibay na ang kanyang mga ugnayan sa iba hindi tulad noong laging nasa tabi niya ang kanyang attachment object. Aniya: "*I can't see the difference sa relationship ko with my siblings with my Popow, kasi ngayong ... nung tumanda na kaming magkakapatid nagiging ano na kami support with one another pagdating sa mga problema*". Napagtanto niyang maaaring umasa sa mga kapatid para sa suportang emosyonal buhat ng paglalim ng kanilang relasyon habang tumatanda. Tulad sa natuklasan nina Yamaguchi at Moriguchi (2020) sa mga bata maaaring nawawala ang pagdepende sa attachment object para tugunan ang mga bagong hamon at pangangailangan sa buhay. Para sa ilang kalahok, maaaring mas makakatugon sa mga kasalukuyang problema ang pagsandig rin sa mga minamahal sa buhay.

Tinatalakay na ng mga nasa hustong gulang ang tanong tungkol sa paghahanap ng romantikong relasyon na siyang mahalaga sa edad na ito. Kaya tinatanong na rin ng ilang kalahok ang sarili kung ano ang lugar ng mga attachment object sa mga romantikong relasyon, lalo na kapag nagsimula na silang bumuo ng pamilya. Tulad ni Rosie na binanggit na *"iniisip ko lang ... I'm always wondering how I would be in the future, like ten years from now would I still have Teddy? 'Yun nga in the marital bed (tumawa) would I still have Teddy?"*. Dahil kasama niya si Teddy sa hirap at ginhawa, idiin ni Rosie na pananatilihin niya ito hangga't maaari. Ngunit nandoon na rin ang pag-aalangan sa papel ng kanyang Teddy lalo na sa kinabukasan kasama ang kasintahan niya. Maaaring magkaroon ng pagbabago sa paggamit sa mga attachment object kung dumating ang oras na ikonsidera ang pagsisimula ng pamilya. Bilang mga nasa hustong gulang, nagiging prayoridad para sa ilang kalahok na pagtibayin ang relasyon sa kapareha at mga minamahal sa buhay. Kaya naman hindi na lang mula sa attachment object ang pinagmumulan ng ginhawa, kundi pati na rin sa mga minamahal sa buhay.

Nakahihiyang Malaman ng Iba

Inamin ng ilang kalahok na nakahihiya at baka tignan silang mukhang bata kung malaman ng ibang mayroon pa silang attachment object mula pagkabata. Ani Thomas "*I mention about the blanket to anyone who's not part of the immediate family I would be embarrassed, yon even if I know there's a theory about it na based on psychodynamic theory, I would still feel embarrassed*". Mas malamang na tingnan bilang nakahihiya para sa ilang kalahok tulad nina Thomas at Steva ang patuloy na pagmamay-ari sa mga bagay na ito kung malaman ng iba. Mula naman kay Steva: "*Nakahihiya kasi tignan kasi ang iisipin ng ibang tao when you're already at the age of twenty you should be doing things na hindi ganun childish ... I was afraid that they'll think of me as a child*". Maaaring tingnan ng iba na pambata lamang ang pagmamay-ari niya ng attachment object, partikular dahil ito'y isang karakter na karaniwang nauugnay sa mga bata. Idinagdag ni Steva na mainam palitan ito ng iba:"*Feeling ko maintindihan ito ng ibang taong nasa edad ko na mayroon akong stuffed toy ni Pokémon, kasi Pokémon iyon*". Dahil dito, puwedeng gumawa ang

ilan ng mga paraan upang maiwasang malaman ng iba ang tungkol sa kanilang attachment object tulad ng pagpapalit ng mga bagay na naaangkop sa edad. Gayunpaman, nakikita sa pangangatwiran o paghahanap ng mga ibang bagay na mahalaga sa ilang kalahok na panatilihin ang pakiramdam ng pagiging attached sa isang bagay dahil sa dulot nitong ginhawa.

Madali o Mahirap bang Mawalay sa mga Bagay na Ito?

Tinanong sa panayam ang posibilidad na mawala ang attachment object, iba-iba ang sagot ng mga kalahok. Makakaramdam ang ilang kalahok ng matinding lungkot kung mawala ang mga bagay na ito, tulad ni Andi na sinabing *"Naku, I would be devastated, if ever for example may calamity ganyan, nasunog... God, I don't want to think about it pero ... I would be so devastated ... para akong namatayan ng family member*". Dahil kasama na niya si Kiskis sa hirap at ginhawa, mahirap at mabigat ang mararadaman kung mawala ang attachment object. Lalong mahirap din para sa ilan na palitan ng ibang bagay. Dagdag rito, itinuturing ng ilang kalahok na matalik na kaibigan at tagasuporta sa oras ng pangangailangan kaya ang pagkawala ng mga bagay na ito ay maihahalintulad na tila nawala ang presensiya ng mahal sa buhay.

Sa kabila nito, may ilang kalahok na makakaramdam ng lungkot kung mawala ang mga bagay na ito ngunit hindi ganoong kabigat ang mararamdaman. Isang halimbawa si Rod: "*malulungkot siyempre tapos feeling ko magkakaroon ako ng moving on phase kapag nawala yung velociraptor ... since alam ko naman kasi na object lang siya unlike sa isang tao feeling ko naman di ganoon ka intense ... yung grief*". Nang tanungin kung papalitan niya ito, sinabi ni Rod na maaaring palitan ito kung makahanap ng eksaktong modelo, ngunit hindi nito mapapalitan ang nauna. Maaaring hindi kasing-bigat para sa ilan ang mararamdaman kung mawala ang attachment object, posibleng dahil sa mga pagbabago sa kanilang mga hilig. Maaaring pinapahalagahan na sa kasalukuyan ang mga ari-ariang may kinalaman sa trabaho o libangan.

KONGKLUSYON

Matingkad sa mga kuwentong ibinahagi ng mga kalahok na nakapagdudulot ng ginhawa ang mga attachment object. Mula sa mga saloobing naibahagi ng kalahok, ang ginhawa'y naihahatid ng pagtamo ng sarap na dulot ng amoy at teksturang mayroon ang mga bagay na ito, gaan ng loob, ganang harapin ang mga hamon sa buhay, at marami pang iba. Pinapakita ng papel na itong puwedeng tingnan ang pagiging attached sa mga bagay mula kabataan bilang normatibong karanasan at hindi patolohikal. Napapatibay ang pananatiling gamitin ang mga bagay na ito ng kalahok dahil sa dulot na ginhawa at pagsulong sa kanilang pangkabuuang kagalingan tungo sa pagiging ganap na nasa hustong gulang. Hinihikayat ko sa mga susunod na pag-aaral na tingnan pagiging attached sa mga bagay ng mga tao bilang isang potensyal na paksang maaaring magpalalim sa ating pag-unawa at pagbabalangkas ng ginhawa.

Lalong mahalaga ito sa pagsapit sa isang yugto ng buhay ng mga kalahok, na may partikular na mga karanasan, hamon, at obligasyong kaakibat ng pagiging nasa hustong gulang. Sa ganitong paraan, maaaring makatulong ang mga attachment object sa pagtawid bilang mga binata o dalagang papunta sa pagiging ganap na nasa hustong gulang, at maaaring nagsisilbi rin bilang *transitional object* tulad ng nabanggit nina Ko et al. (2025) at, noon pa man, ni Winnicott (1953) din. Ngunit, kaakibat ng pagsapit sa hustong gulang ay tinitimbang na rin ang lugar at halaga ng attachment object buhat nang tumatanda na ang mga kalahok. Maaasahang nakararanas ng mga pagbabago sa gamit at turing sa mga bagay na ito. Kaya naman, iba-iba ang tugon ng mga kalahok sa tanong kaugnay ng pagkawala ng attachment object. Magbago man o hindi ang paggamit at pagtuturing ng mga kalahok sa mga bagay na ito ay kita pa rin ang dulot ng samu't saring karanasan sa ginhawa.

Napapakita sa pag-aaral na ito ng ilang pagkakapareho sa paggamit at pagtuturing na sinaliksik ng iba. Mula sa papel nina Keefer et al. (2014), ginamit rin ng mga kalahok ang mga attachment object para pangasiwaan ang emosyon at matamo ang emosyonal na suporta na hindi kadalasang nakukuha sa iba. Itinuturing ng ilang kalahok na matalik na kaibigan ang attachment object dahil kasama nila ang mga bagay na ito sa hirap at ginhawa gaya ng tinalakay nina Wan at Chen (2021). Bukod rito, may ilang naaalala ang mga positibong karanasan noon mula sa paggamit ng attachment object tulad ng nabanggit sa papel nina Dozier at Ayers (2021). Marahil may pagkakapareho sa gamit at turing sa mga attachment object sa pagtamo ng ginhawa at pangangailangan ng kalahok. Kaya naman, hinihikayat ang karagdagang pag-aaral sa karanasan sa pagiging attached sa mga bagay gaya ng mga sinaliksik ng ibang pag-aaral. Bukod rito, kapansin-pansin sa panayam na naka-i-enganyo ang paggamit ng mga litrato sa mga kalahok at nakapagbabahagi ng ilang karanasan kasama ang attachment object na hindi inaasahan mula sa nagawang gabay sa pakikipanayam. Hinihikayat sa ang mga susunod na pag-aaral na isama ang paglalahad ng litrato kasabay sa panayam, partikular kung nais itanong sa kalahok ang kanilang nakaraan. Ngunit kasama sa panayam ang pagbabahagi ng pagkabata, kaya inirerekomenda ang paggamit ng mahigpit na proseso ng pagpili ng kalahok at natitiyak nito na mababawasan ang potensyal na pagkabalisa o mga negatibong emosyon.

Bagama't tiningnan ang pag-aaral sa konteksto ng mga Pilipino, may ilang limitasyong kailangang ipunto. Maaasahang maraming iba't ibang paggamit at pagtuturing ang puwedeng iugnay sa mga bagay na hindi na nasasaklaw sa kasalukuyang pag-aaral; gaya ng paggamit ng mga ito ng mga matatanda. Tulad sa nabanggit nina Belk (1988) at Norberg & Rucker (2021) maaaring ang mga bagay na espesyal para sa mga tao ay puwedeng ituring rin bilang attachment object. Dagdag pa, ginamit ang terminong "attachment object" mula sa ilang pag-aaral tulad nina Yamaguchi at Moriguchi (2020) bilang hiram na konseptong naglalarawan sa mga bagay na may iba't ibang gamit at turing. Limitado sa ngayon ang alternatibong konsepto sa konteksto ng mga Pilipino, partikular ang salin sa konseptong "attachment". Maaaring suriin ng mga susunod na pag-aaral ang angkop na konsepto na makakapaglarawan sa pagiging attached ng mga Pilipino sa kanilang mga gamit.

Sa kabila ng mga limitasyong nabanggit, nagbigay ang kasalukuyang pag-aaral ng mga paunang ideya tungkol sa normatibong attachment sa mga bagay partikular sa konteksto ng mga Pilipino. Mula sa pagkabata, nagbibigay ang mga ito sa mga nasa hustong gulang ng mga positibong karanasan at nakatutulong sa pagtamo ng ginhawa sa kabuuan. Gayunpaman, pinapakita na nanggagaling sa sarili ang pagtamo ng ginhawa at pagsulong sa pangkabuuang kagalingan. Maaaring isa ang patuloy ng paggamit ng attachment object sa mga mabisang pamamaraan para makayanan ang pagtugon sa mga bagong hamon sa buhay at sa pakikipag-ugnayan sa kanilang mga mahal sa buhay.

PASASALAMAT

Lubos akong nagpapasalamat sa mga kalahok na naglaan ng oras at kuwento kasama ang kanilang mga attachment object. Partikular din kina Dr. Danielle Ochoa, sa fakulti, mga kapwa gradwadong mag-aaral mula sa Departamento ng Sikolohiya ng UP Diliman, at kay *Teddy* (ang aking attachment object) para sa kanilang napakahalagang gabay, suporta, at pagbibigay ng mga pananaw at puna na lubos nakalinang sa papel na ito.

Mga Sanggunian

Alampay, L. P. (2014). Parenting in the Philippines. In H. Selin (Ed.), *Parenting Across Cultures Childrearing, Motherhood and Fatherhood in Non-Western Cultures* (Vol. 7, pp. 105–121). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-7503-9_9

Bachar, E., Canetti, L., Galilee-Weisstub, E., Kaplan-DeNour, A., & Shalev, A. Y. (1998). Childhood vs. adolescence transitional object attachment, and its relation to mental health and parental bonding. *Child Psychiatry and Human Development*, *28*(3), 149–167. https://doi.org/10.1023/A:1022881726177

Bautista, V. (2011). Gaan at gana sa buhay: Sikolohiya ng sarap, ligaya, at ginhawa sa pananaw ng sikolohiyang pang-klinika. In J. A. R. Cantiller & J. A. Yacat (Eds.), *Isip: Mga Kaisipan sa Sikolohiya, Kultura, at Lipunang Pilipino*, (1, pp. 15–44).

Belk, R. W. (1988). Possessions and the extended self. *Journal of Consumer Research*, *15*(2), 139–168. https://doi.org/10.1086/209154

Berger, R. (2015). Now I see it, now I don't: Researcher's position and reflexivity in qualitative research. *Qualitative Research*, *15*(2), 219–234. https://doi.org/10.1177/1468794112468475

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Volume 1: Attachment* (2nd ed., Vol. 1). Basic Books.

Brody, S., Costa, R. M., & Hess, U. (2012). Sometimes a bear is just a bear: No evidence of nonclinical adult toy animal ownership indicating emotion dysregulation. *Journal of Adult Development*, *19*(3), 177–180. https://doi.org/10.1007/s10804-012-9149-z

Cassidy, J., Jones, J. D., & Shaver, P. R. (2013). Contributions of attachment theory and research: A framework for future research, translation, and policy. *Development and Psychopathology*, *25*, 1415–1434. https://doi.org/10.1017/S0954579413000692

DeCuir-Gunby, J. T., Marshall, P. L., & McCulloch, A. W. (2011). Developing and using a codebook for the analysis of interview data: An example from a professional development research project. *Field Methods*, *23*(2), 136–155. https://doi.org/10.1177/1525822X10388468

Diesendruck, G., & Perez, R. (2015). Toys are me: Children's extension of self to objects. *Cognition*, *134*, 11–20. https://doi.org/10.1016/j.cognition.2014.09.010

Dozier, M. E., & Ayers, C. R. (2021). Object attachment as we grow older. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 105–108. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.012

Erkolahti, R., Nyström, M., Vahlberg, T., & Ebeling, H. (2016). Transitional object use in adolescence: A developmental phenomenon or a sign of problems? *Nordic Journal of Psychiatry*, *70*(7), 536–541. http://dx.doi.org/10.1080/08039488.2016.1179339

Fortuna, K., Baor, L., Israel, S., Abadi, A., & Knafo, A. (2014). Attachment to inanimate objects and early childcare: A twin study. *Frontiers in Psychology*, *5*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00486

Fraley, R. C., & Roisman, G. I. (2019). The development of adult attachment styles: Four lessons. *Current Opinion in Psychology*, *25*, 26–30. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.008

Fuligni, A. J., & Pedersen, S. (2002). Family obligation and the transition to young adulthood. *Developmental Psychology*, *38*(5), 856–868. https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.856

Gelman, S. A., Davidson, N. S., & Umscheid, V. A. (2022). The role of object features and emotional attachment on preschool children's anthropomorphism of owned objects. *Cognitive Development*, *62*, 101165. https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2022.101165

Hooley, J. M., & Wilson-Murphy, M. (2012). Adult attachment to transitional objects and borderline personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, *26*(2), 179–191. https://doi.org/10.1521/pedi.2012.26.2.179

Hutchison, B., Leigh, K. T., & Wagner, H. H. (2016). Young adulthood: Emotional and social development. In D. Capuzzi & M. D. Stauffer (Eds.), *Human growth and development across the lifespan: Applications for counselors* (pp. 560-594). John Wiley & Sons.

Kalpidou, M. (2012). Sensory processing relates to attachment to childhood comfort objects of college students. *Early Child Development and Care*, *182*(12), 1563–1574. https://doi.org/10.1080/03004430.2011.630733

Kaufman, E. A., Xia, M., Fosco, G., Yaptangco, M., Skidmore, C. R., & Crowell, S. E. (2015). The difficulties in emotion regulation scale short form (DERS-SF): Validation and replication in adolescent and adult samples. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, *38*(3), 443–455. https://doi.org/10.1007/s10862-015-9529-3

Keefer, L. A., Landau, M. J., Rothschild, Z. K., & Sullivan, D. (2012). Attachment to objects as compensation for close others' perceived unreliability. *Journal of Experimental Social Psychology*, *48*(4), 912–917. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.02.007

Keefer, L. A., Landau, M. J., & Sullivan, D. (2014). Non-human support: Broadening the scope of attachment theory. *Social and Personality Psychology Compass*, *8*(9), 524–535. https://doi.org/10.1111/spc3.12129

Keefer, L. A., & Rothschild, Z. K. (2021). Attachment anxiety mitigates the well-being costs of object attachment. *Journal of Individual Differences*, *42*(1), 41–56. https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000328

Keller, H. (2016). Attachment. A pancultural need but a cultural construct. *Current Opinion in Psychology*, *8*, 59–63. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.10.002

Ko, C.-H., Liang, Y.-T., Liao, Y.-C., & Chen, H.-F. (2025). Exploring the relationship between transitional object attachment and emotion regulation in college students. *Healthcare*, *13*(1), 39. https://doi.org/10.3390/healthcare13010039

Lee, A., & Hood, B. (2021). The origins and development of attachment object behaviour. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 72–75. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.023

Mead, N. L., & Baumeister, R. F. (2021). Do objects fuel thyself? The relationship between objects and self-regulation. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 16–19. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.008

Meo, D. A. I. (2010). Picturing students' habitus: The advantages and limitations of photo-elicitation interviewing in a qualitative study in the city of Buenos Aires. *International Journal of Qualitative Methods*, *9*(2), 149–171. https://doi.org/10.1177/160940691000900203

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.

Norberg, M. M., & Rucker, D. D. (2021). The psychology of object attachment: Our bond with teddy bears, coffee mugs, and wedding rings. *Current Opinion in Psychology*, *39*, v–x. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.03.002

Parcon, A. M. C. (2011). The prediction of adult attachment orientation from perceived maternal and paternal parenting characteristics. *Philippine Journal of Psychology*, *44*(2), 131–152.

Passman, R. H. (1977). Providing attachment objects to facilitate learning and reduce distress: Effects of mothers and security blankets. *Developmental Psychology*, *13*(1), 25–28. https://doi.org/10.1037/0012-1649.13.1.25

Pe-Pua, R. (2005). Kros-katutubong perspektibo sa metodolohiya: Ang karanasan ng Pilipinas. *Binhi*, *1* (2). Quezon City: Pambansang Samahan sa Sikolohiyang Pilipino.

Santiago, C.E. & Enriquez, V.G. (1982). Tungo sa makapilipinong pananaliksik. In R. Pe-Pua (Ed.), *Sikolohiyang Pilipino: Teorya, Metodo at Gamit* (6th ed., pp. 155-160). University of the Philippines Press.

Stephens, A., Cheston, R., & Gleeson, K. (2013). An exploration into the relationships people with dementia have with physical objects: An ethnographic study. *Dementia*, *12*(6), 697–712. https://doi.org/10.1177/1471301212442585

Timpano, K. R., & Port, J. H. (2021). Object attachment and emotion (dys)regulation across development and clinical populations. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 109–114. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.013

Van Den Hoven, E., Orth, D., & Zijlema, A. (2021). Possessions and memories. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 94–99. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.014

Wan, E. W., & Chen, R. P. (2021). Anthropomorphism and object attachment. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 88–93. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.08.009

Wheeler, S. C., & Bechler, C. J. (2021). Objects and self-identity. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 6–11. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.013

Wiltshire, G., & Ronkainen, N. (2021). A realist approach to thematic analysis: Making sense of qualitative data through experiential, inferential and dispositional themes. *Journal of Critical Realism*, *20*(2), 159–180. https://doi.org/10.1080/14767430.2021.1894909

Winnicott, D. (1953). Transitional objects and transitional phenomena: A study of the first not-me possession. *International Journal of Psycho-Analysis*, *34*(2), 89–97.

Yamaguchi, M., & Moriguchi, Y. (2020). Developmental change in attachment objects during childhood. *Early Child Development and Care*, *192*(7), 1119–1132. https://doi.org/10.1080/03004430.2020.1841756

Yap, K., & Grisham, J. R. (2021). Object attachment in hoarding disorder and its role in a compensatory process. *Current Opinion in Psychology*, *39*, 76–81. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.022

Apendiks A

Talahanayan 1. Mga Impormasyon ng Kalahok

Kalahok*	Edad	Attachment Object	Propesyon at Edukasyon	Tagapag-alaga Noong Kabataan
Steva	21	Dalawang Popows *(mga stuffed toy ni Blue)*	Kasalukuyang nagtatapos sa di-gradwadong paaralan	Ang nanay, lolo, at lola ay tumayong mga tagapag alaga. Nagtatrabaho ang tatay sa isang kumpanya at nakatirang hiwalay sa pamilya.
Rosie	22	Teddy *(stuffed toy na oso)*	Part-time designer ng mga grapiks at kasalukuyang nagtatapos sa di-gradwadong paaralan	Madalas nasa trabaho ang mga magulang kaya ang mga yaya ang tumayong tagapag alaga.
Rod	26	Velociraptor *(laruang dinosaur)*	Nagtuturo sa kolehiyo at kasalukuyang nag-aaral sa gradwadong paaralan	Ang nanay, lolo, at lola ay tumayong mga tagapag alaga. Iniwan naman ng tatay ang pamilya dahil sa problemang pinansyal.
Andi	27	Kiskis *(bolster na unan)*	Kasalukuyang nagtatrabaho sa pribadong kumpanya	Ang nanay ay tumayong tagapag alaga. Nagtatrabaho ang tatay sa isang kumpanya.
SL	27	Gale *(stuffed toy na Shadow Lugia)*	Medikal na doktor at kasalukuyang nasa residensiya	Madalas nasa trabaho ang mga magulang bilang mga doktor kaya ang mga yaya'y tumayong tagapag-alaga.
Thomas	29	Blankey *(kumot)*	Nagtuturo sa kolehiyo at kasalukuyang nag-aaral sa gradwadong paaralan	Ang nanay at ang yaya ay tumayong tagapag-alaga. Nagtatrabaho naman ang tatay sa probinsya.

*Gumamit ng hindi totoong pangalan ng mga kalahok dito, para mapangalagaan ang kanilang personal na impormasyon.

Apendiks B

Talahanayan 2. Buod ng mga Tema

Tema	Mga Katangiang Tugon ng Kalahok
Nakagagaan ng loob sa oras ng pangangailangan	Kadalasang ginagamit ang mga attachment object para sa kaginhawaan at tumutulong sa pagharap sa mga hamon sa buhay at ibang negatibong karanasan *(Thomas, Andi, Steva, at Rosie)*. Mas umaasa pa sa attachment object kaysa sa iba upang makakuha ng suporta dahil kasama ang mga bagay na ito sa hirap at ginhawa *(SL, Andi, Steva, at Rosie)*.
Nakapagpapa-alala sa pagkabata at mga mahal sa buhay	Nagsisilbing representasyon ang attachment object ng kanilang pagkabata at ng mga oras kasama ang mga mahal sa buhay *(Lahat ng kalahok)*.
Nag-iiba na ang mga pangangailangan at interes	May pagbabago sa paggamit sa mga attachment object ngunit binigyang-diing mahalaga ito sa kanila *(Lahat ng kalahok)*.
Nakahihiyang malaman ng iba	Maaaring nakahihiya at magmukha silang bata kung malaman ng ibang patuloy sila sa pagmamay-ari ng attachment object mula sa pagkabata *(Steva at Thomas)*.
Madali o mahirap bang mawalay sa mga gamit na ito?	Magiging napakahirap ang pagkawala ng attachment object. Para sa ilan, tila nawalan ng taong minamahal *(Andi at Rosie)*. Ngunit kinikilala rin ng ilan na bagay lang ang mga ito *(Thomas, Rod, at SL)*. Posibleng mapalitan ng singwangis na bagong bagay *(Steva)*.