

УДК 37.064.1

**ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ СОЗАВИСИМОЙ ЛИЧНОСТИ
В СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЯХ
FACTORS IN THE FORMATION OF A CODEPENDENT
PERSONALITY IN FAMILY RELATIONS**

Редькина Н.Е.

*Алтайский государственный университет, Россия, Барнаул,
e-mail: nebessonoff@mail.ru*

*Redkina Nadezhda Yevgenyevna –
Altai state University, Russia, Barnaul,
e-mail: nebessonoff@mail.ru*

Возникновение созависимости как наиболее распространенной личностной проблемы рассматривается в контексте специфики семейных отношений, представляются некоторые модели негативного взаимодействия и классификация стилей общения взрослых, формирующих созависимость детей.

The emergence of co-dependence as the most common personal issues addressed in the context of the specific features of family relations, presented some models of negative interaction and classification of adult communication styles, forming codependency children. Ключевые слова: созависимость, зависимость, созависимая личность, стадии развития, стили воспитания.

Ключевые слова: причины и стадии развития созависимой личности, стили воспитания

Key words: causes and stage dependent personality development, parenting styles

В настоящее время усиливается интерес ученых к проблеме созависимости. Эта проблема имеет актуальность для лиц, выросших в «эмоционально репрессивных семьях» [3]. Созависимость понимается как патологическое пристрастие или зависимость одного человека от другого, что влечет за собой разрушение физического, психического и духовного здоровья индивида. Данное явление характеризуется рядом различных психологических особенностей личности: низкий уровень самооценки, конформизм, неосознанность своих психологических границ и границ личности другого.

Исследователи сходятся во мнении, что формирование созависимой личности происходит в условиях семейного воспитания. Воспитание – бесспорно, очень сложный и ответственный процесс. А. С. Макаренко в своих «Лекциях о воспитании детей» [2] писал: «Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях... – всё это имеет для ребенка большое значение. Малейшие изменения в тоне ребенок видит или чувствует, все повороты вашей мысли доходят до него невидимыми путями, вы их не замечаете».

Каковы же причины возникновения и возможность предотвращения появления созависимых отношений в жизни каждой личности? В процессе индивидуального развития ребенок проходит ряд важнейших стадий, и от того, успешно ли эти стадии будут им пройдены, зависит в дальнейшем психологическое и личностное благополучие человека [1].

Первая стадия зависимости является нормативным состоянием. Между матерью и ребенком устанавливается тесная физическая и эмоциональная (симбиотическая) связь. Затем в процессе роста эта первичная зависимость уменьшается, и далее в возрасте от 3-х до 9-11 лет ребенок находится на стадии независимости или психологической автономии. У человека появляется базовое доверие к окружающему миру и ощущение своего «Я». При успешном завершении этой важной стадии ребенок чувствует в себе силу, на которую он может полагаться, не ожидая, что кто-то со стороны будет управлять его поведением. Он начинает брать на себя ответственность за действия, которые совершает, самостоятельно и эффективно справляется со страхом и тревогой. Если данная стадия не завершена, ребенок становится психологически зависимым от других, т. е. созависимым. При этом он не имеет своего, четко ощущаемого «Я», которое выделяло бы его как личность.

Пытаясь построить взрослые отношения, человек подсознательно будет стремиться к окончанию названной стадии: он будет «прилипать», становясь привязанным или зависимым от другого человека (созависимым). Добавим, что родители, которые в свое время также не завершили этот процесс, как правило, не могут помочь своим детям. Скорее, они будут подсознательно сопротивляться попыткам своего ребенка пройти этот важный этап развития до конца.

Успешное прохождение данных стадий, в частности, стадии психологической автономии, неразрывно связано с процессом воспитания. Оказавшись в условиях дефицита любви, а также в условиях, которые не обеспечивают в должной мере удовлетворение одной из базовых потребностей, в эмоциональной безопасности, ребенок с трудом преодолевает препятствия в развитии отношений, что и влечет за собой формирование созависимости.

Существует классификация стилей воспитания, построенных по созависимому типу [3]. «Требовательный родитель» – тиранический стиль воспитания. В случае, если возложенные на ребенка надежды и планы не оправданы, он подвергается жесткой репрессии со стороны родителей, возникает чувство стыда, вины, ощущение неполноценности. Результатами такого воспитания являются слабые и безвольные, легко подчиняемые личности, испытывающие постоянное чувство собственной малоценности.

«Критикующий родитель». Такой взрослый принимает облик уверенного человека, скрывает недовольство собой и безуспешность желания добиться похвалы и любви своих родителей в детстве. В любом поведении такой родитель найдет недостаток, на который можно указать и негативно оценить. Он стремится заставить ребенка безоговорочно и во всем с ним соглашаться. Дети таких родителей, как правило, вырастают критикующими всех вокруг.

«Сверхопекающий родитель» – человек, который считает, что ребенок в независимости от его возраста не сможет обойтись без его помощи и опеки. Цель достигается не через явное давление, а через проявление у ребенка

чувства вины, стыда, в итоге он вынужден подчиняться родителям. Дети таких родителей часто бывают инфантильными, поскольку лишены возможности стать зрелыми, ответственными взрослыми.

«Отстраненный родитель» - тот, который лично не занимается воспитанием ребенка, оставляя это дело другим людям (родственникам, педагогам и пр.). За таким отношением стоит боязнь эмоциональной привязанности к детям и, возможно, некоей зависимости от них. Они игнорируют эмоциональные потребности своего ребенка, подрывая его самооценку и самоуважение.

Главные причины появления «созависимости» у ребенка кроются в воспитании самих родителей и в истории их семейных отношений. Зачастую, их воспитание проходило в атмосфере явного дефицита любви, отсутствия поддержки, понимания, отрицания положительных свойств и качеств личности. И свои личностные коммуникативные проблемы они «переносят» на взаимоотношения со своими детьми. Преодоление отрицательной созависимости видится, в первую очередь, в изменении отношения взрослого человека к самому себе, окружающим людям.

Созависимым стилям взаимодействия с детьми противопоставляется тип «ответственный родитель». Основа такой личностной позиции – собственная адекватная самооценка взрослого, что и обуславливает развитие у ребенка высокого уровня самоуважения и принятия себя. Такие родители опираются на «сильные» стороны ребенка, верят в него, поддерживают его начинания, формируют умение осуществлять самостоятельно выбор и нести за него ответственность. Ребенок становится уверенным в себе и способным доверительно относиться к окружающему миру, конструктивно взаимодействовать с ним. Напротив, ребенок, оказавшийся в «ловушке» созависимых отношений, опасается внешнего мира, а также чувствует постоянную необходимость в поддержке окружающих. В этой связи уместно

вспомнить слова французского писателя Эрнеста Легуве о том, что цель воспитания – научить наших детей обходиться без нас.

Представив стили взаимодействия родителей и ребенка, построенные по созависимому типу, мы показали, что формирование созависимости связано с процессом индивидуального развития и происходит в условиях семейного воспитания. Основные причины ее появления у ребенка кроются в воспитании самих родителей.

Библиографический список

1. Артемцева Н. Г., Галкина Т. В. Созависимость как возможная угроза психологическому здоровью субъекта [Текст] / Н.Г. Артемцева, Т.В Галкина // Проблемы педагогики и психологии.– 2014. №4. – С. 213-218.
2. Макаренко А. С. О воспитании. [Текст] / А.С. Макаренко. – М.: Политиздат, 1988. – С. 105-142.
3. Симатова О. Б. Семейная созависимость как фактор риска аддиктивного поведения подростков [Текст] / О. Б. Симатова // Вестник ТвГУ, Серия «Педагогика и психология». – 2015. №1. – С. 47 – 57.