

Е. С. Кондратенко
Минск, БГПУ имени М. Танка

ФЕНОМЕН СОЗАВИСИМОСТИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ

В современной психологии актуализируется интерес исследователей к проблеме созависимости в силу своей социальной распространенности. Созависимость мешает полноценной семейной и общественной жизни, лишает возможности осуществлять адекватные выборы, самореализоваться и самовыражаться. Первоначально этот феномен определили специалисты, работающие с зависимыми от алкоголя людьми. В 40-х гг. XX в. после возникновения программы «Анонимные Алкоголики», жены и мужья зависимых от алкоголя родственников высказали свое пожелание объединиться в группы и получать поддержку для самих себя. Со временем созданные группы самопомощи преобразовались и получили название Ал-Анон (Ано-

нимные Созависимые). Эти группы основываются на 12-шаговой программе и на традициях Анонимных Алкоголиков.

Изначально определение «созависимость» применялось, чтобы охарактеризовать индивидуальные черты характера жен химически зависимых. Это делалось с той целью, чтобы определить, какие личные черты характера содействовали продолжению алкоголизма в семье. Ученые, изучающие этот феномен, обращали внимание на определенное состояние, которое появляется у человека при длительных взаимоотношениях с партнером, который злоупотребляет психоактивными веществами.

Последующие работы помогли более широкому раскрытию этого термина: от неблагоприятных характеристик и поведения супруга, которые возникают вследствие алкогольной зависимости другого супруга, до подключения иных участников семейной системы, и, в конечном счете, к пониманию того, что созависимость представляет из себя специфическое состояние, появляющееся в результате продолжительных отношений в любой неблагополучной семье.

Определение «созависимость» относительно не так давно пришло в обиход психологов: в научной психологической литературе это понятие стали применять в конце 70-х гг. XX в. Оно стало повсеместно применяться при описании неблагополучных взаимоотношений между зависимым от химических веществ индивидом и созависимым или между двумя созависимыми людьми. Изучением феномена «созависимость» занимаются различные науки: психология и медицина, педагогика и социология.

Феномен «созависимость» трактуется авторами неоднозначно. В настоящее время исследователи данной проблемы не пришли к единому мнению по поводу определения созависимости. Это обусловлено разными подходами к изучению данного явления, а также сложностью и неоднородностью самого понятия.

С точки зрения Б. Уайнхолда и Дж. Уайнхолд, созависимость – это психологическое расстройство, причиной которого является незавершенность одной из наиболее важных стадий развития в раннем детстве – стадии установления психологической автономии. Психологическая автономия необходима для развития собственного «Я», отдельного от родителей [1, с. 16]. По мнению М. Битти, специалиста по вопросам созависимости, – созависимая личность – это личность, которая целиком поглощена контролем над действиями и поступками другого человека и которая позволяет, чтобы поступки этого человека оказывали воздействие на нее [2].

Отечественный специалист в области созависимости В. Д. Москаленко приходит к выводу, что созависимость – это патологическая, аффективно окрашенная зависимость от другого человека, когда фиксация на его жизни приводит к нарушению адаптации. Она возникает на фоне длительного нахождения в стрессовой ситуации, когда существует запрет на открытое выражение своих чувств и прямое обсуждение личных и межличностных проблем [3, с. 4].

А. В. Котляров говорит о созависимости как о зависимости от отношений с другим человеком. Созависимость сопровождается такой степенью невнимания человека к своим целям, что она не оставляет возможности для их реализации. А. В. Котляров утверждает, что именно созависимость одного из партнеров искажает реальность другого и является причиной появления зависимости у него. Таким образом, он заключает, что «созависимость» – это не ответная реакция одного человека на проблемы члена семьи, а что она сама провоцирует эти проблемы. Когда один из партнеров «заболевает» зависимостью, эти отношения уже нездоровы [4].

В науке существуют различные мнения в объяснении происхождения созависимости. Медицинская модель утверждает, что созависимость является наследственным заболеванием, связанным с алкоголизмом или другой химической зависимостью, либо рождением в дисфункциональной семье, и считается неизлечимой. Представители эволюционного подхода рассматривают созависимость как проблему, тесно связанную с семейной системой. Созависимость здесь рассматривается как приобретенная болезнь, связанная непосредственно с воспитанием и развитием. Эволюционный подход обращает внимание на то, что полное выздоровление возможно, так как у любого человека имеется максимальный потенциал для личностного развития [1].

В Беларуси созависимость стала активно изучаться в 80-х гг. XX в. Особый интерес представляют работы И. А. Громовой, Н. И. Олифирович, Г. В. Гатальской. Однако количество исследований недостаточно для того, чтобы иметь четкое и ясное представление о социально-психологических особенностях формирования созависимых отношений. Сравнительно-сопоставительный анализ существующих публикаций позволяет сделать вывод о рассмотрении авторами многообразных трактовок определения созависимости, что, в свою очередь, говорит о феноменологической сущности данного понятия. Таким образом, возникает потребность в глубоком системном изучении феномена созависимости. Такого рода исследования позволят разработать эффективные техники, направленные на преодоление проблемы созависимости.

Список использованных источников

1 Уайнхолд, Б. Освобождение от созависимости / Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд ; пер. с англ. А. Г. Чеславской. – М. : Независимая фирма «Класс», 2002. – 224 с.

2 Битти, М. Алкоголик в семье, или Преодоление созависимости / М. Битти. – М. : Физкультура и спорт, 1997. – 331 с.

3 Москаленко, В. Д. Зависимость. Семейная болезнь / В. Д. Москаленко. – М. : Институт консультирования и системных решений, 2016. – 435 с.

4 Котляров, А. В. Другие наркотики, или HomoAddictus: Человек зависимый / А. В. Котляров. – М. : Издательство Института Психотерапии, 2006. – 480 с.