



ЖИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Russian Journal of Humanistic Psychology

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Том 8 • №1 • 2021

ISSN 2413-6522

В НОМЕРЕ:

Павлова А. В., Редина Е. А.

Стрессовые ситуации и их преодоление..... 8

Леонтьева В. Л., Марихин С. В., Покровская Н. Н., Тюлин А. В.

Психологические факторы регуляции поведения родителей
детей с особенностями развития на фазе диагностики..... 16

Оболонский Ю. В.

Критерии оценки эффективности адаптации
аутсорсинговой бизнес-модели в организациях
реального сектора российской экономики 35

Пятибратова И. В., Худышева М. К.

Применение групповых методов в работе со студентами
МГТУ им. Н.Э.Баумана..... 43

Данилова М. А., Гомба Н. С

Психологические особенности созависимой личности
во временной перспективе..... 48

Хачатрян А. А.

Психологическое сопровождение лиц, страдающих расстройствами
личности на базе психоневрологических клиник..... 55

Ушакова В. Р.

Особенности когнитивной оценки
эмоционального реагирования у детей с ЗПР 60



Психологические особенности созависимой личности во временной перспективе

Данилова Маргарита Александровна, Гомба Наталья Славомилловна

ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет им. Февзи Якубова»

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Получено: 2021
Опубликовано: 2021

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

система «зависимый-созависимый», созависимость, созависимые семьи.

АННОТАЦИЯ:

В статье рассматривается психологическая проблема созависимости. Созависимость определяется как система индивидуальных особенностей личности, обуславливающая специфику взаимодействия созависимой личности с окружающим миром. С помощью методики Ф. Зимбардо исследуются особенности временной перспективы созависимой личности.

Полученные результаты, свидетельствуют о том, что для созависимых мужчин и женщин характерны темпоральные приоритеты, которые направлены в первую очередь на настоящее. Психологические особенности созависимых в системе «зависимый-созависимый» определяются как наличием общих черт и взаимосвязей в поведении и направленности личности, так и определенными различиями. Отмечены перспективы для разработки психотерапевтических реабилитационных и профилактических программ для зависимых и созависимых.

Psychological features of the codependent personality in the time perspective

Danilova Margarita Alexandrovna, Gomba Natalia Slavomilovna

State Educational Institution of the Republic of Crimea " Crimean Engineering and Pedagogical University named after Fevzi Yakubova»

ИНФОРМАЦИЯ О СТАТЬЕ:

Received: 2021
Accepted: 2021

KEYWORDS:

the system "dependent-codependent", codependency, codependent families.

ANNOTATION:

The article deals with the psychological problem of codependency. Codependency defined as a system of individual personality traits that determine the specifics of the interaction of a person`s codependency with the outside world. Using the F Zimbardo methodology, the features of the time perspective of a person`s codependency are investigated.

The results obtained indicate that codependent men and women are characterized by temporal priorities, which are primarily aimed at the present. The psychological characteristics of codependents in the «dependent codependent» system is determined both by the presence of common features and interrelationships in the behavior and orientation of the individual, as well as by certain differences. The prospects for the development of psychotherapeutic and rehabilitation and preventive programs for addicts and codependents are noted.

CITATION

Данилова Маргарита Александровна, Гомба Наталья Славомилловна (2021), Психологические особенности созависимой личности во временной перспективе. LP (8-1) 5, 49-55 DOI 10.51233/2413-6522-2021-49-55.

<https://radomir.editorum.ru/ru/nauka/issue/2641/view>

Danilova Margarita Aleksandrovna, Gomba Natalia Slavomilovna (2021), Psychological characteristics of a codependent personality in the time perspective. LP (8-1) 5, 49-55 DOI 10.51233 / 2413-6522-2021-49-55.

<https://radomir.editorum.ru/ru/nauka/issue/2641/view>



Постановка проблемы

Созависимость – состояние, возникающее у членов семьи больного алкоголизмом или другими формами зависимости. Данное состояние не менее тяжелое, чем само заболевание. Созависимость можно сравнить с симбиозом алкоголика с членами семьи, но такой симбиоз имеет разрушительную тенденцию не только для «донора», а для всех его участников. Созависимость является длительным хроническим состоянием, приводящим к страданию и деформации духовной сферы. Созависимые безответственны к своему состоянию, к своим потребностям и своему здоровью.

Анализ литературы

Психологическая проблема созависимости изучает индивидуальные особенности человека. Данное исследование сложное и активно изучается отечественными учеными, такими как: Г.А. Ананьева [1], Дж.Дж. Войтиц [2], Е.В. Емельянова [3], В.Д. Москаленко [4], И.А.Кибальченко [5] и др. Созависимость – это нарушение личности, основанное на: необходимости контроля ситуации во избежание неблагоприятных последствий. Является патологическим состоянием, характеризующимся глубокой поглощенностью и сильной эмоциональной, социальной или физической зависимостью от другого человека, которое проявляется в болезненном желании управлять поведением, учить, наставлять, воспитывать, в целом стать незаменимым для него. Также выражается в полном невнимании к своим собственным нуждам. В созависимых отношениях происходит постоянное нарушение границ в интимной и духовной сферах, слияние интересов с дисфункциональным лицом.

Цель статьи

Изучение психологических особенностей созависимых

Изложение основного материала

Семья – важнейшая социальная группа, которая при правильном функционировании удовлетворяет потребности всех своих членов, от детей до бабушек и дедушек, и оказывает поддержку в различных жизненных ситуациях, в том числе в сложных. Любое нарушение в семье как системе может привести к тому, что работа системы станет некорректной. Иногда семья сама может справиться с трудностями, но часто для этого требуется поддержка других людей. Статья посвящена психологическим проблемам созависимости, которые могут возникнуть в любой семье независимо от социального статуса, и могут представлять для нее серьезную угрозу.

Семья – это среда, имеющая фундаментальное значение для качества психологического функционирования людей и их личностного развития. Разрушительные явления в этой среде, с которыми члены семьи не могут справиться, наносят серьезный вред всей их жизни [3].

Жизнь семьи, в которой кто-то пристрастился к алкоголю или наркотикам, связана с состоянием хронического напряжения и эмоциональной перегрузки. Доминирующие эмоциональные состояния среди членов семьи включают страх, тревогу, гнев, печаль, напряжение, стыд и унижение. Переживание страха и беспокойства касается не только конкретных и повторяющихся угроз, но также связано с разрушением системы связей и поддержки, которые должны существовать в семейном доме и давать членам семьи чувство



безопасности. Тревожное отношение и общий кризис доверия связаны с функционированием членов семьи не только в сфере семейной жизни, но и переносятся на контакты с внешним миром.

У взрослых членов таких семей часто развивается специфическое функциональное расстройство, называемое совместной зависимостью. Оно сопровождается саморазрушительным отношением к себе, чувством потребности в контроле и ответственности, отрицанием собственных потребностей, страхом перемен и одиночества. Суть этой патологической модели адаптации состоит в том, что она поддерживает дисфункциональную систему семейной жизни. В.Д. Москаленко [4], Е. В. Емельянова [3].

Функционирование человека с совместной зависимостью характеризуется:

1. Устойчивой концентрацией мыслей, чувств и поведения жены вокруг алкогольного поведения мужа.
2. Ощущение необходимости контролировать употребление алкоголя мужем и постоянная надежда удержать мужа от употребления алкоголя в безопасных пределах.
3. Установление жесткого контакта с мужем, включая периоды пьянства и временного воздержания.
4. Концентрация эмоциональной жизни вокруг ожидания момента снятия болезненных переживаний и автоматического подавления приятных состояний, возникающих при благоприятных обстоятельствах.
5. Ощущение неспособности расстаться с партнером навсегда и парадоксальное усиление связи после дальнейших инцидентов с алкоголем или попыток расстаться.

Типичное внутреннее состояние созависимого человека включает эмоциональный хаос и растерянность, резкие смены эмоций, неуверенность и беспомощность, а также

отрицание очевидных фактов алкогольной проблемы. Это сопровождается смягчением последствий употребления алкоголя, сокрытием инцидентов, связанных с употреблением алкоголя, от окружающей среды и способности защитить свои права и интересы детей. Созависимые часто ищут «объективные» причины, чтобы выпить, извиниться за алкоголика и избегать конфликтных ситуаций. У них также есть проблемы с чувством ответственности – для них характерно либо брать на себя ответственность, либо полностью ее избегать [1].

Функционирование созависимых указывает на более глубокие психологические проблемы, которые часто возникают у них. К ним, в первую очередь, относится постоянное запутывание чувства собственного достоинства в амбициозных попытках повлиять на чувства и поведение мужа, несмотря на неоднократные неудачи.

Примерами этого могут быть: бредовая вера в то, что вы можете формировать ход своей собственной жизни и жизни других людей своей собственной волей, размытые границы вашей собственной идентичности и склонность к чрезмерной ответственности за состояния и реакции других людей. Существует также стойкое отрицание неудобных фактов и содержание ложного чувства контроля и влияния на пьянства мужа.

Созависимые часто проявляют чрезмерную концентрацию на удовлетворении потребностей других людей в сочетании с пренебрежением собственными потребностями и склонностью вступать в близкие отношения с людьми с расстройствами личности, зависимыми от химических веществ [2].

Одними из малоизученных психологических характеристик здоровой и больной личности являются особенности ее темпоральной (временной) перспективы, которая характеризуется влиянием имеющегося у личности опыта и формируемых планов на будущее, связью с процессами



принятия решений и регулированием поведения в актуальном настоящем. Именно поэтому в нашем исследовании предпринята попытка изучения темпоральной перспективы в системе «зависимый-созависимый», определяемой наличием определенных взаимоотношений и взаимосвязей между больным алкогольной зависимостью и его близкими [5].

Таким образом, феномен созависимости требует дальнейшего анализа и систематизацию подходов к изучению созависимого состояния личности.

Исследование проводилось в г.Симферополь (Республика Крым) на базе клиники «Наркологическая помощь №1» (Симферополь, ул. 51-й Армии, 10).

Общая репрезентативная выборка составила:

- 34 созависимых лиц (9 мужчин и 25 женщин) в возрасте от 19 до 67 лет, имеющих члена семьи, страдающего алкогольной зависимостью. Из них 23 человек с сильной степенью созависимости и 11 человек со средней степенью созависимости.
- 23 лиц страдающих алкогольной зависимостью (15 мужчин и 8 женщин) в возрасте от 25 до 61 года.

С помощью методики Ф. Зимбардо [5] по временной перспективе исследованы 34 созависимых лиц и 23 лиц страдающих алкогольной зависимостью (рисунки 1-3).

*Рис.1
Показатели методики Ф. Зимбардо по временной перспективе в группе больных алкоголизмом и их родственников. Белым цветом выделенна группа зависимых, серым цветом группа созависимых [Составлено автором].*

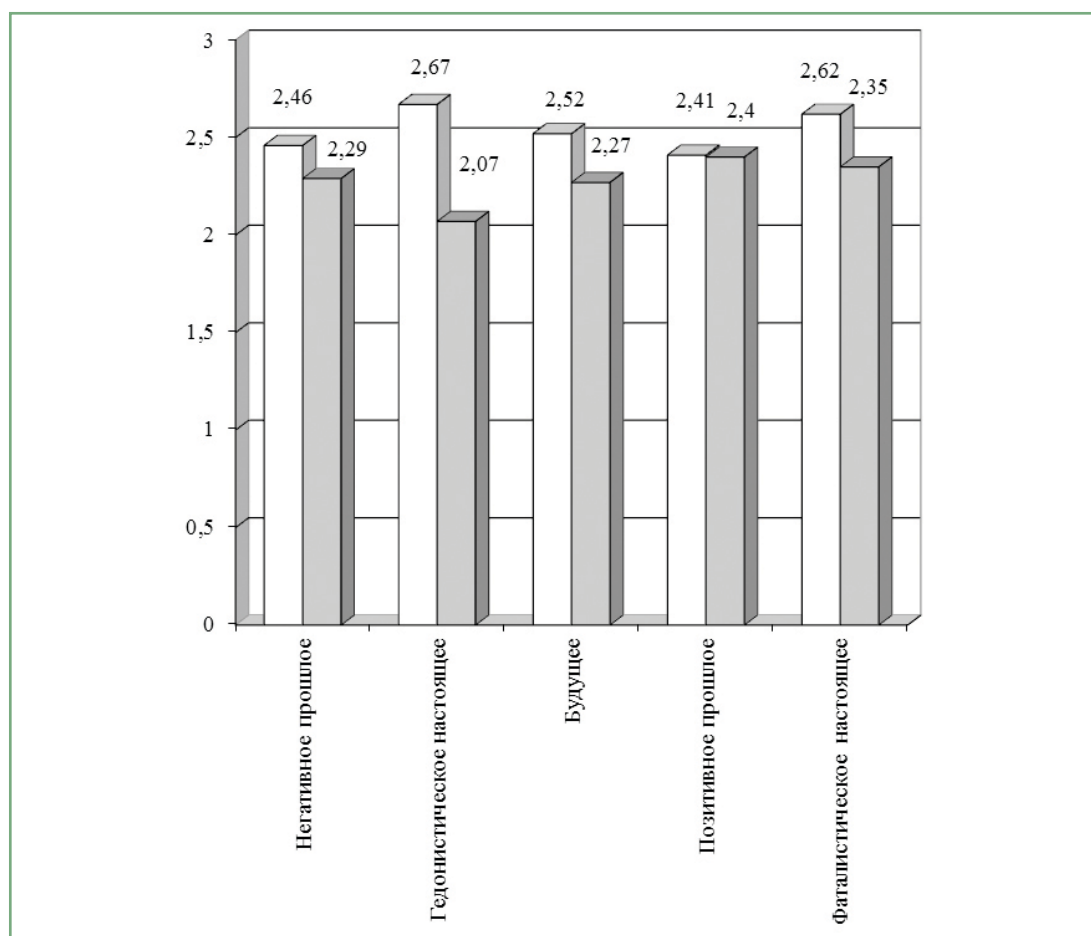




Рис.2
Показатели методики Ф. Зимбардо по временной перспективе у лиц с алкогольной зависимостью с учетом пола [Составлено автором].

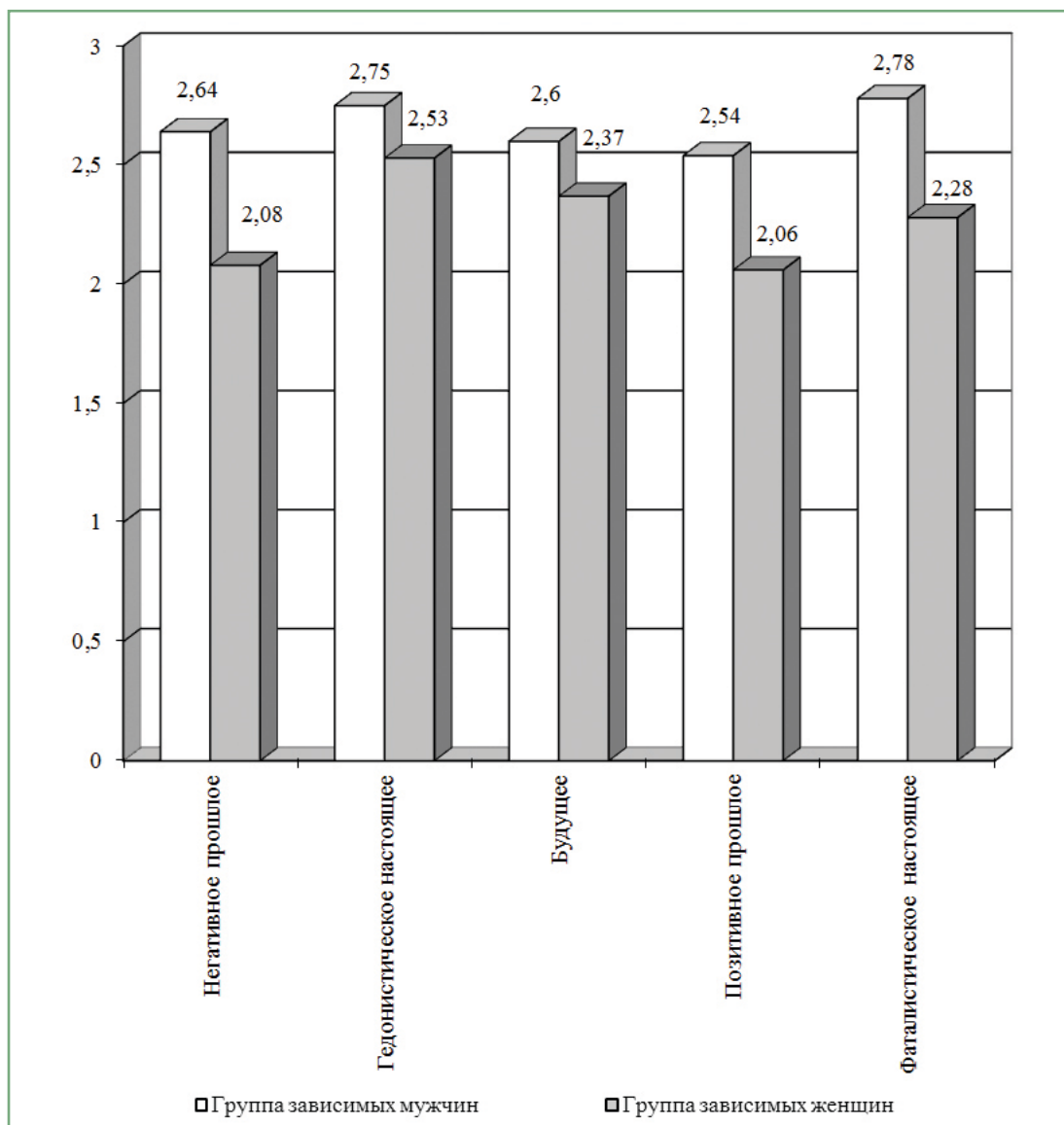
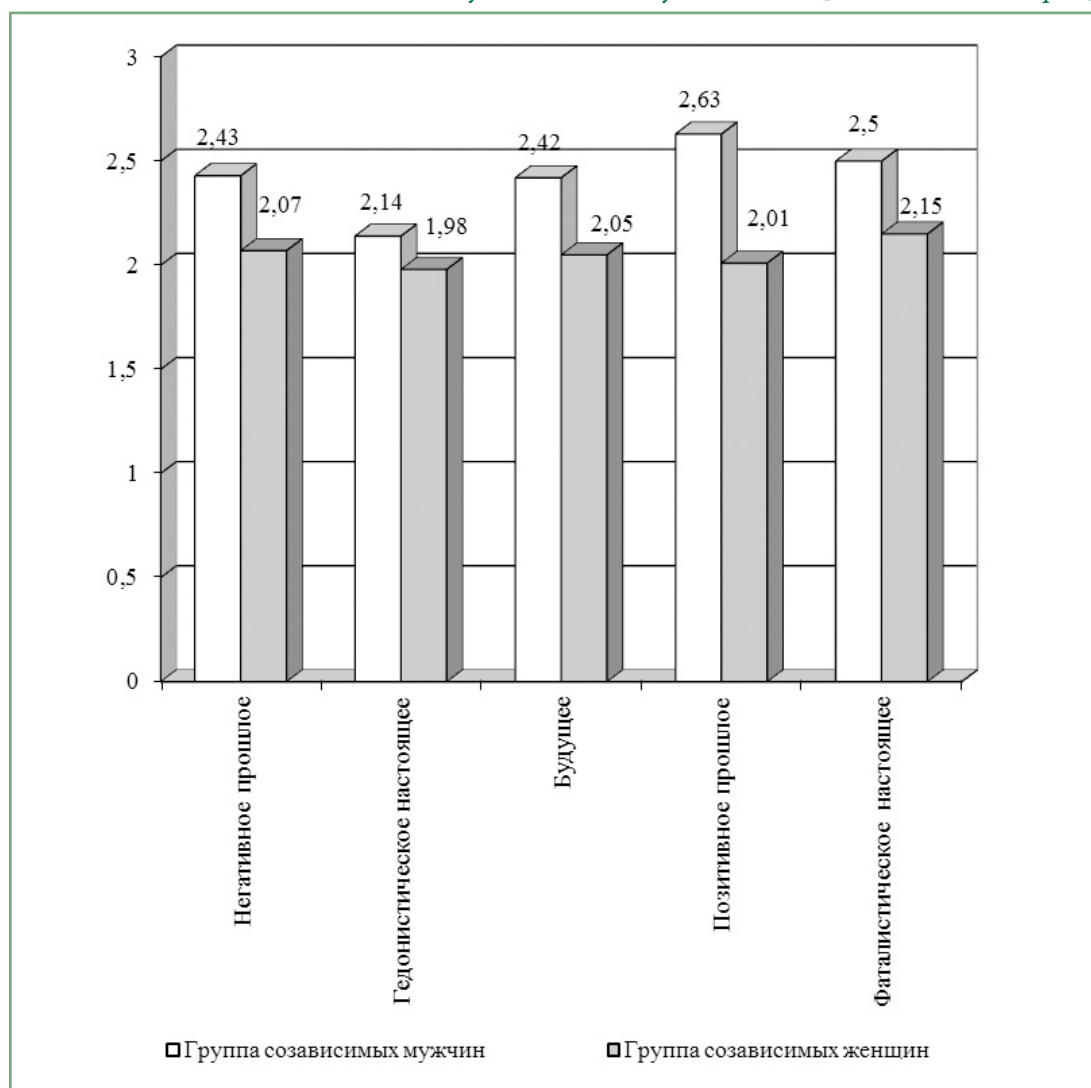




Рис.3
Показатели методики Ф. Зимбардо по временной перспективе
у созависимых с учетом пола [Составлено автором].



Данная методика Ф. Зимбардо показала, что и для мужчин, и для женщин с синдромом алкогольной зависимости темпоральные приоритеты направлены в первую очередь на настоящее. В то же время, если для больных женщин это настоящее связано с чередой различной окрашенности ощущений, в большей степени направленных на получение бездумных приятных ощущений, то у мужчин преобладают

переживания бессмысленности и бесперспективности существования, неспособности изменить что-либо.

Созависимых мужчин объединяют с созависимыми женщинами полная погруженность в проблемы и неспособность хоть в малейшей степени находить в череде событий сегодняшнего дня позитивные моменты, позволяющие получить даже небольшую радость и удовлетворение.



Вывод

Психологические особенности созависимых в системе «зависимый-созависимый» определяются как наличием общих черт и взаимосвязей в поведении и направленности личности, так и определенными различиями. Адаптивность темпоральных ресурсов в большей мере снижена у зависимых, что вполне закономерно. В личностной структуре зависимых и созависимых присутствуют темпоральные характеристики, взаимосвязанные с половыми различиями. Полученные результаты могут стать основой для разработки психотерапевтических реабилитационных и профилактических программ для зависимых и созависимых.

Список литературы:

6. Ананьева, Г. А. Семья: химическая зависимость и созависимость. Работа с созависимостью / Г. А. Ананьева. - М.: Независимая фирма «Класс», 2003. - 187 с.
7. Артемцева Н. Г. Феномен созависимости: психологический аспект // Монография МГУД - 2012 - 222 с.
8. Войтиц Дж. Дж. Взрослые дети алкоголиков: семья, работа, отношения / Пер. с англ. А. Лучиной. - М.: Независимая фирма «Класс», 2015 - 368.
9. Данилова Т. Н. Психологический портрет личности женщины, страдающей любовной привязанностью // журнал Национальное здоровье - 2017.
10. Емельянова, Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования / Е. В. Емельянова. - СПб.: Речь, 2004.
11. Москаленко, В. Д. Жены больных алкоголизмом / В. Д. Москаленко // Вопросы психологии. - 1991. - N 5. - с. 91-97.
12. Проблемы семьи, отягощенной алкогольной зависимостью: актуальность, диагностика, коррекция/ И. А. Кибальченко [и др.]; под ред. И. А. Кибальченко. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 478 с.
13. Решетников М. М. Психодиагностика и психотерапия депрессии // СПб.: Восточно - Европейский Институт Психоанализа, - 2003. - 328 с.
14. Савина Е. А. Возвращение Кая // М.: Изд - во Адрус, - 2006. - 208 с.
15. Уайнхолд Б. Освобождение от созависимости // Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Перевод с английского А.Г. Чеславской — М.: Независимая фирма «Класс», 2002. — 224 с.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

Данилова Маргарита Александровна
кандидат психологических наук, доцент
кафедры психологии ГБОУВО РК
«Крымский инженерно-педагогический
университет им. Февзи Якубова»
E-mail: danilovamargarita.crimea@mail.ru

Гомба Наталья Славомиловна
студентка 4 курса. Факультет психологии,
ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический
университет им. Февзи Якубова»
E-mail: nataly5gomba18@gmail.com
ORCID: 0000-0001-9026-0954

УДК 159.9

ЖИВАЯ ПСИХОЛОГИЯ

RUSSIAN JOURNAL
OF HUMANISTIC PSYCHOLOGY

Том 8 • №1 • 2021

Volume 8 • Issue 1 • 2021