

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра Консультативной психологии
наименование кафедры

Созависимость жен в алкогольных семьях
наименование темы выпускной квалификационной работы полужирным шрифтом

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТРА

студента (ки) 2 курса 264 группы

направления
(специальности) 37.04.01 «Психология»
код и наименование направления (специальности)

факультета психологии
наименование факультета, института, колледжа

Климашиной Олеси Евгеньевны
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель
(руководитель)

Доцент, Кандидат
психологических наук
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

М.М. Орлова
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

Профессор, Доктор
психологических наук
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Т.В. Белых
инициалы, фамилия

Саратов 2021__

Введение

Актуальность темы исследования. Современное общество характеризуется кризисными явлениями во многих сферах общественной жизни. Существующие социально-экономические условия в России в значительной мере осложняют реальность. Возникает проблема страха перед действительностью, что порождает стремление уйти от реальности. Алкоголизм стал социальной проблемой и представляет собой реальную угрозу национальной безопасности страны.

Жизнедеятельность современного человека все в большей степени подвержена воздействию стрессовых ситуаций. Социальная, экономическая и политическая нестабильность современного общества вызывают обоснованную тревогу людей, как за завтрашний день, так и за будущее своих детей. Зависимость одного члена семьи от веществ неизбежно нарушает внутрисемейные отношения. В большинстве семей, в которых живут люди с зависимостью, обнаруживаются осложнения, которые в последние четырех десятилетий стали обозначаться термином созависимость. Созависимыми могут быть как жены, так и любые другие члены семьи больного и даже его близкие друзья. Сам больной зависим от алкоголя, а близкий человек, вместе с ним проживающий, зависит от состояния больного.

Цель исследования: Выявить адаптационные стратегии.

Объект исследования: Адаптационные стратегии.

Предмет исследования: Роль адаптационных стратегий в межличностных отношениях созависимых женщин.

Гипотеза: Специфичность межличностных отношений созависимых женщин связана с выраженностью осознанных и бессознательных стратегий адаптации.

Методики исследования:

1. Опросник «Способы совладающего поведения» (копинг-стратегии) Р.Лазаруса.
2. Диагностика копинг-стратегий Э. Хайма.
3. Опросник Плутчика, Келлермана, Конте. Механизмы психологической защиты.
4. Тест Т. Лири: Диагностика межличностных отношений.
5. Опросник по выявлению особенностей мотивации потребления алкоголя больных алкоголизмом и у здоровых. В.Ю.Завьялов.

Задачи исследования:

1. Изучение особенности межличностных отношений у созависимых женщин.
2. Особенности психологических защит у созависимых женщин.
3. Особенности мотивов потребления алкоголя у созависимых женщин.
4. Особенности копинг-стратегий.

Эмпирическая база: Замужние женщины в возрасте от 19 до 51 года, разного уровня образования. Общая величина выборки 34 женщины.

Структура диссертации:

Главы I. Теоретические подходы к феномену «Созависимость».

- 1.1 Теоретические подходы к феномену «Созависимость».
- 1.2. Связь феномена «Созависимость» с адаптационными стратегиями личности.
- 1.3. Связь созависимости с межличностными отношениями.

Главы II Эмпирические исследования адаптационных стратегий в межличностных отношениях созависимых женщин.

- 2.1 Организация и методы исследования созависимых женщин.
- 2.2 Интерпретация результатов исследования.

заключения, библиографического списка и приложения.

Глава I. Теоретические подходы к феномену «Созависимость».

1.1. В последнее время в отечественной психологии внимание исследователей к проблеме созависимости существенно возросло. В изучении проблем созависимости важнейшую роль играют вопросы, связанные с возникновением этого явления. На актуальность изучения причин и источников возникновения созависимости, её природы и предпосылок развития указывают в своих работах ряд исследователей: В.Д. Москаленко, Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева, С.А., И.В. Данилина, И.Ж. Калашников, С.А. Кулаков, А.В. Ларионов, В.Н. Черников, Л.М. Шипицына, М.Б. Яковлева, С.М. Яцышин, М. Битти, П. Кауфманн, Г. Клауд, Э. Ларсен, Э. Смит, Б. Уайнхолд, Д. Уйнхольд и др. В.Д. Москаленко [10] рассматривая общие вопросы и актуальность изучения созависимости, указывает, что одним из главных является вопрос о сути созависимости как устойчивого образования, его причинах и формах. Большинство исследователей указывает, что детство человека есть тот период, когда у него в разных видах возникают тревожные состояния, развивается тревожность как свойство личности и основная характеристика созависимости. В.Д. Москаленко [10] предлагает так понимать созависимость: "Созависимый человек — это тот, кто полностью поглощён тем, чтобы управлять поведением другого человека и совершенно не заботится об удовлетворении собственных жизненно важных потребностей". Среди основных положений о созависимом состоянии личности В.Д. Москаленко выделяет следующие: желание контролировать жизнь других, спасать, искажение чувств, склонность к отрицанию, поражение духовной сферы. Для более полного понимания созависимости В.Д. Москаленко сравнивает зависимость и созависимость, выделяя их общие признаки. Зависимость и созависимость приводят к ухудшению и деградации в соматической, психической, эмоциональной и духовных сферах, оба эти состояния отбирают энергию, здоровье, мысли,

эмоции [2]. Созависимое состояние личности, как отмечает Г. Клауд, являются фундаментальным явлением и лежит в основе невроза [6]. Так же В.Д. Москаленко [2] описывала Созависимость - как патологическую, аффективно окрашенную зависимость от другого человека. Она проявляется в патологическом смещении фокуса внимания на эмоционально значимый субъект со стремлением контролировать его поведение и вторично развивающимися расстройствами адаптации, среди которых наиболее распространены депрессивные и тревожные состояния. Это расстройство скорее встречается у женщин, чем у мужчин, чаще в семьях алкоголиков и наркоманов. Расширяя понятие созависимости, можно сказать, что созависимыми являются: 1. лица, находящиеся в браке или близких отношениях с больным химической зависимостью; 2. лица, имеющие одного или обоих родителей, больных химической зависимостью; 3. лица, выросшие в эмоционально-репрессивных семьях.

Суть созависимости – нарушение личных границ личности. Созависимость – это болезненное желание управлять поведением, контролировать жизнь, и воспитывать другого взрослого человека. С.Н. Зайцев говорит, что созависимость – это «... любовь! Только любовь со знаком минус, слепая материнская любовь, например. Такая любовь душит, не дает развиваться личности, как объекту любви, так и самому любящему» [4]. Большинство отечественных и зарубежных специалистов в области созависимости сходятся в одном мнении, что важнейшим фактором возникновения созависимости выступает дисфункциональная семья. Созависимые люди похожи постоянным желанием контролировать жизнь близких людей. Созависимые люди уверены в том, что лучше всех знают, как в семье должны себя вести, не позволяют другим проявлять свою индивидуальность. У созависимых, как правило, проявляются симптомы, характерные для алкоголиков и наркоманов: частые головные боли, депрессии, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, заболевания сердечно-сосудистой системы. Созависимые происходят из семей, в которых имели

место либо химическая зависимость, либо жестокое обращение (физическая, сексуальная или эмоциональная агрессия), а естественное выражение чувств запрещалось.

Выводы по первой главе: Таким образом большинство авторов отмечают: отрицательно - негативные и эмоциональные составляющие созависимости. В происхождении данного феномена отмечают семейные проблемы. Так же авторы сходятся во мнении что, для развития созависимости необходимо нарушения в раннем развитии ребенка, связанные с недостаточной ресурсностью в отношении родителей. Следовательно: - феномен «Созависимость» предполагает определенную степень инфантильности личности и не сформированность ее адаптационных механизмов. По-этому, в нашем исследовании считаем необходимым обратить внимание на адаптационные механизмы личности.

1.2. Связь феномена «Созависимость» с адаптационными стратегиями личности.

Известно, что одной из особенностей социализации человека является не только усвоение социального опыта, но и адаптации его в собственные ценности, установки, ориентации. Созависимый начинает переживать потребности другого как свои собственные, забывая о том, что перед ним другой человек, воспринимая его радости и беды как свои собственные. В результате теряется «самость»[1]. На наш взгляд, жизнестойкость как психологическое свойство личности может выступать личностным ресурсом, позволяющим созависимому влиять на использование стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций. Понятие жизнестойкости означает экзистенциальный феномен, систему убеждений человека о самом себе, и взаимоотношениях с миром. Основывается из трёх составляющих (вовлечённость, контроль, принятие риска) жизнестойкость способствует оценке событий менее травматичных и помогает человеку совладать со

стрессом, восстанавливать свою активность. Д.А. Леонтьев рассматривает жизнестойкость как черту, характеризующуюся мерой преодоления личностью поставленных обстоятельств, и преодоления личностью самой себя. Личность как субъект жизни у С.Л. Рубинштейна – это индивидуально - активный человек, ставящий условия жизни и свое отношение к жизни, выступая в качестве Создателя - творца, жизненный путь которого должен заканчиваться стремлением вверх – к нравственным, духовным ценностям [7]. Выделяются несколько видов адаптационных стратегий. А.А. Реан классифицирует стратегии не по критерию активной направленности - вовне (изменение в окружающей среде) и активности - внутрь (изменение собственной личности). Если оба вида активности по каким-либо причинам для личности невозможны, происходит поиск – «новой среды» с более высоким потенциалом для развития личности [4]. В формировании адаптационных стратегий особая роль отводится самосознанию. Так, защитные механизмы охраняют психику от излишних переживаний, но не побуждают к внутреннему развитию. И наоборот, стратегия совладания активизирует психический ресурс личности к принятию ситуации как проблемы, пониманию возможности ее изменения, определению конечных и промежуточных целей решения, плана и способов решения. В источниках многих авторов, психологическая защита это - понятие, близкое к копинг-поведению. Эти понятия рассматриваются как важнейшие формы адаптационных процессов и способы реагирования на стрессовые ситуации [10]. Теорию преодоления «копинг-поведения» создал R.S. Lazarus. В его представлении «копинг» - это Совладение, приспособление. Амерхан [2] выделяет три вида стратегий: решение проблемы - активная стратегия, поиск социальной поддержки, избегание пассивная копинг-стратегия. Р. Лазарус и С. Фолкман [12], выделив такие стратегии: стратегию конфронтации - противостояния, поиск социальной поддержки, планомерное решение проблемы, стратегию самоконтроля, дистанцирование, позитивная переоценка, принятие ответственности, избегание - уход. Ф.Е. Василюк [2],

работая в рамках деятельного подхода рассматривает переживание - как особую форму деятельности, направленную на восстановление душевного баланса, утраченного смысла жизни. Введенное понятие Ф.Е. Василюка это - переживание — деятельность, рассматривается как самостоятельное и независимое. Василюк выделяет четыре принципа, которым подчиняются процессы переживания: удовольствие, реальность, ценность, творчество. С точки зрения автора, настоящая проблема, стоящая перед человеком, находящимся в трудной жизненной ситуации состоит не в осознании или выявлении ее скрытого смысла, а в его Созидании.

Выводы второго параграфа: Можно отметить что многие авторы и исследователи созависимости личности сходятся во мнении что основной адаптационной стратегией личности является: переоценка жизненной позиции, формирование собственных ценностей, самосознание, жизнестойкость. Эти стратегии формируются в процессе переживания, предполагая как совладание, так и психологические защиты. Психологические защиты могут искажать восприятие реальности, способствуя, таким образом, усилению созависимости.

1.3. Связь созависимости с межличностными отношениями.

Созависимость – является одной из наиболее актуальных проблем современности, так как созависимость блокирует путь к полноценной жизни человека. Созависимость характерна почти сотне процентов взрослого населения, и является основным источником страдания человека. Личности, обладающие трудностями в межличностных отношениях, называемые созависимыми, могут находиться в тяжелом эмоционально-психологическом состоянии. Как правило, такие люди нуждаются в одобрении, им необходимо поддерживать ощущения собственной значимости, а также иметь ценность для другого. Вместе с этим, они способны поддерживать взаимоотношения, которым присуще унижение и обесценивание. В отношениях с другими

людьми у созависимого человека крайне редко возникает ощущение подлинной близости, доверия и постоянства. Даже при общении с близкими часты: настороженность, подозрительность, опасливость, тревожность. Привычная ложь даже там, где проще и естественней было бы сказать правду. Лукавство, обман без всякого психологического повода, часто необъяснимые для самого говорящего [10]. Эрни Ларсен определяет созависимость так: «Это выученный набор поведенческих форм или дефектов характера самопораженческого свойства, который приводит к снижению способности инициировать и участвовать в любовных взаимоотношениях». Индивиды, находящиеся в созависимых отношениях, оказываются трагическим образом вовлечены в «Драматический треугольник Карпмана» [9]. J.Greenleaf, R. Subby, M. Beattie, T.A. Loughhead считают, что в созависимые отношения чаще попадают люди, которые имеют определенный набор личностных характеристик. Больше внимание они уделяют таким характеристикам как жертвенность, ориентация на другого человека, постоянный контроль за другой значимой личностью, подавление собственных эмоций и желаний, также не менее важными характеристиками для рассмотрения являются - эмоциональная незрелость личности, догматизм, низкая стрессоустойчивость, ригидность, сниженная адаптивность к переменам.

Выводы третьего параграфа: Созависимые или зависимые отношения строятся на страхе и тревоге, на восприятии неполноценности личности. Отношения создаются для завершения психологического формирования целостности личности. В таких отношениях отслеживается тенденция к манипуляциям и контролю партнеру.

Главы II Эмпирические исследования адаптационных стратегий в межличностных отношениях созависимых женщин.

2.1 Организация и методы исследования созависимых женщин.

Исследование посвящено выявлению адаптационных стратегий созависимых женщин. Исследование проводилось с октября 2020 года по март 2021. В качестве испытуемых выступили замужние женщины в возрасте от 19 до 51 года, разного уровня образования. Общая величина выборки 34 женщины.

Приложение 1.

Полученные данные обрабатывались методами математической статистики «критерий Стьюдента».

Исследуемые женщины разделены на 4 группы:

1. Женщины, чьи мужья никогда не употребляли алкоголь.
2. Женщины, у которых муж бросил употреблять алкоголь.
3. Женщины, не видящие проблему в том, что муж употребляет алкоголь.
4. Женщины, видящие проблемы в том, что муж употребляет алкоголь.

В возможности сравнения, мы выбрали первую группу женщин с последующими 3.

Исследования проводились по 5 методикам: Опросник «Способы совладающего поведения» (копинг-стратегии) Р.Лазаруса, диагностика копинг-стратегий Э. Хайма, опросника Плутчика, Келлермана, Конте. Механизмы психологической защиты, теста Т. Лири: Диагностика межличностных отношений, опросника по выявлению особенностей мотивации потребления алкоголя больных алкоголизмом и у здоровых. В.Ю.Завьялов.

2.2 Интерпретация результатов исследования

Таким образом, можно сделать вывод о том, что созависимость женщин проявляется в акцентировании пассивных копинг-стратегий, психологических защит, стремлении доминировать, формировании зависимости от алкоголя. Наиболее тяжелые последствия отмечаются в группе женщин четвертой группы.

Заключение:

Нами проведены исследования – созависимости жен в алкогольных семьях.

В результате исследования мы выяснили что, жены меняют адаптационные стратегии при наличии проблем. Даже если муж бросил употреблять алкоголь то у женщины созависимость остается в виде изменения психологических защит. А если женщина остается в состоянии хронического стресса алкоголизации мужа то созависимость предполагает множественное поражение личности, которая выражается в изменении адаптационных стратегий а именно в повышении психологических защит в межличностных отношениях в виде зависимого поведения и формирования собственной мотивации употребления алкоголя в виде абстинентных мотивов. Полученные данные имеют практическую ценность для консультативной работы с созависимыми женами больных алкоголизмом. Особое внимание следует обратить на расширение межличностных моделей взаимодействия, осознания страхов, осознание собственных зависимостей.

Гипотеза – подтвердилась.

Библиографический источник:

1. Артемцева Н.Г. Монография, Феномен созависимости: общее, типологическое, индивидуальное.- М: изд-во «Институт психологии РАН», 2017-227 с.
2. Александрова О.А. Дифференциально-психологические факторы переживания и копинг поведения взрослых в трудной жизненной ситуации. Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук. 2017. С.30-37.
3. Василюк Ф.Е. «Психология переживания» – М.: МГУ, 1984. – 240с.
4. Зайцев С.Н. Созависимость – умение любить (пособие для родных и близких наркомана, алкоголика), серия: Зеркало, 2004, с 9.
5. Кочарян А. С., Лисеная А. М. Психология переживания. Учебное пособие Харьков 2011 УДК 159. 942. 5 (075.8) ББК 88.3 я 73
6. Клауд Г., Таундсен Дж. Барьеры. Когда говорить ДА. Когда говорить НЕТ. Как управлять своей жизнью: пер с англ. - СПб.: Мирт, 1999. - 384 с
7. Круз Ш. В. «Еще один шанс. Здоровье и надежда алкогольной семьи» «Как сделать свой выбор: пособие для созависимых, повзрослевших детей и находящихся в духовном поиске» 1989 год. 565 с.
8. Калашнова Е.А. Проблема многообразия подходов к причинам возникновения созависимого поведения // Мир науки, культуры, образования. – 2011. – № 4 – 1. – С. 19-20
9. Ларсен Э., Путь целителя. Семь ключей к духовному и физическому исцелению - СПб. : «Весть», 2010. - 288 с.
10. Москаленко В.Д., Зависимость. Семейная болезнь —Издательство: Институт консультирования и системных решений Год издания: 2014
11. Раклова Е.М. Психологические средства коррекции созависимых состояний личности: На примере жен, имеющих мужей с алкогольными проблемами. тема диссертации и автореферата по ВАК РФ 19.00.01, кандидат психологических наук,2006.-227.
12. Способы и стратегии в трудных жизненных ситуациях https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=5606