

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

Кафедра консультативной психологии

Психологическое консультирование, как средство
формирования адаптивного стиля поведения в зависимых и
абьюзивных межличностных отношениях.

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 2 курса 264 группы
направления 37.04.01 «Психология»

факультет психологии
Красильникова Ирина Николаевна

Научный руководитель
Зав. кафедрой
профессор., д.псих.н

подпись, дата

Т.В. Белых

Зав. кафедрой
профессор., д.псих.н

подпись, дата

Т.В. Белых

Саратов, 2021

Актуальность темы данного исследования обусловлена тем, что проблема аддиктивных и абьюзивных межличностных любовных отношений, входит в десятку наиболее частых обращений в консультативной практике психологов и психиатров в современном обществе. Особый вид поведения зависимости, рассматривается в контексте неблагополучия личности, нарушений ее социальных связей, низкого уровня самооценки и любви к самому себе, к своей ценности и самости. Данная проблема изучается, как правило, в рамках клинической психологии и рассматривается с позиции патологии личности [Андреева, Назаров, 2015; Егоров, 2004; Мехтиханова, 2015; Ромодина 2018 и др.] И особое место в ряду поведенческих зависимостей занимает межличностная зависимость.

Зависимость все еще является главной проблемой в современном демократическом обществе, так как служит препятствием, как для личностного роста, так и для социального здоровья общества в целом.

В отечественных исследованиях феномен созависимого поведения рассматривался в работах: Н.Г. Артемцевой [2012], Е.В. Емельяновой [2010], Е.Л. Доценко [2006], Н.В. Дмитриевой [2006], Н.М. Манухиной [2009], В.Д. Москаленко [2008], Е.М. Ракловой [2006], Ц.П. Короленко [2006], О.А. Шороховой [2002], С.М. Яцышина [2003] и др.

В нашей работе мы хотим обсудить некоторые вопросы связанные с причинами аддиктивных абьюзивных межличностных любовных отношений, их развитие и последствия нахождения в таких отношениях, а так же описать основы терапии и выбранные методы для коррекции состояния клиентов с целью формирования у них эффективного стиля поведения в аддиктивных и абьюзивных межличностных любовных отношениях.

Для осуществления данной задачи, мы проделали ряд следующих мероприятий. Прежде всего, мы провели обзор существующих источников научной литературы, актуальных диссертаций и докладов, проанализировали исследования, проделанные в научных работах, ознакомились с научными

подходами и вариантами решений в подобных ситуациях в зарубежной и российской практике.

Цель исследования – осуществить индивидуальное консультирование создающие основу для формирования эффективного стиля поведения выхода из зависимых абьюзивных межличностных отношений между мужчиной и женщиной.

Объект исследования – зависимые и абьюзивные отношения.

Предмет исследования – эффективность индивидуального психологического консультирования для формирования адаптивного поведения личности в условиях зависимых и абьюзивных отношений.

Гипотеза исследования:

Условия индивидуального консультирования создают основу для формирования эффективного стиля поведения выхода из зависимых абьюзивных межличностных близких отношений между мужчиной и женщиной.

Для реализации цели исследования и проверки выдвинутой гипотезы, предполагается последовательное решение следующих задач:

Теоретические:

1. Анализ существующих исследований, касающихся зависимых и созависимых личностей в зарубежных и отечественных подходах.
2. Проведение литературного обзора исследований абьюзивных, манипулятивных и агрессивных межличностных отношений.
3. Выявить типы и особенности черт личности, склонной к абьюзивным и зависимым отношениям.

Методические:

5. Разработать процедуру исследования личностных особенностей людей, определяющих проявления зависимости в абьюзивных межличностных отношениях.

7. Подобрать методический инструментарий для изучения степени зависимости в абьюзивных межличностных отношениях.

Эмпирические:

8. Диагностика личностных особенностей субъектов межличностного взаимодействия.

9. Разработка процедуры исследования степени и выраженности зависимости.

10. Подбор методик исследования уровня самооценки и отношения к миру.

11. Проведение индивидуально консультирования, ориентированного на запрос, конкретного клиента с проблемами в межличностных зависимых абьюзивных отношениях.

Методы исследования: анализ научной литературы по проблеме исследования, тестирование, метод качественной обработки полученных данных, их обобщения и анализа, содержательная интерпретация полученных результатов.

Методический инструментарий: тест «Шкала измерения созависимости в отношениях» (Спанн-Фишер); проективная методика «Незаконченные предложения» Сакса-Леви, Опросник на определение самооценки личности Уайнхолда (1983), Шкала созависимости Б. и Дж. Уайнхолд, тест на определение самооценки Мэрилин Соренсен, (50 утверждений), Тест - опросник уверенности в себе Рейзаса соержит (30 утверждений).

На первом этапе исследования была произведена процедуру исследования личностных особенностей людей, определяющих проявление зависимости в абьюзивных межличностных отношениях.

На втором этапе исследования был осуществлен подбор методического инструментария, а так же была подобрана методическая процедура для изучения степени зависимости в абьюзивных межличностных отношений.

На третьем этапе была осуществлена обработка данных, полученных в результате тестирования.

На четвертом этапе исследования проведена встреча с людьми, обратившимися с запросом формирования эффективного стиля поведения для выхода из абьюзиных зависимых любовных отношений с женщинами/мужчинами с разным уровнем зависимости от партнера. В основу, разработанной коррекционной программы, легли особенности сферы клиентов и психологические закономерности, выявленные в эмпирическом исследовании.

Теоретическая значимость исследования состоит в расширении представлений о способах и методах адаптационных стратегий при выходе из зависимых и абьюзивных межличностных отношений.

Практическая значимость исследования выражается в том, что результаты могут лечь в основу более широких исследований феномена зависимости в условиях абьюзивных зависимых отношений, а также формирования адаптивного стиля поведения для выхода из таких отношений.

Положения, выносимые на защиту.

1. Личности склонные к абьюзивным отношениям обладают такими чертами как: - низкая уверенность в себе, тревожность, заниженная самооценка, желание контролировать (гиперконтроль), так же, имеют проблему с самоидентичностью, зачастую обладают синдромом выученной беспомощности.

2. По результатам нашего исследования, личности подверженные зависимым и абьюзивным отношениям, имеют ряд следующих особенностей и характеристик: неадекватно заниженная или завышенная самооценка, низкая степень уверенности в себе или неадекватно высокая самоуверенность (гиперкомпенсация), отсутствие понимания своих желаний и предпочтений, преобладающее желание всем угождать и нравиться, патологическое желание контроля над всем и всеми. В 99% случаях испытывают страх одиночества и

страх говорить людям «НЕТ», склонность к самообвинению, имеют низкое самоуважение и слабую самоидентичность, нуждаются в одобрении и поддержки окружающих.

3. Индивидуальное психологическое консультирование может быть эффективным средством формирования адаптивного стиля поведения в условиях абьюзивных и зависимых отношений.

Во второй главе магистерской работы, мы описали шаги по проведенному исследованию, проанализировали и описали полученные результаты.

Итак, данное исследование проводилось в период с 2020г по 2021гг. в г. Саратов в несколько этапов.

На первом этапе исследования проведено тестирования людей, обратившихся с проблемой нахождения в зависимых абьюзивных отношениях.

На втором этапе исследования был осуществлен подбор методического инструмента и разработана методическая диагностика для изучения содержания и характеристик людей, находящихся в зависимых и абьюзивных межличностных отношениях.

На третьем этапе было проведено основное исследование с женщинами и мужчинами, обратившимися за психологической помощью с запросом выйти из зависимых абьюзивных отношений или с желанием изменить свое поведение в отношениях.

Была проведена обработка данных, полученных в результате тестирования, нами был выбран качественный анализ обработки данных с целью проверки гипотезы и получения обоснованных выводов; интерпретация полученных результатов.

На четвертом этапе исследования осуществлялась индивидуальная терапия участников с разным уровнем зависимости абьюзивных любовных отношений. В основу разработанной программы, были внесены сферы и особенности

клиентов, закономерности которые были выявлены в ходе эмпирического исследования.

Практическая значимость исследования выражается в расширении представлений об абьюзивных зависимых межличностных взаимоотношений, между мужчиной и женщиной. Кроме того, результаты могут лечь в основу дальнейших исследований и набора статистических данных по данной проблеме.

Наиболее эффективным и важным элементом выхода из зависимых отношений является готовность самостоятельно работать над собой. Зависимой личности ничего не стоит переложить ответственность за свое выздоровление на кого-то другого, кто, по ее мнению, знает больше.

Цель коррекции состоит в выработке у клиента большего самоуважения и способности предпринимать действия, необходимые для приведения его **образа ценности «Я»** - в соответствие с его личным опытом и глубинными переживаниями. С самого начала внимание концентрируется не на проблемах человека, а на нем самом, на его «Я», поэтому задача, которая ставится и решается в рамках взаимодействия психолога и клиента, – это помощь в личностном росте и развитии, благодаря которому человек сам решает свои проблемы. А второстепенная задача – создание соответствующего психологического климата и соответствующих отношений.

Итак, при проведении индивидуального консультирования следует учитывать причины, побуждающие находиться людей в зависимых и абьюзивных отношениях комплексно. Кроме того, если речь идет об индивидуальном консультировании, не принято использовать шаблонные методы, подход всегда индивидуален.

Даже в случае, когда участник зависимых абьюзивных отношений, давно понял, что его партнер – манипулятор и он сам ни в чем не виноват, но остается во власти своего чувства неполноценности, которое усиливается из-за критики со стороны абьюзера. Зависимый, хочет, во что бы то ни стало завоевать

признание манипулятора и старается еще больше ему понравиться, а так как абьюзер остается таким, какой он есть. Зависимый опять переживает чувство бессилия, что укрепляет его зависимость еще больше и это превращается в порочный круг. Для того чтобы подтвердить, нахождение в абьюзивных отношениях, все же следует обращаться к специалисту.

В процессе исследования на консультации был использован эклектический подход к формированию адаптивного поведения. Так как консультация подразумевает индивидуальный подход к каждому участнику, шаблон техник и практик отсутствует, но начало пути для формирования адаптивного стиля поведения можно все же обобщить - это работа на формирование «образа - Я», в контексте абьюзивных зависимых отношений у участников исследования. Такая концепция помогла каждому из участников исследования, обнаружить и наглядно увидеть, деструктивность взаимоотношений в которых они находятся, понять, что они чувствуют, какую роль они играют в этих отношениях.