

УДК 159.59

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОЗАВИСИМОСТИ, КАК
ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЛЮДЕЙ**

Аракелова И.В.

Студентка магистратуры ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

e-mail: arakelova-iren@mail.ru

Научный руководитель:

Дикая Л.А.

к.п.с.н., доцент

ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

e-mail: liudmiladikaya@gmail.ru

Аннотация: В статье проведен обзор литературы и анализ предпосылок риска возникновения созависимости у специалистов, работающих с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей.

Ключевые слова: химическая зависимость, эмоциональная созависимость, эмоциональное выгорание, личностная и профессиональная деформация.

**CO-DEPENDENCY PSYCHOLOGICAL ISSUES AS FACTORS
AFFECTING PROFESSIONAL ACTIVITIES.**

Arakelova Irina

Abstract: This work contains a review of references as well as a background analysis of the co-dependence risks occurrence in social workers and specialists interacting with orphans and children without parental care.

Keywords: chemical addiction, emotional co-dependence, emotional burnout, personality deformation and professional deformation.

Проблема зависимости и созависимости в последнее время привлекает внимание многих исследователей (R. Subby, J.Friel, P. Smoli, С.В. Березин, В.Д. Москаленко и др.). При этом понятие зависимости изучено достаточно глубоко, а вот информация по проблеме созависимости, противоречива и недостаточна. На сегодняшний день созависимость является одним из наиболее распространенных явлений, но наименее изучена как феномен в психологии. Говоря об этом феномене в профессиональном отношении, возникает вопрос: созависимость, что это - деформация личности или профессиональная деформация? Для ответа на этот вопрос, мы провели обзор

литературы и анализ предпосылок риска возникновения созависимости у специалистов, работающих с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей. В своей работе мы на использовали выводы, полученные Еленой Алексеевной Петровой в своей диссертации [1].

Проблемами детей, воспитывающихся в специальных учреждениях, занимались многие исследователи (В.С. Мухина, 1989; И.В. Дубровина, 1990 и др). При этом изучались психологические особенности детей-сирот, а проблемы специалистов и специфика их работы остались в стороне. А ведь именно работа с людьми, в силу ее высоких требований, ответственности и эмоциональных нагрузок, потенциально содержит в себе и опасность переживаний, связанных с рабочими ситуациями, и эмоциональную опустошенность вследствие частых встреч с болезненными ситуациями [2]. Процесс взаимодействия между детьми-сиротами и специалистами часто малоэффективен, и многие специалисты, работая непрофессионально, разрушают свою личность или личность подопечных. Основные психологические проблемы этих специалистов объясняли профессиональной деформацией, в частности, феноменом эмоционального выгорания (А.Г. Петрынин, И. Г. Абрамова и др.). Но эмоциональное выгорание далеко не единственная проблема таких специалистов. Автор считает, что одной из причин обозначенных выше проблем может быть созависимость, которая является личностной деформацией.

Термин «созависимость» появился в конце 1970-х годов. Роберт Сабби и Джон Фрил в своей книге «Созависимость, неотложная проблема» писали: «...первоначально это использовалось для описания лиц, чьи жизни были нарушены в результате того, что они были вовлечены во взаимоотношения с кем-то, кто был химически зависимым. Созависимый супруг или супруга, либо сын или дочь,...рассматривался как человек, у которого развивались нездоровые способы преодоления жизненных трудностей как реакция на злоупотребление алкоголем или другими химическими веществами другим лицом» [3, с. 31]. Само слово «созависимость» состоит из двух частей:

зависимость - потеря свободы, рабство; со- значит «совместный». Профессионалы давно замечали, что у многих людей, не злоупотребляющих химическими веществами, но состоящих в родстве с людьми зависимыми, развиваются и физические, и эмоциональные состояния, схожие с таковым при алкоголизме. В ходе исследований, понимание созависимости расширилось. Современные подходы к ее пониманию носят либо описательный, либо констатирующий характер. Сегодня сложилось несколько блоков определений созависимости. В первом, авторы рассматривают созависимость, как определенный тип поведения, нарушающий отношения индивида с социумом: американский исследователь Смоли [Smoli] пишет: «Созависимость — это паттерн усвоенных форм поведения, чувств и верований, делающих жизнь болезненной. Это зависимость от людей и явлений внешнего мира, сопровождающаяся невниманием к себе до такой степени, что мало остается возможностей для самоидентификации» [4, с.37].

Во втором блоке определений созависимость рассматривается как определенное психическое состояние. По определению Чермак [Chermak] «созависимость - это нарушение личности, основанное на необходимости контроля ситуации во избежание неблагоприятных последствий; невнимании к своим собственным нуждам; нарушении границ в области интимных и духовных взаимоотношений; слиянии всех интересов с дисфункциональным лицом» [4, с. 8].

При рассмотрении проблемы в контексте представленных определений, мы видим, что созависимость неизбежно приводит человека к нарушению адаптации и построения эффективных отношений, как межличностных, так и профессиональных, так как значительно сужает паттерны его поведения.

Основные причины деформации личностных характеристик созависимого - это сниженная самооценка, отсутствие четкой Я-концепции и представлений, как другие должны к нему относиться. Созависимые

отношения необходимы такому индивиду, чтобы восстанавливать самооценку через получение оценки извне. Такие люди похожи своим желанием спасти других. Интересно, что чаще других такую позицию занимают люди «помогающих» профессий: учителя, психологи, медработники, воспитатели. А.Н. Леонтьев в своих исследованиях пишет, что «...выбор профессии изначально связан с определенными задатками и способностями человека...Когда у людей определенной профессии заметны общие черты характера, их особенности могут быть вызваны не только влиянием профессиональной деятельности, которое является вторичным, но и тем, что в большинстве случаев ее выбирают люди,...обладающие определенными личностными особенностями» [5,7,8].

По-нашему мнению, созависимость является личностной деформацией, а не профессиональной. Т.е. это такое отклонение от оптимального развития личности, которое проявляется в развитии качеств, затрудняющих адаптацию человека в социуме. Риск личностных деформаций возникает тогда, когда нарушается процесс оптимального онтогенетического развития. К факторам риска формирования созависимости относятся: неполная семья, наличие у одного из родителей химической зависимости, авторитарный стиль воспитания или гиперопека, частые конфликты в родительской семье, перенесенное в детстве насилие.

Итак, риск созависимости - это вероятность искажения личностных черт и поведения индивида в результате центрированности на проблемах и переживаниях другого, при игнорировании собственных потребностей. А профессиональная деятельность является для созависимого компенсацией собственных неразрешенных проблем, хотя такая деятельность его разрушает. Ведь любые организационные изменения, являясь источником стресса, повышают требования к умению специалиста выстраивать гибкие, разнообразные отношения с окружающими, сохраняя при этом свою индивидуальность, свои ресурсы [6,9].

Вывод: оптимальным соотношением жизненного и профессионального смыслов является вариант, когда профессиональная деятельность выстраивается в соответствии с основным жизненным смыслом личности, не сливаясь с ним. Это позволяет человеку полноценно реализовываться как в профессии, так и в жизни в целом. Такое соотношение снижает, минимизирует вероятность возникновения личностных и профессиональных деформаций.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Петрова Е.А. Диссертация: Риск созависимости в деятельности специалистов, работающих с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей. [Электронный ресурс] 2008. С-Пб. URL: <http://www.disssercat.com> (12.04.2019)
2. Петренко Е.А. Проблемы профессионального выгорания персонала в различных сферах деятельности. [Электронный ресурс] // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. 2017. № 1-1 С.203-205 URL: <http://elibrary.ru/item> (12.04.2019)
3. Сабби Р., Фрил Дж. Созависимость, неотложная проблема. Помпано Бич, Флорида: Хелс Коммьюникейшнс. 1984.
4. Москаленко В.Д. Зависимость и созависимость в семьях больных алкоголизмом Текст. / В.Д. Москаленко // Вопр. психологии. -1991. №5. С. 76-79.
5. Леонтьев А.Н. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Текст. / А.Н. Леонтьев. М.: Смысл, 1999. С. 210-211.
6. Листик Е.М. Методика диагностики способности к распознаванию эмоций [Электронный ресурс] // Психологическая диагностика. 2017. № 3-4. С. 36 – 53. URL: https://elibrary.ru/author_items.asp?authorid=368550 (дата обращения 30.03.2019).
7. Федюнин Д.Ю. Проблемы личностного потенциала сотрудников как факторы, препятствующие и способствующие успешности организационных изменений. [Электронный ресурс] // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. 2017. № 1-1 С. 233-237. URL: <http://elibrary.ru/item> (12.04.2019).
1. Фатюшкина Е.В. Причины употребления подростками психоактивных веществ // Профилактика зависимостей, 2018. № 4. С. 34-38. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=37165951>(Дата обращения 10.03.2019).
2. Абакумова И.В., Храмов В.В. Архитектура личностно-смыслового пространства и психосинергетическое описание процессов самоорганизации // Северо-Кавказский психологический вестник. – 2007. – Т. 5, № 2. – С. 5-9. URL:<https://elibrary.ru/item.asp?id=36304772> (Дата обращения 10.03.2019).