(cc) BY

Гольдберг Екатерина Сергеевна
магистрант
Научный руководитель
Третяк Элина Валериевна
канд. психол. наук, старший преподаватель
ФГБОУ ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет»
г. Москва

ТИПЫ ПРИВЯЗАННОСТИ В ДЕТСТВЕ И СОЗАВИСИМЫЕ ОТНОШЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ

Аннотация*: в статье рассматривается проблема взаимосвязи типа привязанности и формирования созависимых отношений у взрослых. Приводится обзор исследований, указывающих на связь выраженности созависимого поведения у индивидов, имевших определенные стили взаимодействия, и типы привязанности в детском возрасте. Статья основана на анализе научно-теоретических и эмпирических источников.*

Ключевые слова*: привязанность, созависимые отношения, зависимость, созависимость, дисфункциональная семья.*

Актуальность темы связана с тем, что на сегодняшний день не существует четкого понимания, каким образом формируется склонность человека к созависимым отношениям, хотя в практической психологии подобные проблемы во взаимоотношениях наблюдаются достаточно часто. При рассмотрении проблемы формирования созависимых отношений в зависимости от типа привязанности в детстве, мы полагаем, можно выделить не только значимые корреляции, но также внести вклад в разработку программ, направленных на помощь в преодолении созависимых отношений.

Само определение «созависимость» было введено в психологическую терминологию в связи с поведением членов семьи, как правило женского пола с

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

близким, имеющим алкогольную зависимость. В настоящее время термин используется для «отношений двух людей, которые характеризуются чрезмерной эмоциональной (а иногда физической и социальной) зависимостью, занимающей значительное место в жизни, вытесняя и обесценивая все остальное, и при этом не приносящей удовлетворения» [6].

На основании анализа научных источников, проведенных Л.А. Пузырёвой, существует ряд признаков, характеризующих созависимые отношения:

– неспособность созависимых взаимоотношений удовлетворять актуальные потребности человека;

– при созависимости индивид не может выделять свои личные потребности и устанавливать психологические границы;

– созависимый индивид склонен к приступам тревоги, паники, депрессивности, не может переносить неопределенность в отношениях;

– самооценка созависимого индивида неустойчива, поскольку напрямую зависит от оценок из вне;

– при созависимых отношениях отмечается неспособность видеть реальные факты, касающиеся тех отношений, в которые он включен;

– проблемы в выстраивании искренних отношений, связано с постоянным желанием контроля своего партнера;

– неспособность дифференцировать личный вклад в развитие отношений, стремление брать на себя ответственность за происходящее;

– неспособность созависимого отстаивать свою точку зрения [6].

Выделенные признаки созависимости в дальнейшем исследовании помогут нам определить, каким образом детские типы привязанностей влияют на развитие созависимых отношений у взрослых. Для этого, нами проанализирована теория привязанности и специфические особенности детско-родительских отношений как предиктор формирования созависимых отношений.

Проблематику влиянии типа привязанности и взаимоотношений в семье изучают многие авторы. Так, А.С. Дубинина в статье «Связь эмоциональной привязанности к матери и социального поведения подростков» пишет о том, что с

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

позиции психологической теории привязанности феномен привязанности к матери уместно рассматривать как фактор, формирующий следующие сферы развития: коммуникативную, эмоциональную, когнитивную [2].

Об этом пишет и П. Криттенден, подтверждая свою теорию многочисленными исследованиями. Автор связывала формирование деструктивной привязанности со способом переработки мыслей, чувств и воспоминаний, связанных со значимым взрослым. Исходя из ее позиции, в зависимости от поведения значимого взрослого у человека может сформироваться неспособность оперировать определенным типом информации – эмоциональной или когнитивной, а в некоторых случаях двумя. Такие люди, например, не смогут предсказывать поведение других или осознавать свои и распознавать чужие эмоции. В более поздних работах автор связывала эти стратегии привязанности с защитным приспособлением и распознаванием опасности [11].

В работах А.С. Антонова, Э.В. Третяк, Е.А. Урусовой, посвященных влиянию родительской семьи на дальнейшие межличностные отношения, говорится о том, что в развитии личности ребенка наибольшую значимость играет функциональность семьи, стиль воспитания и особенности детско-родительских отношений [1; 8].

С.А. Осинская, Н.А. Кравцова полагают, что особенности семейных взаимоотношений определяют формирование деструктивных и дисфункциональных отношений во взрослом возрасте. В родительской семье ребенок формирует основные типы реагирования в межличностных отношениях, происходит его эмоциональное научение. В семье ребенок развивает чувство автономии [5].

Одним из описанных выше значимых признаков созависимости является отсутствие автономии (неустойчивая самооценка, неспособность дифференцировать личный вклад в развитие отношений, неспособность отстаивать свою точку зрения и др.). При этом в рамках психоаналитической концепции ключевая роль в формировании автономности у индивида отводится в фигуре значимого взрослого [7].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Согласно процессам триангуляции, в семье выделяются взаимосвязанные привязанности, влияющие на ребенка: между родителями, между отцом и ребенком, между матерью и ребенком. При этом роль отца связывают с формированием эмоционального ядра в личности детей. Так, например, в работе «Рассогласование реального и идеального в образе отца как основа внутренней конфликтности созависимых», отмечается, что при взрослении у человека формируется образ отца, влияющий на становление личности, половой и родительской состоятельности [4].

В исследовании С.А. Осинской отмечается корреляция образа отца и формирование созависимости во взрослом возрасте. При этом автор выделяла такие показатели у респондентов как уровень тревожности, самооценку личности, уровень субъективного самоконтроля. В результате проведенного эмпирического исследования, Осинская утверждает, что рассогласование реального и идеального в образе отца влияет на степень созависимости: при высокой степени рассогласования отмечается повышение внутренней конфликтности личности и выраженности созависимого поведения [4]. Мы полагаем, что рассогласование реального и идеального в образе значимого взрослого происходит при нарушенных типах привязанности, поскольку в этом случае ребенок постоянно испытывает тревожность и ожидание отклика.

Хотелось бы обратить внимание на то, что А.Ф. Минуллина, М.О. Михайлова определяют созависимость как приобретенное дисфункциональное поведение в родительской семье. Авторы в своей работе, говорят о том, что в неполных семьях отсутствуют необходимые условия для полноценного формирования личности ребенка, что в свою очередь ведет к высокому уровню созависимости во взрослом возрасте. По мнению исследователей, это связано с тем, что матери-одиночки зачастую используют дисфункциональные тактики семейного воспитания, закрепляя у своих детей склонность к инфантильному поведению [3].

Так, например, в статье А.Ф. Минуллиной, М.О. Михайловой «Созависимость и дисфункциональное воспитание в неполных семьях», приведены результаты эмпирического исследования, согласно которому выявлено следующее:

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– у детей, выросших в неполной семье, характерна умеренная и резко выраженная созависимость в поведении;

– при созависимости у матерей отмечается выраженная тревожность и чувство вины, влияющая на воспитание детей;

– созависимая мать зачастую чередует стратегии поведения формируя у ребенка нарушенную привязанность;

– выбор матерями дисфункциональных стилей воспитания связан с высоким уровнем созависимости [3].

С точки зрения современных исследователей моделей индивидуальных различий привязанности: К. Фрейли, Ф. Шейвера, К. Бартоломью, Л. Хоровитца, – привязанность можно рассматривать как результат двойственных потребностей в зависимости и независимости, а также как измерение чувствительности к отвержению и избеганию близости. Все это можно представить в виде комбинации двух установок негативных или позитивных в отношении себя и других. Так, в ранних детско-родительских отношениях, закладываются установки на зависимость и независимость, суверенность психологического пространства, деструктивные модели провоцируют нарушения в проявлении привязанности. Одним из них является «боязнь автономии» – это нарушение привязанности, связанное со страхом утраты и потери. Такая ситуация возможна вследствие дефицита внимания или применения отвержения в качестве меры наказания. Взрослый человек постоянно ищет признание своей значимости, ощущает невозможность отделения от объекта своей привязанности, испытывает страдания и тревогу при угрозе возможной разлуки.

Баланс зависимости и автономии является фактором, обеспечивающим развитие здоровых теплых межличностных отношений. Для надежной привязанности характерно открытое, искреннее и доверительное отношение, что способствует позитивному восприятию взаимоотношений на основе здоровой взаимозависимости. В случае нарушения привязанности формируется низкое избегание и высокое беспокойство, при котором тревожно-озабоченный тип ощущает острую потребность в постоянной эмоциональной близости в межличностных

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

отношениях, это стремление сопровождается сомнениями в том, что партнер не желает этой близости. Пытаясь снизить тревогу в отношениях, человек ищет постоянного подтверждения взаимности чувств. В случае интерпретации холодности партнера, начинает сомневаться в себе, становясь ревнивым и эмоционально экспрессивным.

Также, в случае нарушения привязанности, возможно высокое избегание и низкое беспокойство, при котором избегающе-отвергающий тип привязанности независим от отношения к нему окружающих, близость для них не приемлема и пугает, что обеспечивает отчужденность в межличностных отношениях, подавление и скрывание своих чувств и эмоций от партнера.

В случае формирования высокого избегания и высокого беспокойства, тревожно-избегающий тип привязанности видит партнера в негативном свете, не доверяют ему, но и себя считает недостойными любви. Ощущает постоянный дискомфорт от близости, продиктованный страхом отвержения. Чаще всего эти люди пострадали от психологического или физического насилия на более ранних этапах жизни [9; 10; 12].

Здоровую привязанность можно описать как стремление и способность к переживанию эмоционального удовлетворения от взаимодействия и общения со значимым другим. В случае нарушения привязанности, аналогично, имеется стремление к получению эмоционального удовлетворения от взаимодействия со значимым другим, но способность получения этого удовлетворения нарушена. В результате возникает неудовлетворенная потребность, которую человек стремится компенсировать за счет другого, отсюда развивается эмоциональная зависимость от другого человека или созависимость. Закономерно, что модели, заложенные в период формирования детско-родительской привязанности, будут транслироваться в межличностные отношения взрослых, и, если эти процессы имели патогенный характер, отношения уже во взрослом возрасте будут строиться исходя из непродуктивных форм привязанности.

Таким образом, на основании представленного материала мы можем сделать вывод, что тип привязанности, формирующейся у ребенка, зависит от стиля

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

воспитания, функционирования семьи и особенностей детско-родительских отношений. Различные нарушения привязанности в детстве, как следствие патогенных детско-родительских отношений, становятся причиной формирования деструктивных, созависимых отношений взрослых. Основополагающие параметры для формирования привязанности и установления здоровых межличностных отношений – установки на зависимость и автономию. Фигура матери и фигура отца могут формировать различные типы привязанности у ребенка, поскольку это зависит от стиля взаимодействия каждого родителя. Представляется важным дальнейшее исследование степени проявления созависимых отношений у взрослых при определенном типе привязанности.

Список литературы

1. Антонов А.С. Влияние стилей семейного воспитания на формирование агрессии у подростков / А.С. Антонов, Э.В. Третяк // Интерактивная наука. – 2020. – №. 3. – С. 35–40 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://interactive-plus.ru/e-publications/e-publication-702.pdf#page=36 (дата обращения: 03.06.2021).

2. Дубинина А.С. Связь эмоциональной привязанности к матери и социального поведения подростков / А.С. Дубинина // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/svyaz-emotsionalnoy-privyazannosti-k-materi-i-sotsialnogo-povedeniya-podrostkov (дата обращения: 04.06.2021).

3. Минуллина А.Ф. Созависимость и дисфункциональное воспитание в неполных семьях / А.Ф. Минуллина, М.О. Михайлова // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – №58-4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/sozavisimost-i-disfunktsionalnoe-vospitanie-v-nepolnyh-semyah (дата обращения: 03.06.2021).

4. Осинская С.А. Рассогласование реального и идеального в образе отца как основа внутренней конфликтности созависимых / С.А. Осинская // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2012. – №27

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

[Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/rassoglasovanie-realnogo-i-idealnogo-v-obraze-ottsa-kak-osnova-vnutrenney-konfliktnosti-sozavisimyh (дата обращения: 06.06.2021).

5. Осинская С.А. Содержательные особенности образа отца у созависимой личности / С.А. Осинская, Н.А. Кравцова // СПЖ. – 2013. – №47 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhatelnye-osobennosti-obraza-ottsa-u-sozavisimoy-lichnosti (дата обращения: 05.06.2021).

6. Пузырёва Л.А. Социально-психологические предпосылки созависимых отношений / Л.А. Пузырёва // Ярославский педагогический вестник. – 2012. – №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-predposylki-sozavisimyh-otnosheniy (дата обращения: 04.06.2021).

7. Сысоева Л.В. Изучение взаимосвязи ведущего типа сепарации от родителей с типом привязанности к ним в юношеском возрасте / Л.В. Сысоева, В.А. Луговский // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2017. – №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-vzaimosvyazi-veduschego-tipa-separatsii-ot-roditeley-s-tipom-privyazannosti-k-nim-v-yunosheskom-vozraste (дата обращения: 05.06.2021).

8. Урусова Е.А. Особенности влияния модели родительской семьи на дальнейшие межличностные отношения (на примере девушек, воспитанных в полной и монородительской материнской семье) / Е.А. Урусова, Т.М. Хусяинов // Вестник ПСТГУ. Серия 4: Педагогика. Психология. – 2017. – №47 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-vliyaniya-modeli-roditelskoy-semi-na-dalneyshie-mezhlichnostnye-otnosheniya-na-primere-devushek-vospitannyh-v-polnoy-i (дата обращения: 03.06.2021).

9. Bartholomew K. Attachment styles among young adults: A test of a fourcategory model / K. Bartholomew, L.M. Horowitz // Journal of Personality and Social Psychology. – 1991. – Vol. 61. – P. 226–244.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

10. Brennan K., Clark C., Shaver. P. Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview // Attachment theory and close relationships / Ed. by J.A. Simpson, W.S. Rholes. – N.Y.; L. 1998. Pp. 46–76.

11. Crittenden P.M. Raising parents: Attachment, representation, and treatment. – Routledge, 2017.

12. Fraley R.C., Shaver P.R. Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions // Review of general psychology. – 2000. – Т. 4. – №. 2. – С. 132–154.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)