

Кондратова Марта Сергеевна

студентка

Научный руководитель

Сурьянинова Татьяна Ильинична

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Курский государственный

медицинский университет» Минздрава России

г. Курск, Курская область

РОЛЬ РОДИТЕЛЬСКОЙ СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ СКЛОННОСТИ К ГЕНЕРАЛИЗОВАННЫМ ТРЕВОЖНЫМ РЕАКЦИЯМ У ЖЕНЩИН С СОЗАВИСИМЫМИ ОТНОШЕНИЯМИ

***Аннотация:** в статье анализируется роль семейной системы в формировании склонности к генерализованным тревожным реакциям у женщин, находящихся в созависимых отношениях. Рассматриваются особенности функционирования родительской семьи, включая нарушения в системе привязанности, дефицит эмоциональной поддержки и недостаточную открытость в коммуникациях. Показано, что данные факторы могут способствовать развитию эмоциональной уязвимости, повышенной тревожности и зависимости от внешнего одобрения. Представлены результаты эмпирического исследования, подтверждающие взаимосвязь между созависимостью, сниженным уровнем доверия в детско-родительских отношениях, эмоциональной отчуждённостью, а также повышенной выраженностью генерализованных тревожных реакций. Полученные данные подчёркивают значимость семейной среды в развитии эмоциональной стабильности и адаптационных стратегий личности.*

***Ключевые слова:** созависимость, семейная система, привязанность, генерализованные тревожные реакции.*

Проблематика генерализованных тревожных реакций в последние годы привлекает всё больше внимания специалистов, поскольку эти состояния нередко формируются под влиянием длительных стрессовых факторов, связанных

с семейным окружением. По данным отечественных эпидемиологических исследований, женщины демонстрируют более высокие показатели тревожности по сравнению с мужчинами, что связывается с особенностями социализации и эмоциональной сферы [1]. Несмотря на то что тревожные реакции могут проявляться в любом возрасте, их корни нередко уходят в детско-родительские отношения, определяющие базовый уровень психологической безопасности.

Среди факторов, способствующих появлению устойчивых тревожных реакций, ключевое место занимает качество взаимодействия в родительской семье. На это указывал Л.И. Божович, отмечая, что эмоциональная атмосфера семейного окружения играет важнейшую роль в становлении личности ребёнка [3]. Ранний опыт контакта с родителем становится основой для формирования внутренних моделей мира и отношения к себе. В семьях, где эмоциональное принятие выражено слабо, а поведение взрослых непоследовательно или чрезмерно контролирующее, дети сталкиваются с дефицитом безопасности, что создаёт благоприятную почву для развития тревожности.

Особое значение в этом контексте имеет система привязанности. В отечественных исследованиях подчеркивается, что качество привязанности оказывает влияние на способность индивида регулировать эмоции и строить социальные связи [6]. При нарушении привязанности ребёнок часто сталкивается с трудностью распознавания собственных чувств и неспособностью получать поддержку от значимого взрослого. В последующем это может приводить к формированию повышенной эмоциональной зависимости от партнёра или окружения, что создаёт предпосылки для созависимого поведения.

Созависимые отношения рассматриваются как результат сочетания недостатка эмоциональной поддержки, завышенных требований и отсутствия условий для формирования автономии. А.Е. Личко отмечал, что эмоциональная нестабильность подростка нередко усиливается в семьях с высоким уровнем контроля и противоречивостью требований [7]. Аналогичные механизмы прослеживаются и во взрослом возрасте, когда человек, выросший в условиях постоянной

критики или эмоционального давления, переносит эти паттерны в собственные отношения.

Влияние критики со стороны родителей также многократно подтверждено клиническими наблюдениями. Е.Т. Соколова указывала, что хроническое воздействие негативных оценок со стороны значимых взрослых формирует у ребёнка неустойчивую самооценку и склонность к постоянному ожиданию неодобрения [2]. В дальнейшем это выражается в усилении тревожности, поиске внешнего подтверждения и зависимости от оценки партнёра – то есть характеристиках, типичных для созависимого поведения.

Кроме того, исследования показывают, что эмоциональная закрытость семьи, подавление чувств и отсутствие доверительного общения создают условия, при которых формируются генерализованные тревожные реакции [5]. В такой среде ребёнок испытывает сложности в освоении навыков эмоциональной регуляции, что приводит к закреплению тревожного паттерна как основного способа реагирования.

Таким образом, можно утверждать, что семейная система играет роль в формировании как склонности к созависимым отношениям, так и генерализованных тревожных реакций. Неблагоприятные условия развития – эмоциональная холодность, непоследовательность, критичность, гиперопека или отсутствие поддержки – приводят к формированию тревожного восприятия мира и поиску безопасности через эмоциональную зависимость от другого человека. В результате женщина становится более уязвимой к внешним оценкам, развивается страх отвержения и склонность к построению отношений, основанных на зависимости.

Цель: изучить склонность к генерализованному тревожному расстройству у женщин с эмоциональной зависимостью во взаимосвязи с детско-родительскими отношениями в родительской семье.

Задачи исследования.

Провести теоретико-эмпирический анализ проблем склонности к генерализованному тревожному расстройству у женщин с эмоциональной зависимостью.

Провести эмпирическое исследование взаимосвязи генерализованного тревожного расстройства у женщин с эмоциональной зависимостью с отношениями в родительской семье.

Разработать клинико-психологическую программу сопровождения девушек, имеющих склонность к генерализованному тревожному расстройству.

Используемые методы.

Опросник привязанности к родителям и сверстникам, IPPA, авторы: G. Armsden, M. Greenberg, адаптация: Н.В. Сабельникова, Д.В. Каширский, Т.Ю. Садовникова

Опросник Семейные эмоциональные коммуникации (СЭК), Авторы: А.Б. Холмогорова, С.В. Воликова

Опросник генерализованного тревожного расстройства, ГТР-7, авторы: R. Spitzer, K. Kroenk, адаптация: А.А. Золотарева.

Шкала созависимости Спанн-Фишер (Spann-Fischer Codependency Scale)

Обсуждение результатов эмпирической части исследования.

Сравнение показателей женщин с высоким и низким уровнем созависимости выявило статистически значимые различия. Наиболее выраженными оказались различия в уровне привязанности к родителям: женщины с выраженной созависимостью демонстрировали сниженные показатели привязанности к матери ($U = 33,5$; $p = 0,001$) и к отцу ($U = 32,0$; $p = 0,001$). Также зафиксированы высокие показатели семейной дисфункции ($U = 50,0$; $p = 0,009$) и повышенная выраженность генерализованных тревожных реакций ($U = 19,5$; $p = 0,0001$). Эти результаты подтверждают, что созависимым женщинам чаще свойственны трудности в семейных отношениях и высокий уровень тревожности.

Корреляционный анализ показал значимые отрицательные связи между уровнем созависимости и привязанностью к матери ($r = -0,419$; $p < 0,05$) и к отцу ($r = -0,378$; $p < 0,05$). Это указывает на эмоциональную недостаточность родительских отношений у женщин с тенденцией к созависимому поведению.

Выявлена отрицательная связь между уровнем созависимости и доверием в семейной системе ($r = -0,495$; $p < 0,05$), что отражает трудности формирования

безопасных и поддерживающих отношений с родителями и свидетельствует о возможных нарушениях привязанности.

Положительная корреляция между созависимостью и отчуждённостью ($\rho = 0,267$; $p < 0,05$) говорит о повышенной эмоциональной дистанции в детско-родительских отношениях. Аналогично установлена положительная связь с восприятием критики ($\rho = 0,332$; $p < 0,05$), что указывает на значимое влияние негативных родительских оценок на эмоциональное развитие.

Положительная связь между генерализованными тревожными реакциями и параметрами семейной дисфункции – критикой ($\rho = 0,379$; $p < 0,05$) и подавлением эмоций ($\rho = 0,390$; $p < 0,05$) – подтверждает роль неблагоприятной эмоциональной атмосферы в формировании тревожных паттернов поведения.

Таким образом, полученные данные позволяют рассматривать созависимость как явление, тесно связанное с нарушениями привязанности, дефицитом эмоциональной поддержки и неблагоприятными коммуникациями в семье. У женщин формируется повышенная чувствительность к внешней оценке, страх отвержения и склонность к поиску внешнего подтверждения собственной значимости. Это подчёркивает важность семейной среды как фактора эмоционального развития и обосновывает необходимость профилактических и коррекционных программ, направленных на укрепление эмоциональной устойчивости и формирование здоровых моделей взаимоотношений.

Список литературы

1. Антонова Л.В. Тревожные расстройства: клиника, диагностика, терапия / Л.В. Антонова. – М.: Медпресс, 2019.
2. Соколова Е.Т. Психология самоотношения / Е.Т. Соколова. – М.: Смысл, 2011.
3. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 2008.
4. Холмогорова А.Б. Современные подходы к пониманию тревожных состояний / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян. – М.: МГУ, 2016.

5. Варга А.Я. Семейная терапия: теория и практика / А.Я. Варга. – М.: Когито-Центр, 2014.
6. Захаров А.И. Тревожные дети и подростки / А.И. Захаров. – СПб.: Речь, 2017.
7. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А.Е. Личко. – СПб.: Медицина, 2015.