

**ДЕРЯБИНА А.П.**

## **ОСОБЕННОСТИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ЛИЦ С ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ**

Зависимость – весьма распространённое в любой социальной среде явление. Начало его формирования можно отнести к самому раннему детству.

С момента рождения до 2-3 лет ребенок в здоровой семье завершает решение ряда задач своего развития, в том числе установление доверия между матерью и ребенком. Если установление базового доверия завершилось успешно, то ребенок чувствует себя в достаточной безопасности, чтобы отделиться от матери и начать исследовать внешний мир самостоятельно. Важные навыки, приобретенные на этом пути – умение полагаться на свою внутреннюю силу, умение предъявлять свои эмоции и желания. Способность брать на себя ответственность за свои действия, делиться, взаимодействовать и сдерживать агрессию, эффективно справляться со страхом и тревогой. У них существует целостное внутреннее ощущение своей уникальности и четкое представление о своем “я” и о том, кто они есть. Они могут находиться в близких отношениях с другими людьми, не опасаясь потерять себя как личность. Они могут эффективно удовлетворять все свои потребности, обращаясь непосредственно к другим лицам, если им необходима помощь. И, наконец, они не теряют общего позитивного представления о самом себе, когда окружающие их критикуют.

Чтобы процесс развития автономности человека завершился успешно, нужно, чтобы оба его родителя имели хорошо развитую психологическую автономность, чтобы помочь ребенку отделиться

Созависимость (co-dependence) — патологическая, аффективно окрашенная 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 [2], среди которых наиболее распространены депрессивные и тревожные реакции. Это расстройство чаще встречается у женщин, чем у мужчин [1], чаще в семьях алкоголиков и наркоманов. Возникает на фоне длительного нахождения в стрессовой

ситуации, когда используются подавляющие правил, которые не позволяют открыто выражать свои чувства и прямо обсуждать личные и межличностные проблемы [2, 3].

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.

Жизнь созависимых протекает так, как будто и не воспринимается всеми чувствами (эмоциональная обнубиляция). У них как бы утрачены навыки распознавания и понимания своих чувств (алекситимия). Они полностью поглощены удовлетворением желаний других людей. Кроме того, они привыкли к искажению чувств. Чувствуя боль и отчаяние, такие женщины могут ходить с постоянной улыбкой на губах (синдром Моны Лизы), демонстрируя классический пример двойного послания своему окружению.

Родители из дисфункциональной семьи не могут служить примером психической автономности и т.о. провоцируют развитие патологических созависимых паттернов поведения у своих детей. Дисфункциональная семья является источником психической, физической и духовной травматизации личности. Вырастая, люди из дисфункциональных зависимых семей тянутся друг к другу. Созависимая женщина нужна аддикту для удовлетворения своих потребностей психопатического толка (обслуживающий персонал). Алкоголик или наркоман нужен созависимой женщине для удовлетворения ее невротических потребностей в привязанности, принадлежности, незаменимости.

Аддикция, или болезненное пристрастие — семейное заболевание. Созависимость — более глубокая и труднее поддающаяся коррекции аддикция. И аддикция и созависимость относятся к нездоровым, тупиковым жизненным маршрутам, наносящим ущерб, задерживающим развитие человека и ухудшающим его здоровье.

Созависимость — это тот вариант утраты свободы, от которого можно и нужно избавляться чем раньше, тем лучше.

**Список литературы:** 1. *Понизовский А.М., Ротенберг В.С.* Психологические механизмы зависимых отношений и методы их психотерапевтической коррекции // Психологический журнал. 1987, № 2, С. 118–124; 2. *Москаленко В.Д.* Жены больных алкоголизмом // Вопросы психологии. 1991, N 5, С. 91–97. 3. *Б. Уайнхорн, Д. Уайнхорн* “Освобождение от созависимости”// Класс, Москва, 2002, -С. 5.