

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ У РАЗНЫХ КАТЕГОРИЙ СОЗАВИСИМЫХ ЖЕНЩИН**

**Суворова О.В., Береснева Е.В.**

Статья посвящена анализу особенностей проявления психологических защит у разных категорий созависимых женщин. Авторы представляют результаты эмпирического исследования особенностей проявления психологических защит у разных категорий созависимых женщин в сравнительном аспекте. Использовались: опросник психологических защит Плутчика-Келлермана Конте и методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении В.В. Бойко. В исследовании принимали участие 36 созависимых женщин, жен и матерей лиц, зависимых от психоактивных веществ, из них матерей - 19 человек, жен - 17 человек. Возраст испытуемых от 28 до 67 лет. В результате проведенного исследования выявлены существенные различия в профиле преобладающих психологических защит у созависимых матерей и жен, подтверждающие гипотезу о существовании различий в проявлениях и структуре психологических защит у двух категорий респондентов.

Ключевые слова: созависимость, психологическая защита, созависимые жены, созависимые матери

## **FEATURES OF MANIFESTATION OF PSYCHOLOGICAL PROTECTIONS AT DIFFERENT CATEGORIES OF CODEPENDENT WOMEN**

**Suvorova O. V., Beresneva E. V.**

The article is devoted to the analysis of features of manifestation of psychological protections at different categories of co-dependent women. The authors present the results of an empirical study of the features of psychological protection in different categories of co-dependent women in the comparative aspect. We used the questionnaire of psychological protection of the Cheat-Kellerman Conte and the method of diagnosis of the dominant strategy of psychological protection in communication V. Boyko. The study involved 36 co-dependent women, wives and mothers of persons dependent on psychoactive substances, including mothers - 19 people, wives - 17 people. Age of subjects from 28 to 67 years. As a result of the study, significant differences in the profile of the prevailing psychological defenses of co-dependent mothers and wives were revealed, confirming the hypothesis of the existence of differences in the manifestations and structure of psychological defenses in two categories of respondents.

Keywords: codependency, a psychological defense, codependent wife, codependent mother

### **Введение**

Созависимость – сложное психологическое состояние личности, имеющее серьезные последствия и затрудняющее его собственную жизнь и жизнь его семьи. Созависимость представляет собой отказ от себя и посвящение собственной жизни проблемам другого человека [1]. В нашем обществе созависимость распространяется чрезвычайно широко. Этому способствует наша бытовая культура как следствие тяжелых и сложных исторических событий и опыта российского народа. В психиатрических терминах созависимость определяется как модус паталогического развития личности [9].

Термин “созависимость” появился в семидесятых годах прошлого века. Это слово вошло в обиход в нескольких лечебных центрах Миннесоты как результат изучения природы веществ изменяющих сознание, их влияния на человека. Исследователи столкнулись с тем, что

помимо самого больного алкоголизмом или наркоманией есть еще и близкое окружение, которое тоже страдает, несмотря на то, что оно не употребляет алкоголь или наркотики. По этой теме были проведены исследования, указывающие на физические, психические, эмоциональные и духовные состояния сходные с алкоголизмом, проявляющиеся у многих непьющих людей, составляющих ближайшее окружение алкоголиков. Изначально это слово использовали для описания людей, состоящих в близких отношениях с алкоголиком или наркоманом, чьи жизни в результате этого стали неуправляемыми [2].

Когда профессионалы стали понимать созависимость лучше, обнаружилось, что большие группы людей страдают этим заболеванием. Это и взрослые дети алкоголиков, и люди, состоящие в близких отношениях с личностями, страдающими эмоциональными и психическими расстройствами, с хроническими больными, и родители, дети которых имеют проблемы с поведением, люди помогающих профессий.

Созависимые используют различные формы психологической защиты. Они склонны игнорировать проблемы или делать вид, что ничего серьезного не происходит, пытаются убедить себя в том, что завтра все будет лучше, легко обманывают себя, верят всему, что им сказали, если сказанное совпадает с желаемым, видят только то, что хотят видеть и слышат только то, что хотят слышать. Механизмы психологической защиты помогают созависимым избежать боли, но ведут к краху жизни, здоровья, отношений. Созависимость является почвой для всех видов зависимостей, без изменения отношения к ней страдания людей передаются из поколения в поколение [4].

Механизмы психологической защиты имеют свои особенности в тех семьях, где есть большой химической зависимостью – алкоголизмом, наркоманией, токсикоманией, а также игровой зависимостью. Важно отметить, что вопрос о созависимости и как компонент этого явления психологические механизмы защиты сейчас очень актуален. В.Д. Москаленко, известный отечественный специалист в области зависимости и созависимости, считает зависимость семейным заболеванием [6; 8]. Именно созависимость родственников бывает источником срыва зависимого больного после хорошей реабилитации. Поэтому в квалифицированной помощи нуждаются не только больные зависимостями, но их ближайшее окружение - жены, матери, мужья, братья, сестры, дети, для создания здоровых отношений во всей семейной системе [1; 2; 3; 5; 6; 8].

Цель данной статьи представить результаты эмпирического исследования особенностей проявления психологических защит у разных категорий созависимых женщин, а именно, жен и матерей лиц, зависимых от психоактивных веществ. Мы предполагали, что профиль и уровень выраженности психологических защит у созависимых жен и матерей будут иметь свои особенности и существенно различаться.

## Материалы и методы

В нашем исследовании принимали участие 36 созависимых женщин, которые являются женами и матерями лиц зависимых от психоактивных веществ. Группа матерей составила 19 человек, группа жен - 17 человек, возраст испытуемых от 28 до 67 лет.

Для исследования психологических защит созависимых женщин использовались методики:

1. Опросник «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана Конте, позволяющий диагностировать всю систему защит, выявить ведущие, основные механизмы, а также оценить степень напряженности каждого механизма защиты.
2. Диагностика доминирующей стратегии психологической защиты в общении (В.В. Бойко). Данная методика позволяет диагностировать ведущие стратегии защиты в общении с партнерами. Методика включает в себя 3 шкалы психологических защит: миролюбие, избегание и агрессия.

## Результаты исследования

На первом этапе констатирующего эксперимента у созависимых женщин была изучена представленность и выраженность психологических защит, выявлены их преобладающие типы в сравнительном аспекте.

Результаты исследования психологических защит созависимых женщин по методике «Индекс жизненного стиля». Р. Плутчика и Г. Келлермана, отражены на рисунке 1.

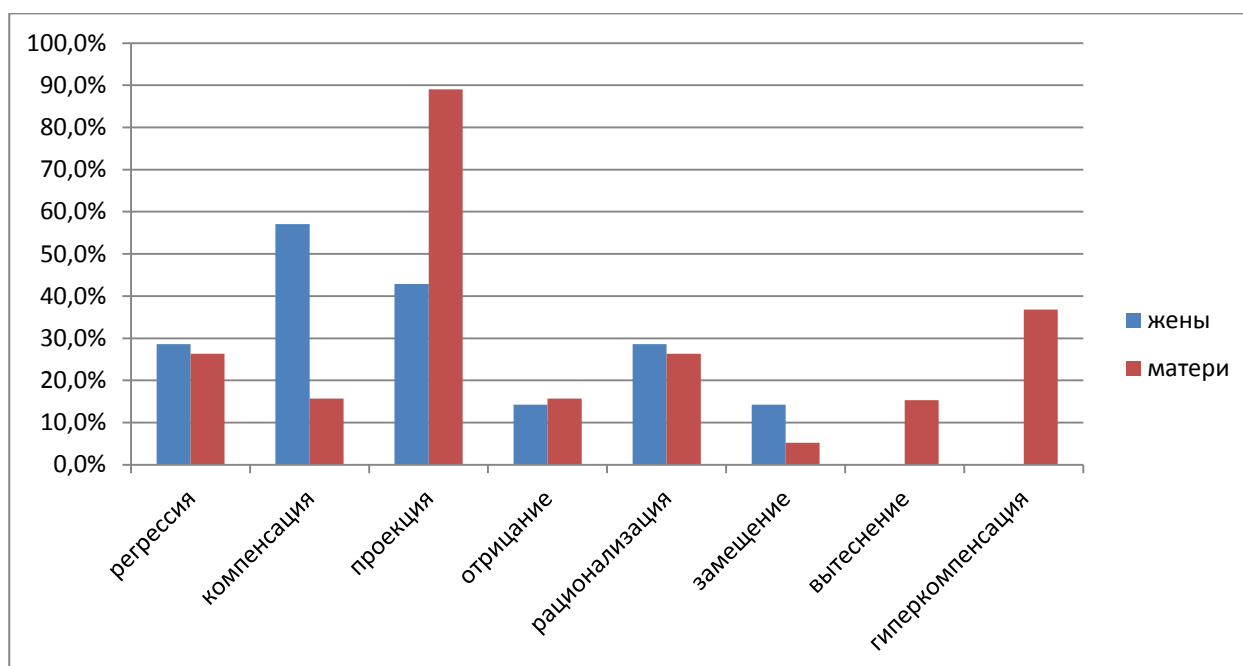


Рис. 1. ПРОФИЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ ЖЕН И МАТЕРЕЙ ЛИЦ, ЗАВИСИМЫХ ОТ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ.

Из рисунка 1 видно, что у созависимых матерей представлен более широкий спектр психологических защит в напряжении, нежели у созависимых жен.

Преобладающей психологической защитой у созависимых матерей является проекция, причем она находится в напряжении у 89,0 % опрошенных матерей. У созависимых жен проекция находится в напряжении у 42,9 % женщин и стоит на втором месте по частоте проявления. Проекция – это механизм психологической защиты, связанный с бессознательным переносом собственных неприемлемых чувств, желаний и стремлений на другое лицо. В его основе лежит неосознаваемое отвержение своих переживаний, сомнений, установок и приписывание их другим людям с целью перекладывания ответственности за то, что происходит внутри “Я” на окружающий мир.

Вторая по выраженности психологическая защита у созависимых матерей – гиперкомпенсация (38,0 %). Гиперкомпенсация – это утрированное проявление качества, вызывающее чувство неполноценности и позволяющее превозноситься над другими, при этом личность прикладывает чрезмерно много сил для преодоления своего реального или вымышленного дефекта. Причем, человек, чувствуя свою несамостоятельность и зависимость, превращается в тирана. Причиной гиперкомпенсации является комплекс неполноценности, который формируется в детстве. Элементы гиперкомпенсации – эгоцентризм, хвастовство, высокомерность, личность с гиперкомпенсацией чувствует себя значимой только в условиях превосходства.

Данная психологическая защита не проявляется в группе созависимых жен в нашей выборке.

Наиболее часто встречающейся психологической защитой у созависимых жен является компенсация. Она находится в напряжении у 57,0 % респондентов, в то время как у созависимых матерей компенсация находится в напряжении только лишь у 15,7 % из протестированных женщин. Компенсация – схожий с гиперкомпенсацией механизм защиты, заключающийся в бессознательной попытке преодоления реальных и воображаемых недостатков, за счет развития других качеств.

Из данных исследования, представленных на рисунке 1 можно видеть, что значения, характеризующие выраженность таких психологических защит, как регрессия, отрицание, рационализация и замещение имеют близкие значения в обеих группах испытуемых.

По степени выраженности к рационализации близка психологическая защита регрессия. Регрессия – это возвращение к ранее пройденным этапам психосексуального развития, к первоначальным примитивным способам мышления и поведения. Рационализация по сути есть нахождение приемлемых причин и объяснений своим мыслям и действиям.

Рациональное объяснение направлено не на разрешение противоречия, а на снятие напряжения при переживании дискомфорта.

В обеих группах самая низкая выраженность наблюдается по психологической защите “замещение” (жены 14,3 %, матери 5,2 %). Это защита от тревожащей или даже нестерпимой ситуации путем переноса реакции с недоступного объекта на другой объект - “доступный“; или замена неприемлемого действия приемлемым. Особенности поведения людей с защитой по типу замещения – их импульсивность, раздражительность, требовательность к окружающим, грубость, вспыльчивость, реакция протеста в ответ на критику, такое поведение часто свойственно для созависимых. Возможно, на низкий процент выраженности значения показателя замещения оказало влияние наличие у наших респондентов высшего образования (90,0 %). Образованным людям чаще свойственны интеллигентность поведения, сдержанность в проявлении эмоций, обдуманность действий и т.д. Другие виды защитных механизмов не имеют ярких отличий по своей выраженности для двух категорий испытуемых.

Психологическая защита вытеснение проявляется только в группе созависимых матерей и находится в напряжении у 16,0 % матерей. Многие созависимые вытесняют свои мысли и чувства из своего сознания, потому что чувствуют себя виноватыми и боятся позволить себе быть теми, кем они являются на самом деле. У созависимых матерей очень сильное чувство вины за то, что не уследили, упустили, не воспитали и др.

Результаты тестирования женщин на определение доминирующей стратегии психологической защиты в общении (по методике В.В. Бойко) показали, что созависимые жены и матери чаще прибегают к таким стратегиям защиты в общении, как “агрессия ” и ”избегание”. Результаты представлены на рисунке 2.

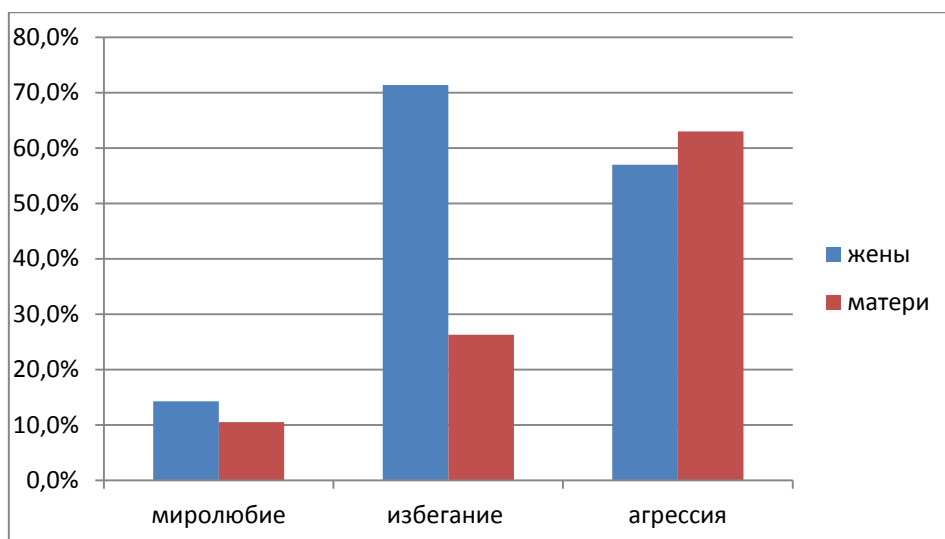


Рис 2. ДОМИНИРУЮЩИЕ СТРАТЕГИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ В ОБЩЕНИИ У СОЗАВИСИМЫХ ЖЕН И МАТЕРЕЙ.

У матерей наиболее используемой стратегией психологической защиты в общении является агрессия (63,0 %); на втором месте - стратегия избегания (26,3 %). Наименее используемой стратегией психологической защиты в общении у созависимых матерей является миролюбие (10,5 %).

У жен наиболее активно используемой стратегией психологической защиты в общении является избегание (71,4 %); на втором месте – агрессия (57,0 %). Наименее используемой стратегией психологической защиты в общении у созависимых жен является миролюбие (14,3 %).

Таким образом, из полученных данных можем сделать вывод о том, что созависимые матери и жены используют различные стратегии защиты в общении. Ведущей стратегией защиты в общении у матерей является “агрессия “. При увеличении угрозы для субъектной реальности личности её агрессия возрастает, интеллект усиливает агрессию за счёт придаваемого ей смысла.

Ведущей стратегией защиты в общении у созависимых жен является “избегание”. Данная стратегия основывается на экономии интеллектуальных и эмоциональных ресурсов, поскольку жизненным приоритетом женщины чаще являются дети, а зависимый муж стоит на втором месте. Индивид привычно обходит или покидает зоны конфликтов и напряжений, когда его «Я» подвергается атакам. Избегание не требует особых умственных и эмоциональных затрат, однако в данном случае требует сильной нервной системы и волевых усилий.

### **Обсуждение и заключение**

В результате проведенного исследования выявлены различия в профиле и уровне преобладающих психологических защит у созависимых матерей и жен, подтверждающие нашу гипотезу.

У созависимых матерей наблюдается более широкий набор психологических защит (присутствуют все психологические защиты) по сравнению с созависимыми женами, а у созависимых жен отсутствуют вытеснение и гиперкомпенсация. Психологические защиты регрессия, отрицание, рационализация и замещение используются примерно с одинаковой частотой и не выявляют существенных различий.

Наиболее характерным различием является частота использования респондентами психологических защит. Созависимые матери чаще всего используют три защиты: проекция (89,0 %), агрессия (63,0%), гиперкомпенсация (38,0 %). В то время как созависимые жены чаще всего используют четыре защиты избегание (71,4 %), агрессия (57,0 %), компенсация (57,0 %) и проекция (42,9 %).

Созависимые матери и жены одинаково часто применяют стратегию агрессии в общении и одинаково редко используют стратегию миролюбия. Существенное различие наблюдается в стратегии избегания, более часто данная стратегия используется созависимыми женами (71,4 % / 26,3 %).

Таким образом, для созависимых матерей характерна агрессивно-тираническая гиперкомпенсация и проекция собственных переживаний, недостатков, убеждений, неуспешности в материнской роли, приписывание собственных слабостей и ответственности близким другим.

Для созависимых жен характерен агрессивно-избегающий стиль в отношениях и стремление к компенсации неуспешности в супружеской роли и низкой самооценки социальными и материальными успехами.

### **Список использованных источников**

1. Артемцева, Н.Г. Феномен созависимости: психологический аспект. – М.: РИО МГУДТ, 2012. – 222с.
2. Битти, М. Спасать или спастись? Как избавиться от желания постоянно опекать других и начать думать о себе./ Пер. с англ. Э. Мельник – М., издательство “Э”, 2017. – 384 с.
3. Битти, М. Алкоголик в семье, или Преодоление созависимости / Пер. с англ. – М., Физкультура и спорт, 1997. – 331 с.
4. Будасси, С.А., Защитные механизмы личности, М.: Просвещение, 1998. – 384с.
5. Бурова Е.А. Внутренние детерминанты духовного кризиса // Нижегородский психологический альманах. // Нижегородский психологический альманах. 2018. №2. URL: <http://npakaf417.ru/pdf/2018/2/177.pdf> (дата обращения: 30.04.2019)
6. Москаленко, В.Д. Созависимость при алкоголизме и наркомании (пособие для врачей, психологов и родственников больных). – М.; Анахарсис, 2002. – 112с.
7. Москаленко, В.Д. Когда любви слишком много: Профилактика любовной зависимости.- М.; Психотерапия, 2006. – 224с.
8. Москаленко, В.Д. Зависимость: семейная болезнь. 2-ое издание, перераб. и допол. – М.; ПЕРСЭ, 2004. – 336с.
9. Уайнхолд, Б., Уайнхолд, Дж. Освобождение от созависимости. / Пер. с англ.,- М.; Независимая фирма “класс”, 2003. - 223с.

### **References**

1. Artemceva, N.G. *Fenomen sozavisimosti: psihologicheskij aspekt* [The phenomenon of codependency: a psychological perspective]. Moscow, RIO MGUDT. 222 p. (In Russian).
2. Beatty, M. *Spasat' ili spasat'sya? Kak izbavit'sya ot zhelaniya postoyanno opekat' drugih i nachat' dumat' o sebe./ Per. s angl. E. Mel'nik* [Save or be saved? How to get rid of the desire to

constantly take care of others and start thinking about yourself./ Per. with English. E. Melnik]. Moscow, izdatel'stvo "E", 384 p. . (In Russian).

3. Beattie M. *Alkogolik v sem'e, ili Preodolenie sozavisimosti / Per. s angl.* [The Alcoholic in the family, or the Overcoming of codependency]. Moscow, Fizkul'tura i sport, 1997. – 331 p. (In Russian).

4. Burova E.A. *Vnutrennie determinanty duhovnogo krizisa* [Internal determinants of spiritual crisis]. *Nizhegorodskij psihologicheskij al'manah.* 2018. №2. Available at: <http://npakaf417.ru/pdf/2018/2/177>. (accessed: 30.04.2019) (In Russian)

5. Budassi, S.A., *Zashchitnye mekhanizmy lichnosti* [Protective mechanisms of personality], Moscow, Prosveshchenie, 1998. 384 p. (In Russian).

6. Moskalenko, V.D. *Sozavisimost' pri alkogolizme i narkomanii (posobie dlya vrachej, psihologov i rodstvennikov bol'nyh)* [Codependence in alcoholism and drug addiction (manual for doctors, psychologists and relatives of patients)]. Moscow, Anaharsis, 2002. – 112 p. (In Russian).

7. Moskalenko, V.D. *Kogda lyubvi slishkom mnogo: Profilaktika lyubovnoj zavisimosti* [When love too much: Prevention love dependence]. Moscow, Psihoterapiya, 2006. – 224 p. (In Russian).

8. Moskalenko, V.D. *Zavisimost': semejnaya bolezn'* [Addiction: a family disease ]2-oe izdanie, pererab. i dopol. Moscow, PERSE, 2004. – 336 p. (In Russian).

9. Uajnhold, B., Uajnhold, Dzh. *Osvobozhdenie ot sozavisimosti. / Per. s angl.* [Liberation from codependence]. Moscow, Nezavisimaya firma "klassh. 2003. – 223 p. (In Russian).

---

*Суворова Ольга Вениаминовна доктор психологических наук, профессор, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: [olgavenn@yandex.ru](mailto:olgavenn@yandex.ru)*

*Береснева Елена Владимировна магистрант, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: [beresnewa.elena2013@yandex.ru](mailto:beresnewa.elena2013@yandex.ru)*

---

*Suvorova Olga Veniaminovna doctor of psychology, professor, Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: [olgavenn@yandex.ru](mailto:olgavenn@yandex.ru)*

*Beresneva Elena Vladimirovna master's student, Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: [beresnewa.elena2013@yandex.ru](mailto:beresnewa.elena2013@yandex.ru)*

---