

DOI: 10.31862/2500-297X-2020-1-198-207

**М.В. Шамардина, О.А. Доровских,  
А.А. Кожевникова**Алтайский государственный университет,  
656049 г. Барнаул, Российская Федерация

## Психологический портрет созависимого подростка

В статье рассматриваются особенности личности созависимого подростка из числа семей, где родители имеют алкогольную зависимость. Изучено влияние специфической семейной среды на личность подростка в контексте родительского алкоголизма. По результатам исследования выявлены личностные характеристики подростка, имеющего одного или обоих родителей с алкогольной зависимостью. Показано, что пагубная зависимость таких родителей формирует определенные эмоциональные состояния у подростка, приводит к появлению негативных личностных характеристик и даже в целом меняет поведение подростка. Проведенное исследование позволило создать психологический портрет созависимого подростка, показать его основные составляющие и выявить характерные тенденции, проявляющие зависимость, установить взаимосвязь между инфантильностью и конформизмом. Предложен метод библиотерапии, который может быть использован в профилактической работе с эмоциональными состояниями созависимых подростков.

**Ключевые слова:** созависимость, подростковый возраст, конформное поведение, родительский алкоголизм, зависимые модели поведения, созависимый родитель, метод библиотерапии

ССЫЛКА НА СТАТЬЮ: Шамардина М.В., Доровских О.А., Кожевникова А.А. Психологический портрет созависимого подростка // Педагогика и психология образования. 2020. № 1. С. 198–207. DOI: 10.31862/2500-297X-2020-1-198-207

## M. Shamardina, O. Dorovskikh, A. Kozhevnikova

Altai State University,  
Barnaul, 656049, Russian Federation

### Psychological portrait of the co-dependent teenager

The article considers personality characteristics of codependent adolescents. The aim of the study was to determine the components of the psychological portrait of a teenager with co-dependent behavior from among families where parents have alcohol addiction issues. The authors of the work studied the influence of a specific family environment on the personality of a teenager in the context of parental alcoholism. According to the results of the study, the personality characteristics of a teenager with one or two parents with alcohol dependence were identified. The dependent behavior of one of the parents forms certain emotional states in the adolescent, which leads not only to the appearance of negative personality characteristics, but also changes the behavior of the adolescent as a whole. The article also presents a psychological portrait of a co-dependent adolescent, lists its main components, shows the characteristic trends that show dependence, shows the relationship between infantility and conformism in co-dependent adolescents. The authors propose a book therapy method that can be used in preventive work with the emotional states of co-dependent adolescents.

**Key words:** codependence, conformal behavior, parental alcoholism, psych profile of a codependent adolescent, adolescence, dependent pattern of behavior, codependent parent, book therapy method

CITATION: Shamardina M.V., Dorovskikh O.A., Kozhevnikova A.A. Psychological portrait of the co-dependent teenager. *Pedagogy and Psychology of Education*. 2020. No. 1. Pp. 198–207. (In Russ.) DOI: 10.31862/2500-297X-2020-1-198-207

Кризисные явления, происходящие сегодня во многих сферах общественной жизни, нестабильные социально-экономические условия, сложившиеся в последнее время в стране, вызывают у людей негативные чувства и переживания: тревожность, страх перед будущим, неуверенность в завтрашнем дне, потерю смысла жизни и т.д. В попытке уйти

от перманентной фрустрации некоторые люди прибегают к аддиктивному поведению, злоупотребляя психоактивными веществами (алкоголем, наркотиками и пр.). Пагубная зависимость одного или обоих членов семьи неизбежно ведет к деформации внутрисемейных взаимоотношений и к появлению созависимости у живущих с ними рядом родственников, у которых снижается самооценка, возникает чувство вины, депрессивность и др. Созависимый человек склонен к подавлению своих чувств и желаний, что приводит к личностным разрушениям. Поэтому зависимость от употребления средств, изменяющих сознание, можно считать общим семейным заболеванием [6].

Тип семейных взаимоотношений и устоявшиеся модели поведения родителей оказывают существенное влияние на становление личности подростка. Ю.М. Антонян и Е.Г. Самичев установили, что наличие аддиктивного поведения у одного родителя и созависимых моделей поведения у другого может приводить к психологической деградации внутрисемейных отношений, от чего в большей степени страдают дети [1]. Однако следует признать, что выявление элементов созависимого поведения подростков из семей, где алкогольной зависимостью страдает один из родителей, к настоящему времени изучено недостаточно. Данный аспект нельзя оставлять без внимания, поскольку именно в подростковом возрасте закладываются идеалы, развивается самосознание, выстраиваются коммуникации с окружающими. Подростковый возраст по праву считается критическим для формирующейся личности, а также для развития пограничных расстройств и патологических состояний [2].

В семье, где хотя бы один из ее членов страдает зависимостью от алкоголя, наркотиков, ухудшаются внутрисемейные отношения, отражаясь на поведении и остальных членов семьи, у которых развивается созависимость. По мнению Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриевой, созависимость представляется значимым компонентом внутренней структуры личности, характеризуя зависимость от межличностных отношений [3].

Проблема созависимости в России стала активно изучаться сравнительно недавно, с начала 1980-х гг. Исследования в этой области проводили М. Битти, Н.Н. Иванец, В.Д. Москаленко, Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева, В.П. Нужный, Э.У. Смит и др., определившие созависимое состояние личности через «идеальное» поведение, проявлениями которого служат чувство вины и стыда, угрызания совести, чувство обиды, иногда духовная деградация, страхи, выраженная тревога и депрессия [5; 6].

Целью нашего исследования стало выявление составляющих психологического портрета подростка с созависимым поведением, родители которого (один или оба) имеют алкогольную зависимость.

Исследование, в котором приняли участие 48 подростков (с их письменного согласия) в возрасте от 12 до 15 лет (13 мальчиков и 35 девочек) из неблагополучных семей, где хотя бы один из родителей имеет алкогольную зависимость, проводилось с октября 2017 по март 2018 г. в г. Барнауле (Алтайский край). Статус семьи подтверждался данными социального педагога образовательного учреждения и классных руководителей. Подростки, принявшие участие в исследовании, посещали Центр психологической помощи и поддержки семьи.

Для данного исследования использовались методы сбора эмпирических данных: анкетирование, психологическое тестирование.

Созависимость у подростков протекает трудно из-за их возрастных особенностей: любовь к близким смешивается со злобой и ненавистью, подросток утрачивает доверие к окружающим, зачастую не доверяет и себе. Перемены в физическом состоянии приводят впоследствии к психосоматическим заболеваниям. В.Д. Москаленко отмечает, что эмоционально-поведенческие и личностные отклонения при семейном алкоголизме осложняют развитие нормальных коммуникаций в межличностных отношениях и влияют на социальную адаптацию в целом [6].

Дети больных алкоголизмом переживают огромный стресс, сопоставимый с горем утраты; также не редкость возникновение у них посттравматического стрессового расстройства. Детям зачастую приходится делать выбор, чью сторону занять в семье – матери или отца [Там же].

Нередко случается, что ребенку проще ладить с выпивающим родителем и сложнее с другим, живущим трезво, но страдающим созависимостью. Такие люди часто испытывают усталость, связанную с напряженной ситуацией, постоянно ощущают тревогу, бессознательно передавая свои негативные эмоции детям, и потому мельчайшего проступка обычно достаточно, чтобы родитель начал раздражаться и обвинять ребенка [7].

Созависимый родитель усиленно ведет борьбу за то, чтобы в семье все без исключения соответствовало общепринятым нормам. Он настолько поглощен приведением в порядок своих отношений с алкоголезависимым супругом, что это истощает все его психические ресурсы, вследствие чего происходят эмоциональные срывы. Такой родитель проявляет равнодушие к ребенку, отдавая все свое внимание алкоголезависимому супругу, т.е. вся жизнедеятельность семьи сосредоточена на его проблемах и потребностях. Дети не чувствуют собственную значимость для родителей, что приводит к ряду проблем психологического и физического характера [8; 9].

Для составления психологического портрета личности созависимых подростков нами были выполнены следующие действия:

1) отобраны подростки, у которых один или более членов семьи имеют алкогольную зависимость;

2) определен уровень созависимости у подростков из неблагополучных семей, а также степень зависимых моделей поведения с помощью следующих инструментов: шкалы созависимости Берри и Джени Уайнхолд, методики изучения самооценки Дембо–Рубинштейна, теста на созависимость Фишер, Спанн в адаптации В.Д. Москаленко и методов математико-статистической обработки данных (корреляционный анализ, критерий Манна–Уитни, факторный анализ) с использованием программы компьютерной обработки статистических данных SPSS 17.0;

3) выделены личностные характеристики с помощью опросника Кеттелла (тест 14PF);

4) исследован уровень самооценки у созависимых подростков.

У 80% исследуемых подростков диагностика показала средний и высокий уровни выраженности созависимости. При помощи математико-статистической обработки данных корреляционного анализа по методу Спирмена была выявлена тенденция к взаимосвязи между определенными личностными особенностями, в частности фрустрационностью (напряженностью) и уровнем выраженности созависимости ( $R = 0,649$ ): чем выше уровень выраженности созависимости, тем выше уровень напряженности. Это говорит о том, что подросток, постоянно находясь в созависимом окружении, постепенно привыкает к манипуляциям окружающих, а значит, у него повышается уровень возбуждения и напряженности.

Выявлена корреляционная взаимосвязь между подчиненностью (степень доминантности личности) и склонностью к зависимому поведению ( $R = 0,644$ ). Возможная связь этих критериев может указывать на то, что чем сильнее выражена подчиняемость, тем выше возможность возникновения различного рода зависимостей: дезорганизация в жизни из-за зависимости от поведения других; неспособность принимать решения самостоятельно, ведь желания и стремления подростка в семье чаще всего подавляются; также прослеживается связь между озабоченностью (подозрительность, ригидность, избегание общества) и обособленностью (конфликтность, эгоистичность) ( $R = 0,691$ ). Избегание общества может свидетельствовать о чувстве стыда за поведение родителя, о нежелании иметь контакты со сверстниками, чтобы скрыть семейную тайну, навязанную родителями.

Обнаружилась тенденция к взаимосвязи между эмоциональной неустойчивостью (импульсивностью) и уровнем самооценки ( $R = 0,673$ ), т.е. если самооценка занижена, то подросток испытывает негативные эмоции по отношению к себе; неуверенность в своих возможностях,

неспособность принимать решения указывают на эмоциональную неустойчивость личности. Также выявилось, что эмоциональная неустойчивость может иметь взаимосвязь с обособленностью ( $R = 0,861$ ) и с низким уровнем самоконтроля ( $R = 0,721$ ), что объясняет импульсивность (неумение контролировать собственные эмоции).

Корреляционный анализ указал еще на ряд тенденций к взаимосвязи по следующим критериям:

- уровень самооценки и степень озабоченности ( $R = 0,744$ ); чем ниже самооценка (неуверенность в себе, невозможность принятия самостоятельных решений), тем выше степень озабоченности (наличие страхов, недоверие к окружающим, беспокойство, замкнутость);
- степень зависимых моделей (склонность к зависимости) и конформность (социабельность, зависимость от группы) ( $R = 0,886$ ) может объясняться склонностью к зависимости от межличностных отношений;
- уровень выраженности созависимости и низкий уровень самоконтроля (импульсивность) ( $R = 0,843$ ) объясняется созависимым поведением в семье; это меняет психологический климат семьи, а следовательно, и эмоциональный фон подростка, что порождает импульсивное поведение.

Факторный анализ позволил выделить пять факторов, описывающих 74,2% дисперсии.

В первый фактор – *созависимость*, объясняющий 19,2% дисперсии, вошли такие качества, как уровень выраженности созависимости ( $a = 0,797$ ), уровень самооценки ( $a = 0,911$ ). Данный фактор, который можно назвать «созависимое поведение и оценка себя», описывает степень выраженности созависимости и то, как подростки с созависимой моделью поведения негативно оценивают себя (способности и возможности) по внешним и внутренним факторам.

Во второй фактор – *эмоциональное состояние при зависимых формах поведения*, описывающий 15,5% дисперсии, – вошли эмоциональная неустойчивость ( $a = 735$ ) и степень зависимых моделей (склонность к зависимому поведению) ( $a = 785$ ). Ключевыми в этом факторе являются эмоциональные особенности личности подростков и уровень выраженности зависимых моделей в поведении. Это может объяснить как созависимое поведение, так и склонность к любым формам зависимого поведения, что также объясняется наличием постоянного примера того или иного зависимого поведения члена семьи.

На основе вышесказанного можно сделать вывод, что к личностным особенностям подростка с созависимым поведением добавляется эмоциональная неустойчивость. Это обусловлено постоянной нестабильностью семейных отношений родителей и демонстрируемых ими моделей

поведения, неуверенностью в собственных силах (зависимость от родителей) и возможностью выражать свои эмоции в полной мере по ряду отягчающих факторов (конфликтность в семье, зависимое поведение ее членов, ситуативность выполнения семейных функций).

Третий фактор (13,6%) образован обособленностью (замкнутость, уход в себя) ( $a = 0,768$ ) и осторожным индивидуализмом ( $a = 0,615$ ). Этот фактор можно назвать *социальным поведением*. Можно предположить, что скрытность (необщительность, отстраненность, критичность, замкнутость) связана также с постоянной «семейной тайной», обусловленной зависимым поведением члена семьи. Возможно, подросток в семье подвергается критике, обвинениям (поэтому вынужден постоянно оправдываться), что также может способствовать формированию таких качеств, как обособленность, уход в себя, чувство вины.

Четвертый фактор (13,4%), включающий конформность (социальность, зависимость от группы) ( $a = 0,847$ ), напряженность (фрустрационность) ( $a = 0,632$ ), можно назвать *конформизмом*. Он формирует представление о зависимом поведении в социальной жизни, обвинение себя, неуверенность, обидчивость, конформное поведение личности, которое может быть обусловлено неумением самостоятельно принимать решения, отсутствие своего мнения, что может сопровождаться постоянной тревогой.

Пятый фактор (12,5%) можно назвать *импульсивностью*. Для него характерны следующие особенности: подростки имеют склонность ограничивать себя в проявлении своих чувств, что проявляется в необдуманной эмоциональности и отрицании общественных норм, сопровождается тревожностью и неумением контролировать собственные желания. Данный фактор включает в себя эмоциональную неустойчивость ( $a = 0,954$ ) и низкий уровень самоконтроля ( $a = 0,434$ ).

Исходя из вышесказанного, можно сделать выводы, наглядно демонстрирующие поведение созависимого подростка: высокая степень зависимых моделей поведения (склонность к зависимостям в целом), конформность поведения, отстраненность, скрытность, обидчивость, тревожность, напряженность, эмоциональная неустойчивость и низкий уровень самоконтроля. Эмоциональные состояния созависимых подростков связаны с заниженной самооценкой, неуверенностью в себе и, как правило, с отсутствием собственного мнения, недоверием, напряженностью, склонностью к фрустрации, с отказом от собственных желаний и чувств. Отличительной чертой созависимого подростка являются направленность вовне, зависимость от взаимоотношений с другими и их оценок; из-за невысокой самооценки у подростков часто преобладают негативные эмоции, такие как гневливость, тревожность, страх и чувство вины.

В своих исследованиях Н.А. Бохан, И.Я. Стоянова и Л.В. Мазурова (2011) описывают созависимость как состояние, указывающее на нарушения психического здоровья у членов семьи вследствие переживания продолжительного стресса и сконцентрированности на поведении и нуждах зависимого от алкоголя члена семьи [10].

Психопрофилактика эмоциональных состояний, вызванных созависимостью, возможна при использовании метода библиотерапии [4]. Цели данного метода: достижение лучшего понимания подростком своих проблем, расширение возможностей вербализации проблем и включение их в контекст общественно выработанного опыта. Кроме того, как показала практика, библиотерапия повышает самооценку подростка, улучшает его настроение в целом и формирует мировоззрение.

Данный метод предполагает групповое обсуждение поведения литературных героев (анализ моделей поведения), что дает подросткам возможность обсудить собственные проблемы в опосредованной форме, проявлять эмоции, сравнивая их с эмоциями героев и участников группового занятия, услышать об альтернативных способах переживаний и таким образом получить варианты выхода из трудных ситуаций. Такие занятия будут способствовать формированию мотивации к изменениям, снижению страхов и появлению новых интересов, а также духовной переоценке происходящего и самосовершенствованию.

Опираясь на имеющиеся научные исследования в отечественной и зарубежной психологии, посвященные проблеме созависимого поведения, мы сделали акцент на том, что данный феномен может быть рассмотрен как образ жизни, где особенности отношения к себе, к окружающим, способность к достижению целей, принятие себя осуществляются через модели поведения, основанные на существующей зависимости в семье от родителя с алкогольной зависимостью. Количество таких дисфункциональных семей растет, и это серьезно препятствует полноценному психологическому развитию детей.

Проведенное исследование показало индивидуальные особенности личности созависимых подростков, которые проявляются через конформное поведение, отстраненность, скрытность, обидчивость, тревожность, эмоциональную неустойчивость и заниженную самооценку.

#### Библиографический список / References

1. Антонян Ю.М., Самичев Е.Г. Неблагоприятные условия формирования личности в детстве и вопросы предупреждения преступности. Психологические механизмы насильственного преступного поведения: Учебное пособие. М., 1983. [Antonyan Yu.M., Samichev E.G. Neblagopriyatnye usloviya formirovaniya lichnosti v detstve i voprosy preduprezhdeniya prestupnosti.



- Psihologicheskie mekhanizmy nasil'stvennogo prestupnogo povedeniya [Adverse conditions of personality formation in childhood and the prevention of crime. Psychological mechanisms of violent criminal behavior]. Studu guide for students. Moscow, 1983.]
2. Артемцева Н.Г. «Co-dependence» – идентификация явления // Психология сегодня. М., 1996. Т. 2. Вып. 4. С. 204–205. [Artemtseva N.G. “Co-dependence” – identification of the phenomenon. *Psychology today*. Moscow, 1996. Vol. 2. Issue 4. Pp. 204–205. (In Russ.)]
  3. Артемцева Н.Г. Типологические детерминанты развития потенциала созависимой личности // Вестник ОНУ им. И.И. Мечникова. Серия: Психология. 2010. Т. 15. Вып. 11. С. 153–160. [Artemtseva N.G. Typological determinants of potential codependent personality. *Bulletin of the Mechnikov Odessa National University. Psychology Series*. 2010. Vol. 15. Issue 11. Pp. 153–160. (In Russ.)]
  4. Доровских О.А., Шамардина М.В. Библиотерапия как метод психокоррекции в работе с созависимыми подростками // Тенденции развития науки и образования. 2018. № 34-2. С. 20–24. [Dorovskikh O.A., Shamardina M.V. Bibliotherapy as method of psychocorrection in working with co-dependent adolescents. *Tendentsii razvitiya nauki i obrazovaniya*. 2018. No. 34-2. Pp. 20–24. (In Russ.)]
  5. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Психосоциальная аддиктология. Новосибирск, 2001. [Korolenko C.P., Dmitrieva N.V. *Psihosotsial'naya addiktologiiya* [Psychosocial addictology]. Novosibirsk, 2001.]
  6. Москаленко В.Д. Зависимость: семейная болезнь. 2-е изд., М., 2004. [Moskalenko V.D. *Zavisimost': semejnaya bolezni* [Dependence: Family illness]. 2nd ed. Moscow, 2004.]
  7. Назаров Е.А. Наркотическая зависимость и созависимость личности в семье: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2000. [Nazarov E.A. *Narkoticheskaya zavisimost' i sozavisimost' lichnosti v sem'e* [Drug dependence and codependency of the individual in the family]. PhD theses. Moscow, 2000.]
  8. Телятникова К.В. Взаимосвязь «созависимости» и удовлетворенности потребностей у представителей различных психотипов: Дипломная работа. М., 2008. [Telyatnikova K.V. *Vzaimosvyaz' «sozavisimosti» i udovletvorennosti potrebnostej u predstavitelej razlichnyh psihotipov* [Relationship of “codependency” and the satisfaction of needs of representatives of different psychological types]. Graduate work Moscow, 2008.]
  9. Шорохова О.А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости. СПб., 2002. [Shorohova O.A. *Zhiznennye lovushki zavisimosti i sozavisimosti* [Life traps of addiction and codependency]. St. Petersburg, 2002.]
  10. Стоянова И.Я., Мазурова Л.В., Бохан Н.А. Психология созависимости: поиски новых направлений психологической помощи // Медицинская психология в России. 2011. № 5 (10). URL: [http://www.medpsy.ru/mprj/archiv\\_global/2011\\_5\\_10/nomer/nomer26.php](http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2011_5_10/nomer/nomer26.php) (дата обращения: 12.04.2019). [Stoyanova I.Ya., Mazurova L.V., Bohan N.A. Psychology of codependency: search for new directions of psychological assistance. *Medicinskaya psihologiya v Rossii*. 2011. No. 5 (10). URL: [http://www.medpsy.ru/mprj/archiv\\_global/2011\\_5\\_10/nomer/nomer26.php](http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2011_5_10/nomer/nomer26.php) (In Russ.)].

Статья поступила в редакцию 23.09.2019, принята к публикации 16.12.2019

The article was received on 23.09.2019, accepted for publication 16.12.2019

### Сведения об авторах / About the authors

**Шамардина Марина Валерьевна** – кандидат психологических наук; доцент кафедры социальной психологии, Алтайский государственный университет, г. Барнаул

**Marina V. Shamardina** – PhD in Philology; associate professor at the Department of Social Psychology, Altai State University, Barnaul

E-mail: marav\_sh@mail.ru

**Доровских Ольга Алексеевна** – психолог; колледж Алтайского государственного университета, г. Барнаул

**Olga A. Dorovskikh** – psychologist; College of Altai State University, Barnaul

E-mail: skolkina95@mail.ru

**Кожевникова Аполлинария Александровна** – магистрант факультета психологии и педагогики, Алтайский государственный университет, г. Барнаул

**Apollinaria A. Kozhevnikova** – undergraduate of the Psychology and Pedagogy Faculty, Altai State University, Barnaul

E-mail: aakozhevnikova@bk.ru

### Заявленный вклад авторов

Шамардина М.В. – общее руководство направлением исследования, планирование и организация исследования, консультирование при написании статьи.

Доровских О.С. – участие в проведении исследования, анализ теоретических данных по проблеме исследования, первичная обработка полученных данных.

Кожевникова А.А. – участие в подготовке текста статьи, анализ теоретических данных по проблеме исследования, математическая обработка данных и интерпретация результатов математического анализа.

### Contribution of the authors

Shamardina M.V. – general direction of research, research planning, organization of scientific research, advice on writing the article.

Dorovskykh O.S. – participation in scientific research, analysis of theoretical data on the research problem, primary processing of the obtained data.

Kozhevnikova A.A. – participation in the preparation of the text of the article, analysis of theoretical data on the research problem, mathematical processing of data and interpretation of the results of mathematical analysis.