

ЧИННИКИ ВИХОВАННЯ, ЩО СТАЮТЬ ПЕРЕДУМОВОЮ ФОРМУВАННЯ ЗАЛЕЖНОСТІ У МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКАХ

УДК 159.9

КОЦЮБА Ганна Олександрівна

кандидат психологічних наук, асистент кафедри соціальної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ

У статті розглянуті основні чинники виховання, які стають передумовою формування залежності у міжособистісних стосунках. Описані деякі механізми дитячо-батьківської взаємодії, які обумовлюють майбутній стиль стосунків дорослої особистості, зокрема розглянуті теорії С. Піл та А. Бродські, Д. Пірса, Л. Леонард, Л. Бурбо та інших. Крім того, в роботі наданий огляд типових травм дитинства, що ведуть до формування міжособистісної залежності, а саме травми знехтування, відкинутості, фізичного насилля, зради, надмірної близькості або гіперопіки, приниженості і несправедливості. Показано, що недбалість та байдужість з боку батьків або навпаки надмірна опіка є не менш травмуючими чинниками ніж фізичне насилля.

Ключові слова: дитячо-батьківські стосунки, особливості виховання, розвиток дитини, фізична травма, емоційна травма, близькість

ФАКТОРЫ ВОСПИТАНИЯ, КОТОРЫЕ СТАНОВЯТСЯ ПРЕДПОСЫЛКОЙ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ В МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЯХ

В статье рассмотрены основные факторы воспитания, которые становятся предпосылкой формирования зависимости в межличностных отношениях. Описаны некоторые механизмы детско-родительского взаимодействия, которые обуславливают будущий стиль отношений взрослой личности, рассмотрены теории С. Пил та А. Бродски, Д. Пирса, Л. Леонард, Л. Бурбо и другие. В работе представлено рассмотрение типичных травм детства, которые приводят к формированию межличностной зависимости, а именно травмы пренебрежения, отвержения, физического насилия, предательства, чрезмерной близости или гиперопеки, унижения и несправедливости. Показано, что небрежность и равнодушие со стороны родителей или наоборот чрезмерная опека являются не менее травмирующими факторами, чем физическое насилие.

Ключевые слова: детско-родительские отношения, особенности воспитания, развитие ребенка, физическая травма, эмоциональная травма, близость

Актуальність дослідження. За своєю поширеністю міжособистісна залежність займає одне з перших місць серед так званих «хвороб душі». За даними західних дослідників 98% дорослого населення знаходяться у стосунках міжособистісної залежності [13] і як показують дослідження О.С. Кочаряна, Є.В. Фролової та інших вітчизняних вчених ця статистика близька і до нашої дійсності [7]. Однією з можливих причин такого поширення психологічної за-

лежності є стрімка динаміка змін, що відбуваються у суспільному житті. Сучасний ритм життя робить популярними так звані псевдостосунки, електронне та мобільне спілкування витісняє безпосередній контакт в результаті чого ми зустрічаємось з такими явищами як «самотність в мережі», про яке писав в своєму романі Януш Вишневський. Поступово людина втрачає здатність до відкритого, щирого, цікавого та непередбачуваного спілкування, емоційне життя стає збіднілим та одноманітним, втрачаються орієнтири, ідентичність стає «розмитою» та, як відмічає Е. Гіденс [6] «для підтвердження своєї онтологічної безпеки, людина починає потребувати іншого індивіда або ряд індивідів, які визначають її бажання», все це провокує залежність. Але соціальне оточення це не єдина умова, яка сприяє формуванню залежності.

Наступна передумова безпосередньо пов'язана зі стилем виховання в окремій родині. На думку багатьох авторів, кожна доросла людина відтворює у своїх міжособистісних стосунках, засвоєний ще в дитинстві сценарій взаємодії [1, 11, 13, 15, та інші]. Тобто отриманий негативний досвід може транслюватися з покоління в покоління доки сценарій не буде змінено. Тому, **метою** данного дослідження є вивчення особливостей дитячо-батьківської взаємодії, типів та стилів виховання, що знаходяться в основі формування міжособистісної залежності. Розгляд означеного питання постає як дуже важливий та актуальний крок у попередженні цієї проблеми.

Аналіз проблеми. Перший досвід любові людина отримує в ранньому дитинстві, у стосунках батьки-дитина [1, 2, 3, 5, 11, 13 та інші.]. Оскільки для онтогенезу людини характерне тривале, симбіотичне протікання періоду раннього розвитку, дитині обов'язково потрібна дбайлива фігура, яка змогла б нагодувати, зігріти, подбати про її тіло, а також задовольнити потреби душі в любові й турботі, в іншій людині, що необхідно для розвитку здібностей встановлювати стосунки, зачатками яких кожна людина наділена від народження. M.S. Mahler [15] називає цей процес «вирощення» (hatching) емоційним народженням «людського дитинчати». Вже на найбільш ранній фазі дитячо-батьківських стосунків, турбота і любов батьків формують у немовляти базове відчуття благополуччя, внутрішню гармонію і цілісність, які наповнюють його внутрішнім спокоєм і відчуттям захищеності. Згодом на цьому ґрунтується здатність до любові «Я – інший» через реакцію взаємного захоплення, яка виникає між батьками і дитиною, що розвивається. В оптимальних умовах у людини розвивається «відчуття власної цінності», виникають провідні життєві установки і прагнення, закладається здорова здатність до незалежного існування. В той же час, неправильні форми виховання, нечутливість або підвищена вимогливість з боку батьків деформують природний зв'язок батьки-дитина.

Д. Пірс [9] розглядав дитячо-батьківський зв'язок як центральне питання розвитку в ранньому дитинстві, від рішення якого залежить подальший розвиток здатності до встановлення міжособистісних стосунків. Автор виділив вісім стадій утворення зв'язку, які лежать в основі формування цілісної і гармонійної життєдіяльності індивіда. Стадії утворення зв'язку за Д. Пірсом включають зв'язок: 1) із матір'ю (при народженні і відразу після нього); 2) із батьком і сім'єю (одразу ж після народження); 3) із Землею (близько 4 років); 4) із суспільством (у віці близько семи років); 5) із основною частиною знань суспільства (починаючи з одинадцяти років); 6) із особистістю протилежної статі (після досягнення статевої зрілості); 7) із нащадком (як батько/мати); 8) духовний зв'язок.

Перші сім стадій разом включають восьму, яку Д. Пірс називає «духовний зв'язок», і якщо цей процес завершується, особистість стає здатною відчувати себе пов'язаною зі всім світом і зі всіма в цьому світі. Якщо на якійсь із цих стадій процес був порушений, здатність до формування зрілого зв'язку втрачається. На думку автора, результат розвитку більшою мірою залежить від встановленого зв'язку дитини з матір'ю (батьком, сім'єю).

Незадовільні стосунки матері і дитини, сильні психологічні травми і дефіцит любові призводять до того, що людина привносить елементи своєї травми або незадоволеності в майбутні стосунки кохання [1, 3, 4, 10, 11, 12, 13, 15 та інші]. Як відзначає Ю.Є. Альошина [1], кожна доросла людина, взаємодіючи з представниками протилежної статі, зокрема в своєму сімейному житті, прагне реалізувати ті патерни взаємодії, які були засвоєні в дитинстві в сім'ї батьків. Причому прагнення до реалізації батьківських патернів взаємодії найчастіше має компенсаторний характер, тобто людина прагне отримати від свого партнера любов і визнання в тій сфері, в якій у дитинстві вона відчувала дефіцит подібного ставлення, найчастіше від родителя протилежної статі.

В якості травматичних обставин можуть виступати такі дії батьків, які завдають безпосереднього збитку, наприклад, сексуальні домагання дорослих або жорстоке поведіння з дитиною [9, 10, 16]. Значне місце серед травм займають також дії, збиток від яких носить опосередкований характер: нестача турботи, відсутність пошани, дефіцит спілкування, недбалість, байдужість, відсутність зацікавленості [2, 3, 4, 5, 11]. Досвід недостатньої любові, недостатньої турботи супроводжується пригнобленням афектів і викликає відчуття неповноцінності, внутрішньої спустошеності і туги. L. Shengold [16] назвав таке раннє зловживання і зневагу до дітей «вбивством душі».

Дитячі травми можуть бути дуже різноманітними, багато з них призводять до стійких структурних змін в психіці люди-

ни. Л. Бурбо [4] описала п'ять дитячих травм, що перешкоджають становленню зрілої особистості та встановленню здорових міжособистісних стосунків, – це травми знехтування, відкинутості, зради, приниженості і несправедливості. Вона вважає, що кожна з цих травм ховається за відповідною маскою: знехтувана дитина перетворюється на утікача, покинута стає залежною людиною, принижена – мазохістом, та, яка пережила зраду, перетворюється на контролера, потерпіла від несправедливості стає ригідною. Маски створюються з метою самозахисту і проявляються в характері і зовнішності людини. Так, стрижньовою ознакою «утікача» є переконання в своїй нікчемності і даремності, його почуття коливаються від «великого» кохання до глибокої ненависті, він часто біжить із стосунків. «Залежний» схильний постійно «чіплятися» за інших, він потребує схвалення, підтримки і уваги. «Мазохіст» страждає від почуття сорому і огиди, схильний до самопокарання, багато звалює на свої плечі. «Контролюючий» зазнає труднощів з інтимністю, він насилу довіряє іншим людям. «Ригідний» – холодний, усунений від власних почуттів. За масками втрачається дійсна сутність людини, стосунки перетворюються на важкий тягар. Не випадково М. Балінт [2] згадував про формування «хибного Его» або «самості» як результат поганої опіки, призначення яких «полягає в тому, щоб упоратися з бездушним світом». Це «хибне Его» може бути надзвичайно ефективним і навіть успішним у багатьох сферах життя, але воно перешкоджає доступу до дійсної та «справжньої самості», яка, внаслідок цього, залишається незрілою і відірваною від реальності. В результаті людину впродовж всього життя переслідує відчуття марності, порожнечі і нещастя [2].

Коли дитина не приймається своїм батьком або матір'ю, перед нею «утворюється порожнеча» [9]. Багато батьків є носіями своїх власних дитячих травм. Побойуючись прояву своїх почуттів, своєї сексуальності і пов'язаних із цим страхів, вони рано зривають цикл «природних стосунків», пригнічуючи в собі будь-яку ознаку ніжності. На думку Б. Мартель [9], найбільш проблемними є батьківсько-дочірні стосунки. Батько може завдавати подвійної травми, з одного боку, бути неуважним або таким, що не приймає, викликаючи в дівчинки «принизливе відчуття своєї непотрібності або нікчемності». З іншого боку, він може розчаровувати дівчинку тим, що всупереч її надіям, він, з якоїсь причини (відсутність, байдужість, внутрішня слабкість перед авторитарною дружиною) не може захистити її – в цій ситуації дівчинка відчуватиме, що її зраджують.

Травма яка відбувається у відносинах між батьком та донькою це не тільки подія у житті окремої жінки – це стан нашої культури [8]. Якщо дочка не відчуває присутності в сім'ї люблячого та

відповідального батька, який заохочує її до інтелектуального, професійного та духовного розвитку та цінить унікальність її фемінінності, то її фемінінній духовності завдається серйозна травма [8, стр. 29]. Л. Ш. Леонард описує найбільш типові життєві сценарії жінок, що сформувались в результаті травмуючих відносин з батьком. Так, наприклад батько-алкоголик сформує у жінки підозрілість по відношенню до чоловіків, проблеми відчуття провини, сорому та відсутності довіри; суворі та авторитарні чоловіки можуть привити своїм донькам схильність до стабільності, порядку та дисципліни, однак позбавити їх любові, емоційної підтримки та визнання фемінінних цінностей; ті татусі, які хотіли сина, а народилась донька, роблять з них хлопчиків та очікують від них щоб ті досягли всього, що не змогли вони самі; інші татусі оточують своїх доньок настільки сильною любов'ю, що здається ніби донька замінює відсутню поряд кохану, наслідком такої любові стає надмірна прихильність до батька та нездатність в майбутньому покохати іншого чоловіка та досягти в своєму розвитку рівня зрілої жінки [8, стр. 17]

Разом із тим, емоційне майбутнє жінок багато в чому залежить і від ранніх стосунків із матір'ю. Суворя, холодна мати, яка не приймає сексуальність дочки, може викликати в неї несвідоме відчуття ворожості і відторгнення, що перешкоджає ранньому розвитку тілесної чуттєвості, а пізніше може призвести до посиленого несвідомого почуття провини в сексуальній близькості з чоловіком.

Ще одним чинником, який характеризує рівень травматизації та перешкоджає розвитку здатності встановлення зрілих міжособистісних стосунків, є «надмірна близькість» в сім'ї, яка в деяких концепціях представлена як «хибна близькість». З позиції системного підходу результатом правильного виховання повинна бути сформована готовність людини звільнитися від своїх «тісних» зв'язків і стосунків із нуклеарною сім'єю. Як відзначає Б. Хеллінгер [14, с. 39], «розвиток людини в її батьківській сім'ї спрямований на індивідуалізацію. Інакше кажучи, індивідуум поступово звільняється від своїх зв'язків і стосунків. Але, в той же час, таке звільнення веде його до інтеграції в набагато ширший контекст. Хоча ми вилетіли в цей новий контекст, ми все ж таки залишаємося вільними». Відомий представник системної сімейної психотерапії М. Боуен [12] вважає, що «ступінь адаптивності» людей до життя і стосунків «обумовлений різними рівнями диференціації». «Диференціація Я» – це здатність бути окремою особистістю при збереженні зв'язку з тими, хто оточує, або здатність сепаруватися, зберігаючи близькі стосунки. Порушення диференціації призводить до злиття, яке надалі може стати причиною краху шлюбу.

М. Боуен відзначає, що «недиференційована сімейна Его-маса» представляє собою надблизькість. Часто така деструктивна сімейна система тримається на почуттях образи, гніву, страху і почутті провини [12]. Патологічна прив'язаність до батьків заснована саме на подібних почуттях, які погано усвідомлюються та виступають могутнім стримуючим чинником на шляху до розвитку і становлення зрілої особистості, здатної встановлювати зрілі міжособистісні стосунки.

Дж. Боулбі [3, с. 193] описав шість типових умов патогенної дії батьків, які призводять до патологічного формування прив'язаності: «1) постійну нечутливість одного або обох батьків до поведінки дитини, що добивається турботи, і/або її активне приниження і відкидання; 2) раптове переривання батьківської турботи, яке відбувається більш-менш часто (унаслідок хвороби, тривалого від'їзду); 3) постійні погрози нелюбові до дитини з боку батьків, які використовуються як засіб контролю над нею; 4) погрози батьків піти з сім'ї, які використовуються ними або як метод дисциплінування дитини, або як спосіб примушення партнера до шлюбу; 5) погрози з боку одного з батьків кинути або навіть убити іншого батька, або ж покінчити життя самогубством; 6) примушення дитини почувати себе винуватою, стверджуючи, що її поведінка відповідає або буде відповідати за хворобу або смерть батька». Будь-яке з цих переживань може спровокувати розвиток «тривожної прив'язаності» [3].

Таким чином, батьківські патерни поведінки, особливості виховання та наявність дитячих травм багато в чому визначають стиль і характер майбутніх стосунків. За висловом М. Вудман [5, с. 67], «страх бути покинутим в двадцять п'ять років нічим не відрізняється від страху бути покинутим в двадцять п'ять днів». Психіка, яка мала базове відкидання, пережила хибну близькість або приниження – «може перерізати пуповину, тільки маючи абсолютно нову основу» [5, с. 67].

Висновки:

1. Стиль виховання та особливості відносин між батьками, обумовлюють характер майбутніх міжособистісних стосунків дитини. Наявність травматичного досвіду в дитинстві, знижує адаптаційні можливості людини, її самооцінку та довіру до оточення, що лежить в основі формування залежності.
2. Найбільш розповсюдженими психологічними травмами, що перешкоджають становленню зрілої особистості та встановленню здорових міжособистісних стосунків - є травми: знехтування, відкинутості, фізичного насилля, зради, надмірної близькості або гіперопіки, приниженості і несправедливості.
3. Недбалість та байдужість з боку батьків є не менш травмуючими чинниками ніж фізичне насилля.

4. Важливим чинником, який перешкоджає розвитку здатності встановлення зрілих міжособистісних стосунків, є надмірна або «хибна близькість» в сім'ї, яка може приховувати неусвідомлені конфлікти амбівалентності.

Література

1. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование // [Электронный ресурс]. – [http://psychology.vuzlib.net / book_0606_page_11.html](http://psychology.vuzlib.net/book_0606_page_11.html)
2. Балинт М. Базисный дефект: Терапевтические аспекты регрессии / М. Балинт; пер. с англ. – М.: «Когито-Центр», 2002. – 256 с.
3. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби; пер. с англ. В.В. Старовойтова – [2-е изд.] – М.: Академический Проект, 2006. – 232 с.
4. Бурбо Л. Пять травм, которые мешают быть самим собой. / Л. Бурбо; [пер. с англ.; под ред. И. Старых]. – М.: ООО Издательский дом «София», 2006. – 192 с.
5. Вудман М. Страсть к совершенству: Юнгианское понимание зависимости/ М. Вудман; пер. с англ. - М.: независимая фирма «Класс», 2006. – 272с. – (Библиотека психологии и психотерапии).
6. Гидденс Э. Трансформация интимности. Сексуальность, любовь и эротизм в современных обществах / Э. Гидденс. – СПб.: Питер, 2004. – 208 с.
7. Кочарян А.С., Фролова Е.В. Особливості статевої сфери залежних дівчат – підлітків. Наукові записи інституту психології АПН України. – вип.. 26, т. 2.- Київ, 2005, с.379-384.
8. Леонард Линда Ш. Эмоциональная женская травма : Исцеление детской травмы, полученной дочерью в отношениях с отцом / Леонард Линда Ш ; [пер. с англ. В. Мершавки]. — М.: Независимая фирма «Класс», 2009. — 224 с.
9. Мартель Б. Сексуальность, любовь и Гештальт / Б. Мартель – Спб.: Речь, 2006. – 192 с.
10. Меньшикова Е.С. Жестокое обращение с детьми и его возможные отдаленные последствия / Е.С. Меньшикова // Психологический журнал. 1993. Т. 14. № 6. С. 110-118.
11. Пил С. Любовь и зависимость / С. Пил, А. Бродски – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2005 – 384 с.
12. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: основные понятия, методы и клиническая практика. 2-е изд. стереотип. – М.: «Когито-Центр», 2008. – 496 с. (Современная психотерапия).
13. Уайнхолд Б. Освобождение от созависимости / Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд; пер. с англ. А.Г. Чеславской – М.: Независимая фирма «Класс», 2003. – 224с.
14. Хеллингер Б. Порядки любви. Разрешение семейно-системных конфликтов и противоречий. / Б. Хеллингер; пер. с нем. И.И. Рац. Научный редактор: М. Бурняшев – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001.– 400 с.
15. Mahler, M. S. Pine, F., & Bergman, A. The Psychological Birth of the Human Infant. New York: Basic Books., 1975 - P. 345.

-
16. Shengold, L., *Soul Murder*. New Haven, CT: Yale University Press., 1989 P. - 34-42.

The article describes the main factors of upbringing, which is a prerequisite for formation of dependence in interpersonal relations. Some of the mechanisms for parent-child relationship that cause the future style of adult personality relations are described there, the theories by S. Peele, A. Brodsky, D. Pierce, L. Leonard, L. Bourbeau and others are considered. In this work are considered the typical childhood traumas that lead to the formation of interpersonal dependence, namely: the traumas of neglect, of rejection, of violence, of betrayal, of excessive proximity or of overprotection, of humiliation and injustice. It is shown that the negligence and indifference by the parents or, on the contrary, the excessive protection, are no less traumatic factors than the physical violence.

Keywords: *parent-child relationship, peculiarities of upbringing, child development, physical trauma, emotional trauma, proximity.*