

# Родительская созависимость как фактор риска формирования аддикций у детей

**В. В. Барцалкина\***,

*кандидат психологических наук, доцент, заведующая лабораторией медико-психологической реабилитации управления координации, планирования научно-исследовательской работы и подготовки научных кадров Московского городского психолого-педагогического университета*

Статья посвящена анализу глубинных причин возникновения аддикций в детском возрасте. Представлена попытка построения теоретической модели, описывающей один из возможных психологических механизмов влияния родительско-детских отношений на формирование аддикций у детей. Показывается, что важнейшей, но еще недостаточно изученной характеристикой родителей как субъектов воспитания является мотивация отношения к ребенку и ее субъективное осознание. Дается научное обоснование положению что воспитательная позиция родителей обусловлена сложным взаимодействием осознаваемых и неосознаваемых мотивов. Реально действующие мотивы, которые определяют взаимоотношения с детьми, могут вытесняться или быть представлены в сознании родителей замещающими, социально одобряемыми мотивами, имея при этом аддиктивную природу. В этом случае воспитание приобретает элементы аддиктивного поведения по созависимому типу, создавая условия для формирования аддикций у детей.

**Ключевые слова:** аддикция, аддиктивное поведение, созависимость, эмоциональная травма, треугольник созависимости.

Аддикция как болезнь начинается тогда, когда стремление ухода от реальности, связанное с изменением психического состояния с помощью наркотика (алкоголизм, наркомания, табакокурение), какой-либо формы активности (гэмблинг, избыточное пользование компьютерными играми и интерне-

том, сексоголизм, трудоголизм и др.) или патологического пристрастия к другому человеку (созависимость) начинает доминировать в сознании, становясь центральной идеей, определяющей всю жизнь человека и приводящей к окончательному отрыву от реальности и остановке личностного и духовного

---

\* bartsalkina50@mail.ru

развития. Признается, что данное расстройство представляет собой результат сложного и плохо предсказуемого взаимодействия наследственных, биохимических, социальных и психологических факторов.

Среди психологических факторов, создающих условия для развития аддикций, большое значение придается неблагополучию в семье. Системная семейная психотерапия рассматривает аддикцию как семейное заболевание, «семейную проблему». В настоящее время выделяют четыре типа семей, формирующих будущего аддикта:

1) травмирующая семья, в которой ребенок может идентифицироваться либо с агрессором, либо с жертвой, испытывая при этом чувства стыда и беспомощности, от которых впоследствии избавляется с помощью какого-либо объекта зависимости;

2) навязчивая, возлагающая собственные грандиозные ожидания на ребенка;

3) лживая, в которой ребенок утрачивает чувство реальности и собственной личности, испытывает стыд, отчуждение и деперсонализацию;

4) непоследовательная, когда правила родителей различаются и меняются на ходу [6].

Дети из семей наркоманов, правонарушителей, пьющих и характеризующихся конфликтностью, вырастая, испытывают социальную дезадаптацию [1]. В группе детей 8–12 лет резко возрастает частота девиантного поведения по сравнению с возрастной группой 5–7 лет по показателям успеваемости (33 %), аморальности (20% по сравнению с 2.9 % в возрасте 5–7 лет), табакокурения (9.6 % по сравнению с 2.9 %), побегов из дома (11.7 % по сравнению с 2.9 %), бродяжничеству (8.5 % по сравнению с 2.9 %). В возрастной группе 13–17 лет резко усиливаются вовлеченность в табакокурение (31%), токсикоманию, пьянство, эмоциональное насилие над другими.

Ребенок, растущий в дисфункциональной семье, испытывает воздействие всего комплекса негативных факторов, ведущих к развитию аддикций [2]. Исследователи отмечают, что одним из признаков трудной жизненной ситуации, искажающей систему когнитивного оценивания у подростка в семье, является конфликтность. Эмоциональный дис-

тресс, высокая тревожность и низкая самооценка становятся основной причиной употребления наркотиков в подростковой среде [3]. Особо подчеркивается роль матери в формировании у ребенка риска возникновения аддикций: матери, которые не в состоянии адекватно откликаться на эмоциональные потребности ребенка, создают одну из ведущих причин будущей аддиктивности ребенка [4]. Базовое чувство благополучия, внутренней гармонии и целостности развивается у ребенка на основе ощущения физической и эмоциональной безопасности и защищенности. Если установление базового доверия между матерью и ребенком завершается успешно, он чувствует себя в достаточной безопасности, чтобы исследовать внешний мир и в последующем, в возрасте двух-трех лет, завершить свое так называемое второе, или «психологическое» рождение. У ребенка развивается ощущение своего «Я», которое дает ему возможность учиться брать на себя ответственность за свои действия, делиться, взаимодействовать и сдерживать агрессию, адекватно относиться к авторитету других, выражать свои чувства и эффективно справляться со страхами и тревогой. Если эта стадия не завершена до конца, ребенок становится психологически зависимым от других [10].

В психоаналитической традиции в качестве главной причины всех аддиктивных расстройств рассматривается страдание, которое человек пытается облегчить с помощью, например, наркотиков, что является отражением базовых трудностей в сфере саморегуляции, включающей четыре основных аспекта психологической жизни: чувства, самооценку, человеческие взаимоотношения и заботу о себе [8]. Травмирующее, оскорбительное или пренебрежительное поведение родителей разрушает эти аспекты психологической жизни. Данное положение согласуется с идеей о важности чувства безопасности в развитии ребенка, являющейся одной из главных в теории А. Адлера и ряда психотерапевтических направлений, базирующихся на психоанализе и гуманистической психологии. Так, К. Хорни [11] пишет, что в развитии ребенка «главным злом» является отсутствие подлинной теплоты и привязанности, возникающее

по причине неспособности родителей давать любовь вследствие их собственных невротозов. Хайнц Кохут [8] также считает, что в основе всех аддиктивных расстройств лежат нарушения эмоционального развития. В качестве основного фактора предрасположенности к зависимости рассматривается детская психическая травма.

Исследования американских психологов показали, что жесткий родительский стиль является предиктором зависимого поведения в последующих поколениях [14]. Было признано также, что возраст 10 лет является критичным в развитии зависимости для детей, переживающих глубокую обиду. Подчеркивается, что в этом возрасте обсессивно-компульсивные состояния чреватые их трансляцией на дальнейшую жизнь и стратегией избегания посредством алкоголя и наркотиков [13].

Проблема жестокости по отношению к ребенку – в семье, в среде сверстников, со стороны взрослых – сфокусировала все направления профилактики этого явления. Было установлено, что длительное пребывание ребенка в «пространстве жестокости» провоцирует феномен «парадоксального самоуничтожения» как один из способов избегания травмирующей среды, искажает поведенческие паттерны, межличностное взаимодействие, когнитивные способности и влияет на всю последующую жизнь [12]. Соответственно детское переживание насилия определяет совокупность проблем со здоровьем в зрелом возрасте (поражение органов дыхания, язвенные болезни, психические нарушения) [7].

В последнее десятилетие множится количество работ как в отечественной науке, так и за рубежом, где уделяется особое внимание глубинным причинам возникновения аддикций в детском и подростковом возрасте. Несмотря на актуальность проблемы, связанной с численным ростом зависимых людей во всем мире, на сегодняшний день до сих пор нет единой теории возникновения аддикций. Кроме того, фактически отсутствует понимание психологических механизмов влияния детско-родительских отношений на формирование аддикций у детей. В нашей работе мы предприняли попытку построения теоретической модели, описывающей один из воз-

можных психологических механизмов влияния родительско-детских отношений на формирование такого нарушения у детей. Мы исходим из предположения, что важнейшей, но еще недостаточно изученной характеристикой родителей как субъектов воспитания является мотивация отношения к ребенку и ее субъективное осознание.

Гипотеза нашего исследования заключалась в том, что воспитательная позиция родителей обусловлена сложным взаимодействием осознаваемых и неосознаваемых мотивов. Реально действующие мотивы, которые определяют взаимоотношения с детьми, могут вытесняться или быть представлены в сознании родителей замещающими, социально одобряемыми мотивами, имея при этом аддиктивную природу. В этом случае воспитание приобретает элементы аддиктивного поведения по созависимому типу, создавая условия для формирования данного нарушения у детей.

Прежде всего, необходимо пояснить, что вначале термин «созависимость» стали применять к людям, чьи жизни сделались неуправляемыми в результате проживания в тесных взаимоотношениях с алкоголиком. Со временем дефиниция созависимости стала постепенно расширяться. По мере того как специалисты начинали лучше понимать содержание данного термина, появлялось все больше людей, у которых отмечалась созависимость. Примерами созависимых отношений могут служить:

- явление «патологического симбиоза» в родительско-детских отношениях;
- созависимые отношения между супругами, когда жизнь созависимого превращается из активной в реактивную;
- созависимые отношения специалистов «помогающих профессий» со своими подопечными, дающие им ощущение собственной значимости и т. д.

Это показывает, что явление созависимости оказывается широко распространенным в обществе. Созависимость стала рассматриваться как патологическое пристрастие одного человека к другому. Слово «патологическое» акцентирует, что результатом созависимого поведения становится разрушение физического, психического и духов-

ного здоровья человека, чего он сам уже не может осознать и критически оценить. В силу комплексной природы созависимости соотносится с целым рядом различных психологических особенностей личности, из которых достаточно четко выделяются следующие: низкая самооценка, зависимость от внешних оценок, затрудненность в осознании и описании своих эмоций и определении их у других людей, сниженный уровень личностной рефлексии, эмпатии, осознанности границ своей личности и личности другого.

Таким образом, созависимость – это один из видов аддикций. Однако элементы аддиктивного поведения при отсутствии самой болезни зависимости могут быть свойственны любому человеку, имеющему психологические особенности личности, перечисленные выше. В случае созависимого поведения другой человек (будь то ребенок, супруг, подопечный и т. д.) выступает в качестве средства для поддержания самооценки. Вследствие этого происходит развитие нездоровых отношений по созависимому типу, что мы и попытаемся показать на примере развития родительско-детских отношений.

Наше исследование родительской мотивации отношения к ребенку показало, что в

роли мотива, как правило, выступает представление об «идеальном ребенке» как цели воспитания. Такое представление о ребенке, являясь основной движущей силой в процессе воспитания, включает в себя длинный перечень положительных качеств, которые каждый родитель хотел бы видеть в своем ребенке. Этот перечень представляет собой своеобразную «матрицу», с ориентацией на которую происходит сравнение и дается оценка «реальному ребенку».

Представим теперь ситуацию, при которой поведение ребенка не вписывается в эту матрицу (рис. 1).

Какие чувства будет испытывать при этом родитель, ориентируясь на «идеального ребенка»?

Ответ такого родителя довольно однозначен: обида, досада, разочарование, раздражение, возмущение, гнев, которые становятся основой для последующих действий со стороны родителя.

Рассмотрим подробно данную ситуацию с помощью модели, предложенной С. Карлманом [5], для демонстрации процесса развития отношений по созависимому типу. Это так называемый «драматический треугольник созависимости» (рис. 2).

## Цели воспитания



Рис. 1. Рождение родительско-детских отношений по созависимому типу



Рис. 2. Развитие родительско-детских отношений по созависимому типу

Родительская роль «героя-спасателя» оказывается особенно значимой для людей с низкой самооценкой и недостаточно развитым уважением к себе, что порождает повышенные ожидания от ребенка: послушания, уважения, понимания, благодарности и т. д. Если ребенок их оправдывает, самооценка родителя повышается. Если же нет (в случае с поведением, которое не вписалось в представление об идеальном ребенке), поведение ребенка воспринимается родителем как личное оскорбление, и он, испытывая подчас целый букет негативных эмоций (обида, разочарование, страх, одиночество, саможалость, эмоциональная боль), незаметно для себя превращается в «жертву» чужого непослушания, неуважения, обесценивания, жестокосердия и т. д. (см. рис. 2). Ответные действия «жертвы» по отношению к ребенку можно проиллюстрировать на примере различных стилей семейного воспитания.

«Пассивная жертва» может выбрать, например, попустительский стиль воспитания (в терминологии других авторов – «либеральный», «снисходительный», «гипоопека») как способ ухода от негативных переживаний, связанных с воспитанием ребенка.

В этом случае ребенок практически не будет знать запретов и ограничений со стороны родителя или не будет выполнять его указаний. Родитель смиряется со своим неумением, неспособностью или нежеланием руководить ребенком. Становясь

взрослым, такой ребенок, с одной стороны, конфликтует с теми, кто не потакает ему. Он не способен учитывать интересы других людей, устанавливать прочные эмоциональные связи, не готов к ограничениям и ответственности. С другой стороны, воспринимая недостаток руководства со стороны родителя как проявление равнодушия и эмоционального отторжения, он чувствует страх и неуверенность. Неспособность родителя контролировать поведение ребенка может привести к вовлечению его в асоциальные группы с риском развития ранней наркотизации, поскольку психологические механизмы, необходимые для самостоятельного, ответственного поведения в обществе, у него не сформировались [9].

Для «пассивной жертвы» может подходить и опекающий стиль воспитания («гиперопека»), в котором ярко проявляются элементы созависимого поведения в форме навязчивой помощи и сверхконтроля с целью заслужить внимание и любовь ребенка, которые «призваны» заполнить недостающее самоуважение родителя. На поведенческом уровне это выражается в стремлении постоянно быть около ребенка, решать за него все возникающие проблемы. Такие родители бдительно следят за поведением ребенка, ограничивая его самостоятельность, тревожатся, что с ним что-то произойдет, проявляют чрезмерное беспокойство о его здоровье. Часто общение с ребенком осуществляется в

таким тоне, словно он совсем маленький. Несмотря на внешнюю заботу, подобный стиль воспитания приводит ребенка, с одной стороны, к преувеличению собственной значимости, с другой, к формированию у него тревожности, беспомощности, запаздыванию социальной зрелости [9].

«Активная жертва», переживая отрицательные эмоции (обида, раздражение, гнев), будет нуждаться в их отреагировании, в получении своеобразной сатисфакции, в результате чего «жертва» становится «обидчиком» по отношению к своему ребенку, используя различные методы эмоционального и физического наказания (см. рис. 2). Стиль воспитания «обидчика» скорее будет авторитарным (в терминологии других авторов – «автократический», «диктат», «доминирование»), при котором все решения принимает родитель, считающий, что ребенок во всем должен подчиняться его воле и авторитету.

Родитель ограничивает самостоятельность ребенка, не считает нужным обосновывать свои требования, сопровождая их жестким контролем, суровыми запретами, лишениями, выговорами и физическим наказанием. В подростковом возрасте авторитарность родителя может порождать конфликты и враждебность. Наиболее активные, сильные подростки сопротивляются и бунтуют, становятся избыточно агрессивными и нередко покидают родительский дом, как только могут себе это позволить. Робкие, неуверенные подростки приучаются во всем слушаться родителя, не совершая попыток решать что-либо самостоятельно. При таком воспитании у детей формируется лишь механизм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха перед наказанием, и как только угроза наказания извне исчезает, поведение подростка может стать потенциально антиобщественным. Авторитарные отношения исключают душевную близость с детьми, поэтому между ребенком и родителем редко возникает чувство привязанности, что приводит к подозрительности, постоянной настороженности и даже враждебности к окружающим [9].

«Активная жертва», поведение которой характеризуется жестоким обращением, негативными оценками, пренебрежением и от-

вержением, постоянно концентрирует внимание ребенка на его слабостях, провоцируя формирование неуверенности в себе, низкую самооценку и переживание внутренней дисгармонии, дискомфорта, ощущение «Я-плохой» (см. рис. 1).

С целью избавления от этой эмоциональной боли ребенок может прибегать к различным защитным средствам: «обезболивающим» (еда, алкоголь, наркотики, медикаменты, секс, табак) или «отвлекающим» (школа, работа, религия, спорт, музыка, телевизор, компьютер, навязчивая забота о других, азартные игры, постоянная занятость). Предназначенные для временного облегчения боли и стресса при неблагоприятной социальной ситуации развития ребенка эти средства могут стать постоянными, трансформируясь в различные виды аддикций.

Необходимо отметить, что поведение родителей по созависимому типу может выражаться и в других стилях воспитания. Так, «обидчик», получив сатисфакцию с помощью физического или эмоционального наказания ребенка и, тем самым, «заглушив» свою эмоциональную боль, может затем испытать чувство вины и стыда, а также жалости к своему ребенку, в результате чего у него появится желание загладить вину за счет поощрения ребенка, что означает возвращение в позицию «героя-спасателя» (см. рис. 2). Это метод «кнута и пряника», или хаотический, противоречивый стиль, при котором отсутствует единый подход к воспитанию, нет ясно выраженных конкретных требований к ребенку. При таком стиле воспитания фрустрируется одна из важных базовых потребностей личности – потребность в стабильности и упорядоченности окружающего мира, наличии четких ориентиров в поведении и оценках. Непредсказуемость родительских реакций лишает ребенка ощущения стабильности и провоцирует повышенную тревожность, тормозит формирование самоконтроля и ответственности, способствует развитию заниженной самооценки.

Таким образом, описанные стили воспитания по созависимому типу имеют под собой глубинные причины, относящиеся к изначально имеющимся дефицитам личностного развития у самих родителей. Выстраивание отно-

шений по созависимому типу приводит к тому, что у детей формируется целый ряд личностных особенностей, которые можно отнести к факторам риска формирования аддиктивного поведения. Следует обратить внимание, что при любом из описанных стилей воспитания ребенок оказывается в условиях, которые не обеспечивают в должной мере удовлетворение одной из важных базовых потребностей ребенка – потребности в эмоциональной безопасности.

Не случайно поэтому особое место в понимании корней аддиктивного поведения современные исследователи, следуя психоаналитической традиции, отводят наличию у человека нарушений эмоционального развития, которое лежит в основе всех аддиктивных расстройств. В качестве основного фактора предрасположенности к зависимости рассматриваются детские эмоциональные травмы, связанные с переживанием сильных негативных чувств: тревога, пустота, апатия, вина, стыд, никчемность, страх, злость. Аддиктивное поведение имеет целью ослабить эти негативные чувства, которые переживаются детьми гораздо интенсивнее, чем взрослыми людьми, в силу недостаточной сформированности защитных механизмов. Своего рода «карта» чувств у каждого ребенка индивидуальна. И формы аддиктивного поведения неосознанно подбираются ребенком со-

ответственно тому чувству, которое требуется «нейтрализовать». Например, у некоторых развивается так называемая «алекситимия», то есть неумение, неспособность идентифицировать и дифференцировать свои чувства. В случае сильной эмоциональной травмы ребенок вынужден таким образом спасаться, как бы «отключая» свои болезненные чувства, но вместе с ними «отключаются» и все другие чувства. Этим объясняется, в частности, развитие последующей приверженности ребенка к стимулирующим химическим веществам, что помогает ему разнообразить свои переживания.

В заключение необходимо констатировать, что созависимое поведение может затрагивать все сферы человеческой жизни, влиять на всю совокупность отношений человека с окружающим миром и с самим собой. Предложенная теоретическая модель, описывающая один из возможных психологических механизмов влияния созависимых родительско-детских отношений на развитие аддикций у детей, указывает на необходимость квалифицированной психологической помощи и целенаправленной профилактической работы с родителями по осознанию ими истоков своей созависимости и ее роли как в построении родительско-детских отношений в целом, так и в формировании аддикций у детей.

### Литература

1. Бахадова Е. В. Неблагополучная семья как фактор формирования девиантного поведения детей // Вопросы психологии. 2009. № 1.
2. Березин С. В., Лисецкий К. С. Наркомания глазами семейного психолога. СПб., 2005.
3. Битюцкая Е. В. Трудная жизненная ситуация: критерии когнитивного оценивания // Психологическая наука и образование. 2007. № 4.
4. Калмыкова Е. С., Гагарина М. А., Падун М. А. Роль типа привязанности в генезе аддиктивного поведения // Психологический журнал. 2006. Т. 27. № 6; 2007. Т. 28. № 1.
5. Москаленко В. Д. Зависимость: семейная болезнь. М., 2011.
6. Муньягисеньи Э. Роль микросреды в формировании аддиктивного поведения у подростков: Дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.13: М., 2003.
7. Мюррей М. Узник иной войны. М., 2004.
8. Психология и лечение зависимого поведения / Под ред. С. Даулинга. М., 2000.
9. Реан А. А. Психология подростка. СПб., 2004.
10. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости. М., 2002.
11. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. М., 1993.
12. Conger R. D., Belsky J., Capald D. M. The intergenerational transmission of parenting: closing comments for the special section // Developmental Psychology. 2009. V. 45. № 5.
13. Muller R. T., Gragtman K., Baker R. Childhood physical abuse, attachment, and adult social support: Test of a mediational model // Canadian Journal of Behavioural Science. 2008. V. 40. № 2.
14. Shaffer A., Burt K. B., Obradovic J., Herbers J. E., Masten A. S. Intergenerational continuity in parenting quality: The mediating role of social competence // Developmental Psychology. 2009. V. 45. № 5.

## Parental codependency as a risk factor of forming addictions in children

V. V. Bartsalkina,

*PhD in Psychology, Associate Professor, Head of Laboratory of Medical and Psychological Rehabilitation, Department of Coordination, Research Planning and Academic Staff Training, Moscow State University of Psychology and Education*

The deep causes of addictions in children are analyzed. An attempt is made to construct a theoretical model, describing one of the possible psychological mechanisms of parent-child relationship influence on the addiction formation in children. We show that the most important, yet underexplored, characteristic of parents as agents of parenting is their motivation towards the child and its subjective awareness. Evidence is provided that parenting position is determined by a complex interplay of conscious and unconscious motives. The actually operating motives that determine the relationship with children, being addictive by nature, may be displaced or represented in parent's mind by substitute, socially approved motives. In this case, the parenting obtains elements of addictive behavior of codependent type, creating the conditions for addiction formation in children.

**Keywords:** addiction, addictive behavior, codependency, emotional trauma, codependency triangle.

### References

1. Bahadova E. V. Neblagopoluchnaja sem'ja kak faktor formirovanija deviantnogo povedenija detej // Voprosy psihologii. 2009. № 1.
2. Berezin S. V., Liseckij K. S. Narkomanija glazami semejnogo psihologa. SPb., 2005.
3. Bitjuckaja E. V. Trudnaja zhiznennaja situacija: kriterii kognitivnogo ocenivanija // Psihologicheskaja nauka i obrazovanie. 2007. № 4.
4. Kalmykova E. S., Gagarina M. A., Padun M. A. Rol' tipa privjazannosti v geneze addiktivnogo povedenija // Psihologicheskij zhurnal. 2006. T. 27. № 6; 2007. T. 28. № 1.
5. Moskalenko V. D. Zavisimost': semejnaja bolezn'. M., 2011.
6. Mun'jagisen'i Je. Rol' mikrosredy v formirovanii addiktivnogo povedenija u podrostkov: Diss. ... kand. psihol. nauk: 19.00.13: M., 2003.
7. Mjurrej M. Uznik inoj vojny. M., 2004.
8. Psihologija i lechenie zavisimogo povedenija / Pod red. S. Daulinga. M., 2000.
9. Rean A. A. Psihologija podrostka. Spb., 2004.
10. Uajnhold B., Uajnhold Dzh. Osvobozhdenie ot sozavisimosti. M., 2002.
11. Horni K. Nevroticheskaja lichnost' nashego vremeni. Samoanaliz. M., 1993.
12. Conger R. D., Belsky J., Capald D. M. The intergenerational transmission of parenting: closing comments for the special section // Developmental Psychology. 2009. V. 45. № 5.
13. Muller R. T., Gragtmans K., Baker R. Childhood physical abuse, attachment, and adult social support: Test of a mediational model // Canadian Journal of Behavioural Science. 2008. V. 40. № 2.
14. Shaffer A., Burt K. B., Obradovic J., Herbers J. E., Masten A. S. Intergenerational continuity in parenting quality: The mediating role of social competence // Developmental Psychology. 2009. V. 45. № 5.