

УДК 159.923

## Психологические особенности уровня субъективного контроля личности с контрзависимыми и созависимыми моделями взаимодействия

Яроцкая А.С.

Статья посвящена проблеме уровня субъективного контроля личности с выраженными созависимыми и контрзависимыми моделями взаимодействия. Дана краткая характеристика созависимости и контрзависимости как базовых моделей взаимодействия, свойств личности, а также аспектов взаимоотношений с окружающими и значимыми близкими. В статье приведен краткий теоретический и практический анализ взаимосвязи созависимых и контрзависимых черт личности и локуса контроля как одного из базовых элементов личностной структуры. Представлен анализ предпочтения интернальной и экстернальной позиций в различных жизненных сферах у личностей с выраженными созависимыми и контрзависимыми моделями взаимодействия.

Ключевые слова: контрзависимые модели взаимодействия, созависимые модели взаимодействия, локус контроля.

Статтю присвячено проблемі рівня суб'єктивного контролю особистості, якій властиві співзалежні та контрзалежні моделі взаємодії. Надана коротка характеристика співзалежності та контрзалежності як базових моделей взаємодії, рис особистості, а також аспектів стосунків з оточуючими і близькими. Наведено короткий теоретичний і практичний аналіз взаємозв'язку співзалежних і контрзалежних рис особистості і локусу контролю як одного з базових елементів структури особистості. Представлено аналіз переваги інтернальної або екстернальної позицій в різних життєвих сферах особистостей, яким властиві співзалежні та контрзалежні моделі взаємодії.

Ключові слова: контрзалежні моделі взаємодії, спів залежні моделі взаємодії, локус контролю.

The article is devoted to the problem of the level of subjective control intrinsic to persons with codependent and contrdependent models of interaction. The brief characteristic of codependency and contrdependency as basic models of interaction, personal's features, and the aspects of relations with closer surrounding, is given. The theoretical and practical analysis of interrelation between codependent and contrdependent features of personality and locus of control, as a basic element of personality structure, is submitted. The analysis of preference of the external or internal position in different lifelong spheres, belonging to persons with codependent and contrdependent models of interaction.

Key words: contrdependent models of interaction, codependent models of interaction, locus of control.

### Постановка проблемы

Современные исследования в области семейной психотерапии, аддиктивной психологии, теории развития в настоящее время позволили осветить природу внутриличностных и межличностных конфликтов под иным углом. Причиной развития дисфункциональных отношений в различных сферах активности личности являются контрзависимые и созависимые модели взаимодействия. Одним из базовых критериев понимания созависимых и контрзависимых черт личности является вопрос о степени принятия человеком ответственности за происходящее в его жизни. Потому наиболее актуальным мы считаем исследование проблемы характера локуса контроля у личностей с созависимыми и контрзависимыми моделями взаимодействия.

Объект исследования: психологические особенности личности с контрзависимыми и созависимыми моделями взаимодействия.

Предмет исследования: уровень субъективного контроля личности с контрзависимыми и созависимыми моделями взаимодействия.

Цель исследования состоит в определении уровня субъективного контроля у личностей с созависимыми и контрзависимыми моделями взаимодействия.

Гипотеза исследования. В основу нашего исследования было положено предположение о том, что уровень субъективного контроля личности с созависимыми и контрзависимыми моделями взаимодействия имеет крайние показатели по шкалам интернальности либо экстернальности.

Методы исследования: опросник на выявление созависимых моделей взаимодействия Уайнхольд Б. и Уайнхольд Дж., опросник на выявление контрзависимых моделей взаимодействия Уайнхольд Б. и Уайнхольд Дж., Метод исследования уровня субъективного контроля (УСК) вариант А.

Экспериментальная база исследования включала в себя выборку из 60 человек (30 мужчин, 30 женщин) возрастом от 20 до 35 лет. Исследование проводилось в индивидуальном порядке среди простых граждан. В ходе исследования выборка была разделена на три подгруппы, исходя из степени выраженности созависимых и контрзависимых моделей взаимодействия.

Современные авторы подчеркивают значимость безусловной любви и принятия в воспитании гармоничной личности ребенка, потому именно недостаток подлинной родительской любви, особенно в раннем детстве в период формирования базового доверия, способствует появлению неутолимого эмоционального голода, повзрослев который личность стремится удовлетворить либо в значимых близких отношениях, посягая на автономию другого, либо вставая на путь алкогольной, никотиновой, наркотической и любых других видов зависимостей, которые приносят чувство счастья, но лишь на короткое время. [1]

Созависимость – это нарушение личности, основанное на необходимости контроля ситуации во избежание неблагоприятных последствий; невнимании к своим собственным нуждам; нарушении границ в области интимных и духовных взаимоотношений; слиянии всех

интересов с дисфункциональным лицом. [4] Согласно Емельяновой Е.В. созависимость – это, прежде всего, эмоциональная зависимость одного человека от значимого для него другого. Созависимый человек перестает отличать собственные потребности и цели от целей и потребностей любимого. У него нет собственного развития: его мысли, чувства, поступки, способы взаимодействия и решения двигаются по замкнутому кругу, циклично и неотвратно возвращая человека к повторению одних и тех же ошибок, проблем и неудач. [2] У этих страхов и свойств личности один общий источник – неясное представление о себе, о своей ценности, недостаток любви к себе. [5]

В рассмотрении проблематики созависимости и контрзависимости на современном этапе наиболее преуспели американские психологи Уайнхольд Б. и Уайнхольд Дж. Созависимость определяется как психологическое расстройство, причиной которого является незавершенность стадии установления психологической автономии — одной из наиболее важных стадий развития в раннем детстве. [8] В свою очередь, контрзависимость определяется авторами как психологическое расстройство, в результате которого внешне сильные, самоуверенные, успешные личности глубоко переживают неуверенность в себе, несостоятельность и страх перед созданием близких взаимоотношений. [7] Карен Хорни отмечала, что для типа личности с доминирующим движением «против людей» характерна установка, что жизнь – это борьба всех против всех, где каждый отвечает только за самого себя. Приоритетной ценностью для такого человека является сила, социальный успех, борьба. Такой компонент, как страх, никогда не признается. В нем все нацелено на существование, становление или, по крайней мере, демонстрацию силы. Параллельно этот тип невротика нуждается в признании своего превосходства, в достижении успеха, в престиже, одобрении в любой форме. Усилия в этом направлении частично направлены на достижение власти, поскольку успех и престиж в обществе, основанном на конкуренции, гарантируют ее получение. [9] Другой важной особенностью контрзависимой личности или невротика агрессивного типа является поддержание крайне независимого образа от чего-либо и от кого-либо. Вид независимости, свободы, придает этому образу в глазах других стойкость, бесстрашие, силу, враждебность, служащие в основном невротиком защитой от собственных чувств и необходимости раскрыться перед другим.

Таким образом, основное различие жизненных стратегий личности с контрзависимыми и созависимыми моделями взаимодействия заключается в общей тенденции контроля и возложения ответственности за все значимые происходящие изменения в жизни либо на себя, либо на значимых других. Потому исследование уровня субъективного контроля указывает на важный компонент в понимании картины мира созависимых и контрзависимых личностей.

Понятие уровень субъективного контроля или локус контроля был введен Дж. Роттером. Локус контроля – понятие, характеризующее локализацию причин, исходя из которых человек объясняет свое собственное поведение и наблюдаемое им поведение других людей. Внутренний локус контроля – это поиск причин поведения в самом человеке, а внешний локус контроля – их локализация вне человека, в окружающей его среде. [6] Субъективным контролем называется склонность человека брать на себя и возлагать на других людей ответственность за то, что происходит. В отличие от субъективного может существовать так называемый объективный контроль событий, при котором они происходят по воле обстоятельств, случая, независимо от желания человека [3]. Интерналы склонны быть более независимыми, они более ориентированы на успех, более политически активны, обладают большим ощущением личной силы. Они в большей степени ищут власти, направляют усилия на достижение господства над средой. Экстерналы же значительно более внушаемы, менее успешны, доминантны и терпеливы; в большей степени желают получить помощь от других и более склонны к самоуничижению. [10] В ходе исследования были выявлены следующие результаты. Исходя из степени выраженности контрзависимых и созависимых моделей взаимодействия у испытуемых, условно мы выделили 3 подгруппы из общей выборки. В первой подгруппе испытуемых отмечается средний или высокий уровень контрзависимых моделей (13 испытуемых; 22% выборки); во второй подгруппе испытуемых выявлен средний или высокий уровень контрзависимых и созависимых моделей взаимодействия (30 испытуемых; 50% выборки); в третьей подгруппе испытуемых выявлен средний или высокий уровень созависимых моделей (17 испытуемых; 28% выборки). Данные полученные с помощью методики УСК, характерные для выделенных нами подгрупп, отображены в сводной таблице результатов.

Выраженность уровня субъективного контроля среди трех подгрупп испытуемых

Подгруппы Виды УСК	Шкала общей интерналь- ности (Ио)	Шкала интерналь- ности в области достижений (Ид)	Шкала интерналь- ности в области неудач (Ин)	Шкала интерналь- ности в области сем. отношений (Ис)	Шкала интерналь- ности в области произв. отн. (Ип)	Шкала интерналь- ности в отношении здоровья и болезни (Из)
1. Подгр. 22% (контрзависимость)	8	8	3	4	9	4
2. Подгр. 50% (контрзависимость и созависимость)	6	7	4	8	3	4
3. Подгр. 28% (созависимость)	4	5	3	9	6	5

В таблице приведены средние показатели, полученные с помощью опросника УСК, переведенные в баллы. Итак, в ходе анализа полученных данных в первой подгруппе испытуемых (22%) мы видим, что среднестатистические показатели по Шкале общей интернальности достаточно высоки. Высокий

показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями; высокий уровень субъективного контроля обычно свидетельствует о зрелости личности и принятии ответственности за свою жизнь, однако в сочетании с другими характеристиками может говорить гиперответственности и мнимой грандиозности личности. Среднестатистические показатели по Шкале интернальности в области достижений также достаточно высоки, что говорит о высоком уровне субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Низкие показатели среди испытуемых первой подгруппы по Шкале интернальности в области неудач свидетельствуют о том, что испытуемые склонны приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатом невезения. Данные по Шкале интернальности в области семейных взаимоотношений указывают на стремление испытуемых с выраженными контрзависимыми моделями взаимодействия считать партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих во взаимоотношениях. Высокие показатели по Шкале интернальности в области производственных отношений могут быть интерпретированы как стремление испытуемых данной подгруппы считать свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности, в складывающихся отношениях в коллективе, в своем продвижении. Низкие данные по Шкале интернальности в отношении здоровья и болезни свидетельствуют, что для испытуемых данной подгруппы свойственно считать болезнь результатом случая и надеяться, что выздоровление придет в результате действий других, прежде всего, врачей.

Во второй подгруппе испытуемых (50%), для которых характерен высокий или средний уровень как созависимых, так и контрзависимых моделей взаимодействия данный по Шкале общей интернальности представлены на среднем уровне. Что говорит о свойственности испытуемым второй подгруппы предпочтению как интернальной, так и экстернальной направленности. Среднестатистические показатели по Шкале интернальности в области достижений представлены на среднем уровне, что говорит о ситуативном приписывании успеха либо внутренним качествам и усилиям, либо везению и помощи других. Низкие показатели среди испытуемых первой подгруппы по Шкале интернальности в области неудач свидетельствуют о том, что испытуемые склонны приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатом невезения. Данные по Шкале интернальности в области семейных взаимоотношений указывают на стремление испытуемых с выраженными контрзависимыми и созависимыми моделями взаимодействия считать в первую очередь себя ответственными за значимые события и трудности в семейных взаимоотношениях. Низкие показатели по Шкале интернальности в области производственных отношений могут быть интерпретированы как стремление испытуемых данной подгруппы придавать более важное значение внешним обстоятельствам – руководству, товарищам по работе, везению – невезению. Низкие данные по Шкале интернальности в отношении здоровья и болезни свидетельствуют, что для испытуемых данной подгруппы также свойственно считать болезнь результатом случая и надеяться, что выздоровление придет в результате действий других, прежде всего, врачей.

В третьей подгруппе испытуемых (28%), для которых характерен высокий или средний уровень созависимых моделей выявлены следующие результаты. По Шкале общей интернальности показатели представлены на низком уровне, что соответствует низкому уровню субъективного контроля. Такие испытуемые не видят связи между своими действиями к значимым для них событиям их жизни, не считают себя способными контролировать их развитие и полагают, что большинство их является результатом случая или действий других людей. Среднестатистические показатели по Шкале интернальности в области достижений представлены на среднем уровне, что говорит о ситуативном приписывании успеха либо внутренним качествам и усилиям, либо везению и помощи других. Низкие показатели среди испытуемых первой подгруппы по Шкале интернальности в области неудач свидетельствуют о том, что испытуемые склонны приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатом невезения. Данные по Шкале интернальности в области семейных взаимоотношений указывают на стремление испытуемых считать в первую очередь себя ответственными за значимые события и трудности в семейных взаимоотношениях. Средние показатели по Шкале интернальности в области производственных отношений могут быть интерпретированы как адекватное предпочтение испытуемых данной подгруппы оценивать происходящие изменения в трудовом коллективе как с интернальной, так и с экстернальной позиции. Средние данные по Шкале интернальности в отношении здоровья и болезни свидетельствуют, что для испытуемых данной подгруппы свойственно считать болезнь и выздоровление результатом взаимодействия факторов, исходящих из внешней среды и относящихся к внутренней мотивации личности.

Таким образом, в результате проведенного нами эмпирического исследования, можно сделать следующие выводы:

1. У 22% испытуемых из 60 опрошенных были выявлены средние или высокие показатели по уровню контрзависимых моделей взаимодействия. У 28% испытуемых был выявлен высокий или средний уровень созависимых моделей взаимодействия. Средние и высокие показатели как по уровню контрзависимых, так и по уровню созависимых моделей были выявлены у 50% опрошенных.

2. Для первой подгруппы испытуемых (22%) уровень субъективного контроля характеризуется следующими особенностями: общая интернальность достаточно высока, что свидетельствует о принятии ответственности за значимые события в жизни, интернальность в области производственных отношений завышена, однако показатели по шкале интернальности в области неудач зафиксированы на низком уровне. Это позволяет нам интерпретировать полученные данные как стремление испытуемых данной подгруппы к высоким достижениям, контролю над значимыми событиями, однако факт неудачи воспринимается скорее как случайность или обусловленность внешними факторами, что косвенно свидетельствует о завышенных ожиданиях по поводу результатов своей деятельности. Интернальность в области семейных взаимоотношений и отношения к здоровью и болезни выражена у испытуемых данной подгруппы на низком

уровне, что свидетельствует о недостаочной степени ответственности в данных жизненных сферах и об экстернальной позиции испытуемых в этих вопросах.

3. Уровень субъективного контроля во второй подгруппе испытуемых (50%) таков: в сфере общей интернальности испытуемым свойственно предпочтение как интернальной, так и экстернальной направленности. Данные по шкалам интернальности в области достижений и неудач свидетельствуют о ситуативном приписывании успеха либо внутренним качествам и усилиям, либо везению и помощи других, а также склонности приписывать ответственность за неудачи другим людям или считать их результатом невезения. В области производственных отношений испытуемым данной подгруппы свойственна скорее экстернальная позиция, нежели принятие ответственности за происходящее в трудовом процессе на себя. Однако в сфере семейных взаимоотношений личности с выраженными созависимыми и контрзависимыми моделями взаимодействия предпочитают занимать именно интернальную позицию, делегируя большую часть ответственности за происходящие события и разногласия себе. В отношении к болезни и здоровью испытуемые второй подгруппы скорее экстернальны.

4. Для третьей подгруппы испытуемых (28%) уровень субъективного контроля характеризуется следующими особенностями: общая интернальность выражена на низком уровне, что говорит о том, что испытуемые не видят связи между своими действиями к значимым для них событиям их жизни, не считают себя способными контролировать их развитие и полагают, что большинство их является результатом случая или действий других людей. Данные по шкалам интернальности в области достижений и неудач свидетельствуют как и во второй подгруппе испытуемых о ситуативном приписывании успеха либо внутренним качествам и усилиям, либо везению и помощи других, а также склонности приписывать ответственность за неудачи другим людям или считать их результатом невезения. Средние показатели по Шкале интернальности в области производственных отношений могут быть интерпретированы как адекватное предпочтение испытуемых данной подгруппы оценивать происходящие изменения в трудовом коллективе как с интернальной, так и с экстернальной позиции. В области семейных взаимоотношений полученные показатели указывают на стремление испытуемых считать в первую очередь себя ответственными за значимые события и трудности в семейных взаимоотношениях, такой радикал гиперответственности в данной сфере говорит о некоторой депрессивной позиции, свойственной испытуемым с преобладанием созависимых моделей взаимодействия. В отношении здоровья и болезни для испытуемых данной подгруппы свойственно считать болезнь и выздоровление результатом взаимодействия факторов, исходящих из внешней среды и относящихся к внутренней мотивации личности.

#### Литература

1. Айвазова А.Е., «Психологические аспекты зависимости», — СПб.: Издательство «Речь», 2003. - 120 с.
2. Емельянова Е.В., «Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования». — СПб.: Речь, 2004. — 368 с.
3. Кондаков, И. М. Экспериментальное исследование структуры и личностного контекста локуса контроля / И. М. Кондаков, М. Н. Нилопец // Психологический журнал. – 1995. - № 1. – С. 35-39.
4. Москаленко В.Д. «Зависимость: семейная болезнь». 5-е изд., перераб. И доп. – М.: ПЕР СЭ, 2009. – 352.
5. Москаленко В.Д. «Когда любви слишком много: профилактика любовной зависимости. – 3-е изд. – М.: Психотерапия, 2010. – 224с.»
6. Немов, Р. С. Психология: Учеб. для высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – Кн.1 / Р. С. Немов. – 3-е изд. – М.: ВЛАДОС, 1998. – 490 с.
7. Уайнхольд Б, Уайнхольд Дж. «Бегство от близости» изд. гр. «Весь», С.-П., 2011.
8. Уайнхольд Б., Уайнхольд Дж. «Освобождение от созависимости» Перевод с английского А.Г. Чеславской — М.: Независимая фирма «Класс», 2002. — 224 с. — (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 103).
9. Хорни, К. «Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза»; пер. с англ. В. Светлова. — М.: Академический Проект, 2007
10. Ялом И. «Экзистенциальная психотерапия»/Пер. с англ. Т.С. Драбкиной. – М.: Независимая фирма «Класс», 2005. – 576с. – (Библиотека психологии и психотерапии).