

Мілушина М.О.  
milushina@mail.ru

Дніпропетровський національний університету імені Олеся Гончара

## **ПРОБЛЕМА СПІВЗАЛЕЖНОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ**

**Актуальність дослідження.** Однією з найгостріших проблем у соціальній роботі є рівень професіоналізму фахівців, які працюють з різними категоріями клієнтів (людьми, які мають залежність від психоактивних речовин; дітей-сиріт; жертв насильства тощо). Процес взаємодії часто малоефективний і багато спеціалістів, працюють не професійно, руйнуючи себе та оточуючих.

Раніше більшість психологічних проблем пояснювали феноменом емоційного вигорання. Але, емоційне вигорання є далеко не єдиною деформацією фахівців. Ми вважаємо, що однією з причин зазначених вище проблем є явище співзалежності, що розвивається у спеціалістів допомагаючих професій, і виступає певною формою компенсації, що заповнює їх внутрішні проблеми. Не маючи ясної уяви про свої потреби і бажання, співзалежні особистості концентруються на проблемах інших людей (своїх клієнтів).

Соціальним працівникам, які залучені в тривале спілкування з іншими людьми в системі «людина-людина», часом властиві професійні деформації особистості, в тому числі і співзалежність. На нашу думку, в даний час існує необхідність висвітлення проблеми співзалежної поведінки та причин, що її викликають. Незважаючи на високу соціальну, наукову, а головне практичну значимість проблеми співзалежності, досі відсутні спроби теоретичного узагальнення таких результатів.

**Мета:** проаналізувати причини виникнення та розвитку співзалежної поведінки.

**Результати теоретичного аналізу проблеми.** Соціально-психологічна складова співзалежності, на нашу думку, найбільш повно відображена у визначенні S. Wegscheider-Crus: «співзалежність – це специфічний стан, що характеризується сильною стурбованістю, а також крайньої емоційною соціальною а іноді й фізичною залежністю від людини чи предмету. У кінцевому рахунку, така залежність від іншої людини стає патологічним станом, що впливає на всі відносини співзалежного».

Емоційно-близькі стосунки з клієнтами в соціальній роботі при нестачі професіоналізму викликають масу проблем. Однією з проблем співзалежних соціальних працівників є те, що вони зайняті реагуванням на проблеми інших, у них немає часу розпізнати власні проблеми, і подбати про їх вирішенні. Така поведінка впливає з переконаності в тому, що саме вони відповідальні за почуття, думки, дії інших, за їх вибір, бажання і потреби, благополуччя і навіть за саму долю.

Співзалежні намагаються рятувати інших тому, що для них це легше, ніж переносити дискомфорт, незручність, а часом і душевний біль, стикаючись з невирішеними власними проблемами. Насправді, піклуючись про інших, такі особистості намагаються заповнити власні «особистісні порожнечі».

Т. Горюнова у своїй книзі «Легко ли нашим детям отказаться от наркотиков?» пише: «На перший погляд поведінка і психологічні особливості співзалежних здаються позитивними: трудоголізм, перфекціонізм, контролююча поведінка, жертвність, витривалість. Громадською думкою ці якості зазвичай вітаються. Але за зовні привабливою поведінкою приховані глибокі деформації особистості. Насправді, співзалежні люди відчувають внутрішню порожнечу, невпевненість у своїх цінностях і майже не розуміють бажання та потреби. Як результат, в них розвивається сильне прагнення контролювати інших, щоб відшкодувати власну низьку самооцінку.

В результаті соціальні працівники з високим рівнем співзалежності концентруються на інших людях і шукають в них відчуття благополуччя. Співзалежність є замкнутим колом, в якому самоповага постійно падає, а особисті потреби стають все більш ілюзорними. Як результат, співзалежні виявляють схильність до депресії, порушень здоров'я, пов'язаних зі стресом – поперековим болям, виразок і мігрень. Співзалежність утримує особистість в деструктивних взаєминах, які не працюють.

Отже, основними характеристиками співзалежної особистості є: компульсивний контроль (прагнення контролювати інших); низька самооцінка; негативні почуття (провина, гнів, неконтрольована агресія); наявність механізмів психологічних захистів (витіснення, заперечення, придушення); ігнорування власних потреб; психосоматичні порушення.

Така поведінка призводить не тільки до професійної деформації, а й унеможливорює особистісний ріст самого клієнта соціальної роботи, не звертається до його «дорослого» стану, а «заганяє» в роль жертви та змушує перебувати у позиції «дитини». Кожна жертва впевнена, що вона ні в чому невинна, постійно перекладає провину на іншу людину (частіше на соціального працівника), навіть не усвідомлюючи, що коренем усіх її проблем є неправильне – негативне сприйняття зовнішнього світу.

На сьогодні, як відомо, феномен співзалежності переважно розглядається в межах теорії наркоманії. Однак, деякі автори у вивченні співзалежності застосовують системні сімейні теорії та теорії розвитку.

Західні дослідники (М. Beattie, R. Subby, E. Larsen, W. Mendsenhall), в руслі першого напрямку, стверджують, що риси співзалежності передаються з покоління в покоління. В першу чергу співзалежністю страждають люди з неблагополучних сімей. Факт впливу батьківської сім'ї підтверджений дослідженнями вітчизняних науковців (М.Є. Жидко, В.О. Крамченкова, О.М. Савчук) та російських (О.О. Шорохова, В.Д. Москаленко, Е.В. Смелянова, В.І. Литвиненко, Ц.П. Короленко).

Один із засновників сімейної терапії К. Вітакер стверджує, що схильність до співзалежності закладається ще в батьківській сім'ї: спочатку вона впливає на внутрішньосімейні взаємини, диктуючи певний стиль взаємодій, потім – на вибір партнера, і, нарешті, отримує свій розвиток вже в новій сім'ї.

З точки зору представників сімейних систем, етіологія співзалежності обумовлена нестачею диференціації в сім'ї, порушенням емоційної взаємодії, що в свою чергу призводить до появи специфічних моделей поведінки ідентичних співзалежності (зовнішнє фокусування, компульсивна поведінка тощо). Крім того, співзалежність передається наступним поколінням.

Представники теорії розвитку особистості (S.A. Farmer, T. Cermak) стверджували, що співзалежність виникає під час симбіотичної фази розвитку дітей у ранньому віці і перериває фази сепарації – індивідуації, які в свою чергу мають глибокий вплив на подальші відносини. Така точка зору відповідає і представникам еволюційного підходу (Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд) де співзалежність є психологічним розладом, в результаті незавершеності однієї з стадій розвитку в ранньому дитинстві (у віці 2-3 років) – стадії встановлення психологічної автономії. Вона необхідна для розвитку власного «Я» відмінного від батьківського. Прибічники даного підходу встановили, що наявність власного «Я» дозволяє знаходитися в близьких відносинах з іншими людьми не втрачаючи себе як особистість.

Підводячи підсумок, ми ще раз зазначимо основні фактори, що призводять до виникнення співзалежної поведінки: негативний життєвий досвід, недостатня диференціація та порушення емоційних відносин в сім'ї, вплив соціальних чинників, емоційні проблеми, порушення фази сепарації-індивідуації в дитячому віці та втрата самості.

### **Висновки.**

Таким чином, в дослідженні показано, що ефективні взаємовідносини між суб'єктами та об'єктами соціальної роботи можуть бути деформовані високим рівнем співзалежності. Це обмежує розкриття людських ресурсів, досягнення особистісної інтегрованості та психологічної автономії. Результати дослідження свідчать про необхідність розробки засобів профілактики серед спеціалістів соціальної роботи для скорочення випадків неефективної професійної діяльності та досягнення аутентичності.