

УДК 159.9

DOI 10.52928/2070-1640-2024-41-1-70-72

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОЗАВИСИМОСТИ И СУВЕРЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА У СТУДЕНТОВ

С.В. ОСТАПЧУК, М.А. БУРЛАКОВА

(Полоцкий государственный университет имени Евфросинии Полоцкой)

Представлены результаты изучения созависимой модели поведения и суверенности психологического пространства студентов. При анализе данных было обнаружено, что большинство студентов характеризуются высокой степенью созависимой модели поведения, а также низкими показателями по измерениям суверенности психологического пространства. Исследование подтвердило значимую взаимосвязь созависимости и суверенности психологического пространства студентов.

Ключевые слова: созависимость, суверенность психологического пространства, суверенность физического тела, суверенность территории, суверенность мира вещей, суверенность привычек, суверенность социальных связей, суверенность ценностей.

Введение. Созависимость рассматривается многими специалистами как серьезная социальная проблема. Цикл созависимости описывается как отношения, в которых один партнер нуждается в другом, а тот в свою очередь испытывает потребность быть необходимым.

Ш. Вегшейдер-Круз определила созависимость как специфическое состояние, характеризующееся сильной поглощенностью и озабоченностью, а также крайней зависимостью (эмоциональной, социальной, а иногда и физической) от человека или предмета [6]. Согласно подходу Дженей и Берри Уайнхолд, созависимость – это психологическое расстройство, причиной которого является незавершенность одной из наиболее важных стадий развития в раннем детстве – стадии установления психологической автономии [4].

Созависимая личность имеет проблемы с идентичностью, личными интересами или ценностями вне созависимых отношений, имеет трудности с пониманием своих чувств. Созависимые отношения часто ухудшают качество других межличностных отношений, профессиональную карьеру и каждодневные обязанности [6].

Психологическая суверенность – способность человека контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основанное на обобщенном опыте успешного автономного поведения [3].

Основная часть. Цель исследований – выявить взаимосвязь созависимости и суверенности психологического пространства студентов.

В исследовании приняли участие 160 студентов Полоцкого государственного университета имени Евфросинии Полоцкой: 80 девушек и 80 юношей. Возраст испытуемых варьировался от 18 до 22 лет. В качестве диагностического инструментария были использованы тест-опросник «Шкала созависимости» Б. и Дж. Уайнхолд в адаптации А.С. Кочарян, Е.В. Фроловой, Н.А. Смахиной; опросник «Суверенность психологического пространства», разработанный С.К. Нартовой-Бочавер.

При изучении созависимости оказалось, что 58% студентов имеют высокую степень созависимой модели поведения, что свидетельствует о постоянной потребности в одобрении окружающих. Индивид с высокой степенью созависимости чувствует себя бессильным что-либо изменить в отношениях, не осознает своих истинных желаний и потребностей и не способен испытывать чувство настоящей близости и любви.

Согласно Б. и Дж. Уайнхолд, 98% взрослого населения страдают от серьезных нарушений, которые связаны с созависимостью [4].

В опроснике «Суверенность психологического пространства» С.К. Нартовой-Бочавер описаны следующие измерения суверенности психологического пространства: физического тела, территории, мира вещей, привычек, социальных связей, ценностей [3].

Исходя из полученных результатов, большая часть выборки (58%) имеет низкие показатели по шкалам «Суверенность психологического пространства», что может говорить о некоторой проницаемости границ психологического пространства, т.е. тенденции человека следовать логике обстоятельств и воле других людей.

На следующем этапе исследования была рассмотрена взаимосвязь созависимости и суверенности психологического пространства. Результаты исследования приведены в таблицах 1–7.

Таблица 1. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Созависимость» и «Суверенность физического тела»

Переменные	r	p
Созависимость/Суверенность физического тела	-0,39	0,00

Примечание: r – коэффициент корреляции Спирмена; p – уровень значимости.

Из данных таблицы видно, что при использовании коэффициента ранговой корреляции Спирмена уровень значимости $p < 0,05$, следовательно, корреляция является значимой. Величина и знак коэффициента корреляции говорят об отрицательной умеренной связи. Следовательно, с повышением созависимости понижается суверенность физического тела.

Таблица 2. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Созависимость» и «Суверенность территории»

Переменные	r	p
Созависимость/Суверенность территории	-0,43	0,00

Примечание: r – коэффициент корреляции Спирмена; p – уровень значимости.

При использовании коэффициента ранговой корреляции Спирмена уровень значимости $p < 0,05$, следовательно, корреляция является значимой. Величина и знак коэффициента корреляции говорят об отрицательной умеренной связи. Таким образом, с повышением созависимости понижается суверенность территории.

Интересное пилотажное исследование было проведено в городе Бишкек, где оказалось, что 90% созависимых женщин не включают себя в собственную семью. Эти результаты свидетельствуют о том, что психологическая территория человека поглощается психологической территорией созависимого человека и практически прерывает свое суверенное существование [2].

Таблица 3. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Созависимость» и «Суверенность мира вещей»

Переменные	r	p
Созависимость/Суверенность мира вещей	-0,49	0,00

Примечание: r – коэффициент корреляции Спирмена; p – уровень значимости.

Согласно данным таблицы 3, можно сделать вывод, что корреляция является значимой. Величина и знак коэффициента корреляции говорят об отрицательной умеренной связи. С повышением созависимости понижается суверенность мира вещей.

Антивирусная компания «Лаборатория Касперского» в 2021 г. проводила исследование, в ходе которого выяснилось, что почти половина (47%) российских респондентов отметили, что они поделились паролем своего смартфона с партнером, 43% опрошенных сообщили доступ к своим аккаунтам в iCloud или Google членам семьи. Около четверти (26%) считают, что допустимо следить за тем, что делает партнер в Интернете с его разрешения [1].

Таблица 4. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Созависимость» и «Суверенность привычек»

Переменные	r	p
Созависимость/Суверенность привычек	-0,46	0,00

Примечание: r – коэффициент корреляции Спирмена; p – уровень значимости.

Уровень значимости $p < 0,05$, следовательно, корреляция является значимой. Величина и знак коэффициента корреляции говорят об отрицательной умеренной связи. Следовательно, с повышением созависимости понижается суверенность привычек.

Таблица 5. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Созависимость» и «Суверенность социальных связей»

Переменные	r	p
Созависимость/Суверенность социальных связей	-0,41	0,00

Примечание: r – коэффициент корреляции Спирмена; p – уровень значимости.

При использовании коэффициента ранговой корреляции Спирмена уровень значимости $p < 0,05$, следовательно, корреляция является значимой. Величина и знак коэффициента корреляции говорят об отрицательной умеренной связи. Следовательно, с повышением созависимости понижается суверенность социальных связей.

А.А. Худякова и Н.Л. Плешкова в своих исследованиях отмечают, что созависимые женщины имеют сложности в межличностном взаимодействии и коммуникации с другими людьми, а также низкий уровень ориентации на межличностное взаимодействие и общение [5].

Таблица 6. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Созависимость» и «Суверенность ценностей»

Переменные	r	p
Созависимость/Суверенность ценностей	-0,38	0,00

Примечание: r – коэффициент корреляции Спирмена; p – уровень значимости.

Из данных таблицы 6 видно, что при использовании коэффициента ранговой корреляции Спирмена уровень значимости $p < 0,05$, следовательно, корреляция является значимой. Величина и знак коэффициента

корреляции говорят об отрицательной умеренной связи. С повышением созависимости понижается суверенность ценностей.

По А.С. Коленовой, чем выше у испытуемых степень проявления созависимости, тем ниже они оценивают свое включение в жизненные процессы, свою степень осознанности течения жизни, уровень контроля своей жизни и проявление воли в этом контроле, испытывая ощущения беспомощности в изменении данных процессов, и хуже относятся к результативности своей жизни, своих достижений и побед [7].

Таблица 7. – Коэффициент ранговой корреляции Спирмена переменных «Созависимость» и «Суверенность психологического пространства»

Переменные	r	p
Созависимость/Суверенность психологического пространства	-0,54	0,00

Примечание: r – коэффициент корреляции Спирмена; p – уровень значимости.

При использовании коэффициента ранговой корреляции Спирмена уровень значимости $p < 0,05$, следовательно, корреляция является значимой. Величина и знак коэффициента корреляции говорят об отрицательной умеренной связи. Следовательно, с повышением созависимости понижается суверенность психологического пространства.

Заключение. Таким образом, полученные нами данные подтверждаются выводами Б. и Дж. Уайнхолд, что проблема созависимых людей состоит в том, что они не способны определять свои психологические границы – не знают, где заканчиваются их границы и где начинаются границы других людей [4].

Мы предполагаем, что полученные результаты связаны с тем, что созависимость является неким ограничителем внутреннего развития человека, препятствующим его реализации, расходуя большое количество энергии и сил человека на низкоэффективные действия. Созависимые молодые люди сосредоточены на необходимости удовлетворять потребности других и жертвовать своими собственными интересами ради достижения гармонии в отношениях.

Проблемам созависимости необходимо уделить должное внимание, особенно в рамках психологического сопровождения студентов. Это позволит предложить ресурсы и поддержку для развития навыков установления границ и самостоятельного принятия решений и будет содействовать повышению психологического благополучия и суверенности психологического пространства. Суверенная личность является активным субъектом своей жизни, и что, несомненно, поможет ей состояться как личности и профессионалу в будущем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Исследование «Лаборатории Касперского»: половина участников опроса знают пароль от телефона своего партнера [Электронный ресурс]. – URL: https://www.kaspersky.ru/about/press-releases/2021_issledovanie-laboratorii-kasperskogo-rochti-polovina-uchastnikov-oprosa-znayut-parol-ot-telefona-svoego-partnyora (дата обращения: 05.05.2023).
2. Москаленко В.Д. Созависимость: характеристики и практика преодоления [Электронный ресурс]. – URL: <https://arhangel.su/wp-content/uploads/2021/07/sozavisimost-i-praktiki-preodoleniya-v-moskalenko.pdf> (дата обращения: 04.04.2023).
3. Нартова-Бочавер С.К. Опросник «Суверенность психологического пространства» – новый метод диагностики личности // Психол. журн. – 2004. – Т. 25, № 5. – С. 77–89.
4. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости / пер. с англ. А.Г. Чеславской. – М.: Класс, 2002. – 224 с.
5. Худякова А.А., Плешкова Н.Л. Взаимосвязь представлений о детском опыте и особенностей психологической адаптации у женщин с созависимостью // Науч. исслед. выпускников фак. психологии СПбГУ. – 2015. – Т. 3, № 1. – С. 189–194.
6. Wegscheider-Cruse Sh. Choicemaking: For Co-dependents, Adult Children and Spirituality Seekers // Pompano Beach, Fla.: Health Communications. – 1985. – P. 20.
7. Коленова А.С. Особенности ценностно-смысловой сферы женщин, проявляющих созависимость // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2018. – Т. 7, № 6. – С. 304–316.

Поступила 25.04.2024

RELATIONSHIP OF CODEPENDENCY AND SOVEREIGNTY OF STUDENTS' PSYCHOLOGICAL SPACE

S. ASTAPCHUK, M. BURLAKOVA
(Euphrosyne Polotskaya State University of Polotsk)

The article presents the results of studying the codependent model of behavior and the sovereignty of psychological space of students. Analyzing the data, it was found that the majority of the students were characterized by a high degree of codependent behavior pattern, as well as low scores on dimensions of sovereignty of psychological space. The study confirmed the significant relationship between codependency and sovereignty of psychological space of students.

Keywords: codependency, sovereignty of psychological space, sovereignty of physical body, sovereignty of territory, sovereignty of world of objects, sovereignty of habits, sovereignty of social connections, sovereignty of values.