

УДК 159.92

**Е.А. Бай<sup>1</sup>, Н.Б. Шишкина<sup>2</sup>**<sup>1</sup>канд. психол. наук, доц., зав. каф. социальной работы  
Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина<sup>2</sup>магистр психологии, психолог Территориального центра  
социального обслуживания населения Брестского района**ОСОБЕННОСТИ САМОСОЗНАНИЯ МОЛОДЫХ ЖЕНЩИН  
С РАЗНЫМИ ВИДАМИ СОЗАВИСИМОСТИ**

*В статье рассматривается актуальная проблема психологического сопровождения молодых женщин с созависимостью, т.е. имеющих склонность к созависимым отношениям. Это является фактором риска в развитии разных форм зависимости (в частности, алкоголизма, наркомании, токсикомании). На основе анализа имеющихся работ авторы определили содержание созависимости как системы личностных качеств и отношений, эмпирическим путем выявили и описали особенности осознания молодыми женщинами с разными видами созависимости эмоциональной сферы, которые проявляются в способности к вербализации эмоциональных состояний, в установках и ожиданиях по отношению к романтической любви, к семье и семейной жизни, в типичных переживаниях. Впервые выявлены и описаны особенности самосознания молодых женщин с созависимостью – будущих специалистов по социальной работе, – которые свидетельствуют о необходимости оказания им психологической помощи. Эмпирические данные, изложенные в статье, являются инструментом психологического анализа и оценки самосознания созависимых молодых женщин.*

**Введение**

Вся жизненная среда человека несет в явной или превращенной форме следы воздействия одного человека на другого. Отношение к окружающим людям является содержанием, постоянно присутствующим в психической реальности каждого как её составляющая, и естественным образом входит во все виды активности. В известном смысле можно сказать, что каждый из нас осуществляет воздействие на другого человека и другой человек оказывает воздействие на нас. Это естественное положение вещей. Проблема же, как представляется, заключается в том, насколько такое воздействие может сделать человека несчастным, лишить активности или придать ей разрушающий характер. В поисках средств защиты от длительной фрустрации люди часто прибегают к стратегиям *аддиктивного поведения*, основанного на патологической потребности в определённых препаратах или занятиях (алкоголь, азартные игры, переедание и т.п.) с целью изменить собственное психологическое состояние и связанное с ним мировосприятие. Оно является одним из самых устойчивых и малообратимых, а также всё более распространяемых поведенческих нарушений, с которыми сталкивается современное общество. Наряду с этим существует большое количество людей, чья жизнь подчинена поведению, пристрастиям и желаниям другого человека. Их мысли, ценности, потребности и интересы становятся направленными только на то, как исправить близкого человека, как постоянно контролировать его поведение. Часто они страдают от таких взаимоотношений, но ничего не могут (или не хотят?) изменить. Такая ситуация всегда наступает задолго до того, как люди осознают это. Опосредованная зависимость одного человека от отношений с другим, как правило значимым, и была названа в зарубежных исследованиях «*codependence*»(созависимость).

Важность исследования проблемы созависимости обусловлена несколькими факторами. С одной стороны, созависимые отношения мешают полноценной жизни человека, лишая его возможности испытывать удовольствие и радость, самореализовываться и самовыражаться. С другой – склонность к созависимым отношениям является фактором риска в развитии разных форм зависимости (алкоголизма, наркомании, ток-

сикомании). Кроме этого, дисфункциональное поведение, являющееся следствием созависимости, встречается в разной форме повсеместно, что нередко представляется как норма. Это не может не вызывать беспокойство, связанное с будущим нашего общества, с сохранением и приумножением его интеллектуального потенциала.

В психологии имеется ряд научных работ, посвященных исследованию различных аспектов созависимости. Так, в работах Н.Г. Артемцевой, Б. Уайнхолда и Дж. Уайнхолд, М. Битти, Р. Сабби, Е.В. Емельяновой, В.Д. Москаленко представлен анализ понятия «созависимость», свидетельствующий о разных позициях авторов относительно данного феномена. Многих исследователей интересуют факторы, под влиянием которых у людей возникает и развивается созависимость (Е.В. Емельянова, В.Д. Москаленко, И.Г. Малкина-Пых и др.). Доминирующими при этом считается семья, особенно дисфункциональная, а также культурно обусловленные представления о женщине.

Поскольку созависимость не считается устойчивой и не поддающейся изменению личностной характеристикой, большое внимание в психологии уделяется поиску эффективных средств и способов коррекции созависимых отношений и поведения, методов восстановления психики (С.Н. Зайцев, В.Д. Москаленко, Е.М. Раклова). Авторы в основном предлагают использовать коррекционные программы личностного роста, посещение групп взаимопомощи Ал-Анон и индивидуальную работу созависимой женщины с психологом-консультантом.

Вместе с тем анализ научной и научно-методической литературы свидетельствует о том, что имеется небольшое число работ, в которых описываются особенности самосознания созависимых молодых женщин, и это не позволяет создать целостную картину личности данной категории лиц. К ним относятся исследования (Б. Уайнхолда и Дж. Уайнхолд, М. Битти, В.Д. Москаленко). Опыт же практической деятельности психологов территориальных центров социального обслуживания населения, наркологических отделений и центров, центров пограничных состояний показывает, что зачастую наиболее серьезные проблемы в плане установления и поддержания социальных контактов, воспитания детей, самореализации испытывают именно *молодые женщины*. Кроме того, в литературных источниках, например, в монографии Н.Г. Артемцевой «Феномен созависимости: психологический аспект» [1], встречаются указания на то, что представители «помогающих» профессий (учителя, психологи, врачи, специалисты по социальной работе и др.) по роду своей деятельности находятся в своеобразной «группе риска» по степени потенциальной подверженности состоянию созависимости. Однако эмпирического подтверждения этой гипотезы в литературе мы не обнаружили. Поэтому изучение феномена созависимости у представителей этих профессий является, на наш взгляд, важным для профилактики их профессиональной деформации. Следовательно, выбор возрастной категории (молодые женщины) и состава участников исследования (молодые женщины с разными видами созависимости) не случаен.

Цель исследования – выявить и описать особенности самосознания молодых женщин с разными видами созависимости. Задачи исследования:

1. Определить содержание созависимости как системы личностных качеств и отношений.
2. Выявить особенности осознания эмоциональной сферы молодыми женщинами с разными видами созависимости.
3. Выявить установки молодых женщин с разными видами созависимости по отношению к семье и семейной жизни.

### **Содержание созависимости как системы личностных качеств и отношений**

Как явление, требующее научного осмысления и изучения, созависимость стала рассматриваться в психологии сравнительно недавно – в 70-е гг. XX в. Как указывает

Г.В. Морозова [2], термин «созависимость» впервые появился в результате изучения природы химических зависимостей, их воздействия на человека и влияния, которое оказывает на окружающих заболевание химически зависимого. Прежде всего он атрибутировался женщинам, находящимся в родстве с алкоголиком. В дальнейшем применение термина расширилось, и он стал использоваться для описания отношений в семьях с различными (не только алкогольными) формами нездорового поведения, а также для описания любых парных отношений между людьми – носителями того или иного типа нарушений привязанности.

Несмотря на то, что в современной психологии созависимость подвергается тщательному изучению, в этой области остаётся много неразрешённых проблем. В частности, остаётся открытым вопрос об определении понятия «созависимость». Анализ публикаций показывает, что существует много определений созависимости, однако ни одно из них нельзя считать исчерпывающим. В каждом из них делается акцент на каких-то определённых свойствах созависимости, например, на эмоциональном, психологическом, поведенческом состоянии (Р. Сабби); на выученном наборе поведенческих форм и дефектов характера самопораженческого свойства (Э. Ларсен); на зависимости, аддикции отношений (В.Д. Менделевич, В.Д. Москаленко, Н.В. Дмитриева); на проявлении внутриличностного конфликта (Н.Г. Артемцева).

Одна из наиболее существенных характеристик созависимости отражена в определении М. Бити, одного из самых известных специалистов в данной области, который считает, что созависимый – это человек, который *позволил*, чтобы поведение другого человека повлияло на него, и полностью поглощен тем, что контролирует действия этого человека. Другой человек может быть кем угодно: ребенком, взрослым, любовником, супругом, папой, мамой, сестрой, лучшим другом, бабушкой или дедушкой, клиентом; алкоголиком, наркоманом, больным умственно или физически; нормальным человеком, который периодически испытывает чувство печали [3]. Автор подчеркивает, что проблема не в другом человеке, а в нас самих, в том, что мы позволили, чтобы поведение другого человека влияло на нас, и тоже пытаемся повлиять на другого человека.

Неопределённым остаётся не только понимание сути созависимости, но и её *статуса*, а именно: является ли созависимость нормальной реакцией на людей с нарушениями в поведении, или созависимость – это хроническое прогрессирующее заболевание. Ответить на этот вопрос, полагаем, однозначно нельзя, поскольку созависимость относится к многоуровневым феноменам со сложной детерминацией, и то, что на одном уровне может быть определено как болезнь, на другом таковым не является. Например, Г. Клауд [4] исследовал созависимость как базовое явление, понимание которого необходимо для анализа эмоциональных и психологических расстройств. По его мнению, созависимое состояние личности является фундаментальным явлением и лежит в основе невроза.

Таким образом, несмотря на разногласия в трактовке созависимости, исследователи сходятся на том, что это приобретенное личностное образование, затрагивающее все сферы психической организации человека. Оно характеризуется определенными психологическими особенностями и представляет собой результат нарушения привязанности – уникальную для данного индивида стратегию совладания с психотравмой.

На основе анализа и обобщения существующих подходов к определению понятия «созависимость» мы считаем целесообразным определить созависимость как сложное устойчивое психическое состояние, возникающее и реализующееся во взаимоотношениях, опосредствованных вынужденным (или добровольно выбранным) сопричастным существованием и сопереживанием с травмирующим субъектом (значимым человеком) или в травмирующих условиях; созависимость определяет проявление направленности человека, его желаний, стремлений, склонности, убеждений, мировоззрения.

### Организация и методика исследования

Для определения особенностей самосознания молодых женщин с разными видами созависимости было проведено эмпирическое исследование на базе Территориального центра социального обслуживания населения Брестского района и социально-педагогического факультета Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина. В нем приняли участие 40 респондентов, в качестве которых выступили:

1) молодые женщины 20–30 лет (20 человек) из семей, которые состоят на учете в отделении социальной адаптации и реабилитации Территориального центра социального обслуживания населения Брестского района как семьи, члены которых злоупотребляют спиртными напитками; они составили группу А (молодые женщины с созависимостью от человека с химической аддикцией);

2) студентки социально-педагогического факультета Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина (20 человек), проживающие в семьях, члены которых не злоупотребляют спиртными напитками; они составили группу Б (молодые женщины с созависимостью – будущие специалисты в «помогающей» профессии «социальная работа»).

Для удобства описания результатов применительно к группе А мы использовали термин «жертвы», к группе Б – «спасатели». Отбор участников в группы был осуществлён на основе результатов выявления у них степени выраженности созависимости с помощью опросника Дж. Фишера [4]. Текст опросника содержит 16 утверждений, отражающих способности человека самостоятельно принимать решения относительно своей жизни и понимать личностные границы другого. Интерпретация результатов осуществлялась по таким критериям: а) умеренно выраженная созависимость (норма), б) выраженная степень, в) опасная степень. Было установлено, что в обеих группах респонденты характеризуются наличием созависимости как личностного образования: в группе А они составили 100%, в группе Б – 91% (у 9% была выявлена *умеренно выраженная степень созависимости, т.е. норма*).

Для выявления особенностей осознания эмоциональной сферы нами использовались 2 методики: «Торонтская шкала алекситимии (TAS)» [5] и «Методика незаконченных предложений» (авторский вариант).

Утверждения теста «Торонтская шкала алекситимии (TAS)» отражают способность человека определить, описать (вербализовать) чувства, которые он испытывает, а также степень готовности анализировать свои проблемы. Нормы теста:

- а) 74 балла и выше – «алекситимический» тип личности;
- б) 62 балла и ниже – «неалекситимический» тип личности;
- в) от 62 до 74 баллов – группа риска.

Методика «Незаконченные предложения» представляет собой 19 фраз, которые респонденту требовалось закончить. Разработка содержания предложений осуществлена Н.Б. Шишкиной на основе анализа литературы и вычленения основных показателей созависимости. Стимульный материал подбирался в соответствии с теми сферами, в которых признаки созависимых отношений и поведения проявляются наиболее ярко. Для интерпретации данных отдельные предложения были сгруппированы нами по категориям. Особенности осознания своей эмоциональной сферы молодыми женщинами с созависимостью выявлялись с помощью 2 категорий:

1. Отношение к любви: «Романтическая любовь – это...»; «В семейной жизни романтическая любовь...»; «Любить – значит...».

2. Негативные переживания, страхи: «Мне хотелось бы перестать бояться...»; «Я злюсь, когда...»; «Я чувствую вину, если...»; «Я огорчаюсь, когда...»; «Меня беспокоит...»; «Я могла бы быть счастливой, если бы...»; «Я плачу, когда...».

Установки молодых женщин с разными видами созависимости по отношению к семье и семейной жизни определялись нами с помощью следующих категорий:

1. Отношение к семье и семейной жизни: «Супружеская жизнь кажется мне...»; «Большинство известных мне семей...»; «Идеальный муж – это...»; «Идеальная жена – это...».

2. Отношение к своему детству, родительской семье: «Думаю, что мой папа...»; «Думаю, что моя мама...»; «Когда я была ребенком...».

3. Отношение к будущему: «Наступит тот день, когда...».

Полученные в ходе эмпирического исследования данные были подвергнуты сравнительному, количественному и качественному анализу, а также математическому анализу с использованием критерия Стьюдента.

### **Особенности осознания эмоциональной сферы молодыми женщинами с разными видами созависимости**

Рассмотрим результаты, полученные с помощью методики «Торонтская шкала алекситимии (TAS)». Алекситимия – это сниженная способность или затрудненность в вербализации (выражении словами) своих эмоциональных состояний и чувств. Алекситимия свойственна людям, которые по тем или иным причинам ограниченно перерабатывают, а значит, и осознают эмоциональные впечатления, переживания, чувства, причины своих поступков.

Анализ количественных данных показал, что среди опрошенных молодых женщин обеих групп имеются различия в проявлении алекситимии. В таблице представлены данные о распределении типов личности в группах респондентов.

Таблица. – Выраженность типов личности у молодых женщин с разными видами созависимости, %

Тип личности	Алекситимический тип	Группа риска	Неалекситимический тип
Группа А	85	10	5
Группа Б	40	15	45

Как показывают данные, отраженные в таблице, большинство (85%) респондентов в группе А и 40% в группе Б набрали 74 балла и выше, что соответствует «алекситимическому» типу личности. Человеку с таким типом личности свойственны трудности в определении (понимании) и описании словами собственных переживаний, чувств; сложности в проведении различий между чувствами и телесными ощущениями; бедность фантазии, воображения, очень редкие сновидения; заострение внимания в большей мере на внешних событиях, чем на внутренних переживаниях.

Следствием алекситимии становится чрезмерный прагматизм и отсутствие творческого отношения к жизни. А ведь творчество – это проявление самовыражения, своей собственной индивидуальности, нестандартности восприятия, радости существования. Отсутствие радости приводит к ощущению серости жизни, «непонятному» чувству («вроде все в порядке, но что-то не так»), к конкретно не обоснованному неудовольствию и неудовлетворенности жизнью. Часто при алекситимии у людей определенного склада личности легко возникают кратковременные, резко выраженные в поведении эмоциональные взрывы, причины которых ими плохо осознаются.

Люди с алекситимией больше других склонны к появлению и развитию психосоматических заболеваний, к депрессии. Алекситимия может свидетельствовать о том, что человек закрыт новому опыту и центрирован на негативных событиях. Нарушена может быть не только эмоциональная сфера, но и личностная, и сфера мышления. Неспособность к рефлексии приводит в личностном аспекте к упрощению жизненной направленности, обеднению взаимосвязей с окружающим миром. Познавательная сфера отличается тем, что у человека наглядно-действенное мышление преобладает над абстрактно-логическим, он не использует возможности своего воображения, о чем сви-

детельствует отсутствие склонности к мечтам и фантазиям. Он также мало использует мыслительные процессы, как категоризация и символизация.

Можно предположить, что высокий процент выраженности алекситимии в группе молодых женщин-«жертв» может быть как устойчивой чертой личности, так и защитной реакцией на депрессию или тревогу, которые свойственны людям, находящимся в токсичных отношениях.

Принципиальные различия между группами респондентов получены и по «не-алекситимическому» типу личности: в группе А он представлен всего 1 испытуемым (5%), а в группе Б количество таких респондентов в 9 раз больше (45%). Следовательно, у 75% опрошенных созависимых женщин снижена или затруднена вербализация эмоциональных состояний и чувств. Сопоставив степень выраженности созависимости и степень выраженности алекситимии, мы обнаружили статистически значимую корреляцию между ними только в группе А (на уровне значимости 0,01). Т.е. описанные выше особенности выступают у молодых женщин с созависимостью «жертвы» как устойчивые личностные характеристики.

*Отношение к любви* молодых женщин в группе А в основном характеризуется негативными установками: 60% не верят в романтическую любовь, в том числе в семейной жизни, считая, что это «игра разума», «гормоны», «только в книжках», «иллюзия». У большинства представителей группы Б (80%), наоборот, выявлены *положительные установки* в отношении романтической любви (это «*проявление нежности и заботы о другом человеке*», «*прекрасно*», «*чувство легкости*», «*возможность развиваться вместе*», «*сюрпризы*»).

*Жертвенная позиция* в отношении любви была выявлена у большинства (80%) женщин группы А. Они убеждены, что любить – это значит «*жить для другого*», «*жертвовать*», «*жить жизнью любимого*», «*идти за любимым до конца*», «*хотеть быть с любимым всегда*», «*ложиться спать и вставать с мыслью о любимом, с его именем и образом*». Остальные респонденты дали социально приемлемые ответы: «*доверять*», «*уважать*», «*прощать*», «*понимать*». В группе Б ситуация более благоприятная: *жертвенная позиция* в любви («*жертвовать*», «*отдавать себя другому*») выявлена всего у 15% респондентов. *Позиция жертвы* проявляется в том, что человек перекладывает ответственность за свою жизнь на другого, тем самым избавляя себя от необходимости принимать решения. Она может быть опасной в случае домашнего насилия, алкоголизма супруга или других членов семьи, так как позволяет человеку манипулировать теми, кого он обвиняет в своих неудачах, вызывая чувство вины у них (особенно если это близкие люди). Человек даже приобретает определённую власть над близкими, потому что они чувствуют себя виноватыми за его «страдания».

Анализ особенностей осознания респондентами негативных переживаний и страхов показал, что большинство в обеих группах (по 55% в каждой) испытывают чувство злости, которое вызывается разнообразными действиями других людей («*меня достают*», «*предают*», «*раздражают*», «*нарушают мои границы*», «*дети не слушаются*», «*меня обманывают*», «*не понимают*», «*обижают*», «*не слушают*», «*ребенок вредничает*»). Еще большее количество опрошенных (60%) переживают различные страхи, среди которых доминируют социальные: они «*боятся себя*», «*одиночества*», «*собственного будущего*», «*сделать ошибку*», «*говорить*», «*просто людей*». При этом у четверти (25%) молодых женщин с созависимостью «жертвы» присутствует *страх как постоянно возникающее состояние: они «боятся всего»*.

У будущих специалистов по социальной работе тотальный страх не обнаружен. Зато третья часть из них подвержена *биологическим* («*темнота*», «*пауки*», «*болезни*», «*раздвоение личности*») либо *экзистенциальным* страхам («*смерть*», «*старость*»), что может негативно сказаться на их способности оказывать профессиональную помощь и поддержку людям, оказавшимся в сложных жизненных обстоятельствах.

### Установки молодых женщин с разными видами созависимости по отношению к семье и семейной жизни

Анализ отношения респондентов с разными видами созависимости к семье и семейной жизни (по результатам методики незаконченных предложений) показал, что оно неодинаковое. В группе А у 80% молодых женщин было выявлено *отрицательное отношение* к супружеской жизни. Завершение фразы «Супружеская жизнь кажется мне...» содержало у них следующие слова и выражения: *«нелепостью, скучной, общезжитием, необходимостью, адом»*. Супружеская жизнь в сознании остальных опрошенных представлена как «союз», «веселая», «счастливая», «ответственность», что свидетельствует о *положительном отношении* к ней. При этом у большинства из них отсутствуют четкие представления о том, как муж должен относиться к жене, так как только 45% из них описали качества идеального мужа, по мнению же 40% *«таких не бывает»*. Опасность этой тенденции состоит в том, что женщины с созависимостью «жертвы» могут воспринимать дисфункциональное поведение близких людей как норму.

Молодым женщинам с созависимостью «спасателя» свойственны положительные установки и ожидания по отношению к семейной жизни: половина из них (50%) считают супружескую жизнь *«счастьем, хорошей, интересной, яркой, радостной, романтической»*. У другой половины респондентов (50%) были выявлены *социально приемлемые ответы* («Супружеская жизнь кажется мне... *ответственной, сложной, трудной*»). У них обнаружены также более реалистические представления о других семьях, более четкие представления о том, как муж должен к ним относиться. Все респонденты данной группы называют определенные качества идеального мужа, и большинство из них содержат отношение к жене (*«любящий», «заботливый», «добрый», «понимающий»*).

Отношение к своему детству, к родительской семье молодых женщин группы А характеризуется тем, что у большинства из них имеется положительный образ родителей (в большей степени матери, чем отца), который сочетается с отрицательным отношением к своему детству в целом и к себе в детстве. Так, 65% этих женщин характеризуют своих матерей как *«добрая», «любимая», «самая лучшая», «хорошая»*. На отрицательный образ матери указывают ответы 25% респондентов (*«тиран», «плохая», «как комендант», «монстр»*). Почти столько же считают, что отец *«самый лучший», «меня любил», «был идеален»*. Но у многих респондентов (40%) в образе отца присутствуют *негативные* характеристики (*«безразличный», «эгоист», «меня не понимал»*). Следует подчеркнуть, что все ответы молодых женщин с созависимостью «спасателя» указывают только на *положительный* образ отца и 90% – на *положительный* образ матери.

Оценивая свое детство (*«Когда я была ребенком...»*), большинство респондентов (70%) группы А используют характеристики со знаком «минус»: *«была несвободна», «много обижалась», «не слушалась», «хотела быстрее повзрослеть», «была разбалованной»*. Только третья часть молодых женщин с созависимостью «жертвы» оценивает своё детство позитивно (*«было хорошо», «я была счастлива», «скучаю по тому времени»*).

В группе Б большинство ответов (55%) носят нейтральный описательный характер (*«ходила в школу», «мечтала», «была послушной», «неугомонной», «у меня были по судки»*). У трети респондентов (30%) – положительная оценка детства (*«всё было хорошо», «было меньше проблем», «было круто»*). Только 15% указывают на оценку, близкую к отрицательной (*«боялась темноты», «плохо спала», «я не была ребенком»*).

Анализируя полученные ответы респондентов на завершение предложения *«Наступит тот день, когда...»*, мы установили, что *оптимистически* относятся к своему будущему меньшинство (40%) молодых женщин с созависимостью «жертвы» и почти все (95%) – «спасателя». Это нашло отражение в таких высказываниях, как *«все люди будут любить друг друга», «у меня всё получится», «я буду счастлива», «выйду*

замуж», «закончу университет», «буду зарабатывать». Но 60% респондентов группы А настроены на будущее негативно: «останусь одна», «умру», «буду старой».

### Заклучение

1. Проведенное эмпирическое исследование подтвердило гипотезу о том, что созависимость возникает и развивается не только в отношениях с зависимым человеком или у членов дисфункциональных семей («жертвы»), но и у представителей помогающих профессий («спасатели»).

2. Особенности осознания эмоциональной сферы молодыми женщинами с разными видами созависимости состоят в том, что у большинства из них снижена (затруднена) вербализация эмоциональных состояний и чувств. Их отношение к любви характеризуется негативными установками и жертвенной позицией. Молодые женщины с созависимостью осознают наличие у себя переживаний, которые чаще всего имеют негативный характер (в основном злости на других) и социальных страхов.

3. Отношение к семье и семейной жизни у молодых женщин с разными видами созависимости прямо противоположное: «жертвы» характеризуются преобладанием негативных установок и ожиданий, сочетанием положительного образа родителей с отрицательным отношением к своему детству и к себе в детстве; достаточно пессимистичным образом своего будущего. У представителей группы «спасателей», наоборот, обнаружены положительные установки и ожидания; образ своего будущего у них достаточно оптимистичен.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Артемцева, Н. Г. Феномен созависимости: психологический аспект [Электронный ресурс] / Н. Г. Артемцева. – М. : РИО МГУДТ, 2012. – 222 с. – Режим доступа: [http://www.iidp.ru/paper/files/monography\\_artemceva2012.pdf](http://www.iidp.ru/paper/files/monography_artemceva2012.pdf). – Дата доступа: 12.10.2015.
2. Морозова, Г. В. Созависимость. Модель феномена и практика психокоррекции / Г. В. Морозова. – Ульяновск : Ульян. гос. пед. ун-т, 2009. – 139 с.
3. Яценко, Ю. Т. Двойная жизнь : пособ. для алкогольнозависимых и членов их семей / Ю. Т. Яценко. – М. : Ин-т общегуманит. исследований, 2001. – 94 с.
4. Москаленко, В. Д. Зависимость: семейная болезнь / В. Д. Москаленко. – М. : ПЕР СЭ, 2008. – 325 с.
5. Ересько, Д. Б. Алекситимия и методы её определения при пограничных психосоматических расстройствах : пособие для врачей и мед. психологов / Д. Б. Ересько. – СПб. : НИПНИ им. Бехтерева, 2005. – 25 с.

Рукапіс паступіў у рэдакцыю 05.04.2016

### **Bai A.A., Shishkina N.B. Self-awareness Peculiarities of Young Women with Different Types of Codependency**

*In this article we examine the relevant subject of psychological assistance (or support) for young women with codependency issues, i.e. women who are predisposed to codependent relationships, which is a known risk factor for the development of other forms of addiction, and in particular alcoholism, drug addiction, and substance abuse. Based on the analysis of the available research, we have identified the particular qualities of codependency as characteristic for such individuals. Our empirical data identifies and describes the way young women with codependency issues perceive their emotional state. Such perception manifests itself in the ability to verbally express one's feelings and emotions in different settings, as well as in the attitudes and expectations towards romantic love, family and relationships. Our study is the first to identify and describe the aspects of self-awareness young women experience in terms of codependency, with study participants being female future professional social-workers. The identification of these specific traits confirms the need to provide psychological assistance and support to women with codependency issues. The empirical data revealed in this article represents an instrument for the psychological analysis and evaluation of self-consciousness in young women with co-dependency issues.*