

С. Н. ДУБИНИН

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Психологическая зависимость подростков от родителей существует в двух основных формах – собственно зависимости и негативизма. Причиной в обеих ее формах является фрустрирование потребности личности в самоактуализации. Зависимость и независимость, вопреки распространенному пониманию их как биполярных характеристик – явления самостоятельные. Психологическая зависимость в подростковом возрасте отрицательно влияет на развитие личности, характеризует нерешенность задач развития.

Социально-политические и экономические изменения в обществе затрагивают практически все стороны процесса развития личности. Постепенно осознается ценность самого человека, внимание общества переносится на его индивидуальность, инициативность, самостоятельность. Общество выдвигает новые требования к современной личности – способность к самостоятельной постановке жизненных целей, возможность осуществлять личный, свободный выбор, уверенность в себе, независимость. В связи с этим особое внимание психологи и педагоги уделяют подростковому возрасту, который рассматривается как период становления личности, возникновения чувства и образа взрослости, тенденции к самостоятельности. Личностное развитие в этом периоде характеризуется наличием двух разнонаправленных тенденций: стремлением к независимости, обусловленным возрастными задачами развития, с одной стороны, и стремлением к сохранению психологической зависимости от родителей, обеспечивающей ощущение безопасности, защищенности и уверенности, – с другой. Если умеренное проявление зависимости от родителей у подростка является естественным и нормативным, то доминирование зависимых тенденций становится устойчивым личностным образованием и отрицательно влияет на развитие личности. В связи с этим особую значимость приобретает изучение особенностей и причин психологической зависимости от родителей в подростковом возрасте.

**Психологическая зависимость** – особая форма межличностных отношений, в основе

которой лежат сильное стремление к эмоциональной близости, поддержке и защите со стороны значимого лица и сниженная способность к самостоятельному поведению. Неотъемлемые черты этого явления – неуверенность в себе, чувство беспомощности и потребность в опеке, защите, опоре, несамодостаточность и потребность в эмоциональной близости, любви и принятии, тревога по поводу возможного отвержения и одиночества и др. Доказательством сложности феномена психологической зависимости является факт выделения психологами отдельных его компонентов: 1) когнитивного (представление о себе как о слабой, бессильной и неспособной личности на фоне восприятия других сильными и влиятельными); 2) мотивацией нового (выраженная потребность в поддержке и руководстве со стороны других); 3) эмоционального (тенденция испытывать тревогу или страх в ситуациях, требующих независимого поведения, особенно при наличии внешней оценки); 4) поведенческого (поиски помощи, одобрения, успокоения наряду с тенденцией уступать другим в межличностном взаимодействии).

Проблема возникновения и развития зависимости имеет особое значение в психологии. В центре внимания ученых находятся источники, причины, механизмы возникновения и факторы онтогенетического развития психологической зависимости. При этом представители различных психологических школ возникновения зависимости понимают по-разному, однако общей чертой их рассуждений является убежденность в том, что источники зависимости коренятся в области детско-родительских отношений, а именно в общении младенца с матерью, выступающей первым объектом зависимости.

Так, **психоаналитическое понимание** зависимости основано на постулировании биологической предрасположенности ребенка не только к удовлетворению основных физиологических потребностей, но и к контактам с окружающими людьми. Согласно представлениям З.Фрейда, зависимость проявляется уже в первые месяцы жизни, а как устойчивая личностная черта

формируется в результате фиксации ребенка на первой, оральной стадии развития. Э. Фромм в качестве источника зависимости также рассматривает бессознательную, базальную потребность человека в безусловной любви, которая первоначально проявляется еще в младенчестве и удовлетворяется матерью. Это стремление к матери – «одна из наиболее фундаментальных страстей мужчин и женщин, заключающая в себе человеческое желание защиты... жажду уйти от риска ответственности, от свободы, от знания; тоску по безусловной любви, которая предлагается без ожидания любви в ответ». Поэтому человек, по его мнению, постоянно испытывает конфликт между желанием сохранить безопасность зависимости, с одной стороны, и равносильным желанием независимости и свободы – с другой.

В рамках **когнитивного подхода** возникновение зависимости у ребенка рассматривается в контексте достигнутого им уровня когнитивного развития: ребенок начинает проявлять специфическую зависимость с того момента, когда он становится способным различать и узнавать отдельных людей, в первую очередь мать, когда появляется представление о постоянстве объекта, о продолжении его существования вне поля зрения. С усвоением понятия времени ребенок начинает отвечать в форме протеста на признаки предстоящего расставания с матерью, реагировать на ситуации ее ухода и ожидать ее возвращения.

Представители **теорий социального научения** в качестве источников зависимости младенца от матери видят беспомощность ребенка (его объективную неспособность самостоятельно удовлетворять основные физиологические потребности) и действия матери, удовлетворяющие эти потребности и выполняющие функцию положительного подкрепления. Возникновение в представлениях ребенка связи между удовлетворением базовых потребностей и присутствием матери формирует вторичную потребность, связанную с присутствием матери и поисками ее внимания, – потребность в зависимости. При этом важно, что необходимым элементом формирования зависимости служит появление чувства неуверенности у ребенка. Так, непоследовательное поведение родителей, которые на одно и то же действие ребенка могут реагировать и позитивно, и негативно или не реагировать вообще, повышает тревогу ребенка, вызывает чувство

нестабильности и формирует усиленное ожидание следующей реакции, тем самым углубляя его зависимость. Чрезмерно опекающее или авторитарное поведение родителей также является важным источником высокого уровня зависимости у детей, подростков и взрослых. Эмпирические данные показывают, что такой родительский стиль приводит к созданию умственной репрезентации себя как бессильного и неэффективного наряду с репрезентацией других людей (особенно авторитетов) как сильных и могущественных, вызывает страх негативного оценивания и приводит к поведению, нацеленному на поиск помощи, опеки и защиты. Сильная потребность в зависимости может явиться также результатом обилия стрессовых ситуаций, наблюдавшихся во время критического периода для формирования мотивации – в конце первого года жизни – и толкавших ребенка к тому, чтобы быть все время рядом с матерью, создавая потребность в зависимости. Сформированная в раннем детстве зависимость имеет тенденцию к последующему распространению на более широкий круг объектов (помимо родителей она развивается по отношению к воспитателям, учителям, сверстникам). При этом, по мнению большинства специалистов, с возрастом изменяются лишь внешние формы проявления зависимости, сама же природа этих связей остается неизменной. Выделяются различные внешние проявления психологической зависимости: поиск позитивного внимания (получить похвалу, одобрение, благодарность), поиск негативного внимания (привлечение к себе внимания с помощью ссор, неповиновения и других форм оппозиционного поведения), поиск постоянного подтверждения (излишние извинения, требования обещаний, утешения, советов), пребывание поблизости (стремление постоянно находиться рядом с объектом зависимости), прикосновение и удержание (стремление к телесным контактам с объектом).

С возрастом внешнее поведение зависимости усложняется, наиболее примитивные формы ее проявления сменяются более зрелыми. Так, двухлетние дети используют прямые требования любви – «приклеивание», цепляние, прикосновение и плач, тогда как поиски позитивного внимания, одобрения и успокоения – частые взгляды на объект зависимости, улыбки, демонстрация игрушки, разговоры и т.д. – характерны

для выражения зависимости более старших дошкольников.

В пятилетнем возрасте у ребенка изменяется отношение к зависимости, появляется ориентация на независимость. Многие пятилетние дети переживают мотивацию как сильной зависимости, так и независимости, автономии, что выступает причиной внутреннего конфликта. Этот период многие авторы рассматривают как первый этап важного процесса разрушения психологической зависимости от родителей и формирования внутренней автономии; следующий этап приходится на подростковый возраст.

Подростковый возраст – это период возникновения чувства и образа взрослости, тенденции к самостоятельности, избавления от детской зависимости; при этом многие авторы подчеркивают кризисный характер приобретения данных новообразований. Установление подлинной независимости от родителей редко является простой задачей, потому что мотивация и поощрения как независимости, так и продолжающейся зависимости в этом возрасте очень сильны. Неспособность подростков решить конфликт между бессознательным желанием сохранения зависимости, обеспечивающей ощущение защищенности и уверенности, и новыми потребностями и преимуществами, связанными с независимостью, проявляется в сложном, противоречивом поведении.

Подростки представляют зависимость в основном как состояние несвободы. Однако с возрастом эти представления существенно меняются. Для семиклассников зависимость – это прежде всего реальная несвобода, неравноправие, внешнее подчинение, проявляющееся в поведении («зависимость – это когда человек не может пойти, куда захочет», «когда я не могу пойти погулять без разрешения», «когда я должен выполнять все приказания родителей»). Студенты воспринимают зависимость в первую очередь как внутреннюю несвободу, проявляющуюся на уровне эмоциональных переживаний, формирования мнений, взглядов, принятия решений и приводящую в конечном счете к потере собственного Я («зависимость приводит к отказу от собственных принципов», «зависимость – это когда человек перестает быть самим собой», «это когда в голове человека как бы сидит другой человек, влияющий на его мнение», «зависимость – это

когда нет никакой защиты от чужого настроения, которое тут же передается тебе»).

С возрастом представления о зависимости усложняются, становятся более глубокими и разнообразными и характеризуются меньшей категоричностью оценок.

Существенные различия проявляются и в представлениях об объектах зависимости. Подростки говорят в основном о зависимости ребенка от родителей, тогда как подростки юношеского возраста рассматривают зависимость от более широкого круга лиц, не акцентируя внимание на детско-родительских взаимоотношениях.

Таким образом, зависимое поведение занимает существенное место во взаимоотношениях подростков с родителями, несмотря на то, что, на уровне представлений зависимость вызывает у подростков негативную оценку и сопровождается сильными отрицательными переживаниями. Подобная двойственность указывает на подростковый возраст как на период освобождения от детской психологической зависимости.

На основе данных разработанной О. П. Макушиной методики, диагностирующей зависимость, были выделены следующие группы испытуемых:

1) **зависимые**, ответы которых демонстрировали доминирование слепого подчинения взрослому, послушания, ориентацию на соглашательство само по себе, безотносительно к конкретной ситуации;

2) **негативисты**, в ответах которых превалировали протест, упрямство, негативизм, противодействие родителям, выступающие как самоцель, независимо от реальной ситуации;

3) **независимые**, в ответах, которых выражалась преимущественно опора на собственное мнение, желание решить проблему, ориентация на саму ситуацию, а не на имеющуюся установку по отношению к родителям.

Анализ тенденций подростков к зависимости, негативизму, независимости в различных типах ситуаций взаимодействия с родителями выявил, что только в группе зависимых подростков выделенные факторы содержат обратные взаимосвязи. Это свидетельствует о внутренней противоречивости Я явления зависимости. Образ родителя вызывает у зависимого подростка амбивалентное отношение, столкновение разнонаправленных тенденций: с одной стороны,

проявляется доверительность в адрес родителя, который располагает к открытости, выступает в представлении подростка источником помощи, гарантом безопасности, а с другой стороны, родитель воспринимается как довлеющая фигура, дающая указания, советы, распоряжения, приказы. Таким образом, психологическая зависимость подростков от родителей основана на амбивалентности отношения подростков к родителям; последняя проявляется в том, что подросток стремится к близкому, доверительному общению, желает получать от родителей помощь, советы и вместе с тем переживает эту помощь и поддержку как тягостные, обременительные. Переживание психологической зависимости сопровождается сильной эмоциональной напряженностью.

Обнаружены гендерные различия в отношении подростков к обоим родителям. При этом существенные различия между разными группами мальчиков не были выявлены. Однако значимые различия обнаружились между двумя группами девочек – зависимых негативисток: в первой мать вызывает преимущественно зависимые реакции, а отец – независимые, тогда как во второй отец вызывает в основном зависимые реакции, а мать – негативистические. Это свидетельствует о том, что у девочек зависимость сильнее проявляется именно в общении с матерью. Общение с отцом имеет значение для сохранения психологического благополучия. У независимых девочек особенностей во взаимодействии с отцом и матерью не обнаружилось.

Результаты изучения особенностей мотивационно-потребностной сферы подростков с помощью теста Люшера показали, что абсолютное большинство выборки (85% всех испытуемых) характеризуется наличием тех или иных неудовлетворенных потребностей. Видимо, это может быть объяснено возрастными особенностями испытуемых, в частности, тем, что их тринадцатилетний возраст приходится на пик подросткового кризиса. Вместе с тем группы зависимых и негативистов значительно отличаются от группы независимых по тому, какая именно потребность подверглась фрустрации. Если последние переживают неудовлетворенную потребность в покое, мире, отдыхе (44% независимых испытуемых), что напрямую определяется их возрастными особенностями, то и для группы зависимых, и для группы негативистов характерна фрустрация

потребности в самоактуализации (64 и 63% соответственно). Значимые различия между этими группами обнаруживаются в способе компенсации этой потребности. Зависимые подростки прибегают к компенсации типа ухода, смирения, дистанцирования, неучастия (57% зависимых испытуемых), а подростки-негативисты – по типу протеста, упрямства, противодействия (60% негативистов). Таким образом, способы компенсации фрустрированной потребности в самоактуализации этих подростков полностью соответствуют основным характеристикам их поведения в общении с родителями как зависимого и негативистического.

Для независимых подростков не выявлено единой тактики компенсирования неудовлетворенной потребности в спокойствии. Вероятно, им свойственно более гибкое поведение, проявляющееся по-разному в зависимости от конкретной ситуации.

Различия между группами обнаружились и в особенностях Я-концепции личности. Оказалось, что связь зависимости и самооценки опосредствована гендерными различиями. Данные свидетельствуют о том, что зависимые и независимые мальчики обнаруживают достоверные различия в оценивании своих возможностей противодействовать трудностям: у независимых этот показатель выражен значимо выше, чем у зависимых, тогда как девочки значимых различий в самооценке между группами не обнаружили.

Я-концепция зависимых и негативистов отличается от Я-концепции независимых подростков внутренней противоречивостью образа Я, несоответствием когнитивного и эмоционального уровней Я-концепции друг другу, когнитивной нерасчлененностью Я-реального и Я-идеального, ригидностью, жесткостью поведенческих ориентации.

Напротив, образ Я независимых испытуемых отличается гармоничным сочетанием, соответствием когнитивного и эмоционального уровней образа Я друг другу, дифференцированностью, расчлененностью систем Я-реального и Я-идеального, гибкостью поведенческих стратегий, возможностью ориентироваться в своем поведении на ожидания как родителей, так и друзей.

При сравнении образа Я зависимых и негативистов (мальчиков и девочек) обращает на себя внимание следующий факт: структура когнитив-

ного уровня зависимых испытуемых обнаруживает сходство со структурой эмоционального уровня негативистов и, наоборот, эмоциональный уровень первых схож с когнитивным уровнем вторых. Таким образом, качественного своеобразия негативизм по сравнению с зависимостью не имеет: основное различие между зависимыми подростками и негативистами заключается в том, что именно является рациональной стратегией поведения – тогда обратные тенденции становятся содержанием эмоционального уровня.

Обнаружены гендерные различия в содержании образа Я. Зависимые девочки демонстрируют более дифференцированную когнитивную структуру образа Я, чем зависимые мальчики. Выявлена специфика образа Я негативистов: если основное противоречие в образе Я мальчиков заключается в несоответствии рациональной самооценки и эмоционального самоотношения друг к другу (высокая рациональная самооценка связана с негативным эмоциональным самоощущением и, наоборот, эмоциональное удовлетворение собой соответствует негативной рациональной оценке себя), то противоречие в образе Я девочки заключается в том, что негативизм как форма поведения является внутренне чуждым для нее: несмотря на когнитивное оценивание себя в соответствии с эталонами сверстников, условием ее эмоционального благополучия является близость к родительским идеалам.

Гендерные различия в образе Я проявляются также в особенностях восприятия подростками себя в контексте мира окружающих людей. Образ Я у мальчиков и на когнитивном, и на эмоциональном уровнях содержит разделение между родителями, с одной стороны, и друзьями – с другой. Видимо, мироощущение мальчика основано на восприятии мира других людей согласно возрастному признаку и представляет собой разграничение «мира взрослых» и «мира детей». При этом независимые мальчики в различных ситуациях могут причислять себя и к той и к другой категории, тогда как мальчиков двух остальных групп характеризует жесткое отнесение себя только к одной из них (зависимые рационально воспринимают себя детьми, а негативисты в любой ситуации причисляют себя к взрослым). Девочки демонстрируют более сложную внутреннюю картину: наряду с восприятием окружающих людей по возрастному принципу основную

роль у них играет отношение к другим и себе в соответствии с половой принадлежностью; образ Я девочек содержит разделение не только между родителями и друзьями, но и между отцом, с одной стороны, и матерью и друзьями – с другой. Различия между девочками зависимыми и негативистками заключаются в том, что зависимые на когнитивном уровне склонны воспринимать окружающих как «взрослых» или «детей» и причислять себя к последним, а восприятие окружающих как «мужчин» и «женщин» является содержанием эмоционального уровня; негативистки же рационально воспринимают себя и окружающих на основе полового принципа, а восприятие себя как ребенка присутствует только на эмоциональном уровне. И для зависимых девочек, и для негативисток особую роль играют ожидания отца. Особенностью независимых девочек является сходная структура образа Я, основанная на причислении себя к миру «женщин».

Таким образом, психологическая зависимость подростков от родителей – особый психологический феномен, характеризующийся амбивалентностью отношения подростков к родителям: повышенным послушанием, стремлением подростка к близкому, доверительному общению, желанием получать от них помощь, советы, с одной стороны, и тяготением этой зависимостью при резко негативном оценивании зависимости вообще, сильной эмоциональной напряженностью – с другой.

Таким образом, психологическая зависимость существует в двух основных формах – собственно зависимости и негативизма. Зависимость и независимость, как уже отмечалось, – самостоятельные явления. Психологическая независимость характеризуется внутренней автономией, эмоциональным дистанцированием от значимых людей, объектов, самостоятельностью мнений, решений, оценок.

Причиной психологической зависимости подростков от родителей в обеих ее формах является фрустрирование потребности в самоактуализации, что отражается в характеристиках Я-концепции – особенностях ее строения, соотношения когнитивного и эмоционального компонентов, самооценки. Психологическая зависимость оказывает отрицательное влияние на развитие личности и характеризует нерешенность задач развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Божович Л.Н.* Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 1968.
2. *Поливанова Л.И.* Психология возрастных кризисов. М., 2000.
3. *Эльконин Б.Д.* Введение в психологию развития. М.: Тривола, 1996.
4. *Эльконин Б.Д.* К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. М.: Тривола, 1996.

Резюме

Мақалада жасөспірімдердің психологиялық тәуелділіктері туралы жан-жақты баяндалған.

*Институт права Костанайского  
государственного университета  
им. А. Байтурсынова*

*Поступила 10.03.06г.*