

*Любов Помиткіна*  
*доктор психол. наук, професор,*  
*завідувач кафедри авіаційної психології*  
*Національний авіаційний університет*  
*м. Київ (Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ СИМБІОЗ ЯК ПРЕДИКТОР СПІВЗАЛЕЖНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНОГО ВУЗУ**

Явище психологічного симбіозу психологи й педагоги спостерігають давно [1-3]. Як відомо, психологічним симбіозом називають стан взаємостосунків, що виникають між матір'ю і дитиною як емоційно-сміслова єдність, яка слугує відправною точкою подальшого розвитку дитини, її свідомості й особистості. Визначають, що цей зв'язок обумовлений самою природою, і всі живі істоти в різній мірі підлягають цій взаємодії як певному закону розвитку. Інші вчені стверджують, що симбіоз, як один із способів взаємозв'язку можна спостерігати у різних сферах життя, оскільки назва цього феномену пішла від аналогії з біологічним симбіозом[3].

Психологічний симбіоз, тобто емоційно-смісловий зв'язок матері (батьків) з дитиною, вважається нормою й навіть вітається приблизно від народження до підліткового віку. Це період, коли дитині в сім'ї закладаються смисли й цінності, моральні та етичні норми поведінки, правові основи й форми відповідальності. За цей час дитина зростає, навчається усьому, бере приклад з батьків та значущих дорослих, тобто соціалізується. Однак, по мірі дорослішання у підлітка має відбуватися розширення свідомості, соціальна ідентифікація, формування «власного Я», і підліток може віддалятися, дистанціюватися від батьків для того, щоб навчитися самостійно мислити, діяти, приймати рішення, тобто готуватися до дорослого життя й відповідати за власні вчинки [6].

Працюючи зі студентами вже багато років, ми спостерігаємо, що далеко не всі студенти, приходячи на навчання до вищого навчального закладу, є свідомими й самостійними. Приблизно 30-40% студентської молоді не готові до дорослого життя, до організації власної життєдіяльності під час навчання й проживання

в гуртожитках. Спостерігаємо дві крайності: або повна самотність та інфантильність аж до втрати інтересу до життя, або гіпертимна поведінка щодо розваг і втрати контролю над часом, нехтування відповідальністю та навчанням.

Під час індивідуальних консультацій приходимо до висновку, що студенти вирости, але не стали дорослими, і причиною тому є залежність від батьків. Це проявляється у неможливості приймати самостійні рішення, у відсутності власної думки, у виникненні проблем щодо постановки цілей та вибору способів їх досягнення. Молоді люди чекають підказок від батьків, вони до цього звикли. Така невпевненість у собі позначається як на навчанні так і на різних сферах життєдіяльності.

У чому складність таких залежних стосунків? У симбіозі дитина завжди обирає патерни, які вітаються матір'ю. Однак, одні сприяють розвитку й адаптації до життя, а інші – ні. Багато людей у дорослому житті не вміють самостійно обирати, що їм на користь, вони залишаються в стані психологічного симбіозу.

Як відомо майже в усіх людей є потреба в близькості, це нормально і навіть необхідно [6, 7]. Але в співзалежній особі психіка не пройшла стадію розвитку самостійності й автономії, яка відбувається в більш дорослому віці. Тому під час побудови стосунків людина потрапляє тільки в фазу симбіозу. Вона переживає себе як безпорадна дитина, яка не виживе без матері.

Близкість піднімає в ній усі дитячі травми й переживання [2,4].

Тобто, в ситуації співзалежних стосунків, коли, наприклад, молода людина закохується, вона своїм Его регресує в симбіотичний зв'язок. Якщо фаза сепарації, тобто самостійності й автономності, пройдена, то легко можна занурюватися в стадію симбіотичного злиття й легко виходити. У співзалежній ж такої здатності немає, тому вона дуже болісно переживає стосунки.

Отже, психологічний симбіоз трактується вченими як прагнення одного чи обох партнерів до встановлення єдиного емоційно-сислового простору в стосунках, бажання постійно бути поруч, злитися тілесно чи духовно, однаково думати, мислити, відчувати. Однак проблема в тому, що одна із сторін може втратити власну індивідуальність, самобутність, неповторність тощо [2].

Цікаві кореляції отримала під час своїх досліджень серед студентів Національного авіаційного університету Рудик С.А.

Дослідниця вказує, що надмірний, навіть позитивний, інтерес батьків до своєї дитини знижує рівень ситуативної та особистої тривожності і знижує схильність до депресивних станів дитини.

У бесіді з психологом, студенти з особливо високим рівнем тривожності і схильністю до депресивних станів, стверджують, що в їх сім'ях батьки перебувають в позиціях, які можна охарактеризувати як «надмірно контролюючі». Батьки обмежують свободу, контролюють кожен крок, вимагають повної звітності, і, за словами респондентів, порушують особисті кордони, «душать любов'ю» [5]. Отже, такі характерні взаємини можемо віднести до стосунків психологічного симбіозу.

Таким чином, можна констатувати, що психологічний симбіоз може проявлятися не лише в дитячому віці, але, якщо його не коригувати, він може впливати на стани й поведінку у юнацькому віці як у студентів так і в більш пізньому віці.

#### Література

1. Боулбі Д. Створення і руйнування емоційних зв'язків. М.: Академічний проект, 2004. – 477 с.
2. Ємельянова Є. В. Криза в співзалежних відносинах. СПб.: Мова, 2004.- 368 с.
3. Льюїс А. Б. Симбиотические пары у взрослых. Современный психоанализ, Том 9, 1973, Выпуск 2., 2013. – С.230-249. <https://doi.org/10.1080/00107530.1973.10745277>
4. Малкина-Пых И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. – М.: Эксмо, 2010. – 864 с.
5. Рудик С. А. Деструктивні стани особистості як детермінанта психологічного симбіозу в юнацькому віці/ Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: зб. Наук. Праць / за заг.ред. Л.В.Помиткіної. – К.: ТОВ «Альфа-ІПК», 2019. – 278 с.
6. Romanenko, Y.O. Place and role of communication in public policy (2016) Actual Problems of Economics, 176 (2), pp. 25-26.
7. Romanenko, Y.O., Chaplay, I.V. Marketing communication system within public administration mechanisms (2016) Actual Problems of Economics, 178 (4), pp. 69-78.