



обзорная статья

<https://elibrary.ru/byyskj>

Проблема созависимости в современных психологических исследованиях

Стряпухина Юлия Витальевна

Русская христианская гуманитарная академия
имени Ф. М. Достоевского, Россия, Санкт-Петербург
eLibrary Author SPIN: 4465-1584
kurry@yandex.ru

Посохова Светлана Тимофеевна

Санкт-Петербургский государственный университет,
Россия, Санкт-Петербург
Русская христианская гуманитарная академия
имени Ф. М. Достоевского, Россия, Санкт-Петербург
eLibrary Author SPIN: 9016-2796
<https://orcid.org/0000-0001-5172-6774>
Scopus Author ID: 6603141560

Аннотация: В современной социокультурной ситуации созависимость остается важной проблемой не только психологической, но и клинической практики. Понимание сущности созависимости раскрывается в многообразии научных психологических подходов при минимальной системности в определениях. Неслучайно встает вопрос о целесообразности системного рассмотрения данной проблемы и создания интегральной модели, охватывающей различные аспекты ее проявления. Цель обзорного исследования – раскрыть понимание созависимости в современных психологических исследованиях. Для достижения поставленной цели решались задачи определения критериев систематизации психологических исследований по проблеме созависимости. К ним были отнесены смысловое содержание созависимости и ключевой жизненной сферы, которая создает условия для развития созависимости, определяет необходимость ее коррекции и профилактики. Использовался метод научного анализа исследований отечественных и зарубежных авторов. Во внимание принимались теоретико-методологические основы и результаты эмпирических исследований. Всего было проанализировано 94 работы. Для классификации подходов к пониманию проблемы созависимости применялся контент-анализ. Приводится ряд определений созависимости. Их анализ позволил выделить многоплановость смыслового содержания созависимости: как явление культуры, как особенность ценностно-смысловой сферы, как деформация личности и реакция беспомощности, как особое психическое состояние, деструктивные взаимоотношения с зависимым человеком и форма защитно-совладающего поведения. Представлено авторское определение созависимости. Созависимость – это многомерный, полифункциональный и динамичный клинико-психологический феномен, отражающий выраженную ориентацию личности на ценность другого человека и полную идентификацию с ним, влекущую деформацию самоотношения, дефицит целеполагания и последующую непродуктивную (патологическую) адаптацию в трудной жизненной ситуации. Созависимость проявляется на психофизиологическом, эмоциональном, ценностно-смысловом, социальном и поведенческом уровнях жизни человека и требует комплексной клинико-психологической интервенции. К числу основных сфер возникновения и трансформации созависимости отнесена семья. Созависимость как одна из форм социальной общности затрагивает всех членов семьи. Развитие созависимости, как и ее коррекция, сопровождается определенной динамикой внутрисемейных отношений.

Ключевые слова: созависимость, смысловой анализ, деформация личности, самоотношение, ценностный компонент, идентификация с зависимым, патологическая адаптация, семья, внутрисемейные отношения

Цитирование: Стряпухина Ю. В., Посохова С. Т. Проблема созависимости в современных психологических исследованиях. *СибСкрипт*. 2025. Т. 27. № 2. С. 247–266. <https://doi.org/10.21603/sibscript-2025-27-2-247-266>

Поступила в редакцию 29.07.2024. Принята после рецензирования 27.12.2024. Принята в печать 28.12.2024.

review article

Codependency in Psychological Studies

Yulia V. Stryapukhina

Russian Christian Academy for Humanities, Russia, St. Petersburg

eLibrary Author SPIN: 4465-1584

kurry@yandex.ru

Svetlana T. Posokhova

St. Petersburg State University, Russia, St. Petersburg

Russian Christian Academy for Humanities, Russia, St. Petersburg

eLibrary Author SPIN: 9016-2796

<https://orcid.org/0000-0001-5172-6774>

Scopus Author ID: 6603141560

Abstract: Codependency is an important psychological and clinical issue in the current socio-cultural environment. Despite the variety of scientific approaches, its definitions remain unsystematic and inconsistent. Codependency requires a systematic, integral model to cover all aspects of its manifestation. This review of the codependency phenomenon in modern psychology relied on the semantic content of codependency, as well as the key areas of life that set up predispositions for codependency development, correction, and prevention. The review covered 94 theoretical and methodological foreign and domestic research papers. The method of content analysis yielded a set of definitions that highlighted the semantic diversity of codependency as a cultural phenomenon, a value-semantic element, a personality deformation, a reaction of helplessness, a special mental state, a form of protective coping behavior, and destructive relationships with a dependent person. As a result, the authors defined codependency as a multidimensional, multifunctional, and dynamic clinical and psychological phenomenon when the person is so focused on the value of another person that starts to identify with them, which results in deformed self-attitude, poor goal-setting, and pathological adaptation in an adverse life situation. Codependency manifests itself at the psychophysiological, emotional, value-semantic, social, and behavioral levels. It requires a comprehensive clinical and psychological intervention. It emerges in the family as a form of social community and affects all its members. Codependency development and correction correlate with certain changes in intra-family relations.

Keywords: codependency, semantic analysis, personality deformation, self-attitude, value component, identification with a dependent, pathological adaptation, family, intra-family relations

Citation: Stryapukhina Yu. V., Posokhova S. T. Codependency in Psychological Studies. *SibScript*, 2025, 27(2): 247–266. (In Russ.) <https://doi.org/10.21603/sibscript-2025-27-2-247-266>

Received 29 Jul 2024. Accepted after peer review 27 Dec 2024. Accepted for publication 28 Dec 2024.

Введение

В современном мире многие специалисты все чаще сталкиваются с различного рода зависимостями у представителей как подрастающего, так и взрослого населения. Возникающие зависимости могут иметь разную степень развития (от увлечения до полного погружения) и разную природу (нехимические и химические зависимости). Несмотря на то что прикладываются серьезные усилия, направленные на преодоление и профилактику зависимого поведения, с каждым годом проблема причин и последствий зависимости не только не ослабевает, но все больше усложняется. При этом акцент делается на роли той атмосферы и тех взаимоотношений, которые существуют в семьях зависимых лиц. Специалисты закономерно обращаются к исследованию социальных, психологических, психофизиологических особенностей не только лиц, страдающих той или иной зависимостью,

но и их семейного окружения, включая родителей, супругов и близких родственников. Однако часто выясняется, что те, кто проживает рядом с зависимыми людьми, становятся созависимыми и нуждаются в помощи не меньше, а, с точки зрения многих специалистов, даже больше самих зависимых.

Термин *созависимость* появился в зарубежной научной литературе во второй половине XX в. [Fischer, Spann 1991; Gierysk, Willams 1986; Larsen 1985; Mulry 1987; Subby, Friel 1984; Wegscheider-Cruse 1987; Whitfield 1989; Young 1987]. В России специалисты начинают более узко описывать проблематику созависимости с конца 1980-х гг. [Бехтель 1986; Гузиков, Мейроян 1988; Зайцев 2004; Москаленко 2011]. Изначально с помощью термина *созависимость* раскрывались психологические особенности и характерные состояния членов семей, родственников и друзей зависимых лиц.

Сейчас созависимость все больше рассматривается как самостоятельный феномен, который исследуют специалисты различных областей медицины, психологии, социальной работы, педагогики. И если сначала понятие *созависимость* использовали преимущественно для описания феномена, основываясь на клинической практике врачей, психологов, социальных работников, то с 2000-х гг. наблюдается смещение в сторону серьезных эмпирических исследований, которые позволяют конкретизировать сущность и детерминанты созависимости.

В настоящее время сложность и многомерность феномена созависимости стали одной из причин вариаций его определения. Некоторые авторы используют одно или несколько определений, ссылаясь на работы коллег. Тем самым, безусловно, создается проблема целостного, непротиворечивого понимания созависимости. Проблема сохраняется и в том случае, когда предпринимаются попытки обобщить сложившиеся подходы с опорой на различные признаки, определить общность критериев проявления и создать системное представление о созависимости. Примером служит биопсихосоциальный подход [Башманов, Калиниченко 2015], медико-психолого-культуральный анализ [Шаповал 2008], метаиндивидуальный уровень анализа феномена [Запесоцкая 2012], многомерный психосоциальный подход [Vason et al. 2020]. Так, Е. С. Иванова выделяет четыре подхода: медицинский, социальный, психологический и экзистенциальный [Иванова 2021]. В ряде случаев феномен созависимости описывается с позиций основных научных направлений, признанных в психотерапии и психологии: психоаналитического, когнитивно-поведенческого, экзистенциально-гуманистического, формирующегося лингвистического, а также в рамках отдельных психотерапевтических методов: транзактного анализа, системного семейного подхода [Артемцева 2012; Ермаков и др. 2018].

Ценность подобных подходов – в преимущественной ориентации на описание созависимости через дисциплинарное содержание уже сложившихся, проверенных временем научных концепций, на раскрытие широкого спектра социальных и психологических факторов, которые определяют вероятность психологического вмешательства. Ограничения – в признании созависимого человека объектом влияния условий ее возникновения. Ослабевает преобразующая роль самой личности в преодолении и предупреждении созависимости как болезненного состояния, в выборе адаптационной стратегии, защищающей

от компульсивных форм поведения и мнения зависимых людей, в попытке обрести уверенность в себе, в осознании собственной значимости и личного потенциала саморегуляции.

Актуальным становится вопрос о поисках научно-методологических оснований для расширения возможностей и преодоления ограничений в исследовании феномена созависимости, а также для разработки профилактических, коррекционных и обучающих программ. Возникает предположение, что некоторые ограничения могут быть преодолены благодаря анализу смыслового содержания созависимости. Сопоставление разных научных подходов и направлений показывает частое пересечение именно смыслового содержания созависимости. Практический опыт консультирования созависимых лиц подтверждает, что созависимость у каждого конкретного субъекта может приобретать особый смысл, не всегда соответствующий научной парадигме, которой придерживается консультант. Ориентация на смысловое содержание смещает плоскость исследования и оказания психологической помощи в область личностного потенциала саморегуляции и самоотношения созависимого человека как ключевого субъекта созависимости.

Цель обзорного исследования заключается в раскрытии понимания созависимости в современных психологических исследованиях. Задачи:

1. Раскрыть смысловое содержание созависимости, сложившееся в современных психологических исследованиях.
2. Определить ключевую жизненную сферу, которая создает условия для возникновения и необходимости коррекции и профилактики созависимости.

Использовался метод научного анализа исследований отечественных и зарубежных авторов по проблеме созависимости. Во внимание принимались теоретико-методологические основы и результаты эмпирических исследований. Всего было проанализировано 94 работы. Для классификации подходов к пониманию проблемы созависимости применялся контент-анализ.

Результаты

Поставленные задачи определили логику изложения результатов анализа отечественных и зарубежных исследований по проблеме созависимости. В первую очередь остановимся на разработке смыслового содержания созависимости, раскрывающего сущность, границы и критерии понимания этого феномена.

История мировой психологии представляет собой плюралистическую совокупность концепций, сыгравших существенную роль в становлении и развитии научного знания относительно созависимости. Фундамент научной самостоятельности психологии составляют несколько направлений: психоаналитическое, когнитивно-поведенческое, экзистенциально-гуманистическое, формирующееся лингвистическое. В них можно увидеть общую динамику познания психологических феноменов, в том числе и созависимости: от структуры – к функции, от внешних проявлений – к внутренним, от общего – к частному. В дальнейшем одним из приоритетных направлений становится познание личности, ее социальной активности и межличностного взаимодействия в разных жизненных сферах.

В зарубежной психологии можно привести в качестве примера индивидуальную психологию А. Адлера, в которой «вопрос об отношении одного человека к другому, то есть вопрос социальности», является первым жизненно важным вопросом [Адлер 2002: 32]. Многие представители постфрейдизма (например, Э. Эриксон, Э. Фромм, К. Хорни), придерживающиеся психодинамической ориентации, большое значение в формировании личности придавали роли культурных и межличностных факторов.

Для отечественной медицинской психологии базовой теорией личности является теория отношений В. Н. Мясищева. В данном направлении личность рассматривается как система отношений человека к окружающей действительности [Мясищев 1960]. Эти отношения представляют собой сложную иерархичную систему, которая обусловлена особенностями развития, воспитания и самовоспитания и включает в себя как наиболее важные для человека отношения, так и второстепенные. Система отношений динамична и может изменяться вследствие развития личности. Однако доминирующим для личности всегда остается отношение к людям, формирующееся в деятельности и определяющее общественно-историческую обусловленность личности [Мясищев 1998].

Среди форм межличностных отношений эмоциональная привязанность в филогенезе и онтогенезе формируется наиболее рано и наиболее значима в жизни человека и общества. Так, И. А. Шаповал считает, что привязанность имеет «базальный характер, определяющий не просто отдельные акты поведения, индивидуального и массового, но и специфику житейской философии, мышления, этики, наконец, стиля жизни» [Шаповал 2008: 79]. Новорожденный младенец

полностью зависит от своих родителей или других людей, которые за ним ухаживают. По мере взросления и социализации степень этой зависимости в норме становится меньше, и человек продвигается к большей свободе и независимости, формируя здоровые отношения с другими людьми.

Основными задачами индивидуального развития, по В. Н. Мясищеву, являются:

- «выделение себя из окружающего, образование "я" и "не я", расчленение "я" в предметной деятельности;
- формирование избирательных устойчивых реакций на окружающее, которые постепенно поднимаются до уровня сознательных отношений;
- возникновение и развитие инициативности в деятельности как осуществление самостоятельных и перспективных "волевых" действий, преодолевающих непосредственные побуждения и препятствия, сперва во внешней, а потом и во внутренней действительности, и являющихся основой внутренней личностной организации переживаний и поведения» [Мясищев 1960: 73–74].

Любые значимые отношения несут в себе оттенок эмоциональной зависимости, стремления заботиться о близком человеке, приспосабливаться к его интересам, потребностям, установкам. Если этот процесс взаимный, то, согласно концепции Б. Уайнхолда и Дж. Уайнхолд, развиваются отношения взаимозависимости, в которых человек имеет возможность свободно двигаться между соединением и отделением [Уайнхолд, Уайнхолд 2008]. Если же не происходит разделения «я» и «не я», не происходит движения в сторону свободы и взаимозависимости, то в отношениях сохраняется и развивается созависимость.

Анализ теоретико-методологических основ и эмпирических результатов отечественных и зарубежных исследований позволяет выделить сложившуюся в психологии совокупность смыслов созависимости как несформированного (деформированного) самоотношения личности. В них кристаллизуется смысл созависимости в качестве:

- социокультурного явления;
- особенностей ценностно-смысловой сферы личности;
- деформации личности;
- реакции беспомощности на трудную ситуацию;
- особого психического состояния;
- деструктивных взаимоотношений с зависимым человеком;
- формы защитно-совладающего поведения.

Каждый смысловой аспект отражает логику развития, особенности культурного, социального и психологического содержания созависимости как феномена человеческого бытия [Стряпухина, Посохова 2024]. Для построения модели смысловой организации и эмпирического исследования созависимости целесообразно подробнее рассмотреть содержание каждого аспекта.

Созависимость как социокультурное явление

Исходная позиция заключается в том, что в обществе распространена культура созависимости, когда созависимые объектные отношения между людьми считаются нормой [Березин 2010; Короленко, Дмитриева 2001; Минуллина, Михайлова 2018; Полушкина, Алаторцева 2016; Уайнхолд, Уайнхолд 2008; Шаповал 2008]. При этом образы созависимых отношений широко представлены в разных видах искусства: литературе, кинематографе, музыке, театре – и воспринимаются большинством людей как нормальные и даже желательные [Полушкина, Алаторцева 2016].

Созависимость как явление характерно для современной культуры в целом и для семьи как для малой социальной группы в частности [Березин 2010; Загородникова 2012]. Созависимость возникает и развивается в глубине социальной структуры современного общества, создающего условия для сохранения разных видов неравенства путем поддержания модели доминирования. Кроме того, в обществе распространена идея, что ценность человека находится не внутри, а во вне, и всегда обусловлена какими-то действиями, внешними людьми или обстоятельствами. Как пишет об этом Н. Г. Артемцева: «С детства в человека закладываются определенные ограничения, которые мешают реализации его ресурсов и раскрытию всех его потенциальных возможностей» [Артемцева 2012: 210]. В процессе своего развития и социализации человек воспринимает социально-культурные смыслы общения, его язык и особенности, социальный опыт. Далее в процессе интериоризации он преобразует их в собственные ценности, установки, ориентации [Артемцева 2012; Шаповал 2008].

Некоторые авторы в своих исследованиях подтверждают, что родительская созависимость является фактором риска формирования зависимости у детей [Ананьева 2017; Барцалкина 2012; Береза и др. 2016; Осинская, Кравцова 2016]. В свою очередь, дисфункциональность семьи, различного рода стрессовые факторы (зависимость или тяжелая болезнь одного или нескольких членов семьи и т.д.) повышают риск развития созависимости у детей [Москаленко 2011;

Fuller, Warner 2000]. Следовательно, в условиях воспитания в созависимых моделях поведения человек перенимает их и затем воспроизводит в виде определенных семейных сценариев и часто может стать либо зависимым, либо тем, кто будет вступать в отношения с зависимыми людьми. Таким образом, поддержание и развитие созависимости как патологической среды для развития зависимого поведения происходит подобно спирали, усложняясь с каждым новым витком.

Созависимость как особенность ценностно-смысловой сферы личности

Созависимость рассматривается как внутриличностный феномен, суть которого определяется развитием особенностей ценностно-смысловой сферы личности. Согласно В. Н. Мясищеву, «личность наиболее полно раскрывается в том, что для нее наиболее важно, значимо, к чему она наиболее сильно и настойчиво стремится: она наиболее ярко выражается в критические моменты, когда решаются жизненно важные для нее вопросы. Личность проявляется и познается в том, каковы мотивы и цели ее деятельности, определяющие уровень и состояние ее психических процессов» [Мясищев 1960: 71].

Для созависимых характерна «консервация терминальных ценностных универсалий: любовь, здоровье, счастливая семейная жизнь и т.д.» [Посохова, Яцышин 2008: 155], при этом их смысл приобретает свои особенности. Внешне человек перенимает ценности общества и семьи, но не прилагает внутренние усилия для их анализа, осмысления и самосоздания [Легостаева 2021; Шаповал 2008]. Для созависимого главными становятся ценности, установки, интересы и потребности другого человека (или других людей) [Артемцева 2012]. Фактически зависимый становится для созависимого таким же сверхценным «объектом употребления», как объект зависимости для зависимого [Короленко, Дмитриева 2001]. Такое отношение опосредует все жизненные отношения созависимого, в первую очередь самоотношение и отношение к собственной жизни [Посохова, Яцышин 2008]. Высокий уровень созависимости сочетается с низкой экзистенцией в виде неспособности к самодистанцированию, самотрансценденции, свободе, ответственности, персональности, экзистенциальности. Тем самым определяются закрытость человека, недостаток эмоциональности, сфокусированность на себе, склонность к навязчивым мыслям, высокая ситуативная реактивность на внешние раздражители,

инфантильность, беспомощность, трудности в принятии решений. Ослабевает способность нести ответственность за свои потребности и желания, за свою жизнь [Артемцева 2012; Стряпухина 2024]. Снижается уровень наполненности жизни смыслом и жизнестойкости [Гагай, Селезнева 2016].

Созависимость как деформация личности

При интенсификации развития негативного сценария взаимодействия с зависимым у созависимого прогрессируют отдельные личностные дисфункции и деформация формирования личности в целом. Фактически у созависимых существенно затрудняются «выделение себя из окружающего, образование систем "я" и "не я"» [Мясищев 1960: 73], осознание и проявление личностной автономии [Калашнова 2011: 20–21; Марин, Храпкова 2023; Осинская, Кравцова 2016; Уайнхолд, Уайнхолд 2008], формирование «концепции self» [Короленко, Дмитриева 2001]. В дальнейшем это влечет за собой деформацию всех Я-систем вплоть до отказа от своего Я, потери *самости* созависимого [Артемцева 2012; Москаленко 2011]. Наблюдаются «неспособность разрешать противоречия» [Шаповал 2008: 81], несформированность или размытость границ своего Я, отчуждение, неприятие своих собственных чувств, мыслей, желаний, потребностей, устойчивая потребность восполнения и определения своей личности через личность другого человека (или других людей) с полной зависимостью своего настроения и душевного состояния от настроения и душевного состояния другого (других) [Емельянова 2018; Зайцев 2004; Морозова 2009; Kaplan 2023: 677; Lampis et al. 2017].

Гармоничное самоотношение такой личности не может сформироваться или заметно деформируется на определенной стадии развития. Самоотношение, согласно психологической теории отношений В. Н. Мясищева, может быть рассмотрено как активная позиция человека в отношении себя, представляющая «сознательную, избирательную, основанную на опыте психологическую связь его с различными сторонами объективной действительности, выражающуюся в его действиях, реакциях и переживаниях» [Мясищев 1960: 200]. У созависимых самоотношение характеризуется рядом особенностей. Однако «самое главное, отказываясь от своего "Я", невозможно испытывать здоровое чувство любви к себе, которое предполагает адекватное отношение к себе, а также уважение и самопринятие себя как уникальной и целостной личности» [Артемцева 2012: 74].

В системе самоотношения многие авторы, описывая феномен созависимости, выделяют низкую самооценку как фундаментальную характеристику личности созависимых [Башманов, Калиниченко 2015; Битти 1997; Морозова 2009; Москаленко 2011; Wegscheider-Cruse 1987]. Действительно, с повышением уровня созависимости все более рельефно проявляются внутренняя напряженность, погруженность в собственные проблемы. В структуре личности доминируют неудовлетворенность собой, критичность и избирательность по отношению к себе, легкость изменения представлений о себе, неуверенность и сомнение в своих возможностях, трудности в принятии решений, сниженное ожидание возможности помощи и поддержки от других людей, преобладают негативный фон отношения к себе, поиск осуждаемых в себе качеств и свойств, присутствует установка на самообвинение, сопровождающаяся ощущением невозможности удовлетворения своих основных потребностей. Именно таким образом у созависимых людей проявляется самоуничижение, фиксирующее устойчивое негативное отношение к себе [Стряпухина 2024].

Созависимость как реакция беспомощности на трудную ситуацию

В последнее время активно формируется мнение, что созависимость возникает как средство защиты или способ выживания человека в неблагоприятных для него семейных обстоятельствах, как своеобразная закрепившаяся реакция беспомощности на трудную ситуацию, вызванную зависимостью близкого [Шорохова 2002; Aristazábal 2020; Mulry 1987; Young 1987]. Так, И. В. Запесоцкая пишет о снижении «эффективности психического реагирования и взаимодействия с окружающей средой, о повышении ригидности и диссоциативности» близких родственников зависимых [Запесоцкая 2012: 97].

Многие авторы определяют реакцию беспомощности как своеобразное выражение позиции жертвы [Башманов, Калиниченко 2015; Битти 1997; Москаленко 2011] или «виктимную идентичность» [Андронникова 2017: 92]. В ключе беспомощности созависимые отношения рассматриваются через призму драматического треугольника С. Карпмана [Барцалкина 2012: 21–23; Демидова, Сойко 2017: 35; Ермаков и др. 2018; Карпман 2016: 56; Никонорова 2020; Рассохин 2020: 84; Сомкина и др. 2018: 52–53; Шорохова 2002].

Смысл созависимости как реакции беспомощности неоднозначен. В частности, М. G. McGrath и В. A. Oakley

рассматривают созависимость как неспособность терпеть воспринимаемое негативное влияние других людей. Такая оценка предполагает поиски активного преодоления ситуации. Однако высоковероятна дисфункциональная эмпатическая реакция, например в виде оказания нездоровой помощи зависимому человеку. На самом деле такое поведение снижает влияние негативных факторов в конкретных жизненных ситуациях, в конкретный момент времени (здесь и сейчас), позволяет созависимому человеку почувствовать себя лучше, но в долгосрочной перспективе приводит к развитию и углублению дисфункциональной ситуации [McGrath, Oakley 2011]. В таком же ключе рассматривает созависимость и S. M. Burn, проводя границы между здоровой и нездоровой помощью [Burn 2016].

Созависимость как особое психическое состояние

Известно, что созависимость не включена в Международную классификацию болезней десятого пересмотра (МКБ-10) как состояние, которое можно однозначно диагностировать. Несмотря на это, специалисты отмечают закономерность: с повышением уровня созависимости снижается уровень общего благополучия человека, что выражается в доминировании дисфункциональных психоэмоциональных и психофизиологических состояний.

Многие авторы с разной степенью подробно описывают эти состояния. Основные акценты: страх и тревога, гнев и агрессия, вина, стыд, обида, недоверие, затянувшееся отчаяние, отчужденность, негативная эмоциональная (фрустрационная) толерантность [Ананьева 2017; Башманов, Калиниченко 2015; Береза и др. 2016; Бочаров, Шишкова 2016; Делеви 2006; Загородникова 2012; Зайцев 2004; Каяшева, Ефремова 2016; Кротова 2012; Морозова 2009; Москаленко 2011; Нашкенова 2012; Норвуд 2008; Петрова 2016; Стебакова 2022; Family interventions... 2012; Subby, Friel 1984].

С повышением уровня созависимости у человека развиваются симптомы хронического утомления [Стряпухина 2024] и истощения (которое некоторыми авторами рассматривается как признак эмоционального выгорания) [Башманов, Калиниченко 2015; Бочаров и др. 2019]. Могут развиваться психосоматические заболевания и разные виды зависимости [Менделевич, Садыкова 2002; Family interventions... 2012; Knaprek, Kuritárné Szabó 2014], аутоагрессивное и аутодеструктивное поведение [Меринов и др. 2011: 137]. На основании результатов исследования

Ю. А. Перминова отмечает, что у созависимых встречаются как суицидальные типы реакций, так и различные варианты несуйцидальной деструкции: «поражение соматической сферы, нарушения в социальном и профессиональном статусах, рискованные и виктимные формы поведения» [Перминова 2017: 72]. При этом аутоагрессивность созависимых может быть локализована как в одной, так и в нескольких сферах.

Развивающееся состояние созависимости как характеристика целостной психической организации личности затрагивает различные ее уровни и сферы. Выявляются специфические особенности когнитивной сферы: снижение когнитивных функций [Стряпухина 2024], негативное мышление в форме когнитивной ригидности [Петрова 2016], склонность к резким суждениям и навязчивым мыслям [Башманов, Калиниченко 2015; Москаленко 2011], наличие таких иррациональных установок, как катастрофизация, низкая фрустрационная толерантность, долженствование в отношении себя, долженствование в отношении других, самооценка [Купченко 2020: 32].

А. А. Кулик и Е. В. Лавриненко, а также Д. С. Кириллова, опираясь на собственные исследования, отмечают особенности временной перспективы у созависимых. У них остаются сохранными «значимые точки событийного пространства личности», но нарушаются «плавность и стройность временного переживания», в частности, снижаются «хронологическая протяженность временной перспективы, интегрированность событийного пространства прошлого», более выражен «отрицательный вектор событийной направленности» [Кириллова 2019: 46]. «Категории времени [прошлое, настоящее и будущее] разрознены и словно оторваны друг от друга», страдает возможность гибко переключаться между ними, присутствует фрагментарность восприятия. Выявлена «определенная несбалансированность временной ориентации», что, по мнению авторов, будет определять поведение созависимого человека как дисбаланс содержания воспроизведения прошлого опыта, переживаний и желаний настоящего (которые часто компульсивны) и представлений о будущих последствиях [Кулик, Лавриненко 2011: 64].

Созависимость как деструктивные взаимоотношения с зависимым человеком

Серьезные деформации наблюдаются в сфере межличностных взаимоотношений созависимых. Они затрагивают как коммуникативное поведение самого созависимого человека, так и его взаимодействие

с окружающими людьми, включая зависимого члена семьи. На основании исследований можно говорить о снижении мотивации общения [Москаленко 2011; Сtryapukhina 2024; Хемфелт и др. 2007], повышенной чувствительности к критике и негативной оценке своих действий со стороны окружающих [Harr et al. 2023].

Главная тенденция в отношениях созависимых с окружающими людьми, в первую очередь с зависимым близким, – это доминирование внешних ориентиров социальной коммуникации, внешнего локуса контроля, т.е. ориентация на *внешний* мир в целом, на мнения других людей, на их ценности, на то, как *принято* [Короленко, Дмитриева 2001; Москаленко 2011; Сtryapukhina 2024; Хемфелт и др. 2007]. С одной стороны, созависимый позволяет другому человеку оказывать сильное воздействие на себя и свою жизнь, с другой – созависимый сам одержим идеей контроля над другим, стремлением манипулировать другим человеком, т.к. видит в нем источник собственного счастья или, наоборот, неблагополучия [Абрамов и др. 2013; Битти 1997; Манухина 2019; Савина 2008]. Так, Z. Harr с соавторами отмечает, что созависимые люди склонны прилагать усилия исключительно к поддержанию отношений или усилению чувства контроля над другим человеком (или ситуацией в целом), используя это как способ косвенного осуществления власти [Harr et al. 2023].

К. С. Лисецкий и Е. В. Литягина делают акцент на том, что устойчивое отношение к зависимому человеку как к больному, а к себе как к здоровому приводит к чрезмерной опеке зависимого, к ограничению его ответственности [Лисецкий, Литягина 2014: 252]. В результате формируются искаженное отношение к близкому зависимому и деструктивные взаимоотношения с ним. Подобные отношения нередко классифицируются как объектные, поскольку сам созависимый перестает быть субъектом из-за потери способности самостоятельно принимать решения [Шаповал 2008]. Объектом отношений становится объект зависимости [Запесоцкая 2012].

Отмеченные тенденции позволяют рассматривать созависимость как аддикцию отношений [Зайцев 2004; Короленко, Дмитриева 2001; Пузырёва 2012; Wegscheider-Cruse 1987]. В таких отношениях присутствует эмоциональная зависимость одного человека от другого, а свободного пространства для развития личности практически нет, или оно полностью отсутствует [Емельянова 2018: 14–15]. Можно согласиться с Е. А. Савиной в том, что созависимое поведение «сопровождается вмешательством в жизнь алкоголика

или наркомана таким образом, что лишает последнего ответственности за свою жизнь, сглаживает негативные последствия его употребления и тем усиливает развитие его зависимости. Приводит к крайне разрушительным последствиям в жизни алкоголиков, наркоманов и их близких» [Савина 2008: 27].

Созависимость как особая форма защитно-совладающего поведения

Созависимость проявляется не только как индивидуальная внутренняя система межличностных отношений, но и как особая форма внешне проявляемого поведения. Некоторые авторы описывают феномен созависимости как вид непродуктивной адаптации [Винников 2019; Запесоцкая 2012], нарушенной адаптации [Делеви 2006: 11], самоподавляющего поведения [Family interventions... 2012], дисфункционального поведения [Минуллина, Михайлова 2018: 338], как нездоровый способ преодоления жизненных трудностей [Петрова 2016, Wegscheider-Cruse 1987], «деструктивные паттерны поведения аутоагрессивного характера» [Рожнова и др. 2020: 57].

Защитно-совладающее поведение дополняет спектр поведения созависимых, что находит подтверждение в эмпирических исследованиях. В частности, Б. В. Кузьмин и Ю. В. Потапова отмечают, что «люди с высоким уровнем созависимости в трудной ситуации не могут найти ресурс для собственного личностного роста и реагируют на нее с повышенной степенью эмоциональности», что приводит «к снижению эффективности совладающего поведения, особенно в ситуациях, которые требуют от человека рациональных, направленных на проблему активных действий», и формированию выученной беспомощности [Кузьмин, Потапова 2016: 13].

Для созависимых характерно высокое напряжение психологических защит. Они используют все формы психологической защиты от страданий: рационализацию, минимизацию, вытеснение, но больше всего – отрицание. Отрицание – это способность игнорировать, отрицать то, что происходит, избегать своих чувств, предубеждений и действительности, способность не верить своим глазам [Зайцев 2004; Кузнецова 2017; Москаленко 2011; Уайнхолд, Уайнхолд 2008]. Проявляется отрицание в том, что «созависимые не видят своих проблем» [Москаленко 2011: 24]. Именно отрицание помогает созависимому человеку выживать в трудной ситуации взаимоотношений с зависимым близким, продолжая нести на себе бремя ответственности за его жизнь и проблемы

[Уайнхолд, Уайнхолд 2008]. По своей сути отрицание – это тот защитный механизм, который дает человеку возможность пребывать в иллюзиях, продолжать верить в то, что все само собой может однажды измениться, без его активного участия. При этом, как пишет об этом И. Н. Кузнецова, «отрицая свое активное участие в создании деструктивной ситуации, созависимый сам оказывается закрытым для помощи» [Кузнецова 2017: 189]. Неслучайно, что одно из следствий отрицания – появление характерных для созависимых признаков мифологического мышления.

Эмпирические исследования выявляют характерные специфические защитные комплексы, связанные с половой дифференциацией. Отмечаются такие способы защиты и совладания созависимых женщин, как реактивное образование, регрессия, интеллектуализация [Мазурова и др. 2009], дистанцирование, бегство-избегание, конфронтация [Политика 2020; Суворова, Береснева 2020]. Такой комплекс защит говорит о ригидности, приоритете пассивных автоматических неэффективных способов реагирования на ситуацию. В. Е. Купченко отмечает, что с ростом уровня созависимости изменяются и копинг-стратегии созависимых женщин. По результатам исследования оказалось, что для женщин с умеренно выраженной созависимостью характерна копинг-стратегия *поиск социальной поддержки*, а для женщин с резко выраженной созависимостью – *конфронтация и бегство-избегание* [Купченко 2020: 32]. Как отмечают О. В. Суворова и Е. В. Береснева, «использование неэффективных стратегий приводит к сохранению и углублению травмирующей ситуации, которая непрерывно запускает в действие механизмы психологических защит» [Суворова, Береснева 2020: 360].

При практическом решении проблемы созависимости важность имеет не только понимание психологического смысла феномена, но и, конечно, знание тех условий, которые определяют развитие и трансформацию созависимых отношений. Проблема созависимости решается в отечественных и зарубежных научных исследованиях с позиции поиска жизненной сферы, которая формирует проявления созависимости и определяет необходимость ее профилактики. Авторы демонстрируют в этом вопросе большее единство, выделяя семью и семейную систему в виде пространства для формирования и развития созависимости. Одновременно семья – главный объект профилактики этой проблемы. Семья воспринимается исследователями как своеобразная арена, на которой раскрывается многообразный спектр взаимоотношений

созависимых и зависимых субъектов, которая создает условия для погружения в созависимость и инициирует необходимость ее преодоления. При этом сама семья, будучи целостной и многофункциональной структурой, в условиях созависимости одного или нескольких родственников организует свою внутреннюю жизнь и внешние социальные связи по определенным законам, подчиняется определенной динамике.

Неслучайно при развитии зависимости у одного из членов семьи делается акцент на защитно-совладающем поведении в семейной системе. Авторы выделяют разные фазы проявления защитно-совладающего поведения в семье с зависимостью одного из близких (табл.). При этом отсутствует единая система фаз. Так, В. Д. Менделевич, Е. В. Загородникова, С. Hurcom, A. Copello и J. Orford описывают три фазы, W. R. Downs – четыре, Э. Е. Бехтель, В. В. Башманов и О. Ю. Калиниченко – пять, J. Jackson – семь фаз.

Несмотря на отсутствие единства у специалистов относительно количества и содержания фаз защитно-совладающего поведения в семейной системе в трудной жизненной ситуации, вызванной зависимостью члена семьи, некоторые мнения можно систематизировать. Систематизация может строиться на разделении защитно-совладающего поведения на определенные фазы: раннюю, среднюю и заключительную [Башманов, Калиниченко 2015; Бехтель 1986; Бочаров, Шишкова 2016; Загородникова 2013; Менделевич, Садыкова 2002]. Каждая фаза обладает уникальными особенностями, а также особым смыслом для развития и преодоления созависимости.

Ранняя (ранние) фаза характеризуется отрицанием проблем, вовлеченностью в жизнь зависимого, попытками прекратить / контролировать употребление, спасательством, нарастанием негативных чувств и неопределенности, ростом фрустрационной толерантности и изоляции.

Средняя (средние) фаза сопровождается повышением толерантности к развитию зависимости за счет усиления отрицания, нарастанием семейной дисфункции, усилением моделей контроля и спасательства, в том числе за счет привлечения других людей для применения санкций к зависимому.

Заключительная (заключительные) фаза адаптации включает в себя идентификацию зависимости как болезни, изменение целей борьбы в виде необходимости мотивации зависимого на лечение, нарастание чувства бессилия, развитие у созависимых психосоматических и неврологических симптомов и разных видов зависимого поведения. Отношения

с зависимым претерпевают изменения: развивается тенденция к изолированию зависимого или разрыву отношений с ним. Если зависимый проходит лечение и вступает в период ремиссии, возможна реорганизация семьи и принятие решения о степени включения зависимого в семейную структуру.

Анализ подходов к пониманию проблемы созависимости выявил, что ряд авторов [Anderson 1994; Chiauuzzi, Liljegen 1993; Collins 1993; Gierymski, Willams 1986; Harper, Capdevilla 1990; Irwin 1995; Lisansky Gomberg 1989; Uhle 1994] критикуют концепцию созависимости как таковую, предполагая, что понятие *созависимость* может являться своеобразным

ярлыком для людей, столкнувшихся с описанными проблемами, или стигматизировать их с точки зрения как наличия болезненного состояния, так и традиционных социальных ролей. Но результаты исследования I. Васон и соавторов показали, что для созависимых людей концепция созависимости отвечает их потребностям, придает управляемый социально разделяемый смысл их сложному и хаотичному жизненному опыту. Приписывание себе созависимости, вероятно, дает людям возможность объяснить и понять ситуации, происходившие в их жизни в прошлом, а также может служить основой для будущих действий, решений и поведения [Bacon et al.: 2020: 764].

Табл. Защитно-совладающее поведение в семье при развитии зависимости у одного из членов семьи

Tab. Protective and coping behavior in the family with an addict

Автор	Название и содержание фаз защитно-совладающего поведения в семейной системе						
Jackson J. (1954) [по: Бочаров, Шишкова 2016]	Отрицание проблемы	Попытки контролировать ситуацию	Ощущение безнадежности и хаоса	Попытка поддержать стабильное семейное функционирование	Избегание проблем путем развода	Попытка реорганизовать семью без взаимодействия с зависимым	Реорганизация, возвращение зависимого при условии прекращения употребления
Downs W. R. (1982) [по: Бочаров, Шишкова 2016]	Начало кризиса в семье		Дезорганизация	Идентификация болезни	Реорганизация: • решение о степени включения зависимого в семейную систему, • может неоднократно возвращаться к стадии дезорганизации		
	• значимое влияние неопределенности в связи со сменой состояний интоксикации и абстиненции зависимого на уровень семейной организации		• усиление смены ролей, • социальное неблагополучие, • насилие, нарастание проблем, • отказ признать зависимость, • поддержание иллюзии трезвости системы, • контроль употребления – цель семейных взаимодействий	• замещение роли зависимого (гиперфункциональность другого члена семьи), • вытеснение зависимого из семейной системы	• зависимый исполняет свою роль, • новая организация семьи имеет новые признаки	• исключение зависимого из семейного функционирования (развод / создание для зависимого изолированного пространства внутри семьи)	

Автор	Название и содержание фаз защитно-совладающего поведения в семейной системе				
Бехтель Э. Е. (1986)	Смещение представления о норме	Инкапсуляция проблемы	Апелляция к ближайшему окружению и общественности	Формирование представления о зависимости	Признание поражения
	расширение диапазона приемлемых форм поведения	борьба с зависимостью близкого в одиночку	расширение круга лиц, участвующих в санкциях относительно зависимого	- изменение целей борьбы, - попытка привлечь зависимого к лечению	- отказ от борьбы, - распад семьи
Nurcom С., Corello А., Orford J. (2000). Трехфакторная кросс-культурная модель [по: Бочаров, Шишкова 2016]	Стадия вовлеченности		Стадия терпимости	Стадия отказа	
	- вовлеченность в жизнь зависимого, - ассертивное, контролирующее, эмоциональное и поддерживающее поведение, - направленность на борьбу с зависимостью близкого		повышение толерантности к развитию зависимости	- избегание зависимого, - переключение на независимую деятельность, автономию	
Менделевич В. Д., Садыкова Р. Г. (2002)	Ранняя стадия		Средняя стадия	Заключительная стадия	
	- отрицание проблем, - надежда на спонтанное улучшение ситуации, - нарастание негативных чувств (страха, вины), ответственности за поступки зависимого (девиантного) члена семьи, - возникновение и развитие изоляции от общества		- усиление и преобладание негативных чувств, - сохранение тенденции к изоляции и поддержанию «фасада» семьи	- развитие у созависимых психосоматических и неврологических симптомов, разных видов зависимого поведения, - разрыв отношений с зависимым	
Затородникова Е. В. Модель стресс-копинг-здоровья (stress-coping-health model) (2013)	Вовлеченность		Бездействующая толерантность	Отстраненность	
	- объект зависимости близкого, (употребление) «портит настроение» созависимого, - ожидания, что зависимый прекратит употреблять		- созависимый пособничает употреблению, - принимает на себя ответственность за происходящее, - не способен принимать решения, - сохраняется «фасад» семьи, - пустые угрозы	игнорирование зависимого в употреблении, избегание зависимого, забота о себе, интересы других членов семьи выше интересов зависимого	

Автор	Название и содержание фаз защитно-совладающего поведения в семейной системе				
Башманов В. В., Калининченко О. Ю. (2015)	Отрицание / преувеличение	Озабоченность	Адаптация	Истощение	Глубокий кризис и отвержение
	«фасад» семьи, - сравнение, - возможно преувеличение проблем	- контроль (ограничение зависимого в употреблении, убеждение и т.д.), - спасательство, - нарастание негативных чувств (вина, агрессия, бессилие), - рост толерантности к проблеме	- приспособление к деструктивным отношениям, - преобладание негативных чувств, - контроль, - спасательство, - появление и нарастание психосоматических симптомов и симптомов хронического утомления, - взятие на себя ответственности за потребности и жизнь зависимого в целом	нарастание чувства бессилия, потеря смысла дальнейшей жизни с зависимым, развитие депрессивных признаков, изменение отношения к зависимому на пренебрежение	полное отвержение зависимого, развод или попытки избавиться от зависимого

Заключение

В проведенном обзоре отечественных и зарубежных исследований акцент сделан, прежде всего, на раскрытии смыслового содержания и условий формирования созависимости. Тем не менее представленное решение таких довольно ограниченных задач существенно расширяет понимание психологической основы феномена и намечает перспективы теоретических и эмпирических исследований. Анализ разнообразных подходов к пониманию проблемы созависимости, сложившихся в современной психологической науке, позволяет утверждать, что созависимость существует как значимый клинико-психологический и культурный феномен, рассматриваемый с разных научно-методологических позиций. В связи с этим до сих пор отсутствует ее общепринятый, однозначный психологический смысл. Как многомерный феномен созависимость может проявляться на социальном, личностном, поведенческом и психофизиологическом уровнях.

Современному обществу присущи условия и факторы распространения созависимости. В частности, созависимые объектные отношения широко представлены в разных видах искусства и воспринимаются большинством людей как нормальные и даже желательные. Особо чувствительны к негативному воздействию

созависимости семейные системы, внутри которых формируются, трансформируются и преодолеваются проявления созависимости. В семье как малой группе созависимые отношения транслируются детям в виде семейных сценариев. Ребенок, воспитываясь в созависимых моделях поведения, интериоризирует их и затем воспроизводит в своей жизни, становясь или зависимым, или тем, кто вступает в отношения с зависимыми людьми и заботится о них. Как это ни парадоксально, но именно в семье создается все более усложняющаяся патологическая среда для развития зависимого поведения. К тому же у созависимых лиц именно в семье формируется своеобразный ценностный компонент созависимости – сверхценность зависимого, т. е. другого человека, его ценностей, установок, интересов и потребностей. При этом у созависимого снижается экзистенция, ослабевают способность нести ответственность за собственные потребности, желания и жизнь в целом.

При развитии негативного жизненного сценария и взаимодействия с зависимым человеком у созависимого происходит существенная деформация личности в целом или формируются отдельные личностные дисфункции. Среди них – низкая самооценка, трудности в поддержке гармоничного

самоотношения, склонность к самоуничтожению в крайней форме – отказ от своего Я, потеря самости, нарушения Я-концепции и личностной автономии. Неизбежным следствием непринятия себя, внутриличностного конфликта становится искаженное отношение к близкому зависимому, деструктивные взаимоотношения с ним и с окружающими людьми. Главные тенденции таких отношений – объектность и внешний локус контроля. Возникает предположение, что ослабление регуляторных возможностей собственного Я усиливает напряжение психологических защит и облегчает непродуктивное совладающее поведение. Типичными для созависимых становятся реакции беспомощности на трудные жизненные ситуации, вызванные зависимостью близкого, повышение ригидности и диссоциативности, доминировании дисфункциональных эмоциональных и психофизиологических состояний, развитии симптомов хронического утомления и истощения, склонности к резким суждениям и навязчивым мыслям.

Анализ проблемы созависимости с позиции теории отношений В. Н. Мясищева позволяет видеть не только особенности личностной и поведенческой сферы созависимых людей. Возникает обоснованная возможность определить личностные ресурсы сохранения эмоционального комфорта, социального благополучия, здоровья, полноценной самореализации созависимых. Категория личностных ресурсов может быть представлена самоотношением как иерархической, динамической системой смысла и оценки собственного Я личности. Самоотношение представляет собой ключевой элемент в структуре личности, регулирующий содержание и проявления других личностных образований.

Проведенный обзор исследований продемонстрировал широкий спектр психологического анализа проблемы созависимости. Важным с теоретических и практических позиций оказалось, что за всю историю ее изучения сложился ряд подходов к пониманию сущности созависимости и условиям ее развития. Многообразие подходов обусловлено сложностью и неоднородностью проявлений созависимости, многозначностью ее функций и ролевой насыщенностью. Систематизация подходов, существующих в современных отечественных и зарубежных исследованиях, потребовала определения критериев. К числу таких критериев был отнесен психологический смысл созависимости. Конкретизация его содержания в ряде теоретических и эмпирических

исследований определила возможность понимания созависимости как социокультурного феномена, как характеристики ценностно-смысловой сферы, как деформации личности и реакции беспомощности, как специфического психического состояния, как деструктивных межличностных отношений и формы защитно-совладающего поведения.

При этом в наибольшей степени созависимость изучена как форма защитно-совладающего поведения, в наименьшей – как особенность ценностно-смысловой сферы личности. Можно предположить, что поведение созависимых – это внешний регистрируемый уровень созависимости, на котором она, вероятно, проявляется наиболее ярко, принимая различные формы и вызывая интерес исследователей. Внимание к ценностям и смыслам созависимости требует взгляда внутрь проблемы, предполагает необходимость обращаться к внутренним глубинным механизмам ее формирования и развития. Возникшее противоречие состоит в том, что большинство исследователей, занимающихся проблемой созависимости, так или иначе рассматривают один или несколько аспектов ее проявления, формируя одномерную реальность. С нашей точки зрения, проблема созависимости требует системного изучения на всех уровнях ее проявления: у индивида, в семье и культуре.

Теоретическая значимость проведенного обзора исследования заключается в том, что рассмотрение проблемы созависимости на основании предлагаемых смысловых критериев дает возможность охватить различные аспекты ее проявления и определить интегральные характеристики, общие для многих теоретических и исследовательских направлений. Эти же обобщенные характеристики представляют важность для организации коррекционного и профилактического клинко-психологического вмешательства.

Также результаты исследования дают возможность утверждать, что проблема созависимости в отечественных и зарубежных научных исследованиях решается с позиции поиска жизненной сферы, которая формирует проявления созависимости и определяет необходимость ее профилактики. Авторы демонстрируют в этом вопросе большее единство, выделяя семью и семейную систему как поле для формирования и развития созависимости, а также как главный объект профилактики проблемы.

Результаты проведенного теоретического и эмпирического анализа проблемы созависимости позволяют сформулировать определение созависимости.

Созависимость – это многомерный, полифункциональный и динамичный клинико-психологический феномен, отражающий выраженную ориентацию личности на ценность другого человека и полную идентификацию с ним, влекущую деформацию самоотношения, дефицит целеполагания и последующую непродуктивную (патологическую) адаптацию в трудной жизненной ситуации. Созависимость проявляется на психофизиологическом, эмоциональном, ценностно-смысловом, социальном и поведенческом уровнях жизни человека и требует комплексной клинико-психологической интервенции. Проведенный анализ создает основу для перспективного построения гипотетической модели, в которой созависимость может быть представлена как целостный клинико-психологический феномен и которая объединяет содержание, функции и ресурсы личности для коррекционной и профилактической клинико-психологической интервенции.

Конфликт интересов: Авторы заявили об отсутствии потенциальных конфликтов интересов в отношении исследования, авторства и / или публикации данной статьи.

Conflict of interests: The authors declared no potential conflict of interests regarding the research, authorship, and / or publication of this article.

Критерии авторства: Ю. В. Стряпухина – теоретико-методологический анализ литературы по теме исследования, классификация подходов к пониманию проблемы созависимости, подготовка первого варианта статьи. С. Т. Посохова – обобщение и интеграция подходов к определению проблемы созависимости, доработка и редактирование окончательного варианта статьи.

Contribution: Yu. V. Stryapukhina wrote the review, classified scientific approaches to codependency, and drafted the manuscript. S. T. Posokhova generalized and integrated approaches and definitions, as well as revised the final version of the manuscript.

Литература / References

- Абрамов Д. Е., Цветкова Н. А., Цветков А. В. Особенности межличностных отношений у созависимых личностей. *Научное мнение*. 2013. № 5. С. 139–142. [Abramov D. E., Tsvetkova N. A., Tsvetkov A. V. Peculiarities of interpersonal relations among co-dependent personalities. *Nauchnoe mnenie*, 2013, (5): 139–142. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qikigb>
- Адлер А. Очерки по индивидуальной психологии. М.: Когито-центр, 2002. 220 с. [Adler A. *The individual psychology*. Moscow: Kogito-tsentr, 2002, 220. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/raxuch>
- Ананьева Г. А. Семья: химическая зависимость и созависимость. Работа с созависимостью. М.: Класс, 2017. 187 с. [Ananyeva G. A. *Family: chemical dependence and codependency. Working with codependency*. Moscow: Klass, 2017, 187. (In Russ.)]
- Андронникова О. О. Виктимная идентичность личности созависимого типа. *Сибирский педагогический журнал*. 2017. № 2. С. 92–97. [Andronnikova O. O. Victimization identity codependent personality. *Siberian Pedagogical Journal*, 2017, (2): 92–97. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/tptavf>
- Артемцева Н. Г. Феномен созависимости: психологический аспект. М.: МГУДТ, 2012. 222 с. [Artemtseva N. G. *The phenomenon of codependency: Psychological aspect*. Moscow: MSUDT, 2012, 222. (In Russ.)]
- Барцалкина В. В. Родительская созависимость как фактор риска формирования аддикций у детей. *Психологическая наука и образование*. 2012. Т. 17. № 4. С. 18–25. [Bartsalkina V. V. Parental codependency as a risk factor of forming addictions in children. *Psychological Science and Education*, 2012, 17(4): 18–25. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pyrbzh>
- Башманов В. В., Калиниченко О. Ю. Феномен созависимости: медико-психо-социальный аспект. *Вестник новых медицинских технологий*. 2015. № 1. [Bashmanov V. V., Kalinichenko O. Yu. The phenomenon of co-dependency: The medical-psycho-social aspect. *Journal of new medical technologies*, 2015, (1). (In Russ.)] <https://elibrary.ru/tlyoav>
- Бережа Ж. В., Исаева Е. Р., Горбатов С. В., Антипина Д. С. Психологические особенности и семейные эмоциональные коммуникации матерей наркозависимых. *Ученые записки СПбГМУ им. акад. И. П. Павлова*. 2016. Т. 23. № 2. С. 35–38. [Bereza Zh. V., Isaeva E. R., Gorbатов S. V., Antipina D. S. Psychological peculiarities and family emotional communications of the mothers of drug addicts. *The Scientific Notes of Pavlov University*, 2016, 23(2): 35–38. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/xbhkw1>

- Березин С. В. Зависимость. Созависимость. Партнерство. Социально-психологический подход. *Вестник Самарского юридического института*. 2010. № 1. С. 185–188. [Berezin S. V. Dependence. Codependency. Partnership. Socio-psychological approach. *Vestnik Samarskogo iuridicheskogo instituta*, 2010, (1): 185–188. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qbjkhl>
- Бехтель Э. Е. Донозологические формы злоупотребления алкоголем. М.: Медицина, 1986. 272 с. [Behtel E. E. *Prenosological forms of alcohol abuse*. Moscow: Meditsina, 1986, 272. (In Russ.)]
- Битти М. Алкоголик в семье, или Преодоление созависимости: Как перестать контролировать других и начать заботиться о себе. М.: Физкультура и спорт, 1997. 331 с. [Bitti M. *Codependent no more: How to stop controlling others and start caring for yourself*. Moscow: Fizkultura i sport, 1997, 331. (In Russ.)]
- Бочаров В. В., Шишкова А. М. Особенности личностного и семейного функционирования родственников наркозависимых. СПб.: Нестор-История, 2016. 472 с. [Bocharov V. V., Shishkova A. M. *Characteristics of personal and family functioning of drug addicted patient's relatives*. St. Petersburg: Nestor-Istoriia, 2016, 472. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/yvtcia>
- Бочаров В. В., Шишкова А. М., Ипатова К. А. Взаимосвязь клинических и социально-демографических факторов с проявлениями эмоционального выгорания у родственников больных с аддиктивными расстройствами. *Медицинская психология в России*. 2019. Т. 11. № 6. [Bocharov V. V., Shishkova A. M., Ipatova K. A. Interralation of clinical and socio-demographic factors with emotional burnout in addicted patients' relatives. *Meditsinskaya psikhologiya v Rossii*, 2019, 11(6). (In Russ.)] URL: http://medpsy.ru/mprij/archiv_global/2019_6_59/nomer09.pdf (accessed 10 Jun 2024). <https://elibrary.ru/txyart>
- Винников Л. И. Созависимость как психологический феномен. *Достижения науки и образования*. 2019. № 9-1. С. 40–41. [Vinnikov L. I. Codependency as a psychological phenomenon. *Dostizheniya nauki i obrazovaniya*, 2019, (9-1): 40–41. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/zdukyx>
- Гагай В. В., Селезнева Е. И. Внешние и внутренние факторы созависимости женщин из неблагополучных семей. *Вестник Сургутского государственного педагогического университета*. 2016. № 1. С. 65–75. [Gagay V. V., Selezneva E. I. External and internal factors of women co-dependency living in troubled families. *Vestnik Surgutskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, 2016, (1): 65–75. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/wmfgln>
- Гузиков Б. М., Мейроян А. А. Алкоголизм у женщин. Л.: Медицина, 1988. 224 с. [Guzikov B. M., Meyroyan A. A. *Alcoholism in women*. Leningrad: Medistina, 1988, 224. (In Russ.)]
- Делеви В. С. Формирование социально-активного, совладающего поведения у матерей наркозависимых подростков: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2006. 28 с. [Delevi V. S. *Formation of socially active, coping behavior in mothers of drug-addicted adolescents*: Cand. Psychol. Sci. Diss. Abstr. Moscow, 2006, 28. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/njwuvj>
- Демидова Т. А., Сойко В. В. Использование концепции С. Карпмана для исследования созависимых отношений. *Таврический журнал психиатрии*. 2017. Т. 21. № 1. С. 33–37. [Demidova T. A., Soyko V. V. Using S. Karpman's concept for research codependent relationships. *Tavrisheskiy zhurnal psikhiiatrii*, 2017, 21(1): 33–37. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/zwjtyz>
- Емельянова Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования. СПб.: Речь, 2018. 214 с. [Emelyanova E. V. *A crisis in a codependent relationship. Principles and algorithms of consulting*. St. Petersburg: Rech, 2018, 214. (In Russ.)]
- Ермаков П. Н., Кукуляр А. М., Коленова А. С. Ретроспективный анализ феномена «созависимое поведение». *Мир науки*. 2018. Т. 6. № 5. [Ermakov P. N., Kukulyar A. M., Kolenova A. S. Retrospective analysis of the phenomenon of "co-dependent behavior". *World of Science*, 2018, 6 (5). (In Russ.)] URL: <https://mir-nauki.com/PDF/82PDMN518.pdf> (accessed 10 Jun 2024). <https://elibrary.ru/vripas>
- Загородникова Е. В. Особенности взаимодействия в созависимой семье. *Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения*. 2013. № 29. С. 19–24. [Zagorodnikova E. V. Features of interaction in a codependent family. *Psikhologiya i pedagogika: metodika i problemy prakticheskogo primeneniia*, 2013, (29): 19–24. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/rnfjbt>
- Загородникова Е. В. Проблемы в проявлении чувств и созависимое поведение в семье. *Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук*. 2012. № 9. С. 249–254. [Zagorodnikova E. V. Problems in the manifestation

- of feelings and codependent behavior in the family. *Aktualnye problemy gumanitarnykh i estestvennykh nauk*, 2012, (9): 249–254. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/plheij>
- Зайцев С. Н. Созависимость – умение любить: пособие для родных и близких наркомана, алкоголика. Н. Новгород, 2004. 90 с. [Zaytsev S. N. *Codependency as love: A guide for relatives and friends of a drug addict or alcoholic*. Nizhny Novgorod, 2004, 90. (In Russ.)]
- Запесоцкая И. В. Метапсихологический уровень реализации состояния зависимости. *Вестник Московского государственного гуманитарного университета им. М. А. Шолохова. Педагогика и психология*. 2012. № 3. С. 90–98. [Zapesotskaya I. V. Meta-psychological level of implementation of a state of dependence. *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo gumanitarnogo universiteta im. M. A. Sholokhova. Pedagogika i psikhologiya*, 2012, (3): 90–98. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/peskuh>
- Иванова Е. С. Современные подходы к дефиниции феномена «созависимость». *Наука и образование сегодня*. 2021. № 2. С. 112–117. [Ivanova E. S. Modern approaches to the definition of codependency. *Nauka i obrazovanie segodnia*, 2021, (2): 112–117. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/voaviv>
- Калашнова Е. А. Проблема многообразия подходов к причинам возникновения созависимого поведения. *Мир науки, культуры, образования*. 2011. № 4-1. С. 19–21. [Kalashnova E. A. The problem of approaches' variety towards the genesis of codependent behavior. *Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya*, 2011, (4-1). 19–21. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pbeecd>
- Карпман С. Жизнь, свободная от игр. СПб.: Метанойя, 2016. 342 с. [Karpman S. B. *A game free life*. St. Petersburg: Metanoiia, 2016, 342. (In Russ.)]
- Каяшева О. И., Ефремова Д. Н. Субъективный опыт переживания развода созависимыми женщинами. *Вестник Университета Российской академии образования*. 2016. № 1. С. 81–87. [Kayasheva O. I., Efremova D. N. The subjective experience of divorce codependent women. *Vestnik Universiteta Rossiiskoi akademii obrazovaniia*, 2016, (1): 81–87. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/wzquav>
- Кириллова Д. С. Влияние созависимых отношений на особенности временной перспективы при состоянии алкогольной зависимости. *Коллекция гуманитарных исследований*. 2019. № 1. С. 41–49. [Kirillova D. S. Influence of independent relations on the peculiarities of a time perspective under condition of alcohol dependence. *The collection of humanitarian Researches*, 2019, (1): 41–49. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/rusvwj>
- Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В. Психосоциальная аддиктология. Новосибирск: Олсиб, 2001. 251 с. [Korolenko Ts. P., Dmitrieva N. V. *Psychosocial addictology*. Novosibirsk: Olsib, 2001, 251. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/weqayd>
- Кротова Е. В. Феномен со-зависимости и пути его преодоления в супружеских парах. *Вестник Южно-Уральского профессионального института*. 2012. Т. 3. № 9. С. 101–111. [Krotova E. V. Phenomenon of disambiguation and ways overcoming this in married couple. *Vestnik Iuzhno-Uralskogo professionalnogo instituta*, 2012, 3 (9): 101–111. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pjlqgh>
- Кузнецова И. Н. Опыт работы группы взрослых детей алкоголиков (ВДА) по теме «Отрицание». *Вопросы науки и образования*. 2017. № 11. С. 188–192. [Kuznetsova I. N. Experience working with adult children of alcoholics (ACA) on the topic of "Negative". *Voprosy nauki i obrazovaniia*, 2017, (11): 188–192. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/ynprmq>
- Кузьмин Б. В., Потапова Ю. В. Созависимость как предиктор формирования копинг-поведения в юношеском возрасте. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*. 2016. № 1. С. 10–14. [Kuzmin B. V., Potapova Yu. V. Codependency as a predictor of forming coping behaviour in adolescence. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya "Psikhologiya"*, 2016, (1): 10–14. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/wmmtjf>
- Кулик А. А., Лавриненко Е. В. Особенности временной перспективы созависимых лиц. *Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки*. 2011. № 2. С. 55–65. [Kulik A. A., Lavrinenko E. V. Codependents temporal perspective. *Vestnik KRAUNTS. Gumanitarnye nauki*, 2011, (2): 55–65. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/onouyp>
- Купченко В. Е. Особенности иррациональных установок, волевого самоконтроля, совладающего поведения у матерей химических аддиктов с разной выраженностью созависимости. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*. 2020. № 3. С. 26–32. [Kupchenko V. E. Features of irrational settings, willful self-control, compatible behavior at mothers of chemical addicts with different expression of interdependence. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya "Psikhologiya"*, 2020, (3): 26–32. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/gabbji>

- Легостаева М. В. Быть собой. Очерки православной психотерапии. М.: Изд-во Московского Подворья Свято-Троицкой Сергиевой Лавры, 2021. 544 с. [Legostaeva M. V. *Be yourself. Essays on Orthodox psychotherapy*. Moscow: Moscow Compound of the Holy Trinity Lavra of St. Sergius Publ., 2021, 544. (In Russ.)]
- Лисецкий К. С., Литягина Е. В. Наркомания: особенности и взаимосвязь отношения к болезни зависимых и созависимых. *Вестник Самарского государственного университета*. 2014. № 9. С. 251–257. [Lisetsky K. S., Lityagina E. V. Addiction: Peculiarities and interrelation of an attitude to the disease in drug addicted and co-dependents. *Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2014, (9): 251–257. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/tgogqx>
- Мазурова Л. В., Стоянова И. Я., Бохан Н. А. Особенности адаптивно-защитного стиля у женщин с семейной созависимостью и алкогольной зависимостью. *Сибирский психологический журнал*. 2009. № 31. С. 33–35. [Mazurova L. V., Stoyanova I. Ya., Bokhan N. A. Peculiarities of adaptive-defensive style in patients with family co-dependence and alcohol dependence. *Sibirskiy Psikhologicheskij Zhurnal*, 2009, (31): 33–35. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/knhesr>
- Манухина Н. М. Созависимость глазами системного терапевта. М.: Класс, 2019. 215 с. [Manukhina N. M. *Codependency through the eyes of a systemic therapist*. Moscow, 2019, 215. (In Russ.)]
- Марин Е. Б., Храпкова Д. Н. Созависимость в психологической науке. *Вестник Восточно-Сибирской Открытой Академии*. 2023. № 49. [Marin E. B., Khrapkova D. N. Codependency in psychological science. *Vestnik Vostochno-Sibirskoi Otkrytoi Akademii*, 2023, (49). (In Russ.)] URL: <https://s.esrae.ru/vsoa/pdf/2023/49/1399.pdf> (accessed 10 Jun 2024). <https://elibrary.ru/nhdxn>
- Менделевич В. Д., Садыкова Р. Г. Психология зависимой личности, или Подросток в окружении соблазнов. Йошкар-Ола: Марево, 2002. 240 с. [Mendelevich V. D., Sadykova R. G. *The psychology of a dependent personality, or a teenager surrounded by temptations*. Yoshkar-Ola, 2002, 240. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/syvplp>
- Меринев А. В., Шустов Д. И., Федотов И. А. Современные взгляды на феномен созависимого поведения при алкогольной зависимости (обзор литературных данных). *Российский медико-биологический вестник имени академика И. П. Павлова*. 2011. Т. 19. № 3. С. 136–141. [Merinov A. V., Shustov D. I., Fedotov I. A. The modern views on the phenomenon of co-dependent behavior in alcohol addiction (review of literature data). *I. P. Pavlov Russian Medical Biological Herald*, 2011, 19(3): 136–141. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/oykkoh>
- Минуллина А. Ф., Михайлова М. О. Созависимость и дисфункциональное воспитание в неполных семьях. *Проблемы современного педагогического образования*. 2018. № 58-4. С. 335–339. [Minullina A. F., Mihailova M. O. Co-dependence and dysfunctional education in single-parent families. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniia*, 2018, (58-4): 335–339. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/yuzicn>
- Морозова Г. В. Созависимость. Модель феномена и практика психокоррекции. Ульяновск: УлГПУ им. И. Н. Ульянова, 2009. 139 с. [Morozova G. V. *Codependency. The model of the phenomenon and the practice of psychocorrection*. Ulyanovsk: UlSPU named after I. N. Ulyanov, 2009, 139. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qxyrfj>
- Москаленко В. Д. Зависимость – семейная болезнь. 6-е изд., стер. М.: Генезис, 2011. 352 с. [Moskalenko V. D. *Addiction is a seed disease*, 6nd ed. Moscow: Genezis, 2011, 352. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qlypzn>
- Мясищев В. Н. Личность и неврозы. Л.: Ленингр. ун-т, 1960. 426 с. [Myasishchev V. N. *Personality and neuroses*. Leningrad: Leningrad University, 1960, 426. (In Russ.)]
- Мясищев В. Н. Психология отношений: Избранные психологические труды. М.: Ин-т практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1998. 362 с. [Myasishchev V. M. *Psychology of relationships: Selected psychological works*. Moscow: Institute of Practical Psychology; Voronezh: MODEK, 1998, 362. (In Russ.)]
- Нашкенова А. М. Проблема созависимости в наркологической практике и психотерапевтические подходы в ее решении. *Вестник Казахского национального медицинского университета*. 2012. № 4. С. 95–97. [Nashkenova A. M. Problem of co-dependence in drug practices and therapeutic approaches in its decision. *Vestnik Kazakhskogo Natsionalnogo meditsinskogo universiteta*, 2012, (4): 95–97. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/vvxmlp>
- Никонорова Е. Ю. Теоретический анализ феномена созависимости. *StudNet*. 2020. Т. 3. № 5. С. 198–205. [Nikonorova E. Yu. Theoretical analysis of the phenomenon of codependency. *StudNet*, 2020, 3(5): 198–205. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/ddrqpq>
- Норвуд Р. Женщины, которые любят слишком сильно. М.: Добрая кн., 2008. 350 с. [Norwood R. *Women who love too much*. Moscow: Dobraia kn., 2008. 350. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qokxct>

- Осинская С. А., Кравцова Н. А. Системная детерминация созависимости: некоторые подходы к объяснению феномена. *Вестник психиатрии и психологии Чувашии*. 2016. Т. 12. № 1. С. 42–56. [Osinskaya S. A., Kravtsova N. A. Systemic determination of codependence: Some approaches to the phenomenon explanation. *Vestnik psikiatrii i psikhologii Chuvashii*, 2016, 12(1): 42–56. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/vudegf>
- Перминова Ю. А. Саморазрушающее поведение у супругов мужчин, страдающих алкогольной зависимостью. *Здравоохранение Югры: опыт и инновации*. 2017. № 3. С. 70–72. [Perminova Yu. A. Self-destructive behavior in the spouses of men suffering from alcohol dependence. *Zdravookhranenie Yugry: opyt i innovatsii*, 2017, (3): 70–72. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/zqjsid>
- Петрова Н. Н. Проблема созависимости и подходы к ее решению. *Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения*. 2016. Т. 11. № 2. С. 606–612. [Petrova N. N. The problem of codependency and approaches to its solution. *Zdorovie – osnova chelovecheskogo potentsiala: problemy i puti ikh resheniia*, 2016, 11(2): 606–612. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/yikgfb>
- Политика О. И. Профиль созависимой личности в аддиктивных отношениях. *Международный научно-исследовательский журнал*. 2020. № 5-3. С. 207–210. [Politika O. I. Profile of a codependent personality in an addictive relationship. *Mezhdunarodnyi nauchno-issledovatel'skii zhurnal*, 2020, (5-3): 207–210. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/mhitpb>
- Полушкина И. В., Алаторцева Ю. А. Созависимость как образ идеальных отношений для современной молодежи. *Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения*. 2016. № 50-1. С. 99–103. [Polushkina I. V., Alatorseva Yu. A. Codependency as an image of ideal relationships for modern youth. *Psikhologiya i pedagogika: metodika i problemy prakticheskogo primeneniia*, 2016, (50-1): 99–103. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/vxptnd>
- Посохова С. Т., Яцышин С. М. Ценностно-смысловые проявления созависимости матерей при наркотизации детей. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Психология. Социология. Педагогика*. 2008. № 3. С. 149–156. [Posokhova S. T., Yatzishin S. M. Value and semantic displays of co-drug addictive mothers. *Vestnik of Saint Petersburg University. Series 12. Psychology. Sociology. Pedagogy*, 2008, (3): 149–156. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/kvnkqj>
- Пузырёва Л. А. Социально-психологические предпосылки созависимых отношений. *Ярославский педагогический вестник*. 2012. Т. 2. № 3. С. 246–250. [Puzyriova L. A. Social and psychological preconditions of codependent relations. *Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, 2012, 2(3): 246–250. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pytwnl>
- Рассохин Д. А. 4-й угол треугольника Карпмана. *Наука и образование сегодня*. 2020. № 1. С. 84–87. [Rassokhin D. A. The 4th angle of the Karpman triangle. *Nauka i obrazovanie segodnia*, 2020, (1): 84–87. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/klhtkt>
- Рожнова Т. М., Костюк С. В., Малыгин В. Л., Ениколопов С. Н., Николенко В. Н. Психологические и медико-генетические аспекты феномена созависимости. *Неврология, нейропсихиатрия, психосоматика*. 2020. Т. 12. № 5. С. 53–59. [Rozhnova T. M., Kostyuk S. V., Malygin V. L., Enikolopov S. N., Nikolenko V. N. The phenomenon of codependency psychological and medical genetic aspects. *Nevrologiya, Neiropsikhiatriya, Psikhosomatika*, 2020, 12(5): 53–59. (In Russ.)] <https://doi.org/10.14412/2074-2711-2020-5-53-59>
- Савина Е. А. Я люблю его... М.: Адрис, 2008. 352 с. [Savina E. A. *I love him...* Moscow: Adrus, 2008, 352. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qojchv>
- Сомкина О. Ю., Жукова Ю. А., Ефимова А. Д. К вопросу динамики созависимых отношений. *Здравоохранение Югры: опыт и инновации*. 2018. № 1. С. 51–56. [Somkina O. Yu., Zhukova Yu. A., Efimova A. D. Dynamics of codependent relationships. *Zdravookhranenie Yugry: opyt i innovatsii*, 2018, (1): 51–56. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/yvjfdf>
- Стебакова Д. А. Психофизиологические маркеры в диагностике созависимости. *Национальное здоровье*. 2022. № 1. С. 132–135. [Stebakova D. A. Psychophysiological markers in the diagnosis of codependency. *National health*, 2022, (1): 132–135. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/uphleg>
- Стряпухина Ю. В. Компоненты созависимости как мишени клинико-психологической интервенции. *Психическое здоровье в меняющемся мире: Всерос. конгресс с междунар. уч. (Санкт-Петербург, 23–24 мая 2024 г.)* СПб.: НМИЦ ПН им. В. М. Бехтерева, 2024. С. 215–216. [Stryapukhina Yu. V. Components of codependency as a target

- of clinical and psychological intervention. *Mental Health in a changing world: Proc. All-Russian Congress with Intern. Participation*, St. Petersburg, 23–24 May 2024. St. Petersburg: BPRI, 2024, 215–216. (In Russ.)]
- Стряпухина Ю. В., Посохова С. Т. Клинико-психологический подход в работе с созависимыми. *Вестник психотерапии*. 2024. № 89. С. 89–101. [Stryapukhina Yu. V., Posokhova S. T. Clinical and psychological approach to working with codependents. *The Bulletin of Psychotherapy*, 2024, (89): 89–101. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/lnuzmi>
- Суворова О. В., Береснева Е. В. Особенности проявления психологических защит и копинг-стратегий у разных категорий созависимых женщин. *Проблемы современного педагогического образования*. 2020. № 66-4. С. 357–360. [Suvorova O. V., Beresneva E. V. Features of manifestation of psychological protections and coping strategies at different categories of dependent women. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniia*, 2020, (66-4): 357–360. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/dldewt>
- Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости. М.: Класс, 2008. 224 с. [Weinhold B., Weinhold J. *Breaking free of the co-dependency trap*. Moscow: Klass, 2008, 224. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qxtbxx>
- Хемфелт Р., Минирт Ф., Майер П. Выбираем любовь. Борьба с созависимостью. М.: Триада, 2007. 320 с. [Hemfelt R., Minirth F., Meier P. *Love is a choice: The definitive book on letting go of unhealthy relationships*. Moscow: Triada, 2007, 320. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qxrnlj>
- Шаповал И. А. К проблеме культурогенеза созависимости. *Педагогический журнал Башкортостана*. 2008. № 1. С. 76–87. [Shapoval I. A. On the problem of cultural genesis of interdependency. *Pedagogical Journal of Bashkortostan*, 2008, (1): 76–87. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/kubdbt>
- Шорохова О. А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости. СПб.: Речь, 2002. 136 с. [Shorokhova O. A. *Life traps of addiction and codependency*. St. Petersburg: Rech, 2002, 136. (In Russ.)]
- Anderson S. C. A critical analysis of the concept of codependency. *Social Work*, 1994, 39(6): 677–685.
- Aristazábal L. A. Codependency in the relations of couples of imprisoned women. *Social Sciences*, 2020, 9(11). <https://doi.org/10.3390/socsci9110189>
- Bacon I., McKay E., Reynolds F., McIntyre A. The lived experience of codependency: An interpretative phenomenological analysis. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2020, 18: 754–771. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9983-8>
- Burn S. M. *Unhealthy helping: A psychological guide to overcoming codependence, enabling, and other dysfunctional giving*. USA, San Bernardino, CA, 2016, 208.
- Chiauzzi E. J., Liljegren S. Taboo topics in addiction treatment: An empirical review of clinical folklore. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 1993, 10: 303–316. [https://doi.org/10.1016/0740-5472\(93\)90079-h](https://doi.org/10.1016/0740-5472(93)90079-h)
- Collins B. G. Reconstructing codependency using self-in-relation theory: A feminist perspective. *Social Work*, 1993, 38(4): 470–476. <https://doi.org/10.1093/sw/38.4.470>
- Family interventions in substance abuse: Current best practices*, eds. Morgan O. J., Litzke C. H. Routledge, 2012, 240.
- Fischer J. L., Spann L. Measuring codependency. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 1991, 8(1): 87–100. https://doi.org/10.1300/J020V08N01_06
- Fuller J. A., Warner R. M. Family stressors as predictors of codependency. *Genetic, social, and general psychology monographs*, 2000, 126(1): 5–22.
- Gierymski T., Willams T. Codependency. *Journal of Psychoactive Drugs*, 1986, 18(1): 7–13. <https://doi.org/10.1080/02791072.1986.10524474>
- Happ Z., Bodó-Varga Z., Bandi S. A., Kiss E. C., Nagy L., Csókási K. How codependency affects dyadic coping, relationship perception and life satisfaction. *Current Psychology*, 2023, 42: 15688–15695. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02875-9>
- Harper J., Capdevilla C. Codependency: A critique. *Journal of Psychoactive Drugs*, 1990, 22(3): 285–292. <https://doi.org/10.1080/02791072.1990.10472551>
- Irwin H. J. Codependence, narcissism, and childhood trauma. *Journal of Clinical Psychology*, 1995, 51(5): 658–665. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199509\)51:5<658::aid-jclp2270510511>3.0.co;2-n](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199509)51:5<658::aid-jclp2270510511>3.0.co;2-n)
- Kaplan V. Mental health states of housewives: An evaluation in terms of self-perception and codependency. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2023, 21(1): 666–683. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00910-1>

- Knapek E., Kuritárné Szabó I. A kodependencia fogalma, tünetei és a kialakulásában szerepet játszó tényezők [The concept, the symptoms and the etiological factors of codependency]. *Psychiatria Hungarica*, 2014, 29(1): 56–64.
- Lampis J., Cataudella S., Busonera A., Skowron E. A. The role of differentiation of self and dyadic adjustment in predicting codependency. *Contemporary Family Therapy*, 2017, 39: 62–72. <https://doi.org/10.1007/s10591-017-9403-4>
- Larsen E. *Stage II recover: Life beyond addiction*. San Francisco: Harper & Row, 1985, 101.
- Lisansky Gomberg E. S. On terms used and abused: The concept of 'codependency'. *Drugs and Society*, 1989, (3): 113–122. https://doi.org/10.1300/J023v03n03_05
- McGrath M. G., Oakley B. A. Codependency and pathological altruism. *Pathological altruism*, eds. Oakley B., Knafo A., Madhavan G., Wilson D. S. NY: Oxford University Press, 2011, 49–74. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199738571.003.0045>
- Mulry J. T. Codependency: A family addiction. *American Family Physician*, 1987, 35(4): 215–219.
- Subby R., Friel J. *Co-dependency: A paradoxical dependency in co-dependency: An emerging issue*. Pompano Beach, FL: Health communications, 1984, 108.
- Uhle S. M. Contextual variables in the language of social pathology. *Issues in Mental Health Nursing*, 1994, 15(3): 307–317. <https://doi.org/10.3109/01612849409009392>
- Wegscheider-Cruse S. *Choicemaking: For co-dependents, adult children, and spirituality seekers*. Health Communications, 1987, 218.
- Whitfield C. Z. Co-dependence: Our most common addiction – some physical, mental, emotional and spiritual perspectives. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 1989, 6(1): 19–36. https://doi.org/10.1300/J020V06N01_03
- Young E. Co-alcoholism as a disease: Implications for psychotherapy. *Journal of Psychoactive Drugs*, 1987, 19(3): 257–268. <https://doi.org/10.1080/02791072.1987.10472410>