

УДК 159

DOI: 10.12737/2306-1731-2026-15-2-80-85

Психологические особенности созависимости

Psychological Features of Codependency

Получено: 05.04.2026 / Одобрено: 13.04.2026 / Опубликовано: 25.06.2026

Аладына В.В.

Канд. психол. наук, доцент, НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа», г. Москва,
e-mail: 89151479832@mail.ru

Aladyina V.V.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow,
e-mail: 89151479832@mail.ru

Дубровинская Е.И.

Канд. психол. наук, доцент кафедры педагогики и психологии профессионального образования, ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (Первый казачий университет)», г. Москва,
e-mail: deldongo@mail.ru

Dubrovinskaya E.I.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Pedagogy and Psychology of Professional Education, K.G. Razumovsky Moscow State University of Technology and Management (The First Cossack University), Moscow,
e-mail: deldongo@mail.ru

Шмелева С.В.

Д-р мед. наук, профессор кафедры педагогики и психологии профессионального образования, ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (Первый казачий университет)», г. Москва,
e-mail: 89151479832@mail.ru

Shmeleva S.V.

Doctor of Medical Sciences, Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of Professional Education, K.G. Razumovsky Moscow State University of Technology and Management (The First Cossack University), Moscow,
e-mail: 89151479832@mail.ru

Чернышева М.Н.

Канд. психол. наук, доцент, ФГАОУ ВО «Российский национальный исследовательский медицинский университет им. Н.И. Пирогова», г. Москва,
e-mail: deldongo@mail.ru

Chernysheva M.N.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Pirogov Russian National Research Medical University, Moscow,
e-mail: deldongo@mail.ru

Аннотация. Созависимость как сопутствующее нарушение при аддиктивном поведении и как отдельный феномен дисфункциональных отношений становится частым явлением. В межличностном взаимодействии созависимость приводит к размытию личных границ и чрезмерной сосредоточенности на контроле близкого человека. Созависимость влияет не только на качество отношений, но и на личность в целом. В статье описывается проведенное эмпирическое исследование, целью которого являлось выделение психологических личностных черт и акцентуаций созависимых. Исследование проводилось с помощью методик «Шкала созависимости Spann – Фишер», «Шкала диагностики созависимости Уайнхолдов», с помощью которых определяли выраженность созависимости, а также опросников К. Леонгарда – Х. Шмишека и 16-факторного личностного опросника Р. Кеттелла (*16PF*). Сравнительный анализ данных выявил различия групп респондентов. Выявлено, что у лиц с созависимостью наиболее выраженным типом акцентуации являлся тревожный. При этом диагностика по Кеттеллу (*16PF*) также показала выраженность тревожности как черты личности. Другими преобладающими акцентуациями являлись демонстративный, эмоциональный, экзальтированный, возбудимый и застревающий типы, отражающие эмоциональную нестабильность респондентов. Диагностика выраженных черт личности позволила охарактеризовать психологические портреты созависимых/несозависимых. Особенности личности созависимых являлись эмоциональный дисбаланс, повышенная тревожность, подчиняемость другим. Психологический портрет респондента с низкими показателями созависимого поведения включал такие черты как, доминантность, эмоциональная устойчивость

Abstract. Coadaptation as an accompanying disorder in addictive behavior and as a separate phenomenon of dysfunctional relationships is becoming a frequent phenomenon. In interpersonal interaction, coadaptation leads to the blurring of personal boundaries and an excessive focus on controlling a loved one. Coadaptation affects not only the quality of relationships, but also the personality as a whole. The article describes an empirical study aimed at identifying the psychological personality traits and accentuations of codependent individuals. The study was conducted using the Spann–Fisher Co-Dependence Scale, the Weinholds Co-Dependence Diagnostic Scale, which were used to determine the severity of co-dependence, as well as the K. Leonhard–H. Szymieszek Questionnaire and the 16-Factor Personality Questionnaire by R. Cattell (*16PF*). A comparative analysis of the data revealed differences between the groups of respondents. It was found that the most pronounced type of accentuation in individuals with codependency was the anxious type. Additionally, the Kettel (*16PF*) personality test also revealed the presence of anxiety as a personality trait. Other prevalent types of accentuation included the demonstrative, emotive, exalted, excitable, and застревающий types, which reflect the emotional instability of the respondents. The diagnosis of pronounced personality traits allowed for the characterization of the psychological portraits of codependent and non-codependent individuals. The personality traits of codependent individuals included emotional imbalance, increased anxiety, and submissiveness to others. The psychological profile of respondents with low levels of codependent behavior included traits such as dominance, emotional stability, and self-control. Factor analysis of the results revealed significant correlations between codependency and the scales of personality questionnaires. The identified psychological feature

и самоконтроль. Факторный анализ результатов показал значимые корреляции между созависимостью и шкалами личностных опросников. Выявленные психологические особенности могут быть учтены в профилактической работе с созависимыми.

Ключевые слова: созависимость, психологические особенности, акцентуации характера, тревожность, эмоциональная неустойчивость, личностные границы.

Введение. Созависимость является одной из актуальных проблем психологии, влияет на качество межличностного взаимодействия, жизненные стратегии и ценности самого человека [19]. Этот феномен впервые был описан как поведение родственников алкоголиков и наркоманов, выражающееся в субъективной необходимости контроля над жизнедеятельностью зависимого [1]. Пытаясь изменить жизнь другого человека, созависимый забывает про свои интересы, реализуясь через помощь, контроль и заботу о другом [12]. Искаженные созависимостью межличностные отношения не способствовали исцелению от алкоголизма, мешая алкоголику принимать на себя ответственность за свою жизнь и бороться с болезнью [14].

Похожие паттерны во взаимоотношениях были описаны Карен Хорни почти 100 лет назад как невротическая привязанность, «цепляние за других из-за тревоги».

В различных исследованиях созависимость рассматривается как особенность или нарушение поведения (*Larsen E., Mendsenhal W.*), как определенное психическое состояние (*Subby R.*, В.Д. Москаленко), как характеристика искажения взаимоотношений с человеком, имеющим химическую зависимость (*Beattie M., Weinhold B., Wegsheider-Cruse Sh.*, Е.В. Емельянова, А.В. Котляров, Е.А. Назаров) и как трансформация ценностно-смысловой сферы личности (С.М. Яцышин) [4; 15; 16].

Отличительной особенностью созависимости выступает чрезмерная сосредоточенность на потребностях, чувствах и поведении другого человека, в ущерб собственному здоровью [6; 13; 20]. Личностные границы созависимого размываются таким образом, что созависимый теряет свое «Я», переходя к состоянию эмоционального слияния «МЫ». Он буквально чувствует за другого, все стремления и желания связаны с действиями другого, требуя признания и похвалы. Свою самореализацию созависимый видит в заботе и помощи другому, в роли «спасателя», что приводит к дисфункциональности в отношениях [3; 5].

Предиктами данного нарушения могут стать определенные психологические особенности человека [18].

can be taken into account in preventive work with codependent people.

Keywords: codependency, psychological features, character accentuations, anxiety, emotional instability, personal boundaries.

1. *Низкая самооценка.* По мнению многих исследователей (В.Д. Москаленко, Е.М. Раклова) заниженная самооценка является одной из ключевых особенностей созависимого. Отсутствие собственного ощущения самоценности приводит к зависимости от внешних оценок и мнения окружающих и стремлению заслужить любовь через героизм и самопожертвование [11].
2. *Стертые личностные границы.* Чувствуя себя неполноценным без поддержки со стороны окружающих, созависимый стремится к слиянию со значимым близким, не отделяя свои чувства, мысли и потребности от чувств, мыслей и потребностей другого. С.В. Ковалев назвал это «утратой экзистенциальной самостоятельностью». Л.Я. Ясюкова связывает подобное нарушение личностных границ с отсутствием четкого осознания своих потребностей отдельно от потребностей других [9; 17].
3. *Гиперответственность.* По В.Д. Москаленко, стертые границы личности приводят к тому, что созависимый берет на себя ответственность не только за свои, но и за поступки другого человека. Л.Я. Ясюкова отмечает другой полюс этой особенности — отсутствие ответственности за свои успехи и неудачи. Н.Г. Артемцева относит эту проблему к специфическому способу социально-психологической адаптации к социуму [8].
4. *Навязчивое желание контроля.* Гиперответственность за других порождает желание контролировать жизнь другого человека. В.Д. Москаленко описывает это как «попытку контролировать хаос в семье». С.В. Ковалев назвал это попытками управления внешней реальностью другого взамен управления собственной внутренней реальностью. Провал подобных попыток зачастую может привести к депрессии, нервному срыву и психосоматическим нарушениям.
5. *Эмоциональная незрелость.* По мнению В.Д. Москаленко, созависимые часто остаются «психологическими детьми», так как не получили опыта автономного взросления в дисфункциональной родительской семье. Они, как правило, не умеют

заботиться о себе и удовлетворять собственные потребности, ожидая этого от других [7].

6. *Когнитивные искажения.* Созависимые используют такие психологические защиты как отрицание и рационализация, что мешает им воспринимать последствия зависимого поведения, особенно в кризисных ситуациях (Л.Я. Ясюкова, В.Д. Москаленко) [2].

Согласно современным исследованиям созависимость коррелирует с такими личностными особенностями как тревожность, депрессивность и агрессивность со склонностью к аутоагрессии [10].

Методы исследования. В исследовании участвовали мужчины и женщины (средний возраст 36,5), среди которых у 15 человек были выявлены признаки созависимого поведения, а другие 15 респондентов не имели выраженной созависимости.

Методический инструментарий содержал методики, направленные на выявление черт созависимости и на выявление особенностей личности.

Шкалы Спанн — Фишера и Уайнхолда были направлены на диагностику выраженности созависимого поведения у человека.

Личностный опросник Леонгарда — Шмишека использовался с целью диагностики акцентуаций характера, которые связаны с эмоциональной чувствительностью и нарушением механизмов саморегуляции. Методика позволяет выявить акцентуации, которые могут быть предиктами созависимости (тревожный, эмотивный и демонстративный типы).

С помощью опросника Кеттелла (*16PF*) проведена оценка личностных факторов, влияющих на формирование созависимого поведения (уровня тревожности, социальной неуверенности, напряжённости и склонности к страху быть покинутым).

Валидность результатов исследования подтверждалась при помощи U-критерия Манна — Уитни, который использовался как непараметрическая альтернатива t-критерию в связи с отсутствием априорного предположения о нормальности распределения данных. Факторный анализ позволил выявить взаимосвязь между психологическими личностными особенностями испытуемых и созависимостью.

Результаты исследования. На предварительном этапе исследования с помощью шкал Спанн — Фишера и Уайнхолда мы провели оценку выраженности черт созависимости у респондентов, после чего участники были поделены на равнозначные группы по количеству человек. У большинства респондентов группы созависимых уровень выраженности признака достигал высоких значений: 61,2 балла по

шкале Спанн — Фишера и 47,2 по шкале Уайнхолда (среднее значение по группе). У группы респондентов без созависимости, данный параметр держался на средних и низких значениях.

Сформированные группы были протестированы с помощью опросников Леонгарда — Шмишека и *16PF* Кеттелла, для выявления личностных особенностей у лиц с созависимостью.

Результаты оценки выраженности акцентуированных черт личности по опроснику Леонгарда — Шмишека выявили следующее: среди лиц с выраженными признаками созависимости чаще всего встречались тревожный — 73%, эмотивный — 66% и возбудимый типы акцентуации — 27% (рис. 1).

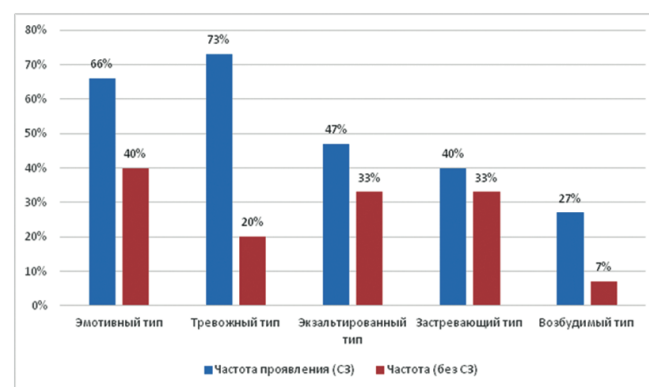


Рис. 1. Частота акцентуаций в группах респондентов (%)

Тревожный тип акцентуации характеризует лиц, которые воспринимают окружающую действительность, как опасную, неопределенную. Они склонны к планированию, преодолевая свои страхи благодаря чрезмерному контролю. Созависимость у таких людей выражается через повышенный контроль над другими, тревогу не только за себя, но и за окружающих.

Эмотивный тип акцентуации проявляется в виде повышенной эмоциональной чувствительности, подверженности настроению. Эти акцентуированные черты, ярко выраженные как у созависимых (66%), так и у людей с низкой выраженностью созависимости (40%). Наиболее высокие показатели у созависимых указывают на эмоциональную нестабильность.

Возбудимый тип акцентуации характеризуется вспыльчивостью, плохим контролем эмоций. В сочетании с созависимостью эта акцентуация может выражаться в агрессии, навязывании своего мнения другому, склонности к конфликтам.

Экзальтированный тип акцентуации проявляется в чрезмерной впечатлительности. В сочетании с созависимостью человек становится более уязвимым к словам и мнению окружающих.

Застревающий тип акцентуации характерен фиксированностью на негативных эмоциях. Человеку сложно отпустить обиду, гнев и чувство вины.

Результаты исследования особенностей выраженности личностных черт у респондентов с помощью опросника Кеттелла *16PF*, показавшие значимые различия по *U*-критерию Манна — Уитни, выявили следующие особенности респондентов (табл. 1).

Таблица 1

Значимые показатели результатов опросника Кеттелла *16PF* (%)

Параметр	Группа с СЗ, %	Группа без СЗ, %
Тревожность	68	23
Подчиняемость	40	13
Самоконтроль	7	54
Доминантность	20	40
Эмоциональная устойчивость	13	46

В группе с признаками созависимости наиболее выраженными личностными чертами оказались тревожность (68%), подчиняемость (40%).

Тревожность (фактор *T*) показывает уровень эмоциональной напряженности и дискомфорта. Человек с высокими баллами по этой шкале склонен к беспокоейству, чувствует неуверенность и легко расстраивается. Выраженность этой личностной черты у созависимого говорит о том, что такой человек будет более остро реагировать на оценку окружающих, будет усиливать желание контролировать эмоции и поведение партнера.

Подчиняемость является противоположным полюсом шкалы независимость-подчиняемость (*F4*). Лица с выраженной чертой подчиняемости склонны идти на поводу у окружающих, ищут одобрение и нуждаются в поддержке. Данные результаты говорят о том, что созависимые чрезмерно опираются на мнение окружающих, игнорируя собственные потребности и желания.

В группе без признаков созависимости, напротив, доминируют черты, характеризующие зрелую саморегуляцию: эмоциональную устойчивость — 46%, самоконтроль — 54% и доминантность — 40%.

Эмоциональная устойчивость (фактор *C*) является важной чертой эмоциональной зрелости и адаптивности. Такие люди трезво смотрят на вещи и сохраняют спокойствие в сложных ситуациях, что менее свойственно лицам с созависимостью.

Доминантность (фактор *E*) свойственна уверенным в себе людям, стремящимся к лидерству. Они прислушиваются к своей интуиции, желаниям и

потребностям, что способствует большей автономности от окружающих.

Высокий самоконтроль (фактор *Q3*) характеризует хорошее осознание личных границ, верность себе и своим ценностям, устойчивость к манипуляциям окружающих.

Факторный анализ корреляций выявил взаимосвязи между созависимостью и шкалами личностных опросников (табл. 2).

Таблица 2

Коэффициенты корреляции между шкалами личностных особенностей и уровнями созависимости

Переменная 1	Переменная 2	Коэффициент корреляции (<i>r</i>)	Направление связи	Сила связи
Фактор тревожности (опросник Кеттелла, <i>Q4</i>)	Созависимость (шкала Спанн — Фишер)	0,72	прямая	высокая
Акцентуация тревожного типа (опросник Шмишека)	Созависимость (шкала Уайнхолд)	0,65	прямая	средняя
Акцентуация демонстративного типа (Шмишек)	Созависимость (шкала Спанн — Фишер)	0,58	прямая	средняя

Анализ взаимосвязей показал: положительную корреляцию между уровнем тревожности и склонностью к созависимому поведению ($r = 0,72$); тревожный тип (0,65) и демонстративный тип (0,58) акцентуаций находятся в прямой корреляционной связи с выраженными показателями созависимости.

Таким образом, респонденты группы с созависимостью демонстрируют преимущественно реактивный, чувствительный тип поведения, ориентированный на внешний отклик и одобрение. Представители группы без созависимости, напротив, более организованы, уверены и автономны в принятии решений.

На основе проведенного исследования были зафиксированы статистически значимые различия между респондентами с признаками созависимости (СЗ) и без таковых.

Различия затронули такие параметры, как тревожность, подчиняемость, самоконтроль, доминантность, эмоциональная устойчивость, а также аспекты акцентуаций тревожного, эмотивного, возбуждаемого типов. Это позволяет описать два качественно отличающихся психологических профиля.

Психологический портрет созависимого характеризуется выраженной эмоциональной уязвимостью. В первую очередь обращает на себя внимание вы-

сокий уровень тревожности как типа акцентуации и личностной черты. Это говорит о внутреннем беспокойстве, ожидание неприятностей со стороны окружающих и вероятном выборе гиперконтроля над значимыми близкими как компенсаторном механизме. Эмотивный тип акцентуации выражается у созависимых в эмоциональной нестабильности/изменчивости и чувствительности к словам и действиям окружающих. Данное качество подтверждается более высокими показателями шкалы «подчиняемость» по опроснику Кеттелла. Эта черта свойственна людям, зависимым от мнения других и склонных действовать согласно ожиданиям другого человека. Возбудимый тип акцентуации часто сочетается с эмотивным, характеризуя вспыльчивую и неуравновешенную личность.

В свою очередь, у респондентов без выраженной созависимости выявлены более высокие показатели эмоциональной устойчивости, доминантности и самоконтроля. Эмотивный и экзальтированный типы акцентуации, также часто встречаемые у респондентов без созависимости, в сочетании с эмоциональной устойчивостью проявляются впечатлительностью и эмпатичностью без саморазрушения и эмоциональных перегрузок. Доминантность и самоконтроль свойственны уверенным в себе людям, которые при принятии решений полагаются в первую очередь на себя, что позволяет им быть более гибкими в проблемных ситуациях. Данные психологические характеристики позволяют таким людям быть более эмоционально зрелыми и независимыми.

Выявленные корреляции (например, $r = 0,72$ между тревожностью и созависимостью) подкре-

пляют предположение о том, что эмоциональная неуверенность и стремление к контролю выступают функциональными компонентами дисфункциональных отношений.

Выводы. Проведенное эмпирическое исследование со сравнительным анализом групп с созависимостью и без показало существующие психологические особенности.

Для лиц с созависимостью характерны сложности с управлением своими эмоциями и поступками. Для таких людей личные границы, как внутренние, так и внешние являются «размытыми». Созависимым трудно отделить собственные чувства и желания от переживаний окружающих, что приводит к подверженности к влиянию извне. В то же время они сами нарушают чужие границы, контролируя жизнь близких, что является для них механизмом компенсации и защиты. Этот способ взаимодействия с окружающими приводит к повышенной тревожности, мнительности, проблемам с контролем негативных эмоций.

Лица с низким уровнем созависимости характеризуются большей автономностью и эмоциональной зрелостью. Они способны заботиться о себе, не нарушая собственные интересы и жизнь окружающих. Это позволяет им строить отношения на более здоровой/равной основе, не контролируя и не «спасая» другого, оставаясь самим собой.

Таким образом, профилактика созависимого поведения может строиться на развитии субъектной позиции, формировании навыков эмоциональной саморегуляции, понимании личностных границ.

Литература

1. Альба Т.В. Психологический анализ понятия «созависимость» [Текст] / Т.В. Альба // Молодой ученый. — 2025. — № 17. — С. 59–61. — URL: <https://moluch.ru/archive/568/124594>
2. Артемцева Н.Г. Взаимосвязь созависимости и иррациональных установок личности [Текст] / Н.Г. Артемцева, Л.А. Луценко // Познание и переживание. — 2024. — Т. 5. — № 3. — С. 29–44.
3. Артемцева Н.Г. Взаимосвязь удовлетворенности жизнью и психологического благополучия при созависимости [Текст] / Н.Г. Артемцева // Человек. Искусство. Вселенная. — 2025. — № 1. — С. 72–81.
4. Бердичевский А.А. Созависимость: проблема определения и измерения [Текст] / А.А. Бердичевский // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 2.
5. Буйносова П.А. Социально-психологические особенности личности созависимых [Текст] / П.А. Буйносова, О.С. Карьмова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 5.
6. Гольцов А.В. Образ физического «Я» как фактор адаптивного ресурса личности инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата [Текст] / А.В. Гольцов, С.В. Шмелева // Человеческий капитал. — 2017. — № 3. — С. 102–103.
7. Дубровинская Е.И. Характеристики эмоциональное интеллекта и эмоционального выгорания у работников экстренных служб [Текст] / Е.И. Дубровинская, С.В. Шмелева, А.И. Рыбакова, Е.В. Аралова // Научные исследования и разработки. Социально-гуманитарные исследования и технологии. — 2025. — Т. 14. — № 2. — С. 50–55. — DOI: 10.12737/2306-1731-2025-14-2-50-55
8. Игнатенко А.П. Психологический анализ созависимого поведения [Текст] / А.П. Игнатенко // Инновационная наука. Психология, Педагогика, Дефектология. — 2022. — Т. 5. — № 3. — С. 18–30.
9. Игнатенко А.П. Неопределенность как формирующий фактор созависимости [Текст] / А.П. Игнатенко, Д.В. Лешанова // Инновационная наука. Психология, Педагогика, Дефектология. — 2023. — Т. 6. — № 3. — С. 23–31.
10. Колёнова А.С. Созависимость у женщин: исследование взаимосвязи между невротическими симптомами, эмоциональной регуляцией и агрессией [Текст] / А.С. Колёнова, А.М. Кукуляр, Е.Г. Денисова // Консультативная психология и психотерапия. — 2025. — № 33(3). — С. 148–170.

11. Москаленко В.Д. Зависимость: семейная болезнь [Текст] / В.Д. Москаленко. — 11-е изд. — М.: Изд-во Института общегуманитарных исследований, 2023. — 352 с.
12. Морева Н.А. Созависимость супругов: психологические детерминанты [Текст] / Н.А. Морева // Инновационная наука. — 2024. — № 11-1-2. — С. 134–138.
13. Никонорова Е.Ю. Теоретический анализ феномена созависимости [Текст] / Е.Ю. Никонорова // StudeNet. — 2020. — № 5. — С. 198–204.
14. Самсонова Е.А. Социально-психологические особенности проявления созависимости в супружеских отношениях [Текст] / Е.А. Самсонова // Шаг в науку. — 2022. — № 3. — С. 93–96.
15. Стряпухина Ю.В. Проблема созависимости в современных психологических исследованиях [Текст] / Ю.В. Стряпухина, С.Т. Посохова // СибСкрипт. — 2025. — Т. 27. — № 2. — С. 247–266.
16. Стряпухина Ю.В. Компоненты созависимости как мишени клинико-психологической интервенции. Психическое здоровье в меняющемся мире [Текст] / Ю.В. Стряпухина: Всерос. конгресс с междунар. уч. (Санкт-Петербург, 23–24 мая 2024 г.). — СПб.: НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева. — 2024. — С. 215–216.
17. Султанова И.В. Особенности личных границ у женщин, находящихся в созависимых отношениях [Текст] / И.В. Султанова, С.В. Сафонова // Гуманитарно-педагогическое образование. — 2020. — Т. 6. — № 1. — С. 111–117.
18. Томчук Н.В. Теоретический анализ проблемы созависимости [Текст] / Н.В. Томчук // Молодой ученый. — 2018. — № 48. — С. 260–262. — URL: <https://moluch.ru/archive/234/54321>
19. Чернеевский А.П. Социально-культурологическая проблема созависимости [Текст] / А.П. Чернеевский // Царско-сельские чтения. — 2024. — Т. 2. — С. 187–191.
20. Bonkalo T.I., Shmeleva S.V., Nazarenko V.V., Karpov V.Yu., Logachev N.V., Kumantsova E.S. Activating model of professional training of persons with disabilities as competitive specialists in higher education establishment // Laplage em Revista. 2021. T. 7. № 3A. S. 235–244.

References

1. Alba T.V. Psikhologicheskij analiz ponyatiya «sozavisimost» // Molodoy uchenyj. 2025. № 17. S. 59–61. URL: <https://moluch.ru/archive/568/124594>
2. Artemtseva N.G., Lutsenko L.A. Vzaimosvyaz sozavisimosti i irratsionalnykh ustanovok lichnosti // Poznanie i perezhivaniya. 2024. T. 5. № 3. S. 29–44.
3. Artemtseva N.G. Vzaimosvyaz udovletvorennosti zhiznyu i psikhologicheskogo blagopoluchiya pri sozavisimosti // Chelovek. Iskustvo. Vselennaya. 2025. № 1. S. 72–81.
4. Berdichevskij A.A. Sozavisimost: problema opredeleniya i izmereniya // Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya. 2024. T. 12. № 2.
5. Bujnosova P.A., Karimova O.S. Sotsialno-psikhologicheskie osobennosti lichnosti sozavisimyykh // Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya. 2023. T. 11. № 5. S.
6. Goltsov A.V., Shmeleva S.V. Obraz fizicheskogo «Ya» kak faktor adaptivnogo resursa lichnosti invalidov s porazheniem oporno-dvigatel'nogo apparata // Chelovecheskij kapital. 2017. № 3. S. 102–103.
7. Dubrovinskaya E.I., Shmeleva S.V., Rybakova A.I., Aralova E.V. Harakteristiki ehmocionalnoe intellekta i ehmtsionalnogo vygoraniya u rabotnikov ehkstreennykh sluzhb // Nauchnye issledovaniya i razrabotki. Sotsialno-gumanitarnye issledovaniya i tekhnologii. 2025. T. 14. № 2. S. 50–55. DOI: 10.12737/2306-1731-2025-14-2-50-55
8. Ignatenko A.P. Psikhologicheskij analiz sozavisimogo povedeniya // Innovatsionnaya nauka. Psikhologiya, Pedagogika, Defektologiya. 2022. T. 5. № 3. S. 18–30.
9. Ignatenko A.P., Leshanova D.V. Neopredelennost kak formiruyushchij faktor sozavisimosti // Innovatsionnaya nauka. Psikhologiya, Pedagogika, Defektologiya. 2023. T. 6. № 3. S. 23–31.
10. Kolyonova A.S., Kukulyar A.M., Denisova E.G. Sozavisimost u zhenshchin: issledovanie vzaimosvyazi mezhdru nevrotycheskimi simptomami, ehmtsionalnoj regulyatsiej i agresiej // Konsultativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. 2025. 33(3). S. 148–170.
11. Moskalenko V.D. Zavisimost: semejnaya bolezni. 11-e izdanie. M: Izd-vo Instituta obshchegumanitarnykh issledovanij, 2023. 352 s.
12. Moreva N.A. Sozavisimost suprugov: psikhologicheskie determinanty // Innovatsionnaya nauka. 2024. № 11-1-2. S. 134–138.
13. Niconorova E.Yu. Teoreticheskij analiz fenomena sozavisimosti // StudeNet. 2020. № 5. S. 198–204.
14. Samsonova E.A. Sotsialno-psikhologicheskie osobennosti proyavleniya sozavisimosti v supruzheskikh otnosheniyakh // Shag v nauku. 2022. № 3. S. 93–96.
15. Stryapukhina Yu.V., Posokhova S.T. Problema sozavisimosti v sovremennykh psikhologicheskikh issledovaniyakh // SibSkript, 2025. T. 27. № 2. S. 247–266.
16. Stryapukhina Yu.V. Komponenty sozavisimosti kak misheni kliniko-psikhologicheskoy interventsii. Psikhicheskoe zdorovje v menyayushchemsya mire: Vseros. kongress s mezhdunar. uch. (Sankt-Peterburg, 23–24 maya 2024 g.) SPb.: NMIC PN im. V.M. Bekhtereva, 2024. S. 215–216.
17. Sultanova I.V., Safonova S.V. Osobennosti lichnykh granits u zhenshchin, nahodyashchihsya v sozavisimyykh otnosheniyakh // Gumanitarno-pedagogicheskoe obrazovanie. 2020. T. 6. № 1. S. 111–117.
18. Tomchuk N.V. Teoreticheskij analiz problemy sozavisimosti // Molodoy uchenyj. 2018. № 48. S. 260–262. URL: <https://moluch.ru/archive/234/54321>
19. Cherneevskij A.P. Sotsialno-kulturologicheskaya problema sozavisimosti // Tsarskoselskie chteniya. 2024. T. 2. S. 187–191.
20. Bonkalo T.I., Shmeleva S.V., Nazarenko V.V., Karpov V.Yu., Logachev N.V., Kumantsova E.S. Activating model of professional training of persons with disabilities as competitive specialists in higher education establishment // Laplage em Revista. 2021. T. 7. № 3A. S. 235–244.