

## К проблеме концептуализации феномена созависимости в психологии

Ершова Регина Вячеславовна<sup>1</sup>, Соколова Анна Викторовна<sup>2</sup>

<sup>1</sup>доктор психологических наук, профессор кафедры психологии,  
Государственный социально-гуманитарный университет. Россия, г. Коломна. E-mail: erchovareg@mail.ru  
<sup>2</sup>аспирант факультета общей психологии, психологии личности, истории психологии,  
Государственный социально-гуманитарный университет. Россия, г. Коломна; клинический психолог.  
Россия, г. Волгоград. E-mail: anutanuta2016@yandex.ru

**Аннотация.** В статье представлена теоретическая концепция феномена созависимости, разработанная на основании изученных работ отечественных и зарубежных авторов с позиции биопсихосоциального подхода. В теоретическом обзоре рассмотрено 58 публикаций, в которых «созависимость» определяется как модель поведения, состояние, болезнь, личностная характеристика, стратегия совладания, форма взаимоотношений, организация жизни. Проведенный обзор позволил сделать следующие выводы: проблема концептуализации термина является актуальной, ввиду отсутствия консенсуса в отношении приемлемого определения феномена; созависимость практически не рассматривается психологами с позиций биопсихосоциального подхода, как системный конструкт. Опора на биопсихосоциальную модель изучения созависимости важна с прикладной точки зрения: целостная и всесторонняя оценка позволяет учитывать вклад биологических, психологических и социальных факторов, влияющих на изменение психологического состояния созависимости, что дает возможность более глубокой диагностики и, как следствие, точного определения «мишеней» и целей терапии, способов и глубины интервенции, прогноза результатов терапевтического воздействия и устойчивости ремиссии.

Проведенный анализ позволил выявить основные признаки феномена созависимости, наиболее часто выделяемые отечественными и зарубежными авторами на протяжении полувека. На основании полученных данных предлагается авторское определение «созависимости», как особого поведения, формирующегося и проявляющегося в дисфункциональных семейных взаимоотношениях (в виде эмоционального и физического насилия, ориентации на потребности другого, пренебрежения к собственным потребностям, зависимости от одобрения, угождения) и характеризующегося специфическими особенностями на всех уровнях психической организации человека: психофизическом, индивидуально-психологическом (эмоционально-волевые, мотивационно-потребностные, когнитивные, характеристики), социально-психологическом и поведенческом.

**Ключевые слова:** созависимость, созависимое поведение, созависимая личность, биопсихосоциальный подход.

**Введение.** Психологи, психотерапевты, медицинские и социальные работники в рамках профессиональной практики все чаще сталкиваются с феноменом созависимости. Созависимые отношения оказывают негативное влияние на здоровье, качество жизни, эффективное функционирование человека, поскольку созависимый испытывает затруднения в распознавании своих потребностей, их удовлетворении, самореализации и самовыражении [6].

Впервые о созависимости заговорили в 30-е гг. прошлого столетия в рамках сообществ жен-алкоголиков Ал-Анон, демонстрировавших схожие поведенческие паттерны поведения даже тогда, когда их мужья находились в периоде трезвости, именно такое поведение часто являлось причиной срывов выздоравливающих мужей. Изучая созависимые отношения в семьях алкоголиков, J. Greenleaf использовал термины «соалкоголик» (партнер, который оказывает определенное влияние на употребление алкоголя) и «параалкоголик» (ребенок, который моделирует поведение родителей-алкоголиков) [35].

T. L. Сегмак говорит о созависимости как нарушении личности, которое основывается на невнимании к своим собственным нуждам, необходимости контроля ситуации во избежание неблагоприятных последствий, слиянии всех интересов с дисфункциональным лицом, а также нарушении границ в области интимных и духовных взаимоотношений [27]. E. Young под созависимостью понимает прогрессирующее и ухудшающееся заболевание, проявляющееся в нарушении адаптации и проблемах в поведении, которые связаны с совместным проживанием

с человеком, большим алкоголизмом [58]. И. Я. Стоянова, Л. В. Мазурова также говорят о созависимости как о нарушении психического здоровья и личностного развития, сформированного в результате длительной подверженности стрессу, а также полной концентрации на проблемах зависимого члена семьи [17]. Г. В. Старшембаум утверждает, что созависимость приводит к психопатизации личности, сходной с изменением личности химически зависимого [22]. J. Bradshaw называет созависимость «синдромом заброшенности», «потерей внутренней реальности и зависимости от внешней реальности» [25]. Б. Э. Мур, Б. Д. Файн под зависимостью понимают стремление полагаться на кого-то или что-то в целях получения удовлетворения или адаптации [19]. J. Friel, L. D. Friel определяют созависимость как дисфункциональный жизненный паттерн, происходящий как из семьи, так и из культуры и приводящий к задержке развития идентичности, поскольку созависимые люди чрезмерно реагируют на внешние события, игнорируя при этом внутренние сигналы и чувства [38]. С точки зрения J. Small, созависимые люди – это личности, которые организуют свою жизнь – принятие решений, восприятия, ценности, убеждения – вокруг кого-то другого [52]. По определению М. Битти, созависимый – это человек, который позволил, чтобы поведение другого человека повлияло на него, и полностью поглощен тем, что контролирует действия этого человека [3]. Е. В. Емельянова, Н. Д. Линде обозначая созависимость как эмоциональную зависимость, утрату личной автономии по эмоциональным причинам, делают акцент на эмоциональной составляющей [5; 14].

Анализируя проблемное поле созависимости, Н. Shaffer определяет его состояние как «концептуальный хаос» [51]. Е. J. Chiazzi, S. Liljegren, L. Frank, K. Bland, T. Gierymski, T. Williams, E. L. Gomberg также отмечают неоднозначность исследований созависимости, в которых чаще всего лишь предлагаются рекомендации для будущих направлений изучения [28; 33; 34; 37]. Е. L. Gomberg говорит о том, что термин «созависимость» был настолько радикально расширен, что с его помощью можно охарактеризовать поведение каждого человека [34]. Его мнение разделяет J. Naaken, утверждающий, что определение созависимости стало настолько обобщенным, что характеризует «любого, кто часто расстроен или у кого есть эмоциональные трудности, которые проявляются в межличностных отношениях» [40]. По словам L. Mannion, эта ситуация привела к снижению эмпирической и клинической полезности исследований созависимости [45]. Сложившееся противоречие между многочисленными исследованиями феномена созависимости и отсутствием единого взгляда на его природу и структуру определило проблематику актуального исследования.

**Данная работа направлена** на уточнение понятия «созависимость» с позиции биопсихосоциального подхода.

**Методы исследования.** Исследование проводилось с использованием метода теоретического анализа отечественной и зарубежной литературы. Всего было проанализировано 58 источников, посвященных проблемам созависимости и опубликованных за период с 1984 по 2021 гг. Критерием отбора работ для теоретического анализа было наличие в них ключевых слов «созависимость», «созависимое поведение», «модель созависимости», «факторы созависимости», «эмоциональная зависимость» и наличие доступа к полному тексту публикации в базе знаний Google Scholar.

**Представления о созависимости в психологии.** Отечественными и зарубежными исследователями созависимость определяется как специфическое состояние, модель поведения, личностная патология, дисфункциональная форма отношений.

**Созависимость как состояние.** В 1989 г. на первой американской конференции по созависимости было предложено рассматривать созависимость как болезнь: «Созависимость – это устойчивое состояние болезненной зависимости от компульсивных (то есть ставших неуправляемыми) форм поведения и от мнения других людей, формирующееся при попытках человека обрести уверенность в себе, осознать собственную значимость, определить себя как личность» [17, с. 18]. Эту точку зрения разделяют другие авторы. По мнению Sh. Wegscheider-Cruse, созависимость является специфическим патологическим состоянием, проявляющимся в сильной озабоченности и поглощенности, а также крайней зависимости (эмоциональной, социальной, а иногда и физической) от другого человека [57]. В. Д. Москаленко отмечая, что поскольку созависимость – это психологическое состояние членов семьи больного, не имеющее единой, всеобъемлющей дефиниции, предлагает сфокусироваться на описании феноменологии этого состояния, определяя созависимого как того, «кто полностью поглощен тем, чтобы управлять поведением другого человека, и совершенно не заботится об удовлетворении своих собственных жизненно важных потребностей» [18, с. 35]. О. А. Шорохова

определяет созависимость как болезненное состояние, которое в значительной мере является результатом адаптации к семейной проблеме. Вначале это средство защиты или способ выживания данного человека в неблагоприятных для него семейных обстоятельствах, своеобразная закрепившаяся реакция на стресс наркомании или алкоголизма близкого человека, которая со временем становится образом жизни [24]. D. Lawson описывает созависимость как чрезвычайно сложное эмоциональное состояние, при котором созависимый индивид не может самостоятельно принимать решения и нуждается в постоянной эмоциональной поддержке [43]. К. Маццола говорит о созависимости как о состоянии, в котором фокус внимания человека находится вовне, и он ищет собственную ценность и ее подтверждение у окружающих, вместо того чтобы опираться на внутренние ориентиры [17]. Г. А. Ананьева определяет ее как специфическое состояние, которое характеризуется сильной поглощенностью и озабоченностью, а также крайней зависимостью (эмоциональной, социальной, а иногда и физической) от человека или предмета [1]. Перечисленные теории приоритетно рассматривают созависимость как следствие психологических (эмоциональных, когнитивных, личностных) искажений в развитии человека.

Иной взгляд на природу созависимости представлен в исследованиях, выполненных в рамках поведенческого подхода.

**Созависимость как поведенческий паттерн.** В целом ряде исследований созависимость рассматривается как специфический поведенческий паттерн. Например, Э. Ларсен утверждает, что созависимость является набором привычек и моделей поведения, которые мешают в интимных отношениях с другими [16]. С. Н. Зайцев отмечает, что на уровне поведения созависимость проявляется как контроль и забота. Заботясь о другом и контролируя другого, созависимый чувствует себя нужным, востребованным, значимым. Не представляя границ своей личности, он позволяет себе бесцеремонно вмешиваться в жизнь другого человека [6]. Б. Уайнхолд и Д. Уайнхолд определяют созависимость как приобретенное дисфункциональное поведение, возникающее вследствие незавершенности решения одной или более задач развития личности в раннем детстве [23]. В. Oakley говорит о созависимости как о крайне дисфункциональном поведении в отношении со значимым человеком [47]. Т. Dayton отмечает, что созависимость относится к совокупности моделей поведения, предназначенных для того, чтобы приспособиться к кому-то другому, она проявляется в межличностном слиянии, в размытых границах и тревоге [30]. Р. V. Roehling, N. Koelbel, С. Rutgers продолжая идею о созависимости как адаптационном поведении предлагают рассматривать ее как относительно здоровую форму преодоления трудностей, стратегию преодоления, которую люди используют, сталкиваясь с экзогенными стрессорами [49]. Э. У. Смит вводит в научный оборот термин «взаимозависимые», которые, по словам автора, не выбирают дисфункциональные отношения, а просто воспринимают их естественными. Через семейные правила, системы догм и модели поведения взаимозависимость переходит на последующие поколения, даже когда химическая зависимость не наследуется [21]. Его взгляды разделяет А. В. Котляров [11]. S. Smalley, E. Coleman уточняют, что взаимозависимость – это не первичное заболевание, а скорее набор усвоенных моделей поведения, установок и эмоциональных паттернов, которые часто проявляются в других аддиктивных поведениях [53].

**Созависимость как модель отношений.** Взгляд на созависимость как социально-психологический феномен, формирующийся и проявляющийся в системе взаимоотношений, также достаточно распространен в современных исследованиях.

Н. J. Irwin отмечает, что термин «созависимость» широко употребляется для описания дисфункционального стиля отношений [41]. По мнению Е. В. Змановской, под созависимостью понимаются такие взаимоотношения между зависимым членом семьи и родственниками (чаще – родителями), которые вызывают выраженные травматические изменения в психологическом состоянии последних. Она проявляется как негативные изменения в личности и поведении родственников вследствие зависимого поведения кого-либо из членов семьи [7]. Р. O'Brien, М. Gaborit отмечают, что созависимость это модель взаимоотношений, при которых два человека удовлетворяют потребности друг друга дисфункциональными способами [46]. J. L. Fischer уточняет, что в таких взаимоотношениях проявляется крайняя сосредоточенность вне себя, отсутствие выражения чувств и личного смысла [36]. А. Т. Carson, R. С. Baker, рассматривая созависимость как один из видов трудностей в межличностных отношениях, делают акцент на факторах ее формирования, связанных с наличием жестокого обращения в

детстве, особенно в эмоциональной сфере [26]. S. Lindstrom утверждает, что термин «созависимость» широко описывает любые отношения, которые формируются вокруг дисфункции тогда, когда один партнер нездорово озабочен потребностями другого, вместо своих собственных [44]. L. G. Jantz, T. Clinton смотрят на созависимость как на односторонние отношения, в которых люди ищут зависимую личность, потому что им нужен кто-то, кто поддерживал бы их образ жизни. Авторы отмечают, что зависимые и созависимые отношения изначально дисфункциональны и направлены на саморазрушения. Последствиями зависимости от отношений могут быть алкоголизм, злоупотребление наркотиками, игромания или другие деструктивные формы поведения [39]. С точки зрения Ц. П. Короленко, взаимоотношения в созависимых семьях выстраиваются таким образом, что аддикт не несет ответственности за свои действия. Все последствия своих поступков зависимый рассматривает с позиции причастности других людей. Автор считает созависимость аддикцией отношений [9]. С. В. Березин, К. С. Лисицкий, Е. А. Назаров говорят о созависимости как об особом типе внутрисемейных отношений, существенно влияющих на динамику наркомании [4].

**Биопсихосоциальный подход в изучении феномена созависимости.** В 1977 г. G. Engel представил биопсихосоциальную модель (БПСМ), основанную на теории систем и иерархической организации организмов [31]. Базовым положением БПСМ является рассмотрение психических феноменов как результата взаимодействия трех глобальных факторов – биологического, психологического и социального [8]. В пользу данного подхода к рассмотрению созависимости свидетельствует тот факт, что чаще всего о ней говорят как о форме зависимого поведения, а зависимости любой природы наиболее плодотворно изучаются именно на основе биопсихосоциальной модели [5; 10; 11]. По мнению В. И. Литвиненко, «в ряде работ изучается взаимосвязь различных факторов созависимости: биологических, психологических и социокультурных. Все эти факторы участвуют в генезе психических нарушений, таким образом, изучение феномена созависимости приобретает междисциплинарный характер» [15, с. 52], этот взгляд разделяет и Г. А. Ананьева, отмечающая, что созависимость приводит к нарушениям на всех уровнях: физическом, эмоциональном, поведенческом, социальном и духовном [1].

Сложная природа созависимости, признается J. J. Sowle, согласно его представлениям, созависимость – это модель мышления, чувств и поведения. [54]. Наиболее комплексно к рассмотрению феномена «созависимость» подошли R. Subby, J. Friel. Авторы определяют созависимость как дисфункциональный образ жизни и решения проблем, который поддерживается набором правил в рамках семейной системы, как эмоциональное, психологическое и поведенческое состояние, возникающее в результате того, что человек длительное время подвергался воздействию угнетающих правил – правил, которые препятствовали открытому выражению чувств, а также открытому обсуждению личностных и межличностных проблем [55].

Биологическими детерминантами созависимости, согласно исследованиям некоторых авторов, могут выступать свойства нервной системы. К примеру, S. Juni, S. R. Semel доказали, что зависимость связана с межличностной чувствительностью как у детей, так и у взрослых [42]. Н. J. Gotham, K. J. Cher обнаружили, что созависимость тесно коррелирует с уровнем экстравертированности и негативной эффективностью [32].

В качестве психологических компонентов созависимости выделяют различные индивидуально-психологические характеристики личности: эмоциональные (Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева, Д. Ларсен), когнитивные (К. Маццола, Н. Г. Артемцева, Р. Поттер-Эфон), регулятивные (Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева), ценностно-смысловые (Б. Э. Мура, Б. Д. Фаина) [2; 9; 13; 17; 20].

M. Wells, C. Glickauf-Hughes, K. Bruss обнаружили, что созависимость в значительной степени связана с саморазрушительными и пограничными личностными характеристиками [56]. J. Friel, L. D. Friel определяют созависимость как дисфункциональный жизненный паттерн, приводящий к задержке развития идентичности [38].

Социально-психологическими характеристиками созависимой личности чаще всего выступают нарушенная коммуникация (M. Crothers, L. W. Warren, N. D. Reyome, K. S. Ward, F. M. Parker, D. Faulk, S. G. LoBello), детский опыт родительского контроля и насилия, в сочетании с низким уровнем заботы и запущенностью [29; 48; 49].

**Обсуждение результатов.** Проведенный анализ позволил систематизировать современные подходы к пониманию созависимости (см. табл. 1).

Таблица 1

**Категоризация понятия созависимость в психологии**

| Природа созависимости   | Отечественные авторы   | Зарубежные авторы  |
|---|--|--|
| Поведенческий паттерн<br>Поведенческая ригидность, контроль, забота; нарушение личностных границ, пренебрежение собственными потребностями, угодничество  | С. Н. Зайцев   | Б. Уайнхолд и Дж. Уайнхолд<br>Э. Ларсен<br>T. Dayton<br>J. J. Sowle<br>B. Oakley<br>У. Смит<br>S. Smalley, E. Coleman          |
| Состояние<br>Состояние, в котором: фокус внимания человека находится вовне; поиск собственной ценности и ее подтверждение у окружающих, вместо того чтобы опираться на внутренние ориентиры; сильная поглощенность и озабоченность другим | В. Д. Москаленко<br>О. А. Шорохова<br>Г. А. Ананьева                                     | R. Subby;<br>К. Маццола<br>Sh. Wegscheider-Cruse<br>D. Lawson  |
| Нарушения личностного развития, проявляющиеся на различных уровнях системной организации психики  | Е. Б. Иванова<br>И. Я. Стоянова<br>Л. В. Мазурова<br>Г. А. Ананьева<br>Г. В. Старшембаум | Э. Ларсен<br>D. Lawson<br>T. L. Cermak<br>J. Friel, L. D. Friel<br>E. Young  |
| Форма взаимоотношений удовлетворение потребностей друг друга дисфункциональными способами, крайняя сосредоточенность вне себя, отсутствие выражения чувств  | С. В. Березин<br>К. С. Лисицкий<br>Е. А. Назаров<br>Е. В. Змановская<br>Ц. П. Короленко  | S. Lindstrom<br>L. G. Jantz, T. Clinton<br>P. O'Brien, M. Gaborit<br>J. L. Fischer<br>H. J. Irwin<br>A. T. Carson, R. C. Baker |

Как следует из таблицы, в научной литературе феномен «созависимости» определяется как поведение, состояние, нарушение взаимоотношений, личностная патология. Несмотря на попытки комплексного рассмотрения изучаемого феномена, в работах не предложено определение, позволяющее рассмотреть данное образование на всех уровнях психической организации человека (и поведенческом, и эмоциональном, и ценностно-смысловом, и мотивационно-потребностном). Очевидно, что изучение созависимости как комплексного феномена позволит сделать более точный вывод в пользу наличия или отсутствия данного образования, от чего, с практической точки зрения, напрямую зависит вопрос целесообразности проведения интервенции или иного коррекционного вмешательства.

Опора на биопсихосоциальную модель изучения созависимости важна с прикладной точки зрения: целостная и всесторонняя оценка позволяет учитывать вклад биологических, психологических и социальных факторов, влияющих на изменение психологического состояния пациента, что дает возможность более глубокой диагностики, более точного определения «мишеней» и целей терапии; способов и глубины интервенции, прогноза результатов терапевтического воздействия и устойчивости ремиссии.

Обобщая собранные в рамках анализа данные, можно предположить, что с опорой на биопсихосоциальный подход созависимость можно рассматривать как системное психическое образование, формирующееся и проявляющееся в дисфункциональных семейных взаимоотношениях (в виде эмоционального и физического насилия, в ориентации на потребностях другого, пренебрежении к собственным потребностям, зависимости от одобрения, угодничестве) и характеризующееся специфическими особенностями на всех уровнях психической организации человека: психофизическом, индивидуально-психологическом (эмоционально-волевые, мотивационно-потребностные, когнитивные, характеристики), социально-психологическом и поведенческом (см. рис. 1).

Проведенный теоретический анализ позволяет сделать следующие выводы.

В настоящее время в психологии отсутствует единый взгляд на понимание природы «созависимости», которая рассматривается как дисфункциональное поведение, состояние, форма отношений, личностная патология, стратегия преодоления стресса, способ организации жизни и прочее.



Рис. 1. Биопсихосоциальная модель созависимости

Современный подход к изучению феномена созависимости, как и других аддикций, должен ориентироваться на многомерную, комплексную биопсихосоциальную модель.

С опорой на биопсихосоциальный подход созависимость можно рассматривать как системное психическое образование, формирующееся и проявляющееся в дисфункциональных семейных взаимоотношениях (в виде эмоционального и физического насилия, в ориентации на потребности другого, пренебрежении к собственным потребностям, зависимости от одобрения, угодничестве) и характеризующееся специфическими особенностями на всех уровнях психической организации человека: психофизическом, индивидуально-психологическом (эмоционально-волевые, мотивационно-потребностные, когнитивные, характеристики), социально-психологическом и поведенческом.

### Список литературы

1. Ананьева Г. А. Семья: химическая зависимость и созависимость. Работа с созависимостью. М. : Независимая фирма Класс, 2003. 187 с.
2. Артемцева Н. Г. Феномен созависимости: психологический аспект. М. : РИО МГУДТ, 2012. 222 с.
3. Битти М. Спасать или спастись? Как избавиться от желания постоянно опекать. М. : Эксмо, 2015.
4. Березин С. В., Лисецкий К. С., Назаров Е. А. Психология наркотической зависимости и созависимости : монография. М. : МПА, 2001.
5. Емельянова Е. В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования. СПб. : Речь, 2014.
6. Зайцев С. Н. Созависимость: умение любить. Серия: Зеркало. Нижний Новгород, 2004. 90 с.
7. Змановская Е. В. Девиантология : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. Изд. 2-е, испр. М. : Академия, 2004. 288 с.
8. Караева Т. А., Коцюбинский А. П. Холистическая диагностика пограничных психических расстройств. СПб. : СпецЛит, 2018.
9. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В., Загоруйко Е. Н. Идентичность в норме и патологии. Новосибирск : Изд-во НГПУ, 2000. 256 с.
10. Короленко Ц. П., Донских Т. А. Семь путей к катастрофе: Деструктивное поведение в современном мире. Новосибирск : Наука, Сиб. отделение, 1990.
11. Котляров А. В. Другие наркотики, или Homo Addictus: Человек зависимый. Изд-во Института Психотерапии, 2006. 480 с.
12. Ларсен Э. Вторая стадия отношений. Любовь после преодоления зависимости. М., 2003.
13. Ларсен Д. Созависимость для чайников. СПб. : Диалектика, 2020. 448 с.

14. Линде Н. Д. Коррекция эмоциональной зависимости с помощью метода эмоционально-образной терапии // Вопросы психологии. 2007. № 5. С. 170–179.
15. Литвиненко В. И. Парадоксы алкоголизма. Полтава : АСМИ, 2003. 144 с.
16. 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. 33–36.
17. Маццола К. Созависимость: рабочая тетрадь. Простые упражнения для обретения и поддержания собственной независимости / пер. с англ. А. Н. Шляховой. Киев : Диалектика, 2021.
18. Москаленко В. Д. Созависимость: характеристики и практика преодоления : лекции по наркологии. Изд. 2-е, перераб. и расш. / под ред. чл.-кор. РАМН проф. Н. Н. Иванца. М. : Нолидж, 2000.
19. Мур Э., Файн Б. Психоаналитические термины и понятия : словарь. М. : Независимая фирма Класс, 2000.
20. Поттер-Эфрон Р. Стыд, вина и алкоголизм. М. : Институт общегуманитарных исследований, 2002. 416 с.
21. Смит Э. У. Внуки алкоголиков: Пробл. взаимозависимости в семье : кн. для учителя / пер. с англ. Ю. И. Киреева. М. : Просвещение, 1991.
22. Старшенбаум Г. В. Независимость. Как избавиться от психологической или химической зависимости. М. : АСТ, 2018.
23. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости / пер. с английского А. Г. Чеславской. М. : Независимая фирма Класс, 2002.
24. Шорохова О. А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости. СПб. : Речь, 2002. 134 с.
25. Bradshaw J. Homecoming: reclaiming and healing your inner child. 1992.
26. Carson A. T., Baker R. C. Psychological correlates of codependency in women // International Journal of the Addictions. 1994. No. 29. Pp. 395–407.
27. Cermak T. L. Diagnosing and treating codependence. Minneapolis : Johnson Institute Books, 1987.
28. Chiazzi E. J., Liljegren S. Taboo topics in addiction treatment: An empirical review of clinical folklore // Journal of Substance Abuse Treatment. 1993. No. 10. Pp. 303–316.
29. Crothers M., Warren L. W. Parental prerequisites for adult codependency // Journal of Clinical Psychology. 1996. No. 52. Pp. 231–239.
30. Dayton T. Emotional Sobriety: From Relationship Trauma to Resilience and Balance. 2007.
31. Engel G. The need for a new medical model: A challenge for biomedicine // Science. 1977. No. 196. Pp. 129–136.
32. Gotham H. J., and Cher K. J. Are codependent character traits related to something more than just basic aspects of personality and psychopathology? // Journal of Alcohol Research. 1996.
33. Gierymski T., Williams T. Codependency // Journal of Psychoactive Drugs. 1986. No. 18. Pp. 7–13.
34. Gombert E. L. On terms used and abused: The concept of «codependency» // Drugs and Society. 1989. No. 3. Pp. 113–132.
35. Greenleaf J. Co-alcoholic/Para-alcoholic: who's who and what's the difference. In: Co-dependency an emerging issue. Florida : Health Communications Inc., 1984. Pp. 5–17.
36. Fischer J. L., Crawford D. W. Codependency and parenting styles // Journal of Adolescent Research. 1992. No. 7. Pp. 352–363.
37. Frank L., Bland C. What's in a name? Considering the codependent label // Journal of Strategic & Systemic Therapies. 1992. Vol. 11 (2). Pp. 1–14.
38. Friel J., Friel L. D. An adult child's guide to what's normal // Health Communications, Inc. 1990.
39. Jantz L. G., Clinton T. Am I Codependent?: Key Questions to Ask about Your Relationships. Baker Publishing Group, 2015.
40. Haaken J. From Al-Anon to AC f. OA: Codependence and the reconstruction of caregiving. Signs // Journal of Women in Culture and Society. 1993. No. 18. Pp. 321–345.
41. Irwin H. J. Codependence, narcissism, and childhood trauma // Journal of Clinical Psychology. 1995. No. 51. Pp. 658–665.
42. Juni S., Semel S. R. Person perception as a function of orality and anality // Journal of Social Psychology. 1982. No. 118. Pp. 99–103.
43. Lawson D. Mental Health Workbook : 7 Books in 1: Attachment Theory, Insecure Attachment, Codependency, BDP, Cognitive and Dialectical Behavioral Therapy, Acceptance and Commitment Therapy. 2020.
44. Lindstrom S. Codependency – «Loves Me, Loves Me Not»: Learn How To Cultivate Healthy Relationships, Overcome Relationship Jealousy, Stop Controlling Others and Be Codependent No More. 2014.
45. Mannion L. Codependency: A case of inflation. Employee Assistance Quarterly. 1991. No. 7. Pp. 67–81.
46. O'Brien P., Gaborit M. Codependency: A disorder separate from chemical dependency // Journal of Clinical Psychology. 1992. No. 48. Pp. 129–136.
47. Oakley B. Cold-Blooded Kindness: Neuroquirks of a Codependent Killer, or Just Give Me a Shot at Loving you, Dear, and Other Reflections on Helping that Hurts. 2011.
48. Parker F. M., Faulk D., LoBello S. G. Journal of Addictions Nursing. 2003. No. 14 (2). Pp. 85–90.
49. Reyome N. D., Ward K. S. Self-reported history of childhood maltreatment and codependency in undergraduate nursing students // Journal of Emotional Abuse. 2007. No. 7 (1). Pp. 37–50.

50. Roehling P. V., Koelbel N., Rutgers C. Codependence and conduct disorder: Feminine versus masculine coping responses to abusive parenting practices // *Sex Roles*. 1996.
51. Shaffer H. The most important unresolved issue in the addictions: Conceptual chaos. *Substance Use and Misuse*. 1997. No. 32 (11). Pp. 1573-1580.
52. Small J. *Awakening in Time: The journey from Co-dependence to Co-creation*. Bantam, NY, 1991. 304 p.
53. Smalley S., Coleman E. Treating intimacy dysfunctions in dyadic relationships among chemically dependent and codependent clients // *Journal of Chemical Dependency Treatment*. 1987. No. 1 (1). Pp. 229-243.
54. Sowle J. J. *The Everything Guide to Codependency*. 2014.
55. Subby R., Friel J. «Co-dependency: A Paradoxical Dependency», in *Co-Dependency: An Emerging Issue*. Pompano Beach, FL : Health Communications, 1984. Pp. 31-44
56. Wells M., Glickauf-Hughes C., Bruss K. The relationship of codependency to enduring personality characteristics // *Journal of College Student Psychotherapy*. 1998. No. 12. Pp. 25-38.
57. Wegscheider-Cruse Sh. *Another Chance: Hope and Health for the Alcoholic Family* // Science & Behavior Books. Incorporated, 1981.
58. Young E. Co-alcoholism as a disease: implications for psychotherapy // *Psychoactive Drugs*. 1987.

## On the problem of conceptualization of the phenomenon of codependency in psychology

Ershova Regina Vyacheslavovna<sup>1</sup>, Sokolova Anna Viktorovna<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Doctor of Psychological Sciences, professor of the Department of Psychology, State Social and Humanitarian University. Russia, Kolomna. E-mail: erchovareg@mail.ru

<sup>2</sup>postgraduate student of the Faculty of General Psychology, Personality Psychology, History of Psychology, State Social and Humanitarian University. Russia, Kolomna; clinical psychologist. Russia, Volgograd. E-mail: anutanuta2016@yandex.ru

**Abstract.** The article presents a theoretical concept of the phenomenon of codependency, developed on the basis of the studied works of domestic and foreign authors from the standpoint of a biopsychosocial approach. The theoretical review examines 58 publications in which "codependency" is defined as a behavior model, condition, illness, personality characteristic, coping strategy, form of relationships, organization of life. The review made it possible to draw the following conclusions: the problem of conceptualization of the term is relevant, due to the lack of consensus on an acceptable definition of the phenomenon; codependency is practically not considered by psychologists from the standpoint of the biopsychosocial approach as a system construct. Reliance on the biopsychosocial model of the study of codependency is important from an applied point of view: a holistic and comprehensive assessment allows us to take into account the contribution of biological, psychological and social factors influencing the change in the psychological state of codependency, which makes it possible to more deeply diagnose and, as a result, accurately determine the "targets" and goals of therapy, methods and depth of intervention, prediction of results. therapeutic effects and stability of remission.

The analysis made it possible to identify the main signs of the phenomenon of codependency, most often highlighted by domestic and foreign authors for half a century. Based on the data obtained, the author's definition of "codependency" is proposed as a special behavior that is formed and manifested in dysfunctional family relationships (in the form of emotional and physical violence, orientation to the needs of another, disregard for one's own needs, dependence on approval, servility) and characterized by specific features at all levels of a person's mental organization: psychophysical, individually-psychological (emotional-volitional, motivational-need, cognitive, characteristics), socio-psychological and behavioral.

**Keywords:** codependency, codependent behavior, codependent personality, biopsychosocial approach.

### References

1. Anan'eva G. A. *Sem'ya: himicheskaya zavisimost' i sozavisimost'. Rabota s sozavisimost'yu* [Family: chemical dependence and codependency. Work with codependency]. M. Independent firm Class, 2003. 187 p.
2. Artemceva N. G. *Fenomen sozavisimosti: psihologicheskij aspekt* [The phenomenon of codependency: psychological aspect]. M. RIO MSUDT. 2012. 222 p.
3. Beatty M. *Spasat' ili spasat'sya? Kak izbavit'sya ot zhelaniya postoyanno opekat'* [To save or to be saved? How to get rid of the desire to constantly take care of]. M. Eksmo, 2015.
4. Berezin S. V., Liseckij K. S., Nazarov E. A. *Psihologiya narkoticheskoy zavisimosti i sozavisimosti : monografiya* [Psychology of drug addiction and codependency : monograph]. M. IPA. 2001.
5. Emel'yanova E. V. *Krizis v sozavisimyh otnosheniyah. Principy i algoritmy konsul'tirovaniya* [Crisis in codependent relationships. Principles and algorithms of counseling]. SPb. Rech' (Speech). 2014.
6. Zaicev S. N. *Sozavisimost': umenie lyubit'. Seriya: Zerkalo* [Codependency: the ability to love. Series: Mirror]. Nizhniy Novgorod. 2004. 90 p.

7. Zmanovskaya E. V. *Deviantologiya : ucheb. posobie dlya stud. vyssh. ucheb. zavedenij. Izd. 2-e, ispr.* [Deviantology : tutorial for students of higher institutions. 2nd ed., corr.] M. Academy. 2004. 288 p.
8. Karaeva T. A., Kocyubinskij A. P. *Holisticheskaya diagnostika pogranychnyh psichicheskikh rasstrojstv* [Holistic diagnostics of borderline mental disorders]. SPb. SpetsLit. 2018.
9. Korolenko C. P., Dmitrieva N. V., Zagorujko E. N. *Identichnost' v norme i patologii* [Identity in norm and pathology]. Novosibirsk. Publishing house of NSPU. 2000. 256 p.
10. Korolenko C. P., Donskih T. A. *Sem' putej k katastrofe: Destruktivnoe povedenie v sovremennom mire* [Seven paths to disaster: Destructive behavior in the modern world]. Novosibirsk. Nauka (Science), Siberian branch. 1990.
11. Kotlyarov A. V. *Drugie narkotiki, ili Homo Addictus: Chelovek zavisimyj* [Other drugs, or Homo Addictus: A person addicted]. Publishing house of the Institute of Psychotherapy. 2006. 480 p.
12. Larsen E. *Vtoraya stadiya otnoshenij. Lyubov' posle preodoleniya zavisimosti* [The second stage of the relationship. Love after overcoming addiction]. M. 2003.
13. Larsen D. *Sozavisimost' dlya chajnikov* [Codependency for dummies]. SPb. Dialectics. 2020. 448 p.
14. Linde N. D. *Korrekcija emocional'noj zavisimosti s pomoshch'yu metoda emocional'no-obraznoi terapii* [Correction of emotional dependence using the method of emotional-imaginative therapy] // *Voprosy psichologii* – Questions of psychology. 2007. No. 5. Pp. 170–179.
15. Litvinenko V. I. *Paradoksy alkogolizma* [Paradoxes of alcoholism]. Poltava. ASMI. 2003. 144 p.
16. Mazurova L. V., Stoyanova I. Ya., Bohan N. A. *Osobennosti adaptivno-zashchitnogo stilya u zhenshchin s semejnoy sozavisimost'yu i alkogol'noj zavisimost'yu* [Features of adaptive-protective style in women with family codependency and alcohol dependence] // *Sibirskij psichologicheskij zhurnal* – Siberian Psychological Journal. 2009. No. 31. Pp. 33–36.
17. Mazzola K. *Sozavisimost': rabochaya tetrad'. Prostye uprazhneniya dlya obreteniya i podderzhaniya sobstvennoj nezavisimosti* [Codependency: workbook. Simple exercises for gaining and maintaining one's own independence] / transl. from the English by A. N. Shlyakhova. Kiev. Dialectics. 2021.
18. Moskalenko V. D. *Sozavisimost': harakteristiki i praktika preodoleniya : lekci po narkologii. Izd. 2-e, pererab. i rassh.* [Codependency: characteristics and practice of overcoming : lectures on narcology. 2nd ed., reprinted and extended] / ed. by corresponding member RAMS Prof. N. N. Ivanec. M. Nolidzh. 2000.
19. Moore E., Fine B. *Psihoanaliticheskie terminy i ponyatiya : slovar'* [Psychoanalytic terms and concepts : dictionary]. M. Independent firm Class. 2000.
20. Potter-Efron R. *Styd, vina i alkogolizm* [Shame, guilt and alcoholism]. M. Institute of General Humanitarian Research. 2002. 416 p.
21. Smith E. U. *Vnuki alkogolikov: Probl. vzaimozavisimosti v sem'e : kn. dlya uchitelya* [Grandchildren of alcoholics: Prob. interdependencies in the family : a book for a teacher] / transl. from English by Yu. I. Kireeva. M. Proveshchenie (Enlightenment). 1991.
22. Starshenbaum G. V. *NeZavisimost'. Kak izbavit'sya ot psichologicheskoy ili himicheskoy zavisimosti* [Independence. How to get rid of psychological or chemical dependence]. M. AST. 2018.
23. Weinhold B., Weinhold J. *Osvobozhdenie ot sozavisimosti* [Liberation from codependency] / transl. from English by A. G. Cheslavskaya. M. Independent firm Class. 2002.
24. Shorohova O. A. *Zhiznennye lovushki zavisimosti i sozavisimosti* [Life traps of dependence and codependency]. SPb. Rech' (Speech). 2002. 134 p.
25. Bradshaw J. *Homecoming: reclaiming and healing your inner child*. 1992.
26. Carson A. T., Baker R. C. *Psychological correlates of codependency in women* // *International Journal of the Addictions*. 1994. No. 29. Pp. 395–407.
27. Cermak T. L. *Diagnosing and treating codependence*. Minneapolis : Johnson Institute Books, 1987.
28. Chiazzi E. J., Liljegren S. *Taboo topics in addiction treatment: An empirical review of clinical folklore* // *Journal of Substance Abuse Treatment*. 1993. No. 10. Pp. 303–316.
29. Crothers M., Warren L. W. *Parental prerequisites for adult codependency* // *Journal of Clinical Psychology*. 1996. No. 52. Pp. 231–239.
30. Dayton T. *Emotional Sobriety: From Relationship Trauma to Resilience and Balance*. 2007.
31. Engel G. *The need for a new medical model: A challenge for biomedicine* // *Science*. 1977. No. 196. Pp. 129–136.
32. Gotham H. J., and Cher K. J. *Are codependent character traits related to something more than just basic aspects of personality and psychopathology?* // *Journal of Alcohol Research*. 1996.
33. Gierymski T., Williams T. *Codependency* // *Journal of Psychoactive Drugs*. 1986. No. 18. Pp. 7–13.
34. Gombert E. L. *On terms used and abused: The concept of "codependency"* // *Drugs and Society*. 1989. No. 3. Pp. 113–132.
35. Greenleaf J. *Co-alcoholic/Para-alcoholic: who's who and what's the difference*. In: *Co-dependency an emerging issue*. Florida : Health Communications Inc., 1984. Pp. 5–17.
36. Fischer J. L., Crawford D. W. *Codependency and parenting styles* // *Journal of Adolescent Research*. 1992. No. 7. Pp. 352–363.
37. Frank L., Bland C. *What's in a name? Considering the codependent label* // *Journal of Strategic & Systemic Therapies*. 1992. Vol. 11 (2). Pp. 1–14.

38. Friel J., Friel L. D. An adult child's guide to what's normal // Health Communications, Inc. 1990.
39. Jantz L. G., Clinton T. Am I Codependent?: Key Questions to Ask about Your Relationships. Baker Publishing Group, 2015.
40. Haaken J. From Al-Anon to AC f. OA: Codependence and the reconstruction of caregiving. Signs // Journal of Women in Culture and Society. 1993. No. 18. Pp. 321-345.
41. Irwin H. J. Codependence, narcissism, and childhood trauma // Journal of Clinical Psychology. 1995. No. 51. Pp. 658-665.
42. Juni S., Semel S. R. Person perception as a function of orality and anality // Journal of Social Psychology. 1982. No. 118. Pp. 99-103.
43. Lawson D. Mental Health Workbook : 7 Books in 1: Attachment Theory, Insecure Attachment, Codependency, BDP, Cognitive and Dialectical Behavioral Therapy, Acceptance and Commitment Therapy. 2020.
44. Lindstrom S. Codependency – "Loves Me, Loves Me Not": Learn How To Cultivate Healthy Relationships, Overcome Relationship Jealousy, Stop Controlling Others and Be Codependent No More. 2014.
45. Mannion L. Codependency: A case of inflation. Employee Assistance Quarterly. 1991. No. 7. Pp. 67-81.
46. O'Brien P., Gaborit M. Codependency: A disorder separate from chemical dependency // Journal of Clinical Psychology. 1992. No. 48. Pp. 129-136.
47. Oakley B. Cold-Blooded Kindness: Neuroquirks of a Codependent Killer, or Just Give Me a Shot at Loving you, Dear, and Other Reflections on Helping that Hurts. 2011.
48. Parker F. M., Faulk D., LoBello S. G. Journal of Addictions Nursing. 2003. No. 14 (2). Pp. 85-90.
49. Reyome N. D., Ward K. S. Self-reported history of childhood maltreatment and codependency in undergraduate nursing students // Journal of Emotional Abuse. 2007. No. 7 (1). Pp. 37-50.
50. Roehling P. V., Koelbel N., Rutgers C. Codependence and conduct disorder: Feminine versus masculine coping responses to abusive parenting practices // Sex Roles. 1996.
51. Shaffer H. The most important unresolved issue in the addictions: Conceptual chaos. Substance Use and Misuse. 1997. No. 32 (11). Pp. 1573-1580.
52. Small J. Awakening in Time: The journey from Co-dependence to Co-creation. Bantam, NY, 1991. 304 p.
53. Smalley S., Coleman E. Treating intimacy dysfunctions in dyadic relationships among chemically dependent and codependent clients // Journal of Chemical Dependency Treatment. 1987. No. 1 (1). Pp. 229-243.
54. Sowle J. J. The Everything Guide to Codependency. 2014.
55. Subby R., Friel J. "Co-dependency: A Paradoxical Dependency", in Co-Dependency: An Emerging Issue. Pompano Beach, FL : Health Communications, 1984. Pp. 31-44.
56. Wells M., Glickauf-Hughes C., Bruss K. The relationship of codependency to enduring personality characteristics // Journal of College Student Psychotherapy. 1998. No. 12. Pp. 25-38.
57. Wegscheider-Cruse Sh. Another Chance: Hope and Health for the Alcoholic Family // Science & Behavior Books. Incorporated, 1981.
58. Young E. Co-alcoholism as a disease: implications for psychotherapy // Psychoactive Drugs. 1987.