

Взаимосвязь уровня созависимости и системы базовых убеждений личности

Ершова Регина Вячеславовна

доктор психологических наук, профессор,
профессор кафедры психологии и педагогики,
Российский университет дружбы народов им. Патриса Лумумбы.
Россия, г. Москва. ORCID: 0000-0002-5054-1177. E-mail: ershova-rv@rudn.ru

Аннотация. Созависимость представляет собой устойчивый дезадаптивный паттерн, характеризующийся нарушением личностных границ, трудностями самоидентификации и чрезмерной поглощенностью проблемами другого человека. Несмотря на отсутствие официального статуса в диагностических классификаторах, эмпирические исследования подтверждают связь созависимости с повышенным уровнем тревоги, депрессии и снижением психологического благополучия. В современной когнитивной парадигме дезадаптивные реляционные паттерны рассматриваются как производные от ранних дезадаптивных схем и базовых убеждений личности. Однако прямые эмпирические исследования, связывающие созависимость с конкретными конфигурациями базовых убеждений, остаются ограниченными.

В статье представлен анализ взаимосвязи уровня созависимости и системы базовых убеждений личности. Созависимость измерялась посредством многофакторной модели (регулятивный, эмоциональный, когнитивный, мотивационный, поведенческий компоненты). Выборка составила 250 респондентов, разделенных на группы с низким, средним и высоким уровнями созависимости. Применены дисперсионный и внутригрупповой корреляционный анализ.

Выявлена нелинейная динамика взаимосвязи. По мере роста созависимости наиболее выраженную деформацию претерпевают убеждения о благосклонности мира и ценности собственного «Я». Установлены три конфигурации корреляционных связей. При низком уровне фиксируется разветвленная сеть отрицательных корреляций («избегающая автономия»): независимость базируется на негативном образе мира и дефиците самооценности. На среднем уровне происходит редукция связей, формируется сильная отрицательная связь когнитивного компонента созависимости с самооценностью ($r = -0,641$) при автономизации аффективно-поведенческих паттернов. При высоком уровне созависимости сохраняются две изолированные связи: отрицательная – когнитивного компонента с самооценностью ($r = -0,366$) – и положительная – мотивационного компонента с верой в контролируемость мира ($r = 0,283$), что отражает диссоциацию и интериоризацию самоообесценивания.

Показано, что прогрессирующее снижение самооценности и личной агентности наблюдается на всех уровнях выраженности созависимости. Результаты позволяют дифференцировать направления психологической коррекции в зависимости от уровня личностной дезадаптации.

Ключевые слова: созависимость, базисные убеждения созависимого, многофакторная модель созависимости, уровни созависимости, ценности созависимого.

Введение. Концепция созависимости возникла в терапии зависимостей [15; 29], однако в современной психологии личности она рассматривается как устойчивый дезадаптивный паттерн, характеризующийся нарушением личностных границ, трудностями самоидентификации и чрезмерной поглощенностью проблемами другого [15; 18; 31]. Эмпирические исследования подтверждают связь созависимости с повышенным уровнем тревоги, депрессии и снижением психологического благополучия [19; 23; 25].

В отечественной психологии значительный вклад в изучение созависимости внесли Г. А. Ананьева [1], В. Д. Москаленко [5], Ц. П. Короленко и Н. В. Дмитриева [4], Г. В. Старшенбаум [9], Н. Г. Артемцева [2], С. Т. Посохова и И. А. Стряпухина [7], Р. В. Ершова и А. В. Соколова [3], которые подчеркивают личностную природу данного феномена.

Согласно когнитивным и схемно-фокусированным подходам, в основе устойчивых дезадаптивных паттернов лежат ранние дезадаптивные схемы (далее – РДС) – когнитивно-аффективные структуры о себе, других и мире, впервые систематически описанные Дж. Янгом

[10; 36]. Убеждения («Я незначим», «Мир опасен», «Другим нельзя доверять») формируются под влиянием неблагоприятного детского опыта и организуют восприятие в близких отношениях [14; 17; 27]. Данные схемы пересекаются с РДС «зависимость», «дефективность», «покинутость», «самопожертвование» [11] и выступают когнитивной основой созависимости [13; 22]. Как показано в работе А. В. Соколовой и Р. В. Ершовой [8], структурно-уровневый анализ позволяет дифференцировать вклад различных РДС в формирование созависимости. Однако прямые эмпирические исследования, связывающие созависимость с конкретными конфигурациями базовых убеждений личности, остаются ограниченными [26; 28], а уровневая динамика этих связей ранее не изучалась.

Методологическую основу исследования составила многофакторная модель созависимости [3], определяющая ее как интегральную характеристику личности, проявляющуюся на мотивационном, когнитивном, эмоциональном, регулятивном и поведенческом уровнях. Для диагностики использована «Многофакторная шкала созависимости» (МШС) [3] (α -Кронбаха = 0,942). Базовые убеждения измерялись адаптированной Шкалой базовых убеждений (WAS) Р. Янова-Бульмана [25] в адаптации М. А. Падун [6].

Цель исследования – анализ уровней выраженности созависимости и соответствующей им динамики взаимосвязи с системой базовых убеждений личности.

Выборка: 250 респондентов (низкий, средний, высокий уровни созависимости; N = 36, 171, 43 соответственно). Применение дисперсионного и корреляционного анализа позволило выявить статистически значимые различия в мировосприятии между группами и проследить качественную трансформацию структурных взаимосвязей компонентов созависимости и глубинных убеждений при разных уровнях выраженности созависимости. Результаты исследования позволяют более точно определить особенности взаимосвязи компонентов созависимости с системным нарушением когнитивных схем и открывают перспективы для дифференцированной коррекции [24; 12].

Процедура и методы исследования. В качестве концептуальной основы исследования использовалась многофакторная модель созависимости, определяющая ее как интегральную характеристику личности, формирующуюся под влиянием комплекса биологических, психологических и социальных факторов и реализующуюся в дисфункциональных межличностных отношениях. Согласно модели, созависимость проявляется на пяти взаимосвязанных уровнях функционирования: мотивационном, когнитивном, эмоциональном, регулятивном и поведенческом.

Методики исследования:

1. «Многофакторная шкала созависимости» (Ершова, Соколова, 2024). Состоит из 43 утверждений, оцениваемых по 4-балльной шкале Ликерта, включает пять субшкал, соответствующих компонентам модели. Надежность α -Кронбаха = 0,942.

2. Адаптированная Шкала базовых убеждений (далее – ШБУ) Р. Янова-Бульмана (адаптация М. А. Падун). Измеряет восемь субшкал: Благосклонность мира, Доброта людей, Справедливость мира, Контролируемость мира, Случайность событий, Степень самоконтроля, Ценность собственного «Я», Степень удачи.

Процедура исследования включала сбор данных с помощью следующих методик. Для объективного разделения выборки на группы по уровням выраженности общего показателя созависимости был применен иерархический кластерный анализ (метод Уорда). На основании результатов анализа выборка была разделена на три кластера, интерпретированных как группы с низким (N = 36), средним (N = 171) и высоким (N = 43) уровнями сформированности созависимости.

Для проверки гипотез о различиях в базовых убеждениях между группами с разным уровнем созависимости был применен однофакторный дисперсионный анализ.

Для изучения взаимосвязей между компонентами созависимости и базовыми убеждениями внутри каждой группы использовался корреляционный анализ с вычислением коэффициента корреляции Пирсона (r). Уровень статистической значимости определялся при $p < .05$, $p < .01$ и $p < .001$. Обработка данных проводилась с использованием программного пакета IBM SPSS Statistics.

Участники. В исследовании приняли участие 279 человек (19–39 лет, M = 23,8). После верификации окончательная выборка составила 250 респондентов (68 мужчин, 182 женщины; средний возраст мужчин 21,7, женщин 24,3). Формирование выборки – онлайн-опросы. Участие добровольное, анонимное, получено информированное согласие.

Гипотезы исследования: 1) уровень созависимости связан со степенью деформации базовых убеждений; 2) существуют значимые различия между группами по показателям ШБУ; 3) структура корреляционных связей качественно различается в зависимости от уровня созависимости.

Результаты исследования. Для объективного разделения выборки на группы по выраженности созависимого поведения был применен иерархический кластерный анализ (метод Уорда) на основе пяти компонентных показателей Многофакторной шкалы созависимости. В результате было выделено три статистически обоснованных кластера, которые были интерпретированы как группы с низким, средним и высоким уровнями сформированности созависимости (табл. 1).

Таблица 1

Результаты кластерного анализа выборки по уровню созависимости методом Уорда

Кластеры	Компоненты созависимости					
	Регуля- тивный	Эмоцио- нальный	Когни- тивный	Мотива- ционный	Поведен- ческий	Созави- симость
1	10,08	16,38	13,55	12,14	9,80	61,94
2	12,66	22,04	17,56	16,41	13,21	81,88
3	16,93	26,52	24,52	22,51	18,09	108,56
Всего	13,38	22,04	18,79	17,29	13,92	85,42

Примечание. 1 – группа с низким уровнем созависимости, 2 – группа со средним уровнем созависимости, 3 – группа с высоким уровнем созависимости.

Кластерный анализ выявил три группы, закономерно различающиеся по всем компонентам. Наибольший относительный прирост при переходе от низкого к высокому уровню – у когнитивного (+81 %) и поведенческого (+85 %) компонентов. Интегральный показатель созависимости линейно возрастает (61,94 → 108,56).

Таблица 2

Сравнение базовых убеждений между группами с разным уровнем созависимости

		N	Среднее		F	Значимость
Благосклонность мира	1,00	36	19,1389	Между группами	6,918	,001
	2,00	171	16,6257			
	3,00	43	16,4186	Внутри групп		
	Всего	250	16,9520	Всего		
Доброта людей	1,00	36	17,2778	Между группами	4,303	,015
	2,00	171	15,4094			
	3,00	43	15,1860	Внутри групп		
	Всего	250	15,6400	Всего		
Справедливость мира	1,00	36	14,4722	Между группами	2,149	,119
	2,00	171	13,4678			
	3,00	43	14,5349	Внутри групп		
	Всего	250	13,7960	Всего		
Контролируемость мира	1,00	36	14,8889	Между группами	,782	,459
	2,00	171	14,9298			
	3,00	43	15,5581	Внутри групп		
	Всего	250	15,0320	Всего		
Случайность как принцип происходящих событий	1,00	36	13,6944	Между группами	4,560	,011
	2,00	171	15,5848			
	3,00	43	15,9535	Внутри групп		
	Всего	250	15,3760	Всего		
Степень самоконтроля	1,00	36	17,8889	Между группами	3,061	,049
	2,00	171	16,7836			
	3,00	43	16,2558	Внутри групп		
	Всего	250	16,8520	Всего		
Ценность собственного «Я»	1,00	36	20,7778	Между группами	25,392	,000
	2,00	171	18,1754			
	3,00	43	15,0465	Внутри групп		
	Всего	250	18,0120	Всего		

Окончание табл. 2

		N	Среднее		F	Значимость
Степень удачи или везения	1,00	36	16,0000	Между группами	2,897	,057
	2,00	171	15,2047			
	3,00	43	14,1628	Внутри групп		
	Всего	250	15,1400	Всего		

Примечание. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Выявлены статистически значимые различия между группами по пяти шкалам базовых убеждений. Наиболее выраженные различия зафиксированы по шкалам «Благосклонность мира» ($F = 6,918$; $p < 0,001$) и «Ценность собственного «Я»» ($F = 25,392$; $p < 0,001$). Респонденты с низким уровнем созависимости оценивают мир как более безопасный ($M = 19,14$), а собственную ценность – выше ($M = 20,78$), чем группы со средним ($M = 16,63$ и $18,18$ соответственно) и высоким уровнями ($M = 16,42$ и $15,05$).

Значимые различия также обнаружены по шкалам «Доброта людей» ($F = 4,303$; $p = 0,015$) и «Случайность событий» ($F = 4,560$; $p = 0,011$): при низкой созависимости люди воспринимаются более добрыми ($M = 17,28$), а мир – менее хаотичным ($M = 13,69$); по мере роста созависимости эти показатели ухудшаются ($M = 15,19$ – $15,41$ и $M = 15,58$ – $15,95$ соответственно). По шкале «Степень самоконтроля» различия на грани значимости ($F = 3,061$; $p = 0,049$): уверенность в контроле снижается от низкого ($M = 17,89$) к высокому уровню ($M = 16,26$).

По шкалам «Справедливость мира», «Контролируемость мира» и «Степень удачи» статистически значимых различий не выявлено ($p > 0,05$).

Таким образом, повышение уровня созависимости сопровождается деформацией базовых убеждений: мир воспринимается как угрожающий и хаотичный, люди – как недобрые, собственная ценность и самоконтроль снижаются. Для анализа структурных взаимосвязей проведен корреляционный анализ внутри групп.

Таблица 3

Анализ корреляционных связей между показателями созависимости и ШБУ в группе с низкими показателями созависимости

Низкий уровень созависимости	Регулятивный	Эмоциональный	Когнитивный	Мотивационный	Поведенческий
Благосклонность мира	-0,285**	-0,147	-0,115	-0,048	-0,063
Доброта людей	-0,24*	0,041	-0,122	-0,034	-0,152
Справедливость мира	-0,221*	-0,052	-0,106	-0,027	-0,108
Контролируемость мира	0,021	-0,092	0,005	0,09	0,104
Случайность как принцип распределения происходящих событий	0,09	-0,021	0,327**	-0,063	-0,063
Степень самоконтроля	-0,153	-0,22*	-0,318**	-0,215*	-0,053
Ценность собственного «Я»	-0,015	-0,245*	-0,311**	-0,206*	-0,036
Степень удачи или везения	-0,22*	-0,151	-0,195	-0,071	0,242*

Примечание. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Корреляционный анализ в группе с низким уровнем созависимости ($N = 36$) выявил 12 статистически значимых связей между компонентами созависимости и базовыми убеждениями.

Регулятивный компонент обнаруживает отрицательные корреляции со шкалами «Благосклонность мира» ($r = -0,285$; $p < 0,01$), «Доброта людей» ($r = -0,240$; $p < 0,05$), «Справедливость мира» ($r = -0,221$; $p < 0,05$) и степени удачи ($r = -0,220$; $p < 0,05$).

Когнитивный компонент положительно коррелирует со шкалой «Случайность как принцип распределения происходящих событий» ($r = 0,327$; $p < 0,01$) и отрицательно – со

шкалами «Ценность собственного «Я»» ($r = -0,311$; $p < 0,01$) и «Степень самоконтроля» ($r = -0,318$; $p < 0,01$).

Эмоциональный и мотивационный компоненты также обнаруживают отрицательные корреляции со шкалами «Ценность собственного «Я»» и «Степень самоконтроля» ($p < 0,05$ для всех указанных связей).

Поведенческий компонент положительно коррелирует со шкалой «Степень удачи или везения» ($r = 0,242$; $p < 0,05$).

Таким образом, низкий уровень созависимости отражает стратегию «избегающей автономии»: независимость достигается через изоляцию и утрату доверия на фоне негативного образа мира и дефицита самооценности. Мишени психокоррекции – реконструкция дисфункциональных убеждений и формирование самоэффективности. Данная конфигурация выступает индикатором латентной уязвимости, требующим превентивных мер.

Таблица 4

**Анализ корреляционных связей
между показателями созависимости и ШБУ
в группе со средними показателями созависимости**

Средний уровень созависимости	Регулятивный	Эмоциональный	Когнитивный	Мотивационный	Поведенческий
Благоклонность мира	0,037	0,087	-0,134	0,167	-0,077
Доброта людей	0,152	0,085	-0,054	0,233*	-0,137
Справедливость мира	-0,059	0,165	-0,123	0,164	0,029
Контролируемость мира	-0,098	-0,11	0,022	0,038	0,093
Случайность как принцип распределения происходящих событий	0,014	0,014	0,154	-0,072	-0,111
Степень самоконтроля	-0,437 ***	-0,138	-0,28**	-0,133	0,075
Ценность собственного «Я»	-0,188	0,048	-0,641***	-0,089	0,015
Степень удачи или везения	-0,119	0,046	-0,159	0,19	0,011

Примечание. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

На среднем уровне созависимости ($N = 171$) общее количество значимых корреляционных связей между компонентами созависимости и базовыми убеждениями сокращается до 4. Данное сокращение может свидетельствовать об уменьшении числа связей при сохранении наиболее выраженных корреляционных отношений.

Наибольшая по абсолютной величине отрицательная корреляция на данном уровне зафиксирована между когнитивным компонентом и шкалой «Ценность собственного «Я»» ($r = -0,641$; $p < 0,001$). Регулятивный компонент обнаруживает отрицательную корреляцию со шкалой «Степень самоконтроля» ($r = -0,437$; $p < 0,001$).

Мотивационный компонент обнаруживает положительную корреляцию со шкалой «Доброта людей» ($r = 0,233$; $p < 0,05$). Эмоциональный и поведенческий компоненты не демонстрируют статистически значимых корреляций с базовыми убеждениями.

Таким образом, на среднем уровне фиксируется автономизация дезадаптивного паттерна: самообесценивание интериоризировано, экстернальный локус контроля устойчив. Положительная связь мотивационного компонента с верой в доброту людей носит компенсаторный характер и не снижает дезадаптацию. Направления психологической коррекции на данном уровне могут включать работу, направленную на восстановление субъектности и интеграцию автоматизированных эмоциональных и поведенческих реакций в систему осознанной регуляции.

Таблица 5

**Анализ корреляционных связей между показателями созависимости и ШБУ
в группе с высокими показателями созависимости**

Высокий уровень созависимости	Регулятивный	Эмоциональный	Когнитивный	Мотивационный	Поведенческий
Благосклонность мира	-0,062	0,016	0,101	0,053	0,187
Доброта людей	0,039	0,029	0,137	-0,085	-0,085
Справедливость мира	-0,106	-0,085	0,198	0,019	-0,033
Контролируемость мира	-0,018	0,255	0,182	0,283*	0,257
Случайность как принцип распределения происходящих событий	0,123	0,132	-0,069	0,075	0,17
Степень самоконтроля	-0,163	-0,033	0,05	0,155	0,176
Ценность собственного «Я»	-0,151	-0,256	-0,366**	-0,137	-0,143
Степень удачи или везения	-0,175	-0,185	-0,042	-0,088	0,059

Примечание. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

При высоком уровне созависимости ($N = 43$) корреляционная структура включает две статистически значимые связи. Сокращение числа значимых корреляций может свидетельствовать об относительной автономизации психологических процессов, связанных с созависимостью, по отношению к системе осознаваемых базовых убеждений.

Корреляция когнитивного компонента со шкалой «Ценность собственного «Я»» на высоком уровне составляет $r = -0,366$, что ниже по абсолютной величине по сравнению со средним уровнем ($r = -0,641$). Данное снижение может быть интерпретировано не как ослабление связи, а как результат интериоризации самообесценивающих убеждений: они становятся менее рефлекслируемыми и в меньшей степени требуют постоянного когнитивного подтверждения.

Корреляция мотивационного компонента с убеждением в контролируемости мира составляет $r = 0,283$. Данная связь может рассматриваться как компенсаторный механизм, при котором поддержание иллюзии контроля сопряжено с установкой на самопожертвование, когнитивно интерпретируемое как адаптивное поведение.

Таким образом, на высоком уровне созависимости две сохраняющиеся корреляционные связи отражают следующую конфигурацию: интериоризированное самообесценивание сочетается с компенсаторной верой в контролируемость мира через самопожертвование. В рамках данного паттерна снижение самооценности становится имплицитным компонентом самосознания. Направления психологической коррекции на данном уровне могут быть ориентированы на реконструкцию субъектности в большей степени, чем на модификацию отдельных поведенческих проявлений.

Обсуждение. Настоящее исследование позволило эмпирически подтвердить ключевую гипотезу о существовании глубокой и закономерной связи между уровнем сформированности созависимости и системой базовых убеждений личности. Статистический анализ не только выявил значимые различия в картине мира между группами с низким, средним и высоким уровнями, но и, что более важно, продемонстрировал качественную трансформацию самой структуры этих взаимосвязей. Полученные данные позволяют рассматривать созависимость не как статичный набор поведенческих черт, а как динамический процесс, проходящий в своем развитии три качественно различные фазы, каждая из которых характеризуется специфическим соотношением между когнитивными схемами, аффективной регуляцией и поведением.

Интеграция данных теоретического анализа и эмпирических измерений, полученных с помощью ШБУ, позволяет рассматривать созависимость не только как поведенческий паттерн, но и как многокомпонентный личностный феномен, связанный с глубинными когнитивными структурами. Как отмечают [22] и [30], в публичном дискурсе описания созависимо-

сти нередко соотносятся с гендерными нормами самопожертвования. Данный социокультурный контекст может способствовать формированию и закреплению определенных базовых убеждений. Эмпирические данные настоящего исследования подтверждают, что эти убеждения образуют иерархическую структуру, которая изменяется в зависимости от уровня выраженности созависимости.

Центральным связующим звеном выступает концепция ранних дезадаптивных схем (РДС) и негативных глубинных убеждений, описанных в работе [26]. Теоретический обзор прямо указывает, что типичные для созависимости установки: «Я ценен только тогда, когда нужен», «Мои потребности эгоистичны» – концептуально пересекаются со схемами «Дефективность/стыд», «Самопожертвование» и «Подчинение» [11]. Именно эти когнитивные образования и были выявлены в исследовании ШБУ в форме катастрофически низких показателей по шкале «Ценность собственного “Я”». Особенно показательна динамика: если на низком уровне мы видим умеренные обратные корреляции, свидетельствующие о наличии самообесценивающих убеждений, то на среднем уровне связь достигает своего экстремума ($r = -0,641$). На высоком уровне выраженности созависимости величина данной корреляции снижается (с $r = -0,641$ до $r = -0,366$). Снижение тесноты связи при переходе от среднего уровня к высокому может быть интерпретировано как интериоризация самообесценивающих убеждений: по мере их закрепления они перестают нуждаться в постоянной актуализации и когнитивном подтверждении, становясь имплицитным компонентом самосознания.

В теоретических моделях когнитивной психологии описываются механизмы, посредством которых глубинные убеждения влияют на поведение. Один из таких механизмов связан с искажениями процессов переработки информации. Согласно данным [17], индивиды с негативными реляционными схемами демонстрируют избирательность внимания и памяти в конфликтных ситуациях. Burriss [13] описал сходный феномен применительно к созависимости – повышенную реактивность в ситуациях, воспринимаемых как эксплуатация.

Эмпирические данные настоящего исследования, полученные на низком уровне созависимости, согласуются с этими положениями. Отрицательные корреляции регулятивного компонента с убеждениями о благосклонности мира и доброте людей могут рассматриваться как проявление схемы «Недоверие/ожидания жестокого обращения». Такие индивиды склонны избирательно фиксировать и запоминать информацию, подтверждающую враждебность окружающего мира, что поддерживает соответствующий паттерн межличностного функционирования.

При переходе от низкого уровня созависимости к среднему происходит изменение структуры корреляционных связей. Эмоциональный и поведенческий компоненты утрачивают статистически значимые связи с осознаваемыми базовыми убеждениями. Данный факт может свидетельствовать об автоматизации соответствующих психологических процессов: эмоциональные реакции (тревога) и поведенческие паттерны (самопожертвование) начинают воспроизводиться без прямой актуализации породивших их когнитивных структур, по механизму, аналогичному формированию условных реакций.

В рамках когнитивного подхода созависимость рассматривается как личностный паттерн, в основе которого лежат ранние дезадаптивные схемы [16]. Полученные в настоящем исследовании данные позволяют дифференцировать направления психологической коррекции в зависимости от уровня выраженности созависимости. На низком и среднем уровнях, где сохраняются статистически значимые связи между когнитивными убеждениями и поведенческими проявлениями, целесообразна работа, направленная на реструктуризацию дисфункциональных убеждений. На высоком уровне, характеризующемся редукцией корреляционных связей и интериоризацией самообесценивающих убеждений, приоритетное значение приобретают методы, направленные на реконструкцию субъектности и личностной идентичности [24].

Таким образом, интеграция теоретической модели и эмпирических данных подтверждает эвристическую ценность схемного подхода для понимания личностной детерминации созависимости и позволяет выделить дифференцированные направления психологической коррекции в зависимости от уровня выраженности личностной дезадаптации.

Заключение. Теоретический анализ позволяет интерпретировать эмпирические закономерности, выявленные с помощью Шкалы базовых убеждений. Эмпирические данные, в свою очередь, подтверждают и конкретизируют теоретические положения, демонстрируя наличие устойчивых корреляционных связей и их уровневой динамики. В совокупности теоретические и эмпирические результаты свидетельствуют о том, что созависимость может быть описана как сложноорганизованный личностный паттерн, связанный с деформацией базовых убеждений и сопровождающийся прогрессирующим снижением самооценности.

Ограничения. Несмотря на значимость выводов, исследование имеет ряд методологических ограничений, которые требуют взвешенной интерпретации его результатов. Ограничения исследования включают: 1) перекрестный дизайн, не позволяющий делать каузальные выводы; 2) опору на самоотчетные методики, данные которых подвержены влиянию социальной желательности, уровня рефлексии и эмоционального состояния респондентов, что критично при измерении неосознаваемых когнитивных структур.

Список литературы

1. Ананьева Г. А. Семья: химическая зависимость и созависимость. Работа с созависимостью. М. : Класс, 2003. 187 с.
2. Артемцева Н. Г. Феномен созависимости. Общее, типологическое, индивидуальное. М. : Litres, 2022. 227 с.
3. Ершова Р. В., Соколова А. В., Шляхта Д. А. Психометрическое обоснование многофакторной шкалы созависимости // Вестник Вятского государственного университета. 2024. Т. 3, № 153. С. 131–143.
4. Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В., Загоруйко Е. Н. Идентичность в норме и патологии. Новосибирск : Изд-во НГПУ, 2000. 256 с.
5. Москаленко В. Д. Созависимость при алкоголизме и наркомании. М. : Анахарсис, 2009.
6. Падун М. А., Котельникова А. В. Методика исследования базисных убеждений личности. М. : Лаборатория психологии и психотерапии посттравматического стресса ИП РАН, 2007. 25 с.
7. Посохова С. Т., Стряпухина Ю. В. Некоторые подходы к определению феномена созависимости // Modernity: человек и культура. СПб., 2022. С. 130–138.
8. Соколова А. В., Ершова Р. В. Ранние дезадаптивные схемы в генезисе созависимости: структурно-уровневый анализ // Психолог. 2026. № 2. С. 1–23. DOI: 10.25136/2409-8701.2026.2.77878.
9. Старшенбаум Г. В. Независимость. Как избавиться от психологической или химической зависимости. М. : АСТ, 2018.
10. Янг Дж., Клоско Дж., Вайсхаар М. Схема-терапия. Практическое руководство / пер. с англ. СПб. : Диалектика, 2020. 464 с.
11. Alimoradi Z. et al. The relationship between cognitive schemas activated in sexual context and early maladaptive schemas among married women of childbearing age // BMC Psychology. 2022. Vol. 10. Art. 177. DOI: 10.1186/s40359-022-00829-1.
12. Araújo G. E., Cruz O. S., Moreira D. Maladaptive Beliefs of Young Adults in Interpersonal Relationships: A Systematic Literature Review // Trauma, Violence, & Abuse. 2021. Vol. 24, No. 2. Pp. 646–661. DOI: 10.1177/15248380211038684.
13. Burris C. Stand by Your (Exploitive) Man: Codependency and Responses to Performance Feedback // Journal of Social and Clinical Psychology. 1999. Vol. 18, No. 3. Pp. 277–298. DOI: 10.1521/JSCP.1999.18.3.277.
14. Calvete E., Estévez A., Corral S. Posttraumatic Stress Disorder and its relationship with negative cognitive schemas in battered women // Psicothema. 2007. Vol. 19, No. 3. Pp. 446–451.
15. Cermak T. L. Diagnosing and treating co-dependence: a guide for professionals who work with chemical dependents, their spouses, and children. Minneapolis : Johnson Institute Books, 1986.
16. Craigie F., Tan S. Changing Resistant Assumptions in Christian Cognitive-Behavioral Therapy // Journal of Psychology and Theology. 1989. Vol. 17, No. 2. Pp. 93–100. DOI: 10.1177/009164718901700201.
17. Douglas A. N. et al. Reading Relationships, But Seeing Betrayal: Impact of Relational Health Schemas on Processing of Interpersonal Conflict // Journal of Social and Clinical Psychology. 2013. Vol. 32, No. 9. Pp. 964–988. DOI: 10.1521/JSCP.2013.32.9.964.
18. Fischer J. L., Spann L. Measuring codependency // Alcoholism Treatment Quarterly. 1991. Vol. 8, No. 1. Pp. 87–100. DOI: 10.1300/J020v08n01_06.
19. Happ Z., Bodó-Varga Z., Bandi S. A. et al. How codependency affects dyadic coping, relationship perception and life satisfaction // Current Psychology. 2022. DOI: 10.1007/s12144-022-02875-9.
20. Gierymski T., Williams T. Codependency // Journal of Psychoactive Drugs. 1986. Vol. 18, No. 1. Pp. 7–13. DOI: 10.1080/02791072.1986.10524474.
21. Gomberg E. L. On terms used and abused: The concept of “codependency” // Drugs and Society. 1989. Vol. 3. Pp. 113–132.
22. Irvine L. Codependency and Recovery: Gender, Self, and Emotions in Popular Self-Help // Symbolic Interaction. 1995. Vol. 18, No. 2. Pp. 145–163. DOI: 10.1525/SI.1995.18.2.145.
23. Kaplan V. The relationship between adolescents' codependency levels and family relationships // Extreme Psychology and Personal Safety. 2025. Vol. 2, No. 4. Pp. 69–85. DOI: 10.17759/epps.2025020405.
24. Kaufman J., Allbaugh L. J., Wright M. O. Relational wellbeing following traumatic interpersonal events and challenges to core beliefs // Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy. 2018. Vol. 10, No. 1. Pp. 103–111.
25. Marks A. D. G. et al. Development and validation of a revised measure of codependency // Australian Journal of Psychology. 2012. Vol. 64, No. 3. Pp. 119–127.
26. Osmo F. et al. The Negative Core Beliefs Inventory: Development and Psychometric Properties // Journal of Cognitive Psychotherapy. 2018. Vol. 32, No. 1. Pp. 67–84. DOI: 10.1891/0889-8391.32.1.67.

27. Ponce A., Williams M. K., Allen G. Experience of Maltreatment as a Child and Acceptance of Violence in Adult Intimate Relationships: Mediating Effects of Distortions in Cognitive Schemas // *Violence and Victims*. 2004. Vol. 19, No. 1. Pp. 97–108.

28. Soygüt G., Nelson L., Safran J. The relationship between interpersonal schemas and personality characteristics // *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 2001. Vol. 15, No. 2. Pp. 99–108.

29. Wegscheider-Cruse S. Another Chance: Hope and Health for the Alcoholic Family. Palo Alto, Calif. : Science and Behavior Books, 1981.

30. Winter K. Experiences and expertise of codependency: Repetition, claim-coupling, and enthusiasm // *Public Understanding of Science*. 2018. Vol. 28, No. 2. Pp. 146–160.

31. Wright P. H. The acquaintance description form // *Understanding personal relationships: An interdisciplinary approach*. 1985. Pp. 39–62.

The Relationship Between the Level of Codependency and the System of a Person's Core Beliefs

Ershova Regina Vyacheslavovna

Doctor of Psychology, professor, professor of the Department of Psychology and Pedagogy, Patrice Lumumba Peoples' Friendship University of Russia. Russia, Moscow. ORCID: 0000-0002-5054-1177.

E-mail: ershova-rv@rudn.ru

Abstract. Codependency is a persistent maladaptive pattern characterized by a violation of personal boundaries, difficulties of self-identification, and an excessive preoccupation with the problems of another person. Despite the absence of official status in the diagnostic classifications, empirical studies confirm the connection of codependency with an increased level of anxiety and depression and with a decrease in psychological well-being. In the modern cognitive paradigm, maladaptive relational patterns are regarded as derivatives of early maladaptive schemas and of a person's core beliefs. However, direct empirical studies linking codependency with specific configurations of core beliefs remain limited.

The article presents an analysis of the relationship between the level of codependency and the system of a person's core beliefs. Codependency was measured by means of a multifactor model (regulatory, emotional, cognitive, motivational, and behavioral components). The sample consisted of 250 respondents divided into groups with low, medium, and high levels of codependency. Analysis of variance and within-group correlation analysis were applied.

A nonlinear dynamic of the relationship was revealed. As codependency increases, the beliefs about the benevolence of the world and about the worth of one's own self undergo the most pronounced deformation. Three configurations of correlational links were established. At a low level, an extensive network of negative correlations is registered ("avoidant autonomy"): independence is based on a negative image of the world and a deficit of self-worth. At the medium level, a reduction of links occurs, and a strong negative link is formed between the cognitive component of codependency and self-worth ($r = -0.641$) alongside an autonomization of affective and behavioral patterns. At a high level of codependency, two isolated links are preserved: a negative one, between the cognitive component and self-worth ($r = -0.366$), and a positive one, between the motivational component and belief in the controllability of the world ($r = 0.283$), which reflects dissociation and the internalization of self-devaluation.

It is shown that a progressive decrease in self-worth and personal agency is observed at all levels of the severity of codependency. The results make it possible to differentiate the directions of psychological correction depending on the level of personal maladaptation.

Keywords: codependency, core beliefs of the codependent person, multifactor model of codependency, levels of codependency, values of the codependent person.

References

1. Anan'eva G. A. *Sem'ya: himicheskaya zavisimost' i sozavisimost'. Rabota s sozavisimost'yu* [The Family: Chemical Dependency and Codependency. Working with Codependency]. M., Klass (Class), 2003. 187 p.
2. Artemceva N. G. *Fenomen sozavisimosti. Obshchee, tipologicheskoe, individual'noe* [The Phenomenon of Codependency. The General, the Typological, the Individual]. M., Litres, 2022. 227 p.
3. Ershova R. V., Sokolova A. V., Shlyakht D. A. *Psihometricheskoe obosnovanie mnogofaktornoj shkaly sozavisimosti* [The Psychometric Substantiation of a Multifactor Scale of Codependency] // *Vestnik Vyatskogo gosudarstvennogo universiteta – Herald of Vyatka State University*. 2024. Vol. 3, No. 153. Pp. 131–143.
4. Korolenko C. P., Dmitrieva N. V., Zagorujko E. N. *Identichnost' v norme i patologii* [Identity in Norm and Pathology]. Novosibirsk, Izd-vo NGPU, 2000. 256 p.
5. Moskalenko V. D. *Sozavisimost' pri alkogolizme i narkomanii* [Codependency in Alcoholism and Drug Addiction]. M., Anaharsis, 2009.

6. Padun M. A., Kotel'nikova A. V. *Metodika issledovaniya bazisnyh ubezhdenij lichnosti* [A Method for Studying a Person's Core Beliefs]. M., Laboratoriya psihologii i psihoterapii posttravmaticheskogo stressa IP RAN, 2007. 25 p.
7. Posohova S. T., Stryapuhina Yu. V. *Nekotorye podhody k opredeleniyu fenomena sozavisimosti* [Some Approaches to Defining the Phenomenon of Codependency] // *Modernity: chelovek i kul'tura* [Modernity: Man and Culture]. SPb., 2022. Pp. 130–138.
8. Sokolova A. V., Ershova R. V. *Rannie dezadaptivnye shemy v genezise sozavisimosti: strukturno-urovnevyy analiz* [Early Maladaptive Schemas in the Genesis of Codependency: A Structural-Level Analysis] // *Psiholog – Psychologist*. 2026. No. 2. Pp. 1–23. DOI: 10.25136/2409-8701.2026.2.77878.
9. Starshenbaum G. V. *NeZavisimost'. Kak izbavit'sya ot psihologicheskoy ili himicheskoy zavisimosti* [In(de)pendence. How to Rid Oneself of Psychological or Chemical Dependency]. M., AST, 2018.
10. Yang Dzh., Klosko Dzh., Vajshaar M. *Shema-terapiya. Prakticheskoe rukovodstvo* [Young J., Klosko J., Weishaar M. Schema Therapy. A Practitioner's Guide] / transl. from English. SPb., Dialektika (Dialectics), 2020. 464 p.
11. Alimoradi Z. et al. The Relationship Between Cognitive Schemas Activated in Sexual Context and Early Maladaptive Schemas Among Married Women of Childbearing Age // *BMC Psychology*. 2022. Vol. 10. Art. 177. DOI: 10.1186/s40359-022-00829-1.
12. Araújo G. E., Cruz O. S., Moreira D. Maladaptive Beliefs of Young Adults in Interpersonal Relationships: A Systematic Literature Review // *Trauma, Violence, & Abuse*. 2021. Vol. 24, No. 2. Pp. 646–661. DOI: 10.1177/15248380211038684.
13. Burris C. Stand by Your (Exploitive) Man: Codependency and Responses to Performance Feedback // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 1999. Vol. 18, No. 3. Pp. 277–298. DOI: 10.1521/JSCP.1999.18.3.277.
14. Calvete E., Estévez A., Corral S. Posttraumatic Stress Disorder and Its Relationship with Negative Cognitive Schemas in Battered Women // *Psicothema*. 2007. Vol. 19, No. 3. Pp. 446–451.
15. Cermak T. L. *Diagnosing and Treating Co-Dependence: A Guide for Professionals Who Work with Chemical Dependents, Their Spouses, and Children*. Minneapolis : Johnson Institute Books, 1986.
16. Craigie F., Tan S. Changing Resistant Assumptions in Christian Cognitive-Behavioral Therapy // *Journal of Psychology and Theology*. 1989. Vol. 17, No. 2. Pp. 93–100. DOI: 10.1177/009164718901700201.
17. Douglas A. N. et al. Reading Relationships, But Seeing Betrayal: Impact of Relational Health Schemas on Processing of Interpersonal Conflict // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2013. Vol. 32, No. 9. Pp. 964–988. DOI: 10.1521/JSCP.2013.32.9.964.
18. Fischer J. L., Spann L. Measuring Codependency // *Alcoholism Treatment Quarterly*. 1991. Vol. 8, No. 1. Pp. 87–100. DOI: 10.1300/J020v08n01_06.
19. Gierynski T., Williams T. Codependency // *Journal of Psychoactive Drugs*. 1986. Vol. 18, No. 1. Pp. 7–13. DOI: 10.1080/02791072.1986.10524474.
20. Gombert E. L. On Terms Used and Abused: The Concept of "Codependency" // *Drugs and Society*. 1989. Vol. 3. Pp. 113–132.
21. Happ Z., Bodó-Varga Z., Bandi S. A. et al. How Codependency Affects Dyadic Coping, Relationship Perception and Life Satisfaction // *Current Psychology*. 2022. DOI: 10.1007/s12144-022-02875-9.
22. Irvine L. Codependency and Recovery: Gender, Self, and Emotions in Popular Self-Help // *Symbolic Interaction*. 1995. Vol. 18, No. 2. Pp. 145–163. DOI: 10.1525/SI.1995.18.2.145.
23. Kaplan V. The Relationship Between Adolescents' Codependency Levels and Family Relationships // *Extreme Psychology and Personal Safety*. 2025. Vol. 2, No. 4. Pp. 69–85. DOI: 10.17759/epps.2025020405.
24. Kaufman J., Allbaugh L. J., Wright M. O. Relational Wellbeing Following Traumatic Interpersonal Events and Challenges to Core Beliefs // *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2018. Vol. 10, No. 1. Pp. 103–111.
25. Marks A. D. G. et al. Development and Validation of a Revised Measure of Codependency // *Australian Journal of Psychology*. 2012. Vol. 64, No. 3. Pp. 119–127.
26. Osimo F. et al. The Negative Core Beliefs Inventory: Development and Psychometric Properties // *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 2018. Vol. 32, No. 1. Pp. 67–84. DOI: 10.1891/0889-8391.32.1.67.
27. Ponce A., Williams M. K., Allen G. Experience of Maltreatment as a Child and Acceptance of Violence in Adult Intimate Relationships: Mediating Effects of Distortions in Cognitive Schemas // *Violence and Victims*. 2004. Vol. 19, No. 1. Pp. 97–108.
28. Soygüt G., Nelson L., Safran J. The Relationship Between Interpersonal Schemas and Personality Characteristics // *Journal of Cognitive Psychotherapy*. 2001. Vol. 15, No. 2. Pp. 99–108.
29. Wegscheider-Cruse S. *Another Chance: Hope and Health for the Alcoholic Family*. Palo Alto, CA : Science and Behavior Books, 1981.
30. Winter K. Experiences and Expertise of Codependency: Repetition, Claim-Coupling, and Enthusiasm // *Public Understanding of Science*. 2018. Vol. 28, No. 2. Pp. 146–160.
31. Wright P. H. The Acquaintance Description Form // *Understanding Personal Relationships: An Interdisciplinary Approach*. 1985. Pp. 39–62.

Поступила в редакцию: 13.02.2026

Принята к публикации: 14.04.2026