

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ



УДК 159.972

Обзорная статья

<https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-3-23-31>



Неопределенность как формирующий фактор созависимости

Александр П. Игнатенко  , Дарья В. Лещанова 

Донской государственный технический университет, Российская Федерация, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1

 aliaksandrignatenko@gmail.com

Аннотация

Введение. Проблема созависимости в данной статье связывается с чувством неопределенности. Формирование созависимости рассматривается в рамках возрастной психологии. Прибегание к видам зависимого поведения может являться своеобразной попыткой преодоления ощущения неопределенности и возвращения чувства комфорта. Неопределенность является реальностью современной жизни, влияющей на развитие высокого уровня тревоги, что обуславливает актуальность изучения проблемы.

Цель. Теоретический анализ созависимого поведения и его взаимосвязи с концепцией неопределенности.

Теоретическое обоснование. Термин «толерантность к неопределенности» рассмотрен в различных научных интерпретациях. При возрастании уровня тревоги в ситуациях неопределенности у человека вырабатывается определенная терпимость к страданию, что трансформирует здоровую личность в созависимую. Также созависимость может быть определена как болезнь, приносящая вред развитию личности. Приведены различные определения данного понятия, описывающие созависимость в разных научных контекстах. Воспитание в дисфункциональной семье может быть фактором влияния на увеличение толерантности к неопределенности, а следовательно, и на развитие созависимой личности.

Обсуждение и заключение. Невозможность обращения к эмоциональной или рациональной сфере людей, воспитанных в дисфункциональных семьях, ведет к ограниченности их в коммуникации с другими и в идентификации чувств тревоги. Отмечается двойственность в интерпретации различными авторами понятий неопределенности и созависимости, поскольку, с одной стороны, созависимость предстает как болезнь, а с другой — как форма адаптации. Небольшое количество экспериментальных исследований на тему формирования созависимости определяет дальнейший вектор изучения вопроса созависимого поведения и его взаимосвязи с концепцией неопределенности.

Ключевые слова: созависимость, неопределенность, дисфункциональная семья, воспитание, толерантность к неопределенности, страх отвержения

Для цитирования. Игнатенко, А. П., Лещанова, Д. В. (2023). Неопределенность как формирующий фактор созависимости. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 6(3), 23–31. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-3-23-31>

Uncertainty as a Shaping Factor in Codependency

Alexander P. Ignatenko , Darya V. Leshchanova 

Don State Technical University, 1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, Russian Federation

✉ aliaksandrignatenko@gmail.com

Abstract

Introduction. In this article, the problem of codependency is associated with a feeling of uncertainty. The formation of codependency is considered in the framework of developmental psychology. Resorting to types of dependence behaviour can be a kind of attempt to overcome the feeling of uncertainty and return a sense of comfort. Uncertainty is a reality of modern life, affecting the development of a high level of anxiety that determines the relevance of studying the problem. Purpose. Theoretical analysis of codependent behaviour and its relationship with the concept of uncertainty.

Theoretical Justification. The term “tolerance of uncertainty” is considered in various scientific interpretations. With an increase in the level of anxiety in situations of uncertainty, a person develops a certain tolerance for suffering that transforms a healthy personality into a codependent one. Codependency can also be defined as a disease that harms personality development. Various definitions of the concept are given that describe codependence in different scientific contexts. Growing up in a dysfunctional family can be a factor influencing an increase in tolerance for uncertainty, and, consequently, the development of a codependent personality.

Discussion and Conclusion. The impossibility of addressing the emotional or rational sphere of people raised in dysfunctional families leads to their limitation in communication with others and in identifying feelings of anxiety. There is an ambiguity in the interpretation of the concepts of uncertainty and codependency by various authors. On the one hand, codependency appears as a disease and, on the other, as a form of adaptation. A small number of experimental studies on the formation of codependency determine the further vector for diving into the issue of codependency behaviour and its relationship with the concept of uncertainty.

Keywords: codependency, uncertainty, dysfunctional family, upbringing, tolerance of uncertainty, fear of rejection

For citation. Ignatenko, A. P., Leshchanova, D. V. (2023). Uncertainty as a Shaping Factor in Codependency. *Innovative Science: psychology, pedagogy, defectology*, 6(3), 23–31. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2023-6-3-23-31>

Введение

Жизнь в постоянно меняющемся мире вынуждает человека представлять перед растущими требованиями адаптации. Нестабильность на политической арене, в экономической и социальной сфере, фрустрирующие события, пандемия коронавирусной инфекции, военные конфликты порождают высокий уровень тревоги в обществе, семье и у индивида (Рассказова и др., 2020). Переживание неопределённости может быть вызвано невозможностью использования старых, уже освоенных методов действия для достижения необходимого. В этом случае ситуация неопределённости преобразуется в ситуацию проблемную, в невозможность реализовать желаемое в существующих условиях. Проживание в проблемных ситуациях оказывает влияние на семантическую сферу и приводит к поиску новых значений (Леонов, 2014). Соответственно, от человека, находящегося в неопределённых условиях, требуется все больше умения обходиться со своими переживаниями, ему необходимо владение навыком преодоления вызовов современной реальности. В попытках справиться с ощущением неопределённости часто индивид прибегает к различным видам зависимого поведения, таким образом стремясь избежать некомфортной ситуации.

Данные последних исследований говорят об увеличении проявлений различных видов зависимостей. Зависимости могут быть как химическими (наркомания, алкоголизм, токсикомания, пищевая зависимость), так и не химическими (гэмблинг, любовная, игровая, гаджет-зависимость, зависимость от негативных новостей, зависимость от агрессии). Равновесно растёт и частота встречаемости созависимого поведения (Артемцева и Малкина, 2022; Рассказова и др., 2020). В большинстве случаев человек, страдающий созависимым поведением, находится в ситуации неопределённости в собственной семье, при этом испытывая тревогу относительно себя и значимых для него людей. Актуальные условия стресса и неопределённости в обществе обостряют и усиливают проявления созависимости в семье. Важное значение в условиях присутствия зависимого близкого приобретает психологическая адаптация созависимого человека (Артемцева и Архипова, 2022).

В настоящее время созависимое поведение изучается с целью разработки наиболее эффективных стратегий психологического воздействия для данной целевой категории, а для ситуации нахождения в неопределенности данная работа становится особенно актуальной. Исследование данной темы поможет как выявить существенные взаимосвязи, так и способствовать разработке программ, направленных на поддержку в профилактике и лечении созависимых отношений. В области созависимого поведения множество аспектов все еще остаются нераскрытыми. Отсутствует четкое понимание, каким образом формируется созависимое поведение. По нашему мнению, данная тема затрагивает категорию психического здоровья общества, личностных качеств настоящего и будущего поколения людей, их способностей принимать решения в условиях неопределенности. При изучении данной проблемы мы полагаем, что фактор неопределенности может быть выделен как одна из важнейших причин формирования созависимого поведения в дисфункциональной семье.

Таким образом, **целью** настоящего обзора является анализ созависимого поведения и его взаимосвязи с концепцией неопределенности.

Теоретическое обоснование

Окружающая среда, без сомнений, имеет большое значение для организма. С ней он взаимодействует, в ней обучается и удовлетворяет свои потребности. Влияние окружающей среды особенно важно в детском возрасте. Влияние семьи как первоначальной среды имеет огромное значение на возникновение невроза у детей. Находясь в дисфункциональной семье, ребенок может столкнуться с угрозой своей внутренней свободе, спонтанности, уверенности в себе и проявления своей творческой гибкости в различных ситуациях. Он может ощущать свою изолированность и беспомощность, тревогу и напряжение. В таком случае взаимодействие с другими людьми будет определяться желанием преодолеть эти внутренние конфликты, преодолеть ощущение неопределенности (Ryan et al., 2015).

Развитие личности ребенка напрямую связано с функциональностью семьи. Стиль воспитания родителей имеет огромное влияние: от того, выберут ли родители эмоциональное отстранение или наоборот, опека, будет зависеть поведение уже взрослого человека в будущем. Внутри родительской семьи формируются основные типы реакций ребенка на других людей, происходит его эмоциональное и социальное научение. Также семья помогает ребенку развить чувство слияния или автономии с другим (Антонов и Третьяк, 2020).

Развитие теплых межличностных отношений, которые можно назвать здоровыми, обеспечивает баланс зависимости и автономии в родительской семье, что в свою очередь дает ощущение опоры. В случае нарушения такой здоровой привязанности ребенок формирует высокий уровень беспокойства в отношениях, с характерной острой потребностью в постоянной эмоциональной близости, в нужде, в постоянном подтверждении, что эти отношения продолжаются, таким образом стремясь снизить свою тревожность. Возможен и такой вариант, в котором, сталкиваясь с психологическим или физическим насилием в дисфункциональной семье, ребенок научается поведению, при котором близость с другим недопустима. Когда он вырастет, то будет чувствовать дискомфорт от близости, продиктованный страхом быть отвергнутым, что также связано с ситуацией неопределенности в отношениях (Романова, 2020). Чтобы ее избежать, созависимый избегает близости с другим (Осинская и Кравцова, 2016). Из этого можно сделать вывод, что для созависимого человека, постоянно находящегося в состоянии неопределенности, необходимо подтверждение его нужности и значимости для объекта зависимости (Осинская, 2012).

Проявление созависимого поведения возможно в виде патологической реакции на неопределенность жизни с родителем-алкоголиком, наркоманом, с родителем-абьюзером, с родителем эмоционально отстраненным или, наоборот, поглощающим. Родители, демонстрирующие подобное поведение, могут в любой момент «выпасть» из эмоционального контакта с ребенком. Неопределенность и нестабильность контакта в семье приводит выросших в таких семьях детей к невозможности переносить ситуации неопределенности (Beattie, 2009). Характерными чертами для детей, выросших в дисфункциональной семье, выступают: манипулятивное поведение, желание подчинять других людей, неумение идентифицировать свои чувства и стремление подавить их. Им свойственно ощущение ненужности и одиночества, тенденция недоверия к окружающим и отсутствие коммуникативных навыков, а также тенденция к негативному восприятию. Данные характеристики являются либо основанием для ощущения неопределенности, либо попытками её преодолеть.

Понятие «созависимость» было введено в словарь психологических терминов в связи с поведением членов семьи, особенно женщин, имеющих привязанность к алкоголю. Смысловое содержание термина «созависимость» изменилось за годы изучения данной проблемы. Более актуальный термин отражает отношения двух людей,

которые характеризуются сильной эмоциональной, физической и социальной зависимостью, занимающей существенное место в жизни, отгесняющей и обесмысливающей все прочее, и не приносящей удовлетворения (Пузырёва, 2012). При этом один из них имеет химическую или нехимическую аддикцию (Минуллина и Михайлова, 2018). Смысловое содержание термина «созависимость» изменилось за годы изучения данной проблемы. Минуллина и Михайлова (2018) определяют созависимость как приобретенную дисфункциональную стратегию поведения в родительской семье, которая выражается в том, что неполные семьи не имеют желательных условий нормального развития личности ребенка, что приводит к высокому уровню созависимости в зрелости. Авторы связывают это с тем, что матери-одиночки часто используют дисфункциональные методы внутрисемейного воспитания, закрепляя у своих детей инфантильное поведение.

Несмотря на множество определений созависимости, стоит выделить, по нашему мнению, те, которые точнее всего описывают данную проблему. Subby (2010) определяет созависимость в качестве эмоционального, психологического и поведенческого состояния, возникающего в результате того, что человек длительное время подвергался воздействию угнетающих правил, которые препятствовали открытому выражению чувств, а также открытому обсуждению личностных и межличностных проблем. Beattie (2009) рассматривает созависимость как зависимость от близких людей, от их настроения, болезни или здоровья, их любви или ненависти. Созависимость определяется и как отношение личности, включенной в длительное взаимодействие с человеком, зависимым от алкоголя и/или наркотиков. Из приведенных определений созависимости можно предположить, что созависимость — это продукт социальных отношений, который в них и проявляется. Данная проблема проявляется в приступах тревоги, депрессивности, паники, невозможности переносить неопределенность, а также в нестабильной самооценке. Самооценка созависимого колеблется, поскольку во многом зависит от неустойчивого мнения окружающих.

Пузырёвой (2012) обозначены факторы, характерные для созависимых отношений:

- данные отношения неспособны удовлетворять актуальные потребности человека;
- в данных отношениях человек не может четко обозначать свои потребности и отстаивать свои психологические границы;
- нервозность, истерика, подавленность, невозможность переносить неясность во взаимоотношениях;
- нестабильность в самооценке, поскольку она напрямую зависит от самооценки извне;
- отсутствие видения реальных фактов, которые касаются текущих созависимых отношений;
- желание контролировать своего партнера, создающее трудности в построении здоровых отношений;
- нежелание вносить личный вклад в развитие отношений, стремление взять на себя ответственность за происходящее;
- невозможность созависимого обосновывать свою позицию (Гольдберг, 2021).

В своей работе Осинская (2012) выявляет корреляцию образа отца и закрепление созависимости в зрелом возрасте. В результате данного исследования сделаны выводы, что расхождение действительного и идеального в облике отца сказывается на степени созависимости: при высокой степени расхождения отмечается увеличение внутренней конфликтности, индивидуальности и выраженности созависимого поведения (Осинская, 2012). Мы, в свою очередь, можем сделать вывод о том, что расхождение реального и идеального в образе значимого взрослого происходит при нарушенных типах привязанности, так как ребенок в такой ситуации постоянно ощущает неуверенность, а следовательно, и неопределенность в ожидании отзыва или отклика.

Описываются различные формы созависимости по форме взаимодействия с объектом зависимости:

1. Созависимость в виде растворения себя в партнере. При этой форме партнеру передается ответственность за свою жизнь. Человек сконцентрирован на интересах, чувствах и переживаниях другого и полностью отказывается от собственного «Я», а также от своих потребностей, целей и стремлений. Данный механизм используется для ощущения безопасности по принципу химической зависимости. Если сознание сконцентрировано на чем-то, оно не замечает, что происходит вокруг, и это выступает своеобразным способом избегания ситуации неопределенности. Обратной стороной предстает созависимость в виде лишения партнера его суверенитета.

2. Созависимость в виде замещения родительской фигуры для другого. Характерным поведением человека в этом случае будет опека, контроль, взятие всей ответственности на себя. Объект зависимости воспринимается как неполноценный и неспособный позаботиться о себе.

3. Созависимость в виде разрушения территории другого. На значимого другого может проецироваться представление об «идеальном Я» и желание его исправить. В попытках достичь идеала созависимый подавляет и разрушает «неидеальные» проявления в другом.

4. Созависимость в виде отражения в другом. Созависимым может перекладываться ответственность на другого за собственное восприятие. В таком случае у человека возникает сильная потребность в том, чтобы объект зависимости им постоянно восхищался, добивался расположения, тем самым заполняя опустошенное представление о себе (Султанова и Барыбина, 2021).

Выделяются два основных пути формирования созависимого поведения. Первый путь подразумевает проживание в родительской семье, где есть человек, демонстрирующий зависимое поведение, а второй — продолжительные близкие отношения с зависимым супругом или сожителем. Созависимость не формируется в здоровых отношениях с людьми, вместо этого возникая в отношениях дисфункциональных, где не поддерживается эмоциональная близость, в отношениях, например, с зависимыми, нарциссическими, агрессивными личностями, а также личностями, страдающими психическими заболеваниями (Минуллина и Михайлова, 2018).

Свою активную работу ведет группа самопомощи «CoDA», посвященная взаимопомощи созависимым друг другу, в частности, через механизм идентификации. Участники «CoDA» так описывают собственные ощущения о жизни в созависимости: чувство человека о собственной значимости или, наоборот, ущербности вытекают из отношения окружающих; неблагополучие другого влияет на собственный комфорт; внимание полностью сконцентрировано на решении проблем другого; смысл жизни приобретает в доставлении удовольствия другому или в манипулировании им; самооценка зависит напрямую от успешности решения проблем другого; ставятся в приоритет интересы и увлечения другого; собственные чувства пренебрегаются в пользу значимого другого; мечты и цели связаны с другим; в отношениях с другим созависимый — дающая сторона, стремящаяся к чувству безопасности; собственные принципы откладываются в сторону ради взаимоотношений с другим; качество жизни созависимого зависит от качества жизни другого; страх быть плохим обуславливает поведение созависимого (Артемцева и Архипова, 2022).

В заключении рассуждения о созависимости мы можем сказать, что именно дисфункциональные отношения в семье, порождающие ситуацию неопределенности для детей и, как следствие, высокий уровень тревоги, могут быть причиной проявления созависимого поведения в будущем. Однако до сих пор нами не была рассмотрена сама неопределенность и аспекты, связанные с ней.

Термин «толерантность к неопределенности», под которым понимается определенный уровень, при котором люди начинают нервничать в ситуациях, воспринимаемых ими как неясные, непредсказуемые и не имеющие определенной структуры, был введен социологом Hofstede в 1970-х годах. Толерантность к неопределенности — это научная концепция, имеющая множество трактовок. Неопределенность понимается как черта человека, как ситуационно специфическая установка, а также как метакогнитивные процессы и навыки (Леонов, 2014). Толерантность к неопределенности, по мнению Корниловой (2014), является положительным отношением к неопределенностям, перспективой проявления себя в любой новой возникающей ситуации, способностью действовать и придерживаться решений при ограниченной ориентировке в ситуации. Соответственно, интолерантность к неопределенности заключается в отрицательном отношении, в которое входит неустойчивость, восприятие неопределенности в качестве опасности, стремление прояснить каждый непонятный момент, вне зависимости от его важности для общего контекста (Корнилова, 2014). В своей работе Луковицкая (1998) рассмотрела толерантность к неопределенности в качестве социально-психологической схемы, состоящей из эмоциональных, когнитивных и поведенческих элементов. Когнитивные компоненты определяются как уровень осознания неопределенности внешних условий. Аффективная составляющая — осознанное или неосознанное переживание несоответствия внешней окружающей среде. Поведенческие компоненты реализуются как тенденция к тому или иному ответу на неопределенность.

В исследованиях рассматривается толерантность к неопределенности в качестве культурной переменной. Неопределенность в конкретном случае проявляется в пребывании индивида в неструктурированных ситуациях; асоциальные правила, обряды и общая религиозная направленность культурно предопределяют формы реагирования человека на неопределенность. Толерантность к неопределенности определяется и как разброс реакций, с диапазоном от отвержения до привлекательности при восприятии неизвестных, сложных, динамически неопределенных или имеющих неоднозначные трактовки стимулов (Луковицкая, 1998). Понятие «неопределенность» в научной литературе во многом связывается с событиями, происходящими в мире: с цифровизацией коммуникативной сферы, с появлением новых вирусных инфекций, нестабильностью в политической сфере. Данные вызовы предъявляют повышенные требования к человеку в плане адаптационных возможностей. Неопределенность может быть рассмотрена и в контексте социальной ситуации.

Межличностное общение, происходящее в семейной сфере, в рабочей и учебной деятельности, также может характеризоваться неопределенностью и требовать принятия решений от человека. Семейная сфера основана на межличностной коммуникации, и в ней неопределенность может возникать из-за несоответствия информации, поступающей по вербальному и невербальному каналам. Помимо этого, критериями неопределенности в коммуникации могут быть: дефицит информации, изменчивость, множественность суждений, непонятность, неточность, неполнота и фрагментарность; непредсказуемость; неструктурированность; несовместимость и противоречивость (Schrodt & Phillips, 2016); ощущение исходящей опасности; фрустрация. Неоднозначность ролевых моделей участников семейной системы, в силу проявления зависимого поведения одним из членов семьи, является фактором возникновения неопределенности (Власенко и Назаренко, 2007).

Ситуация неопределенности рассматривается как «процесс ожидания и желание знать все», что коррелирует с желанием созависимого контролировать ситуацию или значимого другого. Состояние неопределенности приравнивают к потере контроля над ситуацией. Большинство определений неопределенности содержат те характеристики, которые свойственны созависимым субъектам: стремление доминировать и контролировать, страх неудачи, тенденция поместить все происходящее в понятные и предсказуемые рамки. Ситуация неопределенности описывается в связи с невозможностью понимать и присваивать проживаемый опыт, что может быть связано с высокой интенсивностью чувств для осознания.

Введенное Фрейдом в 1925 году понятие тревоги и по настоящее время рассматривается как неидентифицированное чувство страха. Также тревога рассматривается как страх ожидания, страх перед испытанием, как нарушение между «сейчас» и «потом», как подавленная энергия. Тревога напрямую связана с фантазией и воображением чего-то негативного. Она может возникать вследствие незаконченных ситуаций, в том числе неосознаваемых, то есть вследствие заблокированной активности. В связи с этим тревогу можно понимать как эмоциональное состояние, проявляющееся во внутреннем неосознаваемом беспокойстве, связываемым в сознании индивида с возможной неудачей, ожиданием чего-то опасного или важного, то есть пребывание человека в условиях неопределенности. Отдельно выделяется «семейная тревога».

Под «семейной тревогой» понимается состояние страха у одного или нескольких членов семьи, причина которого плохо осознаётся. Данный семейный страх может быть связан с неопределенностью того, что может произойти с членом семьи, поздно возвращающимся домой, с невозвращением, с собственным здоровьем или здоровьем членов семьи, с частыми семейными конфликтами. «Семейная тревога» обычно связана только с семейной системой и не затрагивает профессиональную сферу, обучение, дружбу. В основном ее появление связано с возникновением ощущения неопределенности в значимом аспекте семейной жизни: неуверенности в чувствах, сомнением в верности, в честности супруга или супруги (Гольдберг, 2021). Любая ситуация, в которой есть доля неизвестности и непредсказуемости или в которой просто отсутствует часть информации, в мышлении созависимой личности обязательно получает негативное окрашивание. Например, если любой из членов семьи не пришел вовремя домой, значит, с ним обязательно что-то случилось. Данные негативно окрашенные варианты развития событий можно описать как преобладание «негативного мышления» у созависимого, что несомненно, провоцирует преобладание негативно окрашенных чувств.

Важным требованием для благополучного самовыражения и адаптации индивидуальности в нынешнем мире подразумевается способность переносить ситуации неопределенности, объективно расценивать происходящие преобразования, что составляет актуальность изысканий толерантности к неопределенности (Корнилова, 2015).

Обсуждение и заключение

Целью настоящего исследования являлся анализ созависимого поведения и его взаимосвязь с концепцией неопределенности.

Подводя итоги, мы можем сделать вывод, что причины созависимого поведения могут быть охарактеризованы следующим образом:

1. Деструктивная привязанность и способ выстраивания отношений связаны с особенностью переработки мыслей, чувств и воспоминаний из детского опыта. Взрослый может своим поведением формировать неспособность обращаться к эмоциональному или когнитивному каналу информации, а иногда сразу к двум. Таким людям потом во взрослой жизни тяжело или невозможно осознавать свои и распознавать чужие чувства. Недостаток информации от окружающей среды является фактором ощущения неопределенности.

2. Невозможность переносить ситуации неопределенности связана с нестабильностью контакта со значимыми взрослыми в семье.

3. Патологическое влияние неопределённости, по нашему мнению, может быть связано с высоким уровнем тревоги, в течение долгого времени влияющим на личность человека, с которым она не может справиться, что может приводить к трансформации личности и проявлению созависимости.

4. Контроль другого невозможен и поражает большое количество неопределённости и тревоги, в то время как созависимый находится в иллюзии контроля другого в различных ситуациях.

Изучив научное поле понятий «созависимость» и «неопределённость», мы приходим к выводу, что некоторые авторы рассматривают созависимость как болезнь, а другие, в свою очередь, как форму полезного психологического приспособления в неблагоприятной среде. Возможность рассмотрения созависимости с двух точек зрения усложняет изучение данной проблемы, поскольку созависимости, с одной стороны, присуще разрушающее действие, а с другой — она несет адаптивную функцию. При этом точки зрения неотъемлемо связаны с ситуацией неопределённости. Психологическое приспособление в форме созависимости помогло когда-то в детском возрасте организму выжить в условиях неопределённости дисфункциональной семьи, и уже во взрослом возрасте, из невозможности изменить данный паттерн поведения, человек вынужден страдать от созависимого поведения.

Созависимость — это полный отказ человека от себя, от полноценного проживания своей жизни. Несмотря на то, что последние 20 лет исследования, направленные на изучение проблемы созависимости, встречаются часто, по нашему мнению, данное явление не раскрыто в полной мере. Следует отметить малое количество экспериментальных исследований на тему формирования созависимого поведения, что для нас делает актуальным эмпирическое исследование вопроса созависимого поведения и его взаимосвязи с концепцией неопределённости.

Список литературы

- Антонов, А. С., и Третьяк, Э. В. (2020). Влияние стилей семейного воспитания на формирование агрессии у подростков. *Интерактивная наука*, 3(49), 35–40. <https://www.doi.org/10.21661/r-530346>
- Артемцева, Н. Г., и Архипова, А. А. (2022). Негативно-мыслящий человек как триггер созависимости своих близких. *Человек. Искусство. Вселенная*, 1, 185–190.
- Артемцева, Н. Г., и Малкина, С. А. (2022). Когнитивные ошибки созависимых как способ защиты от неопределённости. *Вестник Самарского государственного технического университета. Серия «Психолого-педагогические науки»*, 19(1), 153–166. <https://doi.org/10.17673/vsgtu-pps.2022.1.11>
- Власенко, Н. А., и Назаренко, Т. Н. (2007). Неопределённость в праве: понятие и формы. *Государство и право*, 6, 5–12.
- Гольдберг, Е. С. (2021). Типы привязанности в детстве и созависимые отношения взрослых. В *Социально-педагогические вопросы образования и воспитания. Материалы Всероссийской научно-практической конференции* (С. 278–283). Издательский дом «Среда».
- Корнилова, Т. В. (2014). Толерантность к неопределённости и эмоциональный интеллект при принятии решений в условиях подсказки. *Психология. Журнал высшей школы экономики*, 11(4), 19–36.
- Корнилова, Т. В. (2015). Принцип неопределённости в психологии выбора и риска. *Психологические исследования*, 8(40), 3.
- Леонов, И. Н. (2014). Толерантность к неопределённости как психологический феномен: история становления конструкта. *Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика*, 4, 43–52.
- Луковицкая, Е. Г. (1998). *Социально-психологическое значение толерантности к неопределённости* (диссертация). Санкт-Петербург.
- Мишулина, А. Ф., и Михайлова, М. О. (2018). Созависимость и дисфункциональное воспитание в неполных семьях. *Проблемы современного педагогического образования*, 58–4, 335–339.
- Осинская, С. А. (2012). Рассогласование реального и идеального в образе отца как основа внутренней конфликтности созависимых. *Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения*, 27, 7–13.
- Осинская, С. А., и Кравцова, Н. А. (2016). Системная детерминация созависимости: некоторые подходы к объяснению феномена. *Вестник психиатрии и психологии Чувашии*, 12(1), 42–56.
- Пузырёва, Л. А. (2012). Социально-психологические предпосылки созависимых отношений. *Ярославский педагогический вестник*, 2(3), 246–250.
- Рассказова, Е. И., Леонтьев, Д. А., и Лебедева, А. А. (2020). Пандемия как вызов субъективному благополучию: тревога и совладание. *Консультативная психология и психотерапия*, 28(2), 90–108. <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280205>

Романова, Т. С. (2020). Зависимое и созависимое поведение: теоретический аспект. В, *Векторы психологии — 2020: психолого-педагогическое сопровождение личности в современной образовательной среде. Материалы международной научно-практической конференции* (С. 137–140). Гомельский государственный университет им. Франциска Скорины.

Султанова, И. В., и Барыбина, А. И. (2021). Стратегии родительского воспитания как фактор, провоцирующий созависимое поведение личности подростков. *Проблемы современного педагогического образования*, 70–1, 355–358.

Beattie, M. (2009). *Beyond codependency: And getting better all the time*. Hazelden Publishing.

Ryan, R. M., Deci, E. L., Grolnick, W. S., & La Guardia, J. G. (2015). The significance of autonomy and autonomy support in psychological development and psychopathology. In D. Cicchetti, D. J. Cohen (eds), *Developmental Psychopathology: Volume One: Theory and Method* (pp. 795–849). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9780470939383.ch20>

Schrodt, P., & Phillips, K. E. (2016). Self-disclosure and relational uncertainty as mediators of family communication patterns and relational outcomes in sibling relationships. *Communication Monographs*, 83(4), 486–504. <http://doi.org/10.1080/03637751.2016.1146406>

Subby, R. C. (2010). *Lost in the shuffle: The co-dependent reality*. Health Communications.

References

Antonov, A. S., & Tretyak, E. V. (2020). The influence of family upbringing styles on the formation of aggression in adolescents. *Interactive Science*, 3(49), 35–40. <https://www.doi.org/10.21661/r-530346>. (In Russ.).

Artemtseva, N. G., & Arkhipova, A. A. (2022). A negative-thinking person as a trigger for the codependency of their loved ones. *Human. Art. Universe*, 1, 185–190. (In Russ.).

Artemtseva, N. G., & Malkina, S. A. (2022). Cognitive errors of codependents as a way to protect against uncertainty. *Bulletin of the Samara State Technical University. Series "Psychological and Pedagogical Sciences"*, 19(1), 153–166. <https://doi.org/10.17673/vsgtu-pps.2022.1.11> (In Russ.).

Beattie, M. (2009). *Beyond codependency: And getting better all the time*. Hazelden Publishing.

Goldberg, E. S. (2021). Types of attachment in childhood and codependent adult relationships. In, *Socio-Pedagogical Issues of Education & Upbringing. Proceedings of the All-Russian scientific and practical conference* (pp. 278–283). Sreda. (In Russ.).

Kornilova, T. V. (2014). Tolerance for uncertainty and emotional intelligence and the use of hints in decision-making. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 11(4), 19–36. (In Russ.).

Kornilova, T. V. (2015). The principle of uncertainty in psychology of choice and risk. *Psychological Research*, 8(40). (In Russ.).

Leonov, I. N. (2014). Tolerance for ambiguity as a psychological phenomenon: The history of a construct. *Bulletin of Udmurt University. Series Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 4, 43–52. (In Russ.).

Lukovitskaya, E. G. (1998). *Socio-psychological significance of tolerance for uncertainty* (dissertation). Saint Petersburg. (In Russ.).

Minullina, A. F., & Mikhailova, M. O. (2018). Co-dependence and dysfunctional education in single-parent families. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 58–4, 335–339. (In Russ.).

Osinskaya, S. A. (2012). The type of discrepancy between the real and the ideal in the image of the father as the basis of the internal conflict of codependents. *Psychology and Pedagogy: Methodology and Problems of Practical Application*, 27, 7–13. (In Russ.).

Osinskaya, S. A., & Kravtsova, N. A. (2016). Systemic determination of codependency: some approaches to explaining the phenomenon. *Bulletin of Psychiatry and Psychology of Chuvashia*, 12(1), 42–56. (In Russ.).

Puzyriova, L. A. (2012). Social and psychological preconditions of codependent relations. *Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, 2(3), 246–250. (In Russ.).

Rasskazova, E. I., Leontiev, D. A., & Lebedeva, A. A. (2020). Pandemic as a challenge to subjective well-being: Anxiety and coping. *Counseling Psychology & Psychotherapy*, 28(2), 90–108. <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280205>. (In Russ.).

Romanova, T. S. (2020). Dependent and codependent behavior: A theoretical aspect. In, *Vectors of Psychology — 2020: Psychological & Pedagogical Support of the Personality in the Modern Educational Environment. Materials of the international scientific and practical conference* (pp. 137–140). Gomel State University Francis Skaryna (In Russ.).

Ryan, R. M., Deci, E. L., Grolnick, W. S., & La Guardia, J. G. (2015). The significance of autonomy and autonomy support in psychological development and psychopathology. In D. Cicchetti, D. J. Cohen (eds), *Developmental Psychopathology: Volume One: Theory and Method* (pp. 795–849). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9780470939383.ch20>

Schrodt, P., & Phillips, K. E. (2016). Self-disclosure and relational uncertainty as mediators of family communication patterns and relational outcomes in sibling relationships. *Communication Monographs*, 83(4), 486–504. <http://doi.org/10.1080/03637751.2016.1146406>

Subby, R. C. (2010). *Lost in the shuffle: The co-dependent reality*. Health Communications.

Sultanova, I. V., & Barybina, A. I. (2021). Parenting strategies as a factor provoking codependent behavior of adolescent personality. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 70–1, 355–358. (In Russ.).

Vlasenko, N. A., & Nazarenko, T. N. (2007). Indefiniteness in law: Notion and forms. *State and Law*, 6, 5–12. (In Russ.).

Об авторах:

Игнатенко Александр Петрович, аспирант кафедры «Общая и консультативная психология», Донской государственный технический университет (344003, РФ, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1), [ORCID](#), aliaksandrignatenko@gmail.com

Лещанова Дарья Валерьевна, аспирант кафедры «Общая и консультативная психология», Донской государственный технический университет (344003, РФ, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1), [ORCID](#), daha1501@mail.ru

Поступила в редакцию 13.03.2023

Поступила после рецензирования 10.04.2023

Принята к публикации 11.04.2023

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Все авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

About the Authors:

Ignatenko Aleksandr P., postgraduate student of the Department of General and Counseling Psychology, Don State Technical University (1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, 344003, RF), [ORCID](#), aliaksandrignatenko@gmail.com

Leshchanova Darya V., postgraduate student of the Department of General and Counseling Psychology, Don State Technical University (1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, 344003, RF), [ORCID](#), daha1501@mail.ru

Received 13.03.2023

Revised 10.04.2023

Accepted 11.04.2023

Conflict of interest statement

The authors do not have any conflict of interest.

All authors have read and approved the final manuscript.