

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY



УДК 159.9.072.422

Оригинальное эмпирическое исследование

<https://doi.org/10.23947/2658-7165-2026-9-1-22-31>



JJXYMW

Специфика коммуникативных установок и коммуникативных барьеров при подавленной агрессии у лиц, находящихся в условиях созависимости

Александр П. Игнатенко

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

✉ Aliaksandrignatenko@gmail.com

Аннотация

Введение. Созависимость в статье рассмотрена как проблема, вызывающая подавление агрессивных чувств по ряду причин. Данными причинами могут являться: низкая самооценка, стремление угодить другим и получить одобрение, невнимание к собственным чувствам и намерение подавить их, склонность к манипулятивной стратегии общения и т.п., что влияет на формирование специфических коммуникативных установок у лиц, находящихся в проблеме созависимости.

Цель. Комплексное изучение особенностей подавления агрессии и воздействия данного фактора на коммуникативные установки и коммуникативные барьеры у лиц, находящихся в условиях созависимости.

Материалы и методы. В исследовании использованы следующие эмпирические методики: авторская анкета-опросник И. В. Абакумовой и А. П. Игнатенко; методика «Шкала созависимости» В. Д. Москаленко; тест «Профиль созависимости» Н. Г. Артемцева; тест «Диагностика типа коммуникативной установки» В. В. Бойко; тест «Диагностика помех для эмоциональных контактов» В. В. Бойко. В обработке результатов задействованы статистические методы обработки данных, а именно программное обеспечение SPSS 27: сравнение средних значений, одновыборочный *t*-критерий Стьюдента, критерий χ^2 Пирсона.

Результаты исследования. В выборку вошли 223 респондента. Экспериментальную группу составили респонденты, находящиеся в проблеме созависимости ($n = 147$), а контрольную – респонденты, не находящиеся в проблеме созависимости ($n = 76$). В результате исследования установлено, что у лиц, находящихся в состоянии созависимости, наблюдается подавление агрессивных чувств в коммуникации с другими, что коррелирует с открытой жестокостью в отношении к людям, обоснованным негативизмом в суждениях о людях и негативным личным опытом общения с окружающими. Эти связи приводят к спецификации коммуникативных установок, включая выраженную негативную коммуникативную установку, негибкость, неразвитость и невыразительность эмоций, доминирование негативных эмоций, нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе, а также общими эмоциональными проблемами в повседневном общении.

Обсуждение результатов. Эмпирически подтверждено влияние созависимости на феномен подавленной агрессии в межличностной коммуникации, что приводит к нарушениям в эмоциональной и коммуникативной сферах личности, что проявляется в эмоциональной отстраненности, чрезмерной заторможенности и деструктивных коммуникативных установках. Практическая значимость исследования заключается в обосновании необходимости разработки психокоррекционных программ для специалистов реабилитационных центров, направленных на восстановление контакта созависимых лиц с их агрессивными чувствами и развитие навыков их конструктивного выражения.

Ключевые слова: созависимость, подавленная агрессия, коммуникативная установка, коммуникативные барьеры, эмоциональные дефициты, негативные эмоции

Для цитирования. Игнатенко, А. П. (2026). Специфика коммуникативных установок и коммуникативных барьеров при подавленной агрессии у лиц, находящихся в условиях созависимости. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 9(1), 22–31. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2026-9-1-22-31>

Communication Attitudes and Barriers in Codependent Individuals with Suppressed Aggression

Alexander P. Ignatenko 

Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russian Federation

✉ Aliaksandrignatenko@gmail.com

Abstract

Introduction. Codependency is considered in the article as a problem that causes the suppression of aggressive feelings for a number of reasons. These reasons can be: low self-esteem, the desire to please others and get approval, inattention to their own feelings and the intention to suppress them, a tendency to a manipulative communication strategy, etc., which affects the formation of specific communicative attitudes in people who are in the problem of codependency.

Objective. A comprehensive study of the features of aggression suppression and the impact of this factor on communicative attitudes and communication barriers in people who are dependent.

Materials and Methods. The following empirical methods were used in the study: I. V. Abakumov's and A. P. Ignatenko's author's questionnaire; V. D. Moskalenko's "Codependency Scale" method; N. G. Artemtsev's "Codependency profile" test; V. V. Boyko's "Diagnostics of the type of communicative attitude" test; V. V. Boyko's "Diagnostics of interference for emotional contacts" B. test. Briefly. Statistical methods of data processing are used in processing the results, namely the SPSS 27 software: comparison of average values, Student's single-sample t - χ test, Pearson's χ^2 criterion.

Results. The sample included 223 respondents. The experimental group consisted of respondents with a problem of codependency ($n = 147$), and the control group consisted of respondents without a problem of codependency ($n = 76$). The study revealed that individuals experiencing codependency tend to suppress aggressive feelings in social interactions. This suppression correlates with open cruelty towards others, justified negativism in judgements about people, and a negative personal communication experience. These patterns shape specific communication attitudes, including a pronounced negative attitude, inflexibility, limited emotional development and expressiveness, dominance of negative emotions, reluctance to form emotional connections, and general emotional challenges in everyday communication.

Discussion. The influence of codependency on the phenomenon of suppressed aggression in interpersonal communication is empirically confirmed, which leads to disorders in the emotional and communicative spheres of the individual, which manifests itself in emotional detachment, excessive inhibition and destructive communication attitudes. The practical significance of the study is to substantiate the need to develop psychocorrective programs for specialists of rehabilitation centers aimed at restoring contact between codependent individuals and their aggressive feelings and developing skills for their constructive expression.

Keywords: codependency, suppressed aggression, communication attitude, communication barriers, emotional deficits, negative emotions

For Citation. Ignatenko, A. P. (2026). Communication attitudes and barriers in codependent individuals with suppressed aggression. *Innovative science: psychology, pedagogy, defectology*, 9(1), 22–31. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2026-9-1-22-31>

Введение

Тема созависимости является одной из важных и сложных проблем в современном обществе. Данное утверждение основано на ряде фактов. Доказано, что созависимость препятствует свободному выражению личности, проявлению своих чувств и потребностей (Короленко и Климова, 2017). Также подтверждено, что созависимость является фактором, который способствует развитию других форм зависимости (алкогольной, наркотической, игровой и т. д.), как у самого человека, так и у окружающих (Меринев и Сомкина, 2013). В качестве примера феномена созависимости, широко представленного в научных публикациях, можно привести определение, сформулированное национальным советом по созависимости: «Поведение, мотивированное зависимостями других людей; эти зависимости включают пренебрежение и неприятие собственной личности. Ложное восприятие себя часто выражается в виде вынужденных привычек, наркомании и в других расстройствах, которые увеличивают отчуждение от собственной человеческой личности, способствует развитию чувства стыда» (Whitfield, 1991, с. 10). Работы Н. Г. Артемцевой и В. Д. Москаленко подтверждают связь созависимости с подавлением агрессии, однако механизмы ее коммуникативного опосредования были недостаточно описаны, что определяет актуальность данного исследования.

Созависимость. Термин «созависимость» означает зависимость от другого и является патологической формой отношений между людьми, для которых свойственна глубокая поглощенность и чрезмерная эмоциональная, социальная или физическая зависимость одного партнера от другого. Зачастую этот другой может быть зависим от наркотиков, алкоголя, гемблинга, секса и других форм зависимого поведения (Dear et al., 2005; Артемцева, 2022). Созависимый человек, концентрируясь на проблемах других, жертвует собственными потребностями. Все лица с проблемой созависимости характеризуются сходными внутриспсихическими особенностями, включающими:

- контролирующее поведение;
- навязчивые мысли насчет зависимого другого;

- низкую самооценку;
- склонность к самобичеванию;
- повышенное чувство вины;
- большое количество подавленного гнева;
- неконтролируемое выражение агрессии;
- поведение, связанное со спасением других;
- фокусирование внимания на окружающих в ущерб собственным нуждам;
- замкнутость;
- позицию жертвы;
- апатичное состояние;
- сложности в сексуальной сфере;
- депрессивные проявления;
- суицидальные мысли;
- психосоматические расстройства (Сунцова и Фаизова, 2018).

Созависимое поведение может быть тесно связано с подавленной агрессией. В отношениях с другими созависимый может во всем стараться угодить этим другим, при этом не стараясь удовлетворить собственные потребности и не замечая своих чувств, что приводит к увеличению подавленной агрессии в виде злости и вины (Ярышенко, 2019). Подобный паттерн часто приводит к эмоциональному напряжению и накоплению агрессии также и у людей, находящихся в отношениях с созависимыми. В том числе созависимым свойственно чувствовать чрезмерную ответственность за жизнь другого, что приводит к высокому уровню ожиданий от другого, что приводит к разочарованию и чувству вины за собственный провал в жизни другого (Колпакова, 2021). Это порождает напряжение и внутренние конфликты, поддерживающие деструктивный цикл созависимости. Отличительной чертой созависимости также является низкая самооценка и склонность к самобичеванию. Гнев, направляемый на себя, может вырываться наружу и приводить к неконтролируемым вспышкам гнева во вне. В том числе характерной чертой созависимости является направленность на других. Это значит, что важной потребностью созависимого человека будет получение одобрения и похвалы со стороны других, что приводит к угождению в коммуникации с другими, подавлению потенциально неприемлемых проявлений и чувств (Morgan Jr, 1991; Галкина и Артемцева, 2018). Подавление своих чувств может приводить к фиксации на одной из них. Чаще всего это тревога, вина или гнев, что также приводит к психосоматическим заболеваниям (Исаева и Скупейко, 2001). Это, в свою очередь, может приводить к обратной стороне созависимости – «контрзависимости». Большое количество подавленных чувств гнева, обиды, тревоги может приводить к пассивному, агрессивному акту, отстранению от других, изоляции и замкнутости (Москаленко, 2006).

Помимо описанных аспектов, созависимые часто испытывают страх одиночества и неспособность сохранить личностные границы. Они могут преуменьшать проблему употребления близкого родственника и отказываться признавать его патологическую зависимость, что приводит к не своевременному обращению за помощью (Галкина и Артемцева, 2018). Созависимые отношения в том числе характеризуются неравными ролями, когда один партнер берет на себя функцию «родителя», постоянно заботясь и контролируя другого, тогда как другой остается «ребенком» с зависимым поведением и не берет на себя ответственность за себя и свою жизнь (Артемцева, 2022).

Парадокс созависимости заключается в том, что попытки контроля за близким человеком и желание изменить его поведение требуют значительных временных и эмоциональных затрат, при этом оказываются безуспешными, поскольку невозможно изменение другого человека без его собственного желания. В результате тенденции отказа от контроля над собственной жизнью у созависимого, приводит к состоянию жертвы в жизни другого. Осознание данной ситуации приводит созависимого человека к чувствам безысходности, одиночества и ощущения собственной неполноценности. В стремлении избавиться от проживания данных чувств, созависимые могут прибегать к различным видам аддиктивного поведения как механизму избегания реальности. Это могут быть, как химические виды зависимостей (токсикомания, наркомания, никотиновая зависимость, алкоголизм), так и нехимические формы, такие как трудовголизм, пищевая зависимость, шопоголизм и т. п. Аддиктивное поведение рассматривается как возможность изменения своего сознания с целью ухода от проблем (Козлова, 2025). Таким образом, преследуя контроль над другим и одновременно подавляя собственные эмоциональные переживания, созависимые сталкиваются с внутренним конфликтом, который способствует развитию различных форм зависимого поведения и усугубляет их психологическое состояние.

Современные психологи отмечают, что сформировавшаяся модель внутрисемейных отношений, в которую включен созависимый, осложняет, а иногда и полностью препятствует успешному процессу восстановления от зависимого поведения. В частности, Короленко и Климова (2017) подчёркивают, что созависимый, как правило, не признает свою причастность к проблеме зависимости, возлагая ответственность за проблему развития зависимого поведения, а также за собственные негативные эмоции только лишь на зависимого члена семьи. Этот феномен приводит к смещению фокуса внимания вовне, что затрудняет осознание и принятие индивидуальной ответственности за свое состояние и собственную проблему созависимости. То есть созависимость выступает не

только как индивидуальная психологическая проблема, но и как системное и структурное явление, проявляющееся через дисфункциональные коммуникативные и поведенческие паттерны, способствующие сохранению зависимости внутри семейной системы. Такое понимание базируется на данных современных международных исследований, которые обнаруживают созависимость как самостоятельный феномен с комплексными сочетаниями эмоциональных, когнитивных и поведенческих факторов, требующих специализированных подходов в терапии и реабилитации (Артемцева, 2022).

Таким образом, хотя созависимость является многогранной и многоуровневой проблемой, на формирование и течение которой влияет много факторов, одним из преобладающих является тенденция к подавлению агрессивных чувств. Это стремление к подавлению «неприятных чувств», может формироваться еще в детстве, в родительской семье. Так, будучи детьми, созависимые не могли выражать свои чувства и эмоции в кругу семьи, что продолжается и во взрослой жизни (Рождественская, 2017). Невозможность выразить свои истинные чувства у созависимых в большинстве случаев связана со страхом быть отвергнутым. Также данный страх подкрепляет манипулятивную модель созависимых отношений. Созависимый человек часто делает для зависимого то, что он не хочет делать, из страха остаться одному (Москаленко, 2017). В том числе само проживание с зависимым человеком может способствовать возникновению паттернов, связанных с высоким уровнем агрессии, включая направленную на себя, что связано с высокой долей насилия в таких отношениях (Москаленко, 2017). Отсюда же вытекает, что общая раздражительность и агрессивность созависимых женщин может быть связана с ощущением неудовлетворенности в семейных отношениях. Кроме всего прочего, для созависимых женщин характерным механизмом защиты психики является замещение. Данный механизм заключается в выплеске негативных эмоций на менее опасные объекты, нежели те, которые их вызвали. Что касается созависимых – зависимый, вызывающий чувства агрессии, является наиболее опасным объектом, так как присутствует страх отвержения или насилия. Тогда эти чувства вымещаются на себя или других окружающих (Москаленко, 2017).

Агрессия. Принято считать, что агрессивные чувства, такие как раздражение, злость, гнев, ярость, связаны с причинением ущерба другим. Проявления которой могут выражаться пассивно или активно в виде игнорирования, избегания, демонстрации неприязни, вербальной агрессии или использования физической силы (Жумаев, 2020). Агрессия – это разрушающее поведение, которое выходит за рамки нормального поведения человека и может сопровождаться нанесением физического или морального вреда себе или окружающим (Ковальчук и Тарханова, 2010). Но, кроме того, агрессия дает возможность защитить себя и других, сказать нет, отстоять свои границы, заявить о своей позиции и своих ценностях. Подавление агрессивности у созависимого может приводить к пассивному поведению и неспособности говорить о своих потребностях, добиваться чего-то в своей жизни (Хорни, 2019). Также это подтверждает Ф. Перлз: в своей книге «Эго, голод и агрессия» он описывал агрессию как выражение энергии, которая служит для вступления в контакт с окружающей средой, чтобы изменить ее или удовлетворять собственные потребности (Перлз, 2000). В гештальт подходе принято выделять два вида агрессии: «аннигиляционную агрессию» которая служит для разрушения и «дентальную агрессию», для удовлетворения своих потребностей. Тогда, если брать во внимание неспособность созависимого говорить о своих потребностях, удовлетворять их, отстаивать свои границы и говорить нет, что может быть следствием подавления «дентальной агрессии».

Агрессия у созависимых в том числе может быть связана с проекцией прошлого негативного опыта, который они пытаются разрешить в настоящем. Не прожитые чувства злости и обиды из их прошлой жизни проявляется в настоящих контактах с людьми и мешает им выстраивать здоровые отношения (Жумаев, 2020). Это может проявляться в концентрации внимания созависимого на каких-то отличительных признаках внешнего вида или специфических реакциях человека, напоминающие ему особенности фигур из прошлого, к которым остались чувства злости и обиды. К этим особенностям могут относиться: голос, его интонация, громкость, невербальные проявления, мимика, поза, моторика, стиль поведения, а также другие характерные черты (Короленко и Дмитриева, 2010; Артемцева, 2022). Созависимым людям, кроме того, свойственно находится в фантазиях по поводу других, а также иметь больше количество ожиданий, что несомненно, приводит к разочарованию и возникновению чувств фрустрации. Это связано с тем, что реальность зачастую отличается от грез созависимых (Артемцева, 2022). Агрессивные чувства из-за нереалистичных фантазий у созависимого к тому-же могут приводить к рецидиву у зависимого в ремиссии и созданию созависимым таких ситуаций, которые провоцируют зависимого на употребление (Малкина-Пых, 2009).

У созависимых могут преобладать негативные эмоции, неумение управлять ими, проявлять и их негибкость. Преобладают могут такие эмоции, как обидчивость, высокий уровень тревожности и недоверия, раздражительность и др. (Шустов, 2004). Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева и С. В. Ильина отмечают, что у людей, предрасположенных к организации зависимых форм отношений, уровень общей агрессии выше. Это связано с невозможностью выразить свои аффекты в отношениях с другим, что приводит к их накоплению (Ильина, 2000; Короленко и Дмитриева, 2010). Данный паттерн приводит к аутоагрессии, так как агрессивным чувствам нужен выход, в том числе влечет психосоматические проявления (Петрова и Новиков, 2019).

Коммуникативная установка. Коммуникативная установка как психологический конструкт характеризует устойчивые коммуникативные паттерны личности, убеждения и ее склонности, которые влияют на стратегии и

стиль общения с людьми. В подавляющем большинстве случаев при созависимом поведении коммуникативные установки проявляются преимущественно в направленности на другого человека, стремлении угодить, игнорировать и подавлять свои эмоции, в том числе агрессивного окраса. Научные исследования подтверждают, что у людей с актуализированной созависимостью формируются негативные коммуникативные установки, проявляющиеся в недоверии к людям и миру, негативном мышлении и низкой эмоциональной коммуникабельности, что затрудняет адекватное эмоциональное взаимодействие с другими и создает барьеры в общении (Бойко, 2008; Артемцева, 2022).

В ряде работ прослеживается, что коммуникативные установки создают условия для регуляции агрессивной энергии личности. При созависимости регуляция агрессивной энергии происходит через выборочные стратегии поведения, направленные на минимизацию взаимодействий и стремление сохранить внешнее благополучие, что в свою очередь, приводит к накоплению пассивной агрессии, контейнированию истинных чувств и развитию эмоциональных барьеров (Москаленко, 2006). Это положение закреплено и в гештальт-подходе, где коммуникативные установки действуют как отражение внутреннего эмоционального состояния и являются по сути границей контакта организма с окружающей средой. Таким образом, коммуникативная установка у людей с созависимостью характеризуется комплексом когнитивно-эмоциональных и поведенческих компонентов, поддерживающих паттерны подавления агрессии и создающих эмоциональные барьеры в межличностном общении. Эта характеристика требует более полного изучения и учета в психологической диагностике для корректировки подходов в терапии созависимых, которые будут направлены на преодоление деструктивных коммуникативных моделей и восстановление здорового эмоционального контакта с другими. Таким образом, цель исследования заключается в комплексном изучении особенностей подавления агрессии и воздействия данного фактора на коммуникативные установки и коммуникативные барьеры у лиц, находящихся в условиях созависимости.

Материалы и методы

Исследование проводилось на базе Донского государственного технического университета, а также 12-шаговых групп поддержки (АН – анонимные наркоманы, АС – анонимные сексоголики, Нар-Анон – родственники и друзья наркоманов, CODA – анонимные созависимые) на протяжении 2024 года. Респонденты были продиагностированы с помощью батареи методик:

- Авторская анкета-опросник «Специфика проявления созависимого поведения» И. В. Абакумовой и А. П. Игнатенко. Представляет собой краткий диагностический инструмент для выявления и характеристик зависимого поведения. Она включает в себя 18 вопросов, направленных на сбор социально-демографических данных о респонденте, и диагностики по аспектам, связанным с различными проявлениями созависимости.

- методика «Шкала созависимости» L. Fisher, L. Spann и D. Crawford, адаптация Москаленко (2006);
- тест «Профиль созависимости» Артемцевой (2017);
- тест «Диагностика типа коммуникативной установки» Бойко (2008).
- тест «Диагностика помех для эмоциональных контактов» Бойко (2008).

Для статистической обработки данных использовалось программное обеспечение SPSS 27 и такие методы, как сравнение средних значений, одновыборочный t -критерий Стьюдента, критерий χ^2 Пирсона.

Результаты исследования

В исследовании приняли участие 223 респондента:

- Экспериментальная группа – 147 респондентов, находящихся в проблеме созависимого поведения в возрасте от 17 до 68 лет: 45 мужчин и 102 женщины. Средняя продолжительность нахождения в условиях созависимости – 11 лет. Из всех участников группы 12-шаговую программу проходят 69 респондентов.

- Контрольная группа – 76 респондентов, не находящихся в проблеме созависимого поведения в возрасте от 17 до 54 лет: 9 мужчин и 67 женщин. В контрольную группу вошли студенты бакалавриата 1 курса, обучающиеся по направлению общая психология ДГТУ.

Анализ полученных данных показал, что уровень негативных проявлений, в том числе подавленной агрессии, в экспериментальной группе выше, чем показатели по тем же шкалам в контрольной группе. Также можно отметить, что обе группы продемонстрировали общий показатель выше среднего по методике «Диагностика типа коммуникативной установки». Результаты сравнительного анализа агрессивных проявлений обеих групп представлены в Таблице 1.

Показатели по методике «Диагностика помех в установлении эмоциональных контактов» показывают, что набранные баллы в экспериментальной группе выше, чем в контрольной, что говорит о большем количестве эмоциональных проблем в установлении контактов с другими, а также общем негативном эмоциональном фоне в исследуемой группе. Результаты сравнительного анализа обеих групп, связанного с негативными проявлениями эмоций в установлении контактов с другими, представлены в Таблице 2.

Таблица 1*Средние значения агрессии в изучаемых группах*

Показатель	Экспериментальная группа М ± SD	Контрольная группа М ± SD
Завуалированная жестокость	10,53 ± 5,05	9,31 ± 4,55
Открытая жестокость	20,88 ± 12,79	19,49 ± 12,10
Обоснованный негативизм в суждениях о людях	2,33 ± 1,50	1,81 ± 2,16
Брюзжание	3,67 ± 1,50	3,63 ± 2,82
Негативный личный опыт общения с окружающими	9,29 ± 6,08	8,28 ± 8,95
Общий балл	45,71 ± 12,76	44,52 ± 11,34

Таблица 2*Средние значения проявления негативных эмоций в изучаемых группах*

Показатель	Экспериментальная группа М ± SD	Контрольная группа М ± SD
Неумение управлять эмоциями, дозировать их	2,69 ± 1,15	2,23 ± 1,24
Неадекватное проявление эмоций	2,59 ± 1,02	1,13 ± 2,57
Негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций	2,72 ± 1,36	1,85 ± 1,35
Доминирование негативных эмоций	2,40 ± 1,44	1,79 ± 1,35
Нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе	2,28 ± 1,24	1,93 ± 1,30
Общий балл	12,68 ± 3,58	10,31 ± 3,53

Также было установлено, что существует положительная связь между созависимостью и открытой жестокостью в отношении к людям $r = 0,180^*$, $p \leq 0,05$, обоснованным негативизмом в суждениях о людях $r = 0,169^*$, $p \leq 0,05$, негативным личным опытом общения с окружающими $r = 0,185^*$, $p \leq 0,05$ и выраженной негативной коммуникативной установкой $r = 0,168^*$, $p \leq 0,05$. Результаты анализа корреляционных связей показателей представлены в Таблице 3.

Таблица 3*Значимая корреляция между созависимостью и агрессией в экспериментальной группе*

Показатель	Корреляция (r)
Открытая жестокость в отношении к людям	0,180*
Обоснованный негативизм в суждениях о людях	0,169*
Негативный личный опыт общения с окружающими	0,185*
Общий балл	0,168*

Примечание: * – корреляция значима на уровне 0,05.

Кроме того, было установлено, что существует положительная связь между созависимостью и негибкостью, неразвитостью, невыразительностью эмоций $r = 0,246^{**}$, $p \leq 0,01$, доминированием негативных эмоций $r = 0,303^{**}$, $p \leq 0,01$, нежеланием сближаться с людьми на эмоциональной основе $r = 0,205^*$, $p \leq 0,05$ и общими эмоциональными проблемами в повседневном общении $r = 0,286^{**}$, $p \leq 0,01$. Результаты анализа корреляционных связей показателей представлены в Таблице 4.

В результате проведенного исследования установлено, что проявления созависимости сильно обусловлены факторами, способствующими подавлению агрессии в коммуникации с другими. К данным факторам относятся: открытая жестокость в отношении к людям; обоснованный негативизм в суждениях о людях; негативный личный опыт общения с окружающими; выраженная негативная коммуникативная установка; негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций; доминирование негативных эмоций; нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе; общими эмоциональными проблемами в повседневном общении. Полученные данные подтверждают, что подавление агрессии является значимым компонентом в развитии созависимости и оказывает существенное влияние на механизмы коммуникативных барьеров и деструктивных коммуникативных установок.

Таблица 4

Значимая корреляция между созависимостью и проявлением негативных эмоций в экспериментальной группе

Показатель	Корреляция (<i>r</i>)
Негибкость, неразвитость, невыразительность эмоций	0,246**
Доминирование негативных эмоций	0,303**
Нежелание сближаться с людьми на эмоциональной основе	0,205*
Общий балл	0,286**

Примечание. ** – корреляция значима на уровне 0,01, * – корреляция значима на уровне 0,05.

Обсуждение результатов

Анализ результатов исследования позволяет сделать вывод, что у лиц с актуализированной созависимостью агрессивные эмоции в коммуникации с другими не находят открытого проявления, а напротив, вызывают эмоциональную отстраненность в процессе межличностной коммуникации. При этом данные механизмы подавления агрессии становятся существенной причиной развития деструктивных коммуникативных установок во взаимодействии с другими людьми и эмоциональных и коммуникативных барьеров, что проявляется в чрезмерной эмоциональной заторможенности, неуверенности в проявлении своих чувств. Эти результаты согласуются с данными Ярышенко (2019), указывающего, что эмоционально-зависимые люди склонны к подавлению агрессивных эмоций, что проявляется в чувстве вины, обидчивости и внутренней раздражительности. Но в данном исследовании впервые детализированы связи между созависимостью и открытой жестокостью в отношении людей, обоснованной негативизмом в суждениях о людях и негативным личным опытом общения с окружающими.

Отмечено, что существует связь между созависимостью и подавленной агрессией в коммуникации с другими, зачастую выражающейся в проявлении открытой жестокости в отношении к людям, что говорит о том, что созависимым свойственно делать резкие и категоричные выводы по поводу окружающих. Этот результат, вероятно, отражает контрзависимую установку – стремление к эмоциональной автономии, что выражается в протесте к потребности в близких связях, в отказе от построения близких отношений. Контрзависимая установка была описана Короленко (2010). Однако, в отличие от предыдущих работ данные этого исследования указывают на неё, как на компенсаторный механизм в связи с накоплением агрессии. Сюда же можно отнести присущий созависимым негативный личный опыт общения с окружающими, что может говорить о том, что созависимым не везло в жизни на ближайший круг общения. Также на это указывает особенность созависимых в нежелании сближаться с людьми на эмоциональной основе. В том числе связь между созависимостью и подавленной агрессией в коммуникации с другими может выражаться в проявлении обоснованного негативизма в суждениях о людях, что может быть обусловлено объективно негативным опытом общения с зависимым человеком. Это согласовывается с исследованиями Rumman (2020). Таким образом, при созависимости агрессия переходит в латентные формы проявления, влияя на процесс межличностного общения.

Полученные данные также подтверждают наличие у созависимых лиц выраженных эмоциональных дефицитов – негибкости, невыразительности и неразвитости эмоциональной сферы. Данные проявления мешают адекватному выражению чувств и усиливают коммуникативные барьеры, способствуя поддержанию хронического внутреннего напряжения, что может быть признаком алекситимии на что указывает Артемцева (2022) и результаты исследований Sullivan (2018). Они отмечают доминирование негативных эмоций и эмоциональную неудовлетворенность как устойчивые признаки созависимого поведения.

Таким образом, результаты данного исследования расширяют понимание феномена созависимости, подтверждая результаты предыдущих исследований, но впервые выявляя роль подавленной агрессии в качестве посредника между проявлениями созависимости и деструктивными коммуникативными установками. Практическое значение результата заключается в необходимости целенаправленной психокоррекционной работы, направленной на восстановление контакта человека с его агрессивными эмоциями. Отрицание нормальных агрессивных чувств, характерное для созависимых, формирует коммуникативные установки, поддерживающие зависимое поведение. Осознание своей агрессии и обучение ее вербализации представляют собой необходимые условия для трансформации созависимого паттерна (Ениколопов и др., 2025). Расширение данных ресурсов личности может обеспечить снижение коммуникативных барьеров, а также способствовать разнообразию коммуникативных установок. Следовательно, коррекционная стратегия, ориентированная на интеграцию агрессивных импульсов в структуру личности, может рассматриваться как одна из центральных мишеней работы для психологов, работающих с созависимыми проявлениями.

Заключение. Проведённое исследование позволило изучить особенности подавленной агрессии и её влияние на коммуникативные установки и барьеры у лиц, находящихся в условиях созависимости. Выявлено, что созависимость является значимым фактором, способствующим подавлению агрессии и тем самым определяющим

характер межличностного взаимодействия с другими людьми. Для респондентов с актуализированной созависимостью характерна эмоциональная отстранённость в коммуникации, трудности в выражении чувств и склонность к избеганию открытой конфронтации. Подавление агрессивных эмоций выступает ключевым механизмом формирования коммуникативных барьеров, что выражается в эмоциональной заторможенности, неуверенности в проявлении чувств, снижении спонтанности и появлении деструктивных коммуникативных установок.

Обнаружено, что у созависимых нередко наблюдаются контрзависимые межличностные установки, выражающиеся в стремлении к эмоциональной автономии и отказе от близких отношений, а также негативизм и критичность в отношении к окружающим. Эти проявления могут быть следствием неудачного опыта межличностного взаимодействия и внутреннего конфликта между потребностью в близости и страхом зависимости. Полученные результаты подтверждают наличие у созависимых лиц эмоциональных дефицитов, связанных с негибкостью и неразвитостью эмоциональной сферы. Эти особенности усиливают коммуникативные барьеры, препятствуют спонтанному выражению чувств и поддерживают внутреннее эмоциональное напряжение, что может рассматриваться как проявление алекситимии.

При этом в данном исследовании присутствуют и некоторые ограничения в виде дисбаланса по гендерному выбору: в экспериментальной группе доля женщин составила 70 % (45 мужчин и 102 женщины), в контрольной – 88 % (9 мужчин и 67 женщин). Это отражает типичную специфику созависимого поведения, что созависимое поведение чаще встречаются у женщин. Данный аспект может ограничивать применимость результатов на мужскую аудиторию, где механизмы созависимости менее выражены из-за культурных и биологических факторов. Перспективным направлением данного исследования является расширение выборки и углубленный анализ закономерностей созависимого поведения у мужчин для определения внешней валидности результатов.

Практическая значимость исследования состоит в выявлении необходимости психокоррекционной работы, направленной на восстановление контакта человека с его агрессивными чувствами и развитие навыков их конструктивного выражения. Осознание и вербализация агрессивных эмоций рассматриваются как важные условия для трансформации созависимого паттерна. Коррекционные программы, ориентированные на интеграцию агрессивных импульсов в структуру личности, могут способствовать снижению коммуникативных барьеров и формированию более адаптивных коммуникативных установок. Перспективным направлением последующих исследований представляется разработка методических и психотерапевтических рекомендаций для специалистов, работающих с людьми, находящимися в созависимости, в рамках реабилитационных программ, что позволит повысить эффективность психологической помощи данным людям и повысить их уровень социального функционирования.

Список литературы

- Артемцева, Н. (2022). *Феномен созависимости. Общее, типологическое, индивидуальное*. Litres.
- Бойко, В. В. (2008). *Психоэнергетика*. Питер.
- Галкина, Т. В., и Артемцева, Н. Г. (2018). Особенности представлений о некоторых компонентах психологического здоровья у созависимой и несозависимой личности. В М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев и А. В. Юревич (Ред.) *Духовно-нравственные проблемы современной личности* (С. 377–403). Институт психологии РАН.
- Ениколопов, С. Н., Медведева, Т. И., Воронцова, О. Ю., и Бойко, О. М. (2025). Идентичность в клинической психологии (обзор концепций и методов исследования). *Психиатрия*, 23(3), 82–96. <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2025-23-3-82-96>
- Жумаев, Н. З. (2020). Подростковая агрессивность. *Вестник интегративной психологии*, 18, 78–81.
- Ильина, С. В. (2000). *Эмоциональный опыт насилия и пограничная личностная организация при расстройствах личности* [Кандидатская диссертация]. МГУ.
- Исаева, А. С., и Скупейко, А. А. (2021). Психологические особенности созависимых личностей. В *Психология, образование: актуальные и приоритетные направления исследований. Материалы международной студенческой научно-практической конференции, посвященной 120-летию со дня рождения Л.В. Занкова* (С. 332–336). Тверской государственный университет.
- Козлова, Е. В. (2024). Специфика социально-психологического сопровождения лиц с аддиктивным поведением. В *Психологическая помощь социально незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий (интернет-консультирование и дистанционное обучение): Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием* (С. 105–108). МГППУ.
- Короленко, Ц. П., и Дмитриева, Н. В. (2010). *Личностные расстройства*. Питер.
- Короленко, Ц. П., и Климова, И. Ю. (2017). Агрессия в структуре психодинамической терапии аддиктивно-созависимых отношений. В *Агрессия: индивидуальная, групповая, межличностная. Патология, диагностика, терапия. Сборник материалов Конгресса специалистов помогающих профессий с международным участием* (С. 37–39). Новосибирский государственный технический университет.
- Ковальчук, М., и Тарханова, И. (2010). *Девиянтное поведение: профилактика, коррекция, реабилитация*. Litres.
- Колпакова, Е. В. (2021). *Особенности психоэмоционального состояния женщин в семьях с зависимым поведением у близких* [Магистерская диссертация]. Томский государственный университет.
- Малкина-Пых, И. (2009). *Психология поведения жертвы*. Litres.

- Меринов, А. В., и Сомкина, О. Ю. (2013). Аутоагрессивная, личностно-психологическая характеристики жён мужчин, больных алкоголизмом, имевших в анамнезе суицидальную активность. *Суицидология*, 4(4 (13)), 27–31.
- Москаленко, В. (2017). *Возвращение к жизни. Как спасти семью: конфликты, ссоры, алкоголизм, наркомания*. Litres.
- Москаленко, В. Д. (2006). *Зависимость: семейная болезнь*. Пер Сэ.
- Перлз, Ф. С. (2000). *Эго, голод и агрессия*. Смысл.
- Петрова, Е. Г., и Новиков, О. А. (2019). Теоретические аспекты изучения агрессивного и аутоагрессивного поведения у девиантных подростков. В О. А. Холина (Ред.) *Актуальные проблемы профилактики аддиктивного поведения. Материалы II-й Региональной научно-практической конференции Таганрогского института имени А.П. Чехова (филиала) ФГБОУ ВО «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»* (С. 268–278). Ростовский государственный экономический университет «РИНХ».
- Рождественская, Н. (2017). *Девиантное поведение и основы его профилактики у подростков. Учебное пособие*. Litres.
- Сунцова, Я. С., и Фаизова, В. А. (2018). Особенности эмоциональной сферы женщин с разным уровнем зависимости в поведении. *Евразийское Научное Объединение*, 12–5(46), 323–326.
- Хорни, К. (2019). *Невроз и личностный рост: борьба за самореализацию*. Питер.
- Шустов, Д. (2004). *Аутоагрессия, суицид и алкоголизм*. Когито-центр.
- Dear, G. E., Roberts, C. M., & Lange, L. (2005). Defining codependency: A thematic analysis of published definitions. *Advances in psychology research*, 34, 189–205.
- Morgan Jr, J. P. (1991). What is codependency? *Journal of clinical psychology*, 47(5), 720–729. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199109\)47:5<720::aid-jclp2270470515>3.0.co;2-5](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199109)47:5<720::aid-jclp2270470515>3.0.co;2-5)
- Rumman, G. (2020). *Relationship obsessive compulsive disorder: intellectualization in codependent relationships as an unconscious defense against intimacy* [Masters Dissertation]. Pacifica Graduate Institute.
- Sullivan, K. (2018). The structure of codependency and its relationship to narcissism. *Journal of Heart Centered Therapies*, 21(1), 53–69.
- Whitfield, C. L. (1991). *Co-Dependence: Healing the Human Condition: The New Paradigm for Helping Professionals and People in Recovery*. Health Communications.

References

- Artemtseva, N. (2022). *The phenomenon of codependency. General, typological, individual*. Litres. (In Russ.)
- Boyko, V. V. (2008). *Psychoenergetics*. Piter. (In Russ.)
- Dear, G. E., Roberts, C. M., & Lange, L. (2005). Defining codependency: A thematic analysis of published definitions. *Advances in psychology research*, 34, 189–205.
- Enikolopov, S. N., Medvedeva, T. I., Vorontsova, O. Yu., & Boyko, O. M. (2025). Identity in Clinical Psychology (review of concepts and research methods). *Psychiatry*, 23(3), 82–96. (In Russ.) <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2025-23-3-82-96>
- Galkina, T. V., & Artemtseva, N. G. (2018). Features of ideas about some components of psychological health in codependent and non-codependent individuals. In M. I. Volovikova, A. L. Zhuravlev & A. V. Yurevich (Eds.) *Spiritual and moral problems of modern personality* (pp. 377–403). Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences. (In Russ.)
- Horney, K. (2019). *Neurosis and personal growth: the struggle for self-realization*. Piter. (In Russ.)
- Il'ina, S. V. (2000). *Emotional experience of violence and borderline personal organization in personality disorders* [candidate thesis]. MSU. (In Russ.)
- Isaeva, A. S., & Skupeyko, A. A. (2021). Psychological features of codependent individuals. In *psychology, education: current and priority research areas. Proceedings of the international student scientific and practical conference dedicated to the 120th anniversary of the birth of L. V. Zankov* (pp. 332–336). Tver State University. (In Russ.)
- Kozlova, E. V. (2024). Specifics of social and psychological support for people with addictive behavior. In *Psychological assistance to socially vulnerable people using remote technologies (online counseling and distance learning): Proceedings of the XI All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation* (pp. 105–108). MSUPE. (In Russ.)
- Korolenko, Ts. P., & Dmitrieva, N. V. (2010). *Personality disorders*. Piter. (In Russ.)
- Korolenko, Ts. P., & Klimova, I. Yu. (2017). Aggression in the structure of psychodynamic therapy of addictive-codependent relationships. In *Aggression: individual, group, or interpersonal work. Pathology, diagnosis, and therapy. Proceedings of the Congress of Specialists in Helping Professions with international participation* (pp. 37–39). Novosibirsk State Technical University. (In Russ.)
- Kovalchuk, M., & Tarkhanova, I. (2010). *Deviant behavior: prevention, correction, and rehabilitation*. Litres. (In Russ.)
- Kolpakova, E. V. (2021). *Features of the psychoemotional state of women in families with dependent behavior in close ones* [Master's thesis]. Tomsk State University. (In Russ.)
- Malkina-Pykh, I. (2009). *Psychology of victim behavior*. Litres. (In Russ.)
- Merinov, A. V., and Somkina, O. Yu. (2013). Autoaggressive, personal and psychological characteristics of wives of men with alcoholism who had a history of suicidal activity. *Suicidology*, 4(4 (13)), 27–31. (In Russ.)
- Moskalenko, V. (2017). *Coming back to life. How to save your family: conflicts, quarrels, alcoholism, drug addiction*. Litres. (In Russ.)

- Moskalenko, V. D. (2006). *Addiction: a family illness*. Per Se. (In Russ.)
- Morgan Jr, J. P. (1991). What is codependency? *Journal of clinical psychology*, 47(5), 720–729. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199109\)47:5<720::aid-jclp2270470515>3.0.co;2-5](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199109)47:5<720::aid-jclp2270470515>3.0.co;2-5)
- Perls, F. S. (2000). *Ego, hunger and aggression*. Meaning. (In Russ.)
- Petrova, E. G., & Novikov, O. A. (2019). Theoretical aspects of the study of aggressive and autoaggressive behavior in deviant adolescents. In O. A. Kholina (Ed.) *Actual problems of prevention of addictive behavior: Proceedings of the II-th Regional Scientific and Practical Conference of the A. P. Chekhov Taganrog Institute of the Rostov State University of Economics (RSUE)* (pp. 268–278). Rostov State University of Economics “RSUE”. (In Russ.)
- Rozhdestvenskaya, N. (2017). *Deviant behavior and the basics of its prevention in adolescents. Training manual*. Litres. (In Russ.)
- Rumman, G. (2020). *Relationship obsessive compulsive disorder: intellectualization in codependent relationships as an unconscious defense against intimacy* [Masters Dissertation]. Pacifica Graduate Institute.
- Suntsova, Ya. S., and Faizova, V. A. (2018). Features of the emotional sphere of women with different levels of codependency in behavior. *Eurasian Scientific Association*, 12–5(46), 323–326. (In Russ.)
- Shustov, D. (2004). *Auto aggression, suicide, and alcoholism*. Cogito center. (In Russ.)
- Sullivan, K. (2018). The structure of codependency and its relationship to narcissism. *Journal of Heart Centered Therapies*, 21(1), 53–69.
- Whitfield, C. L. (1991). *Co-Dependence: Healing the Human Condition: The New Paradigm for Helping Professionals and People in Recovery*. Health Communications.
- Zhumaev, N. Z. (2020). Adolescent aggressiveness. *Bulletin of Integrative Psychology*, 18, 78–81. (In Russ.)

Об авторе:

Александр Петрович Игнатенко, магистрант, Донской государственный технический университет (Российская Федерация, 344003, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, 1), [ORCID](#), Aliaksandrignatenko@gmail.com

Конфликт интересов: автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи.

About the Author:

Alexander Petrovich Ignatenko, Master's student, Don State Technical University (1, Gagarin Sq., Rostov-on-Don, 344003, Russian Federation), [ORCID](#), Aliaksandrignatenko@gmail.com

Conflict of Interest Statement: the author declares no conflict of interest.

The author has read and approved the final version of manuscript.

Поступила в редакцию / Received 03.10.2025

Поступила после рецензирования / Reviewed 21.11.2025

Принята к публикации / Accepted 16.01.2026