



СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ | SOCIAL PSYCHOLOGY

Научная статья | Original paper

Разработка копинг-стратегий на основе оценки трудностей взаимодействия с созависимыми

О.И. Миронова^{1,2} ✉, О.С. Роговая³

¹ Национальный исследовательский университет
«Высшая школа экономики», Москва, Российская Федерация

² Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации,
Москва, Российская Федерация

³ Психиатрическая клиническая больница № 1 им. Н.А. Алексеева
Департамента здравоохранения города Москвы, Москва, Российская Федерация

✉ miroнова_oksana@mail.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Созависимость является одним из факторов, влияющих на развитие зависимости, и трудности вовлечения созависимых родственников в процесс выздоровления становятся существенным препятствием к изменению ситуации. Исследование изучает проблему трудностей взаимодействия специалистов с созависимыми и направлено на поиск способов разработки копинг-стратегий преодоления данных трудностей. **Цель:** изучение особенностей восприятия и оценивания специалистами трудностей взаимодействия с созависимыми и ресурсов совладания; разработка копинг-стратегий для преодоления изучаемых трудностей. **Гипотеза.** Особенности оценки специалистами трудностей взаимодействия с созависимыми и копинг-ресурсов позволяют определить стратегии, направленные на совладание с определенными трудностями. **Методы и материалы.** В исследовании приняли участие 45 практикующих психологов. Субъективное оценивание трудных жизненных ситуаций, система представлений о трудностях взаимодействия с созависимыми и ресурсах совладания изучены с помощью батареи опросников (СОРЕ, «Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации», «Типы ориентации в трудной ситуации (ТОрТС)») и методом многомерного шкалирования. **Результаты.** Получены значимые взаимосвязи между характеристиками трудных ситуаций, копингов, ресурсов и шкалами стандартизированных методик, составлены семантические пространства оценок трудностей и ресурсов совладания. На основе полученных данных разработаны копинг-стратегии, классифицированные в три группы (ориентированные на процессы взаимодействия, на возможности специалиста и на возможности созависимых) и предложен алгоритм разработки копинг-стратегий. **Выводы.** В работе представлен целостный, системный подход к разработке копинг-стратегий преодоления трудностей взаимодействия с созависимыми и показаны широкие возможности дальнейших исследований в данном направлении.

Ключевые слова: копинг-стратегия, копинг-ресурс, созависимость, трудности взаимодействия, субъективное оценивание, семантическое пространство

Финансирование. Исследование выполнено на собственные средства авторов.

Для цитирования: Миронова, О.И., Роговая, О.С. (2026). Разработка копинг-стратегий на основе оценки трудностей взаимодействия с созависимыми. *Экспериментальная психология*, 19(1), 119–135. <https://doi.org/10.17759/exppsy.2026190108>





Developing coping strategies based on an assessment of the difficulties of interacting with codependents

O.I. Mironova^{1,2} ✉, O.S. Rogovaya³

¹ HSE University, Moscow, Russian Federation

² Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation

³ Psychiatric Hospital no. 1 named after N.A. Alexeev of the Department of Health of Moscow, Moscow, Russian Federation

✉ mironova_oksana@mail.ru

Abstract

Context and relevance. Codependency is one of the factors influencing the development of addiction, and the difficulties of involving codependent relatives in the recovery process become a significant obstacle to changing the situation. The study examines the problem of difficulties in the interaction of specialists with codependents and is aimed at finding ways to develop coping strategies to overcome these difficulties. **Objective:** the study of the peculiarities of specialists' perception and assessment of difficulties in interacting with codependents and coping resources, and the development of coping strategies to overcome the difficulties studied. **Hypothesis.** The peculiarities of specialists' perception of the difficulties of interacting with codependents and coping resources make it possible to identify strategies aimed at coping with certain difficulties. **Methods and materials.** 45 practicing psychologists participated in the study. Subjective assessment of difficult life situations, a system of ideas about the difficulties of interacting with codependents and coping resources were studied using a battery of questionnaires (COPE, "Cognitive assessment of a difficult life situation", "Types of orientation in a difficult situation (TOrTS)") and the method of multidimensional scaling. **Results.** Significant correlations between the characteristics of difficult situations, coping, resources and scales of standardized techniques have been obtained, semantic spaces for assessing difficulties and coping resources have been compiled. Based on the data obtained, coping strategies have been developed, classified into three groups (focused on interaction processes, on the capabilities of a specialist and on the capabilities of codependents) and an algorithm for developing coping strategies has been proposed. **Conclusions.** The paper presents a holistic, systematic approach to the development of coping strategies to overcome the difficulties of interacting with codependents and shows the wide possibilities for further research in this area.

Keywords: coping strategy, coping resource, codependency, difficulties of interaction, subjective assessment, semantic space

Funding. The study was carried out at the authors' own expense.

For citation: Mironova, O.I., Rogovaya, O.S. (2026). Developing coping strategies based on an assessment of the difficulties of interacting with codependents. *Experimental Psychology (Russia)*, 19(1), 119—135. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/expsy.2026190108>

Введение

В настоящей работе рассматривается проблема преодоления трудностей взаимодействия специалистов с созависимыми родственниками зависимых лиц. Данный аспект редко попадает в поле зрения исследователей, в то время как для практикующих специалистов часто является основным препятствием к оказанию помощи зависимому клиенту.

Созависимость является одним из факторов, влияющих на динамику аддиктивных расстройств, коррекция созависимого поведения остается актуальной и неотъемлемой ча-



стью терапии зависимостей. Биопсихосоциальный подход подразумевает интеграцию психокоррекции семейных процессов и психологическую поддержку созависимых в рамках современных реабилитационных программ, что оказывает положительное влияние на их эффективность, подтвержденное исследованиями (Барцалкина и др., 2022; Береза, 2018).

Однако указанная работа зачастую невозможна в силу психологического сопротивления созависимых родственников лечению зависимого члена семьи. Отрицание проблемы, стремление ее скрыть, отказ принимать решение, неготовность к переменам, обесценивание системы наркологической помощи и прочее исключают оказание комплексной терапии зависимому клиенту или нивелируют ее результат, усугубляя состояние аддикта, сопротивление и изолированное положение дисфункциональной семьи (Миронова, Роговая, 2023б; Gerber, 2019; Trotter, 2022).

В нашем исследовании мы исходим из того, что подобные трудности вовлечения членов семьи в процесс выздоровления и работы с их сопротивлением в первую очередь входят в круг профессиональных задач психологов и требуют соответствующих изменений в подходе к психокоррекции и взаимодействию с созависимыми.

На данном этапе развития практики работа с созависимыми предлагается в формате групп поддержки, индивидуальной и групповой психотерапии, при этом не учитывается низкая мотивация созависимых на психотерапию и неготовность такой семьи к изменениям. Имеющиеся подходы к работе с немотивированными клиентами (мотивационное консультирование У. Миллера, С. Роллника, терапия реальностью У. Глассера, психология позитивных изменений Д. Прохазки, Дж. Норкрасса, К. ди Клементе и др.) характеризуются клиентоцентрированностью и настроены на индивидуальную работу с мотивами каждого, что не позволяет в необходимой степени учесть семейные процессы, в которые включен созависимый, и оптимизировать саму систему профессионального взаимодействия с данным типом клиентов (Миллер, Роллник, 2019; Миронова, Роговая, 2023б; Mette et al., 2020).

В современной практике попытки сформировать навыки специалистов конструктивно взаимодействовать с созависимыми родственниками лиц с аддиктивным поведением предпринимаются посредством создания, например, региональных методических пособий и обучающих программ для социальных работников (Бодановская, 2020; Основные подходы, технологии..., 2017; Преодоление созависимости..., 2020), где в общих чертах излагаются особенности зависимого и созависимого поведения, препятствия в работе с созависимыми, в том числе низкая готовность дисфункциональных семей к изменениям, кратко описывается работа с профессиональными проблемами и установками специалистов и даются методические рекомендации по работе с родственниками в формате групповой психотерапии, но не предлагаются инструменты преодоления отрицания созависимых (Миронова, Роговая, 2023а).

Таким образом, несмотря на высокую социальную значимость данного направления и разнообразие психологических инструментов и методов, эффективным способом вовлечения созависимых в психокоррекционные мероприятия и преодоления трудностей взаимодействия с ними не уделяется достаточного внимания. В литературе не представлены ни сами копинги, ни методы разработки успешных копинг-стратегий, применимых для решения данных трудных ситуаций.

Настоящим исследованием разрабатывается прагматический подход, предлагающий решение через пошаговый алгоритм, оптимизирующий процесс конструирования копингов.



Изучением копинг-стратегий как способа преодоления трудных жизненных ситуаций занимались такие исследователи, как Л.И. Анцыферова, Е.В. Битюцкая, Т.О. Гордеева, Т.Л. Крюкова, С.К. Нартова-Бочавер, А.Н. Поддьякова, Е.И. Рассказова, Н.А. Сирота, С.А. Хазова, В.М. Ялтонский, Д. Амирхан, Н. Эндлер, С. Фолкман, Э. Хайм, К. Карвер, Р. Лазарус, Л. Мерфи, Р. Моос, Д. Паркер, М. Шейер и др.

В данной работе копинг понимается как когнитивные и поведенческие усилия, принимаемые с целью овладения ситуацией, обретения толерантности к ней, минимизации ее требований. Любой копинг используется сознательно, содержит когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты и направлен на удовлетворение актуальных значимых потребностей.

Для понимания структуры копинг-процесса исследователями выделяются два конструкта, регулирующих взаимодействие субъекта и среды — когнитивная оценка и непосредственно копинг (Битюцкая, Корнеев, 2023; Pearlin, Schooler, 1978). Структура копинг-процесса начинается с восприятия стресса, далее следует когнитивная оценка, выработка стратегии преодоления и оценка результата действий (Леонова, 2021; Pearlin, Schooler, 1978; Stroebe, Schut, 1999). Копинг-поведение опирается на копинг-ресурсы, определяющие содержание стратегий совладания. Восприятие и когнитивная оценка, включающие возможные пути решения ситуации и ресурсы (в том числе свойства личности, цели, ценности, характеристики среды и пр.), являются предпосылками копинга, его предикторами и определяют направленность совладающего поведения (Битюцкая, Корнеев, 2023; Леонова, 2021).

Основы для реализации задач исследования заложены в работах Е.В. Битюцкой и соавт. по изучению предикторов копинга. Автором предложены параметры оценки трудных ситуаций, критерии категоризации ситуации как жизненной задачи, описаны компоненты, характеризующие ориентации в трудных ситуациях, и предпосылки успешного копинга; также автором разработаны стандартизированные опросники для оценки указанных параметров (Битюцкая, 2022; Битюцкая, Корнеев, 2020а; Битюцкая, Корнеев, 2020б). Представленное в данной работе исследование может быть рассмотрено в ключе развития идей данного подхода.

Таким образом, для разработки копинг-стратегий преодоления трудностей взаимодействия с созависимыми необходимо изучение восприятия и когнитивной оценки стрессоров, ресурсов и успешности используемого способа совладания или ресурса в заданных условиях.

Материалы и методы

Целью эмпирического исследования является изучение особенностей оценивания специалистами (психологами) трудностей взаимодействия с созависимыми, предикторов копинга и разработка копинг-стратегий для преодоления изучаемых трудностей.

В качестве основной гипотезы исследования определено, что особенности оценки специалистами (психологами) трудностей взаимодействия с созависимыми и копинг-ресурсов позволяют определить стратегии, направленные на совладание с определенными трудностями.

Для проведения исследования было задействовано 45 специалистов с высшим психологическим образованием, мужчин и женщин в возрасте от 27 до 64 лет, средний возраст 45 лет. В исследовании приняли участие 8 мужчин и 37 женщин, проживающие в различных



регионах Российской Федерации. Все респонденты имеют стаж работы психологом от 3 до 30 лет и опыт работы с созависимыми.

В исследовании были использованы следующие методы:

1. Теоретические методы: теоретический анализ и синтез научных источников, сравнительный анализ, обобщение, систематизация, абстрагирование, конкретизация, моделирование.

2. Эмпирические методы: опрос, тестирование, семантический дифференциал Ч. Осгуда, субъективное шкалирование, анализ самоотчетов испытуемых.

3. Методы статистической обработки: описательная статистика, анализ корреляционных связей с использованием рангового коэффициента корреляции Спирмена, факторный анализ, расчет коэффициента α Кронбаха. Математическая обработка полученных данных проводилась с помощью статистических методов пакета SPSS.

Применены методики: анкета социальных данных, авторская анкета на основе семантического дифференциала Ч. Осгуда, опросник COPE Е.И. Рассказовой, Т.О. Гордеевой, опросник «Когнитивное оценивание трудной жизненной ситуации» Е.В. Битюцкой, А.А. Корнеева, опросник «Типы ориентации в трудной ситуации (ТОрТС)» Е.В. Битюцкой, А.А. Корнеева (Битюцкая, Корнеев, 2020а; Битюцкая, Корнеев, 2023; Битюцкая, Корнеев, 2020б; Кожевникова, Вьюжанина, 2016; Рассказова, Гордеева, Осин, 2013).

Для реализации задач по изучению субъективного восприятия и оценивания специалистами (психологами) трудностей взаимодействия с созависимыми и ресурсов совладания был выбран метод субъективного шкалирования в двух вариантах: градуальное шкалирование и многомерное шкалирование (семантический дифференциал).

4. Субъективное шкалирование позволяет получить числовые значения, оценить количественную выраженность изучаемых феноменов. Для оценки успешности ресурсов совладания в различных трудных ситуациях взаимодействия с созависимыми была использована трехуровневая градуальная шкала от 0 до 2, где 0 — качество не успешно для преодоления, разрешения этой ситуации (нет), 1 — качество частично успешно, частично не успешно (частично да, частично нет), 2 — качество успешно для преодоления, разрешения этой ситуации (да).

5. Семантический дифференциал (СД).

С учетом компактности, возможности бланковой работы с большими группами испытуемых, широкого охвата оцениваемых объектов и параметров, добавления эмоционального компонента, а также стандартизации результатов, данный метод представляется оптимальным для достижения цели и задач исследования (Кожевникова, Вьюжанина, 2016).

Для первичной обработки и обобщения эмпирических данных, оптимизации выборки, группировки данных по их значениям и отсеивания второстепенных элементов применены расчет центральных тенденций и оценка разброса данных (расчет среднего арифметического значения, медианы, стандартного отклонения, 25-го и 75-го процентилей).

Поскольку структура полученных данных не соответствует нормальному распределению, для вычисления корреляционных связей использован непараметрический метод — коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Для реализации задачи структурирования и классификации эмпирических данных использован факторный анализ. В силу большого количества переменных, выявленной тесной взаимосвязи оцениваемых ресурсов совладания, большого количества интеркорреляций



кластерный анализ не дал необходимое качество группирования данных; для выявления и интерпретации скрытой структуры данных был использован метод главных компонент (метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера). Расчет коэффициента α Кронбаха выполнен с целью оценки внутренней согласованности характеристик, описывающих оцениваемые объекты, и надежности оценки измеряемых параметров.

Процедура исследования

1) Подготовительный этап.

Согласно цели, задачам и гипотезам исследования был разработан план, определен состав выборки исследования, сформулированы объекты для оценок и измеряемые показатели, подобраны методы их изучения и стандартизированные методики, определены методы статистической обработки эмпирических данных.

На основании анализа исследований структуры и предпосылок копинга выделены следующие содержательные компоненты (критерии) оценок трудных жизненных ситуаций, определяющие возможность их преодоления: 1) значимость; 2) целенаправленность; 3) управляемость; 4) эмоциональные характеристики; 5) предсказуемость; 6) перспективность; 7) понятность; 8) активность. Положительные оценки по вышеуказанным критериям обеспечивают успешное совладание с трудными ситуациями. Данные критерии использованы при создании биполярных шкал семантического дифференциала. С использованием научных источников и данных опроса специалистов (выделение ассоциативных связей с трудностями взаимодействия и ресурсами совладания) составлена авторская анкета на основе семантического дифференциала. Анкета апробирована на 14 испытуемых — психологах (сотрудниках государственных и частных учреждений наркологического профиля г. Москвы) посредством офлайн-опроса, выполнена коррекция оцениваемых объектов (шкал, ресурсов, трудностей взаимодействия) и процедуры исследования.

Для итогового оценивания респондентами трудностей взаимодействия с созависимыми и ресурсов совладания выделены 26 шкал (см. табл. 1). В качестве оцениваемых объектов выделены 27 ресурсов совладания (см. табл. 2) (Роговая, 2024).

В качестве оцениваемых трудных ситуаций с учетом специфики феномена созависимости и его влияния на процесс выздоровления аддиктивных членов семьи, на основе анализа научных источников и практики работы с созависимыми, определены следующие трудности взаимодействия с созависимыми: 1. Отрицание проблемы зависимости в семье. 2. Трудности контроля процесса взаимодействия и удержания границ. 3. Проявление деструктивного семейного слияния. 4. Трудности выработки решения проблемы зависимости. 5. Распад иерархии семьи. 6. Включенность созависимого в семейные коалиции. 7. Закрытость и изоляция семьи с алкоголизмом/наркоманией. 8. Ригидность семьи. 9. Проявление патологизирующих семейных ролей. 10. Трудности коммуникации с созависимым. 11. Слабость ресурсов для изменений. 12. Деструктивное проявление семейных установок и норм. 13. Деструктивное проявление семейных сценариев и мифов.

2) Диагностический этап.

На данном этапе проведен сбор эмпирических данных посредством онлайн-опроса респондентов с помощью сервиса «Яндекс-формы». Также осуществлялось консультативное онлайн-сопровождение участников исследования. Выполнена обработка результатов трех опросников по ключам, составление таблицы исходных данных.



3) Этап обработки данных.

Проведена первичная и вторичная статистическая обработка данных, качественный и количественный анализ. С учетом того, что в выборке отсутствует достаточное количество респондентов мужского пола, сравнение данных по половым различиям не проводилось; сравнение данных по возрастным различиям не входит в задачи нашего исследования; в связи с тем, что выборка однородна по уровню образования и наличию опыта работы с созависимыми, сравнение по указанным параметрам также не проводилось.

Полученные данные упорядочены и сгруппированы в соответствии с исследовательской гипотезой, результаты эмпирического исследования оформлены, составлены таблицы описательной статистики, таблицы корреляций, таблицы факторного анализа.

4) Завершающий этап.

На данном этапе проведены анализ и интерпретация полученных данных, критическая оценка гипотез и реализации задач исследования, формулировка выводов исследования.

Результаты

В первую очередь отметим, что наиболее значимыми и труднопреодолимыми для испытуемых являются ситуации: закрытость и изоляция семьи с алкоголизмом/наркоманией; отрицание проблемы зависимости в семье; проявление патологизирующих семейных ролей; включенность созависимого в семейные коалиции. Наименее трудными являются ситуации: трудности контроля процесса взаимодействия и удержания границ; деструктивное проявление семейных сценариев и мифов; трудности выработки решения проблемы зависимости.

Наиболее значимые, «нагруженные» характеристиками и вызывающие отклик ситуации описываются как незрелые. Большинство ситуаций оценены как целенаправленные, но бесперспективные.

По результатам опросника КО ТЖЗ получены схожие оценки трудных ситуаций в работе с созависимыми клиентами. Респонденты в целом оценивают предлагаемые ситуации по шкалам «Общие признаки трудной жизненной ситуации», «Неподконтрольность ситуации», «Необходимость быстрого активного реагирования», «Отрицательные эмоции».

Корреляционный анализ шкал СД при оценке трудностей взаимодействия с созависимыми и шкал опросника «Типы ориентаций в трудных ситуациях» среди прочих показал следующие значимые прямые и обратные связи:

1) чем ситуация более молчаливая, закрытая, тем выше мониторинг «слабых сигналов» угрозы при попытках упредить развитие трудности («сигналы угрозы»);

2) чем выше предсказуемость, понятность, целенаправленность, значимость ситуации, тем выше поиск возможностей для достижения цели («ориентация на возможности»);

3) чем масштаб ситуации больше, тем меньше хочется действовать, чаще выбираются минимальные цели и простые способы их достижения («бездействие»).

Анализ с целью структурирования и классификации оценок трудностей взаимодействия специалистов (психологов) с созависимыми выполнен с помощью метода главных компонент, по результатам которого выделены следующие 6 факторов (см. табл. 1):

1) «Трудная ситуация» — описывает восприятие действительно трудно преодолимой ситуации в работе с созависимыми во всей полноте ее проявлений через такие характеристики, как: вялая, неуправляемая, неприятная, бесперспективная, скучная, бесцельная, одиночная, невыполнимая.



2) «Легкая ситуация» — дает понимание представлений группы о том, какая ситуация является для психологов наиболее легко решаемой и не требующей усилий, через такие характеристики, как: разговорчивая, гибкая, открытая, простая, легкая.

3) «Идеальная ситуация» — содержит описание ситуации работы с созависимыми в ее идеальном, желаемом проявлении, которое одновременно может быть и результатом, к которому специалист стремится; включает такие качества, как: зрелая, честная, широкая, свободная.

4) «Избавление» — описывает восприятие ситуации, которая по каким-либо причинам больше не имеет значения и не касается непосредственно работы специалиста, через такие качества, как: непредсказуемая, непонятная, радостная, незначимая, чуждая.

5) «Неподконтрольность» — содержит представление о проявлениях неуправляемых, неконтролируемых процессов в работе с созависимыми, которые могут иметь значение препятствия или неудачного исхода работы с клиентом; включает такие качества, как: активная, хаотичная, эмоциональная.

6) «Масштаб» — отражает потребность в уменьшении масштаба и влияния трудностей взаимодействия на работу специалиста через такое качество, как «маленькая».

Таблица 1 / Table 1

Результаты факторного анализа оценок трудностей взаимодействия (N = 45)
The results of a factor analysis of estimates of interaction difficulties (N = 45)

	Шкалы семантического дифференциала / Scales of the semantic differential	Компонента / Component					
		1	2	3	4	5	6
1.	большая – маленькая / big – small						0,873
2.	пассивная – активная / passive – active					0,591	
3.	предсказуемая – непредсказуемая / predictable – unpredictable				0,852		
4.	понятная – непонятная / understandable – incomprehensible				0,854		
5.	упорядоченная – хаотичная / orderly – chaotic					0,696	
6.	молчаливая – разговорчивая / silent – talkative		0,701				
7.	жесткая – гибкая / tough – flexible		0,807				
8.	закрытая – открытая / closed – open		0,795				
9.	радостная – печальная / joyful – sad				-0,708		
10.	незрелая – зрелая / immature – mature			0,732			
11.	сложная – простая / complex – simple		0,904				



12.	тяжелая – легкая / heavy – light		0,835			
13.	вялая – энергичная / sluggish – energetic	-0,546				
14.	честная – неискренняя / honest – insincere			-0,699		
15.	управляемая – неуправляемая / manageable – uncontrollable	0,737				
16.	неприятная – приятная / unpleasant – pleasant	-0,536				
17.	перспективная – бесперспективная / promising – unpromising	0,626				
18.	интересная – скучная / interesting – boring	0,872				
19.	целенаправленная – бесцельная / purposeful – aimless	0,766				
20.	значимая – незначимая / meaningful – insignificant				0,637	
21.	узкая – широкая / narrow – wide			0,908		
22.	сдержанная – эмоциональная / restrained – emotionally					0,846
23.	зависимая – свободная / dependent – free			0,840		
24.	совместная – одиночная / joint – single	0,513				
25.	привычная – чуждая / habitual – alien				0,586	
26.	выполнимая – невыполнимая / feasible – impossible	0,567				

Примечание: 6 факторов описывают 79,6% суммарной дисперсии, коэффициент α Кронбаха равен 0,738.

Note: 6 factors describe 79,6% of the total variance, the Cronbach's coefficient α is 0,738.

Проведение корреляционного анализа шкал опросника COPE и оценок успешности ресурсов для преодоления трудностей взаимодействия с созависимыми показало соответствие отдельных ресурсов устойчивым, диспозиционным стратегиям совладания с трудностями.

Факторный анализ оценок успешности ресурсов позволил выявить следующую структуру семантического пространства психологов в отношении ресурсов в работе с созависимыми (см. табл. 2):

1-й фактор — «Модель поведения» — отражает поведение успешного специалиста, внешне демонстрируемые качества, транслирующие знание и умение работать с созависимыми и возникающими трудными ситуациями; включает такие качества, как: профессиональная компетентность; самоконтроль; здоровье; автономность; эмоциональная зрелость; принятие риска; личная ответственность за свою жизнь; адекватная, позитивная самооцен-



ка; самоуважение; видение перспективы, вариантов решений; организованность; безопасность; информированность.

2-й фактор — «Личный ресурс» — дает представление об индивидуальных и социальных ресурсах, необходимых специалисту для ощущения внутренней уверенности, устойчивости, возможности и готовности влияния на работу с созависимыми, через такие качества, как: жизнестойкость; интерес, увлеченность; позитивное отношение к прошлому; открытость; разнообразие ролевых позиций; социальный статус; влиятельность; духовные, моральные принципы.

3-й фактор — «Главный инструмент» — отражает представление об основном инструменте психолога для успешного разрешения трудных ситуаций в работе с созависимыми — правильной беседе, искусно выстроенной коммуникации; содержит качества: стремление к контакту, общности; коммуникабельность; интеллект.

4-й фактор — «Глубинные мотивы» — предположительно описывает потребности и мотивы, удерживающие специалиста в русле данной деятельности, несмотря на трудности; включает качества: социальная поддержка; проактивность; эмпатия.

Таблица 2 / Table 2

**Результаты факторного анализа оценок ресурсов
 (их успешности во взаимодействии с созависимыми) (N = 45)
 The results of a factor analysis of resource estimates
 (their success in interacting with codependents) (N = 45)**

	Копинг-ресурсы / Coping resources	Компонента / Component			
		1	2	3	4
1.	жизнестойкость / resilience		0,499		
2.	социальная поддержка / social support				0,816
3.	профессиональная компетентность / professional competence	0,636		0,525	
4.	проактивность / proactivity			0,506	0,651
5.	эмпатия / empathy				0,835
6.	самоконтроль / self-control	0,622			0,519
7.	здоровье / health	0,582		0,561	
8.	стремление к контакту, общности / desire for contact, community			0,818	
9.	коммуникабельность / communication skills			0,777	
10.	интерес, увлеченность / interest, passion		0,731		
11.	автономность / autonomy	0,604			
12.	интеллект / intelligence			0,713	
13.	эмоциональная зрелость / emotional maturity	0,863			
14.	принятие риска / risk taking	0,660			
15.	личная ответственность за свою жизнь / personal responsibility for one's life	0,864			
16.	адекватная, позитивная самооценка / adequate, positive self-assessment	0,816			
17.	самоуважение / self-esteem	0,792			



	Копинг-ресурсы / Coping resources	Компонента / Component			
		1	2	3	4
18.	видение перспективы, вариантов решений / vision of prospects, solutions	0,784			
19.	позитивное отношение к прошлому / positive attitude to the past		0,733		
20.	открытость / openness		0,829		
21.	разнообразие ролевых позиций / a variety of role positions		0,746		
22.	организованность / organization	0,590		0,544	
23.	социальный статус / social status		0,764		
24.	влиятельность / influence		0,650	0,620	
25.	безопасность / security	0,770			
26.	информированность / awareness	0,638	0,508		
27.	духовные, моральные принципы / spiritual, moral principles	0,544	0,612		

Примечание: 4 фактора описывают 88,4% суммарной дисперсии, коэффициент α Кронбаха равен 0,984.
Note: 4 factors describe 88,4% of the total variance, the Cronbach's coefficient α is 0,984.

Таким образом, проведенные виды статистического анализа позволили охарактеризовать трудности взаимодействия с созависимыми, дать качественную оценку ресурсам совладания, выделить скрытые переменные в структуре полученных эмпирических данных, а также подтвердить достоверность результатов исследования.

Обсуждение результатов

Исследование показало, что восприятие и оценка трудностей в работе с созависимыми происходит преимущественно по выделенным обобщенным параметрам, определяющим признаки трудной ситуации и посильность ее разрешения — значимость, целенаправленность, управляемость, различные эмоциональные характеристики, предсказуемость, перспективность, понятность, активность — что согласуется с предыдущими разработками исследователей.

В результате математического анализа данных обнаружен еще один неявный, но весомый параметр — масштаб ситуации, предположительно указывающий на значительный охват коммуникативного/профессионального пространства этой проблемой, ее серьезность (а в сочетании с тяжестью и сложностью — неподъемность), затратность решения и возможную скрывающуюся за этим потребность специалистов в поддержке, снижении напряжения и довлеющего характера ситуации. Выявление нового критерия «масштаб», по нашему мнению, требует включения его в перечень критериев трудных ситуаций.

В целом, наличие в оценках трудностей характеристик понятности, предсказуемости, целенаправленности, но неуправляемости говорит о том, что психологи часто наблюдают, понимают и прогнозируют данные явления, их происхождение и возможное развитие, но не ощущают своего влияния на ситуацию, не имеют эффективных инструментов работы.

В наиболее труднопреодолимых ситуациях специалисты ощущают свое бессилие; эти ситуации отличаются закрытостью, жесткостью, недоступностью для контакта или его искажением. Здесь ресурсы совладания у специалистов дефицитарны, в связи с чем можно сделать вывод о необходимости интенсивной внешней поддержки и создания социально-пси-



хологических условий для взаимодействия: работы над позитивным образом семьи, снятия стигматизации, просвещения об особенностях зависимости и созависимости, групповых мероприятий для членов таких семей и др.

Сопоставление результатов различных методик (СД, факторный анализ, опросник ТOrТС и др.) показывает, что для психологов коммуникация является основным инструментом взаимодействия с созависимыми, вокруг которого строится совладающее поведение, что ожидаемо с точки зрения профессиональных задач и функций психологов, но недостаточно в работе с созависимыми клиентами. Молчаливость и закрытость воспринимаются психологами как угроза и препятствие, положительно коррелируют с жесткостью, сложностью, тяжестью (а разговорчивость — с энергичностью), что повышает внимание специалистов к слабым сигналам в коммуникации с целью предотвратить развитие трудности и забирает дополнительное количество энергии на поиски помех и препятствий и расчет своих сил на их преодоление. Такие результаты обнаруживают нехватку внешних, средовых ресурсов (возможностей организаций, социальных институтов) или неумение ими пользоваться, что требует разработки соответствующих алгоритмов работы психологов с созависимыми.

Обобщая интерпретацию факторного анализа характеристик трудностей взаимодействия с созависимыми, можно выделить ведущие потребности специалистов (психологов) в преодолении трудностей взаимодействия с созависимыми: эмоциональная разгрузка, контроль и уменьшение масштаба. Полученные результаты задают направления разработки совладающего поведения.

Ресурсы в целом ожидаемо оценены в позитивном ключе по большинству шкал, в связи с чем оценки отражают достаточно размытое представление в сознании специалистов о готовых способах преодоления трудностей взаимодействия с созависимыми. Ресурсы сами по себе оцениваются положительно, но не ассоциируются напрямую с копингом (первичная оценка), в то время как появление ситуационного контекста — успешность ресурса применительно к конкретной ситуации (вторичная оценка) — придает им значение совладающего поведения.

Интерпретация семантического пространства ресурсов специалистов позволяет заключить, что психологи в работе с созависимыми испытывают потребности в защищенности, физических, средовых опорах, более прозрачной постановке целей и четко регламентированных условиях работы с созависимыми. Для успешного преодоления трудностей взаимодействия специалисты нуждаются в большей устойчивости, энергии, открытости, свободе от неудач прошлого, четких моральных принципах, т. е. внутреннем порядке и подлинном интересе к взаимодействию с созависимыми. Главный инструмент взаимодействия с созависимыми — коммуникация, а сочувствие и поддержка создают риски возникновения коалиций с клиентом и указывают на необходимость работы с ролевыми позициями во взаимодействии.

Обобщая полученные данные, следует сказать, что в целом взаимодействие психологов с созависимыми является трудным и энергозатратным. Совладающее поведение специалистов в процессе взаимодействия раскрывается как совокупность когнитивных и эмоциональных оценок ситуации, партнера по взаимодействию (созависимого клиента), арсенала требуемых и наличествующих индивидуальных и социальных ресурсов с формированием возможного направления копинга. Одна из актуальных целей изучаемого копинг-поведения психологов — редукция негативных качеств трудностей взаимодействия, то есть уменьшение масштаба и значимости ситуации, снижение сложности и неуправляемости ситуации, повышение перспективности и зрелости ситуаций, подконтрольности различных этапов и уровней взаимо-



действия. Вторая цель — непосредственное развитие высоко значимых ресурсных качеств, повышение подконтрольности востребованных индивидуальных и социальных факторов.

На основании вышеизложенного разработаны следующие 3 группы адаптивных стратегий преодоления трудностей взаимодействия с созависимыми — стратегии, направленные на процесс взаимодействия, на собственные возможности специалиста и на возможности созависимых.

1. Стратегии, ориентированные на процесс взаимодействия. Например: сотрудничество; разделение ответственности; сегментирование ситуации; краткосрочное целеполагание; анализ перспективы; использование не прямой, «опосредованной» коммуникации; привлечение средних ресурсов и др.

2. Стратегии, ориентированные на собственные возможности специалиста. Например: установка собственной ценности; самоподдержка; переосмысление собственных ожиданий и мотивов; инвентаризация возможностей; определение зон личного влияния; смена ролевой позиции; конструктивное ментальное и поведенческое дистанцирование; поиск эмоциональной и инструментальной социальной поддержки; информирование и др.

3. Стратегии, ориентированные на возможности созависимых. Например: фокусировка на личных нереализованных потребностях и целях; фокусировка на решениях, перспективах ситуации; оценка личного вклада в проблему; выбор доступных личных и семейных ресурсов; создание авторитета; выработка здоровых правил и норм; поддержка автономии; упрощение обязанностей и др.

Предлагаемый универсальный алгоритм разработки копинг-стратегий заключается в следующем: 1) изучение оценивания специалистами трудных ситуаций и ресурсов совладания; 2) определение круга дефицитных ресурсов и потребностей специалистов; 3) конструирование моделей совладающего поведения специалистов в интересующих трудных ситуациях, исходя из выявленных особенностей предикторов копинга.

Таким образом, совокупный анализ особенностей оценивания специалистами (психологами) трудностей взаимодействия с созависимыми и копинг-ресурсов позволил выделить стратегии, направленные на совладание с изучаемыми трудностями. Исходя из вышесказанного, можно утверждать, что по результатам исследования общая гипотеза исследования нашла свое подтверждение.

Заключение

Проблема повышения эффективности работы с созависимыми актуальна не только на уровне организации реабилитационных программ лиц, страдающих зависимостями, но и на уровне процесса профессионального взаимодействия психологов с созависимыми. Вопросы изучения трудностей взаимодействия с созависимыми и разработки эффективных копинг-стратегий их преодоления до настоящего момента не находили адекватного решения и носили фрагментарный характер. Проведенное исследование позволяет восполнить имеющийся пробел и предложить системный подход к изучению трудностей взаимодействия и алгоритм разработки копинг-стратегий преодоления данных трудностей в целях снижения сопротивления и повышения вовлеченности созависимых в процесс выздоровления, а также развития совладающего поведения специалистов (психологов).

Проведенное исследование охватывает основные структурообразующие элементы копинга: когнитивную оценку трудностей взаимодействия, ресурсов для преодоления этих трудностей, успешности копинга в заданных условиях.



Выявлены значимые взаимосвязи между изучаемыми объектами, параметрами и шкалами стандартизированных методик; получены разнообразные оценки трудностей взаимодействия с созависимыми и ресурсов совладания, позволяющие построить семантическое пространство совладающего поведения специалистов (психологов) в работе с созависимыми. В исследовании установлены связи между оценками субъективного шкалирования и стандартизированными методиками, что подтверждает достоверность и надежность использованного способа получения данных. Посредством построения семантических пространств трудностей и совладающего поведения специалистов выделены скрытые значения, потребности и запросы психологов, послужившие основой разработки копингов.

Перечень критериев оценок трудных жизненных ситуаций, определяющих возможность их преодоления, дополнен и должен включать следующие параметры: 1. Значимость. 2. Целенаправленность. 3. Управляемость. 4. Эмоциональные характеристики. 5. Предсказуемость. 6. Перспективность. 7. Понятность. 8. Активность. 9. Масштаб.

В работе предложен алгоритм разработки копинг-стратегий и три группы стратегий совладающего поведения специалистов, направленные на преодоление трудностей взаимодействия с созависимыми.

Общая гипотеза исследования нашла свое подтверждение, достигнута цель исследования — выявлены трудности взаимодействия специалистов (психологов) с созависимыми и разработаны стратегии преодоления этих трудностей.

Практическая значимость исследования в первую очередь состоит в том, что его результаты могут быть использованы: для диагностики владения копинг-стратегиями преодоления трудностей взаимодействия с созависимыми у специалистов, работающих с такими клиентами; при создании типовых и индивидуальных программ подготовки специалистов к деятельности с созависимыми; в практике работы с созависимыми. В социальном плане практическая значимость заключается в том, что разработка проблемы преодоления трудностей во взаимодействии с созависимыми позволит повысить компетентность специалистов в работе с данной категорией лиц, положительно повлиять на эффективность лечебных и профилактических мероприятий в преодолении зависимости, уменьшить социальную изоляцию семей с аддиктивным поведением.

Направления дальнейших исследований в первую очередь подразумевают разработку и апробацию программ развития копинг-стратегий преодоления трудностей взаимодействия с созависимыми. Кроме того, дальнейшие исследования должны быть направлены на совершенствование инструментария, наработку базы предложенного подхода и расширение категорий обследуемых респондентов, изучение трудностей взаимодействия и разработку копингов у представителей медицинских, социальных и других профессий. Требуется расширение выборки для выделения половых, образовательных, профессиональных различий. Также возможно рассмотрение и оценка иного содержания трудностей, не только взаимодействия с трудными клиентами, но и ситуации взаимодействия в коллективе, решение группы управленческих, коммуникативных, технических, чрезвычайных и других задач. Верификация моделей, содержащих характеристики субъективного восприятия и оценивания ситуаций, и расширение применимости подхода в разработке копингов составляют основные цели дальнейшей работы.

Ограничения. Среди ограничений проведенного исследования можно отметить количественные, технические и этические критерии. Отметим размер выборки, особенности анкеты (значительный объем и длительность прохождения), специфику восприятия мате-



риала исследования через средства онлайн-коммуникации, меру профессиональной компетентности респондентов. Указанные ограничения могут быть преодолены при дальнейшем совершенствовании инструментария и развитии исследований в данном направлении.

Limitations. Among the limitations of the conducted research, quantitative, technical and ethical criteria can be noted. We note the sample size, the features of the questionnaire (significant volume and duration of passage), the specifics of the perception of the research material through online communication, and the measure of the respondents' professional competence. These limitations can be overcome with further improvement of the toolkit and the development of research in this area.

Список источников / References

1. Барцалкина, В.В., Моисеев, О.О., Третьяк, Э.В., Хромышева, Е.В. (2022). Реабилитационный потенциал социально-психологического сопровождения семей с проблемами алкогольной или наркотической зависимости. *Психологическая наука и образование*, 27(6), 144—154.
Bartsalkina, V.V., Moiseev, O.O., Tretyak, E.V., Khromysheva, E.V. (2022). Rehabilitation potential of socio-psychological support for families with alcohol or drug addiction problems. *Psychological science and education*, 27(6), 144—154. (In Russ.)
2. Береза, Ж.В., Исаева, Е.Р. (2018). Влияние психотерапевтической коррекции созависимости матерей наркозависимых пациентов на эффективность лечебно-реабилитационного процесса. *Вестник ЮУрГУ, серия «Психология»*, 11(2), 54—62. <https://doi.org/10.14529/psy180206>
Bereza, Zh.V., Isaeva, E.R. (2018). The influence of psychotherapeutic correction of codependency of mothers of drug-dependent patients on the effectiveness of the treatment and rehabilitation process / Zh.V. Bereza. *Bulletin of SUSU, the series "Psychology"*, 11(2), 54—62. (In Russ.). <https://doi.org/10.14529/psy180206>
3. Битюцкая, Е.В. (2022). Успешность копинга. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 19(1), 382—404.
Bityutskaia, E.V. (2022). The success of coping. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 19(1), 382—404. (In Russ.)
4. Битюцкая, Е.В., Корнеев, А.А. (2020a). Диагностика восприятия жизненных трудностей: ситуационный опросник «Типы ориентаций в трудной ситуации». *Российский социально-гуманитарный журнал*, 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/diagnostika-vozpriyatiya-zhiznennyh-trudnostey-situatsionnyu-oprosnik-tipy-orientatsiy-v-trudnoy-situatsii> (дата обращения: 29.06.2024).
Bityutskaia, E.V., Korneev, A.A. (2020a). Diagnostics of perception of life difficulties: situational questionnaire "Types of orientations in a difficult situation". *Russian Social and Humanitarian Journal*, 4. (In Russ.). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/diagnostika-vozpriyatiya-zhiznennyh-trudnostey-situatsionnyu-oprosnik-tipy-orientatsiy-v-trudnoy-situatsii> (viewed: 29.06.2024).
5. Битюцкая, Е.В., Корнеев, А.А. (2023). Диагностика субъективного оценивания трудных жизненных задач. *Вестник Московского университета, серия 14 «Психология»*, 46(1), 247—279.
Bityutskaia, E.V., Korneev, A.A. (2023). Diagnostics of subjective assessment of difficult life tasks. *Bulletin of the Moscow University, the series 14 "Psychology"*, 46(1), 247—279. (In Russ.)
6. Битюцкая, Е.В., Корнеев, А.А. (2020б). Диагностика факторов копинга: апробация опросника «Типы ориентаций в трудных ситуациях». *Психологический журнал*, 41(1), 97—111.
Bityutskaia, E.V., Korneev, A.A. (2020b). Diagnosis of coping factors: testing the questionnaire "Types of orientations in difficult situations". *Psychological Journal*, 41(1), 97—111. (In Russ.)
7. Бодановская, З.Д. (2020). Социальная работа с созависимыми женщинами в Санкт-Петербурге. В: *Социальное обслуживание семей и детей: научно-методический сборник. Вып. 19: Теория и практика социальной работы с женщинами в трудной жизненной ситуации* (с. 166—172).
Bodanovskaya, Z.D. (2020). Social work with codependent women in St. Petersburg. In: *Social services for families and children: a scientific and methodological collection. Issue 19: Theory and practice of social work with women in difficult situations* (pp. 166—172). (In Russ.)
8. Кожевникова, О.В., Вьюжанина, С.А. (2016). *Психосемантика. Метод семантического дифференциала: учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений*. Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет».



- Kozhevnikova, O.V., Vyuzhanina, S.A. (2016). *Psychosemantics. The semantic differential method: an educational and methodological guide for university students*. Izhevsk: Publishing Center "Udmurt University". (In Russ.)
9. Леонова, Е.Н. (2021). Жизнестойкость и когнитивная оценка трудной жизненной ситуации как предикторы способов совладания. *Человеческий капитал*, 4, 90—103. <https://doi.org/10.25629/HC.2021.04.08>
Leonova, E.N. (2021). Hardiness and cognitive appraisal of difficult life situation as predictors of coping strategies. *Human Capital*, 4, 90—103. (In Russ.). <https://doi.org/10.25629/HC.2021.04.08>
10. Миллер, У.Р., Роллник, С. (2019). *Мотивационное консультирование: как помочь людям измениться*; пер. с англ. М.: Эксмо.
Miller, W.R., Rollnik, S. (2019). *Motivational counseling: how to help people change*; transl. from Engl. Moscow: Eksmo. (In Russ.)
11. Миронова, О.И., Роговая, О.С. (2023а). Особенности обучения специалистов помогающих профессий работе с созависимыми. *Педагогика и психология образования*, 3, 121—135.
Mironova, O.I., Rogovaya, O.S. (2023a). Features of training specialists in helping professions to work with codependents. *Pedagogy and psychology of education*, 3, 121—135. (In Russ.)
12. Миронова, О.И., Роговая, О.С. (2023б). Трудности взаимодействия с созависимыми: системно-семейный анализ. *Психология и право*, 13(2), 166—182.
Mironova, O.I., Rogovaya, O.S. (2023b). Difficulties of interaction with codependents: a system-family analysis. *Psychology and law*, 13(2), 166—182. (In Russ.)
13. *Основные подходы, технологии организации социально-психолого-педагогической работы с семьями, имеющими зависимость от ПАВ: Учебно-методическое пособие* (2017) / под рук. Е.В. Белевцевой. Тула.
Basic approaches, technologies for organizing socio-psychological and pedagogical work with families dependent on surfactants: An educational and methodological guide (2017) / led by E.V. Belevtseva. Tula. (In Russ.)
14. *Преодоление созависимости: обучающий курс для социальных работников города Москвы по преодолению созависимого поведения членов семей алко-наркозависимых* (2020). Комитет общественных связей и молодежной политики г. Москвы. Москва.
Overcoming codependency: a training course for social workers in Moscow on overcoming codependent behavior of family members of alcohol and drug addicts (2020). Committee of Public Relations and Youth Policy of Moscow. Moscow. (In Russ.)
15. Рассказова, Е.И., Гордеева, Т.О., Осин, Е.Н. (2013). Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 10(1), 82—118.
Rasskazova, E.I., Gordeeva, T.O., Osin, E.N. (2013). Coping strategies in the structure of activity and self-regulation: psychometric characteristics and the possibilities of using the COPE methodology. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 10(1), 82—118. (In Russ.)
16. Роговая, О.С. (2024). Копинг-ресурсы в преодолении трудностей взаимодействия с созависимыми. *Человеческий капитал*, 6(186), 182—196.
Rogovaya, O.S. (2024). Coping resources in overcoming difficulties of interaction with codependents. *Human capital*, 6(186), 182—196. (In Russ.)
17. Gerber, C. (2019). Working with Involuntary Clients — When Control Becomes an Element of Counselling. *Prax Kinderpsychol Kinderpsychiatr*, 68(4), 286—304.
18. Mette, J., Wirth, T., Nienhaus, A., Harth, V., Mache, S. (2020). "I need to take care of myself": a qualitative study on coping strategies, support and health promotion for social workers serving refugees and homeless individuals. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 15, 19. <https://doi.org/10.1186/s12995-020-00270-3>
19. Pearlin, L.I., Schooler, C. (1978). The structure of coping. *The journal of health and social behavior*, 19(1), 2—21.
20. Stroebe, M.S., Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. *Journal of Near-Death Studies*, 23, 197—224.
21. Trotter, C. (2022). *Working with Involuntary Clients: A Guide to Practice*. 4th Edition. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003157663>



Информация об авторах

Оксана Ивановна Миронова, доктор психологических наук, профессор, департамент психологии, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (ФГАОУ ВО «НИУ ВШЭ»); профессор, кафедра психологии и развития человеческого капитала, Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации (ФГОБУ ВО «Финансовый университет»), Москва, Российская Федерация, ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4822-5877>, e-mail: mironova_oksana@mail.ru

Ольга Степановна Роговая, медицинский психолог, Психиатрическая клиническая больница № 1 им. Н.А. Алексеева Департамента здравоохранения города Москвы (ГБУЗ «ПКБ № 1 ДЗМ»), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6352-9125>, e-mail: rogovaya.olga.22782@yandex.ru

Information about the authors

Oksana I. Mironova, Dr. Sci. (Psychology), Professor of the Department of Psychology, HSE University; Professor of the Department of Psychology and Human Capital Development, Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation, ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-4822-5877>, e-mail: mironova_oksana@mail.ru

Olga S. Rogovaya, Medical Psychologist, Psychiatric Hospital no. 1 named after N.A. Alexeev of the Department of Health of Moscow, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6352-9125>, e-mail: rogovaya.olga.22782@yandex.ru

Вклад авторов

Миронова О.И. — общее руководство направлением исследования, разработка концепции, идей публикации; контроль за проведением экспериментального исследования, участие в подготовке текста статьи.

Роговая О.С. — планирование исследования, организация и проведение экспериментального исследования; анализ полученных данных; подготовка текста статьи.

Оба автора приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Oksana I. Mironova — general management of the research direction, development of the concept and publication ideas; control over the conduct of the experimental research, and participation in the preparation of the article text.

Olga S. Rogovaya — planning the research, organizing and conducting experimental research; analyzing the data obtained; preparation of the text of the article.

Both authors participated in the discussion of the results and agreed on the final text of the manuscript.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest

The authors declare no conflict of interest.

Поступила в редакцию 04.04.2025

Поступила после рецензирования 10.10.2025

Принята к публикации 10.10.2025

Опубликована 30.03.2026

Received 2025.04.04

Revised 2025.10.10

Accepted 2025.10.10

Published 2026.03.30