ВВЕДЕНИЕ

Осуществление гармоничного, завершеного перехода от детской позиции к позиции взрослого, постепенное отделение от родительской семьи является значимым фактором развития зрелости личности, формируя готовность человека к самостоятельной жизни. В психологической науке такой процесс и его результат принято обозначать термином «сепарация».

Сепарация в психологии – очень многогранное, сложное и междисциплинарное явление, которое может быть рассмотрено с разных сторон. С позиции семейной психологии сепарация обусловливает кризис в семейном цикле, перестраивающий систему после выполнения основной, воспитательной функции, оставляющий родительскую семью в состоянии «пустого гнезда», провоцирующий переживания матери и отца, вынужденных приспособляться вновь к диадным отношениям. С точки зрения возрастной психологии – это внутриличностный процесс постепенного формирования отделенности ребенка от родительских фигур, имплицитно включенный в развитие личности и становящийся явным в моменты больших возрастных кризисов. В психологии личности сепарация может быть рассмотрена как кризис, формирующий определенные качества молодого человека: автономность, самостоятельность, суверенность – и препятствующий формированию созависимости, инфантильности. В социальной психологии могут быть рассмотрены аспекты вынужденной сепарации молодых людей, внутренне не готовых к отделению, но совершающих его по причинам, детерминированным общественными изменениями – к примеру, из-за урбанизации, приводящей молодых людей к решению уезжать из сел и малых городов в мегаполисы для получения образования и работы. Кроме того, изучение особенностей данного явления в конкретной стране предполагает подключение также и культурно-исторического контекста. Все это ясно дает понять, насколько сложным становится это явление, насколько комплексным должен быть подход к его изучению.

На Западе говорить о сепарации (хоть и не называя напрямую данное явление) стали практически с момента зарождения психологии, в начале XX в., в России к ее изучению пришли позже практически на век. При этом абсолютно очевидно, что проблема отделения молодых людей от родителей в России обстоит иначе, чем в западных странах. Свой отпечаток накладывают как культурно-исторические особенности (коллективистская направленность, детоцентризм, опекающее отношение даже к повзрослевшим детям), так и социально-экономические. Молодому человеку сложно начать самостоятельную жизнь из-за высокой материальной зависимости от родительской семьи. Особенное строение социальных лифтов, трудности в поиске работы людьми без опыта в какой-либо области, постановка вопроса о собственном жилье часто останавливают многих в решении проблемы отдельного проживания. Таким образом, в юношеском возрасте часто происходит не осознанное, а вынужденное отделение от родителей. К примеру, способствующим вынужденной сепарации обстоятельством выступает поступление в вуз, находящийся в другом регионе или стране. Исходя из этого, молодой человек на первом курсе, помимо адаптации к требованиям нового учебного заведения, новому коллективу, испытывает еще и трудности сепарации от родителей. Резкое вынужденное «взросление» ставит задачи по организации быта, сталкивает с ситуацией дефицитарности ресурсов: времени, материальных средств, внимания и заботы близких – и требует моментального приспособления к целому ряду факторов. Таким образом, многие молодые люди переживают тяжелый кризис, в котором они, еще лишенные ресурса личностной зрелости и психологической устойчивости взрослого человека, сталкиваются с жесткими условиями реальной жизни, и зачастую нуждаются в квалифицированной помощи.

Возвращаясь к теоретическим предпосылкам исследования феномена сепарации, можно констатировать явные разночтения относительно понимания самого термина «сепарация»: ее рассматривали и как однозначно негативный феномен, синонимичный отчуждению, и как обязательное условие формирования человеческой зрелости. Взгляд на сепарацию разнится в зависимости от подхода, что отражается в многочисленных попытках дать дефи-

ницию этого понятия и отсутствии общего понимания механизмов развития и формирования данного феномена. Начиная с 1990-х гг. за рубежом и с 2000-х гг. в России число прикладных исследований сепарации растет, однако разрозненные данные нуждаются в обобщении, осмыслении и подведении под определенную методологическую базу.

Многие аспекты данного психологического явления остаются незатронутыми. К примеру, сепарация чаще всего рассматривается как внутриличностный процесс, а ее внешняя сторона, выраженная в конкретизированной ситуации ухода молодого человека из родительского дома, которая может быть раскрыта с позиции трудной жизненной ситуации, редко подвергается комплексному анализу.

Также в отечественных исследованиях обращает на себя внимание острая нехватка адекватного психодиагностического инструментария. При достаточном разнообразии зарубежных непереводаемых методик (шкала *Dysfunctional Separation-Individuation Scale*, *Separation-Individuation Test of Adolescence*, *Emotional Autonomy Scale*, *Munich Individuation Test*), в отечественной психологии на данный момент благодаря работе В.П. Дзукаевой и Т.Ю. Садовниковой прошел адаптацию на русскоязычной выборке и может применяться в дальнейших исследованиях данного явления только один опросник – *Psychological Separation Inventory (PSI)*.

Вероятно, в настоящее время осуществляется поиск проблемных зон, производится набор материала, касающегося проблемы, точно производится анализ отдельных взаимосвязей и взаимовлияний. Кроме того, проблема изучения сепарации в России заключается в невозможности перенесения большинства данных, полученных за рубежом, на российскую выборку из-за культуральных особенностей взаимодействия в семейной сфере. Исходя из этого, актуальной становится задача накопления собственного массива эмпирических данных по данной проблематике.

Кроме того, сепарация рассматривается чаще всего как осознанное решение взрослого, способного обеспечить себя материальными средствами человека, тогда как преимущественно в юношеском возрасте отделение от родительской семьи носит совершенно иной характер. Сепарация здесь не является основной це-

лю, а сопровождает и без того многочисленные изменения в жизни человека, и в чем-то ее можно назвать вынужденной. Например, адаптация обучающихся к незнакомым условиям учебной организации рассматривается через призму новых учебных требований, вхождения в студенческий коллектив, но крайне редко изучается аспект детско-родительских отношений. Также не дается описание четких параметров ситуации сепарации, факторов, способствующих ее благополучному или неблагополучному разрешению.

Не менее острым вопросом является и соотношение разных сторон сепарационного процесса. Отделение от родителей у молодых людей происходит в разных планах – внутреннем, психологическом, который отражается в формировании собственных представлений о значимых сторонах реальности, формировании независимости от родительских оценок, возможности самостоятельно принимать решения, и внешнем – как непосредственное физическое отделение от семьи. Последствия негармонично пройденной внутренней сепарации от родителей – это и формирование созависимости в отношениях, которая отражается на последующих супружеских и детско-родительских отношениях, и нарушения в развитии психологической суверенности, и недифференцированность когнитивной и эмоциональной сфер личности. Не менее важна и внешняя сепарация, которая отражает не только мысли и чувства человека по поводу независимости от родителей, но и переход к реальным действиям – переезду в другой дом, город, страну. Физическая сепарация способствует достаточно сильному изменению условий существования, провоцирует развитие стресса и в целом является трудной жизненной ситуацией, с которой приходится справляться как уходящим из семьи юношам и девушкам, так и их родителям. В первом случае, исследователям внутренней, психологической сепарации, очень трудно охватить все ее предпосылки и следствия, выделив не только субъективные, но и объективные критерии. Последние более очевидны при втором подходе, при оценке внешней сепарации, однако, часто со стороны профессионального сообщества возникает претензия к тому, что такой подход не всегда позволяет выявить истинную психологическую картину происходящих изменений.

В связи с этим наиболее актуальным является вопрос о настоятельной транзакции этих подходов.

Таким образом, можно обозначить целый ряд конкретных затруднений в исследовании феномена сепарации, которые заключаются в следующих противоречиях:

- разнородность толкования понятия сепарации, отсутствие единообразия в воззрениях ученых относительно данного объекта;

- существование разных теоретических моделей сепарации при отсутствии единой теории, на которую бы можно было опираться при исследовании данного понятия, объясняющей все его аспекты;

- анализ сепарации как общего внутриличностного процесса при недооценке внешней стороны сепарации, обладающей объективными и удобными для исследования проявлениями;

- фрагментарность эмпирического изучения сепарации как в зарубежных, так и в отечественных исследованиях;

- невозможность перенесения полученных на западных выборках данных о сепарации в российские реалии из-за разницы социального строя, ценностей, культурно-исторического контекста;

- своевременность и необходимость изучения данного явления на фоне острой нехватки психодиагностических методик, адаптированных для российской выборки или созданных в нашей стране.

Наша принципиальная позиция состоит в том, что сепарация от родителей – процесс постепенного формирования независимости подрастающего поколения от своей семьи в разных сферах жизнедеятельности, имеющий важное значение для формирования и развития зрелой личности, а также трудная ситуация, объективно проявляющаяся во внешнем (физическом, территориальном, материальном, бытовом) отделении молодого человека от родителей, внутренняя (эмоциональная и когнитивная) репрезентация которой определяет выбор субъектом копинг-стратегий, соответствующих как специфике ситуации, так и его собственным возможностям на определенном этапе развития, рубежным среди которых выступает период юности или студенческий возраст.

Кроме этого, данная ситуация играет важную роль не только в жизни молодых людей, она качественно перестраивает всю семейную систему, в которую они включены, особенно сильно сказываясь на эмоциональном состоянии и самоощущении матерей, теснее включенных в отношения с детьми и затрачивающих значительные ресурсы на реализацию своей роли. Дистанцироваться от своего ребенка, отказаться от доминирующей позиции в отношениях с ним, перестроить семейную систему после его ухода, возможно, столкнувшись с отложенными еще с бездетных времен трудностями во взаимоотношениях с мужем, – для каждой женщины в период отделения взрослых детей находится своя проблема, которую нужно разрешить. Кроме этого, ситуация сепарации может протекать на фоне прочих непростых психологических вызовов: прохождение кризиса средних лет, переживания о приближающейся старости и беспомощности, столкновение с проблемами со здоровьем, уход за собственными пожилыми родителями, карьерные перипетии. Дети и их родители по-разному смотрят на процесс отделения, определяют отношение к нему исходя из своей роли, ценностей, возрастных особенностей. Именно поэтому комплексный взгляд на проблему сепарации предполагает учет точек зрения как «детской», так и родительской сторон.

Именно поэтому в данной работе сепарация рассматривается как со стороны молодых людей, так и с позиции их матерей. Это отразилось на структуре монографии: она состоит из трех глав. Первая посвящена теоретическому анализу понятия сепарации, ее значению в жизни личности и семейной системы, подходам к ней (процессуальному, личностному и ситуационному), формированию обобщенной схемы ситуации сепарации. Вторая глава является обобщением результатов исследования отношения матерей к ситуации отделения их детей от родительской семьи. В ней содержатся попытки обобщить семейно-средовые факторы, влияющие на оценку и копинг-поведение женщин, переживающих ситуацию расставания с взрослеющими сыновьями и дочерьми. В третьей главе содержится анализ особенностей, факторов и предикторов эмоциональной и когнитивной оценки, а также совладающего поведения студентов в ситуации сепарации от родителей, формулируются выводы об особенностях копинга моло-

дых людей и эффективности его отдельных стратегий и стилей, производится сравнительный анализ реакций матерей и детей на ситуацию сепарации. В приложениях приводится методический инструментарий исследования (составленные авторами анкеты, методики, подвергнутые факторизации, и описание полученных факторов), а также библиографический список работ авторов по тематике сепарации.

Теоретико-методологическую основу настоящего исследования составили: культурно-исторический и системно-деятельностный подходы (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, П.Я. Гальперин, Д.Б. Эльконин), теория систем (Л. фон Берталанфи) и ее конкретизация в системной семейной терапии (М. Боуэн, А.Я. Варга, К. Бейкер, А.А. Дитюк), теория привязанности (Дж. Боулби, М. Эйнсворт) и ее конкретизация в исследованиях диалектической связи привязанности и сепарации (Д. Блюштейн, М. Вандри, Дж. Холмбек, Р. Райан, Дж. Линч, Ф. Лопез, Дж. Маттана), психоаналитический подход к трактовке детско-родительских отношений (З. Фрейд, Э. Фромм, М. Малер, Ф. Пайн, П. Блос), идеи о дифференциации видов психологической сепарации / автономии / эмансипации детей от родителей (Дж. Хоффман, Д.А. Леонтьев, Н.Е. Харламенкова, Т.И. Сытько, В.П. Дзукаева, Т.Ю. Садовникова, Р. Стернберг, К. и А. Салливан), подходы к определению периодизации возрастного развития и возрастных задач (Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон, И.В. Шаповаленко, В.С. Мухина), подходы к студенчеству как особой социальной группой (Б.Г. Ананьев, В.Т. Лисовский, Т.В. Ищенко), ресурсный подход (С.А. Хазова, С.Л. Соловьева), концепции зрелости личности (Р.В. Овчарова, Л.И. Божович, Б.С. Братусь, Г.С. Сухобская, Э. Гринбергер, А.Л. Журавлев, С.Л. Братченко, М.Р. Миронова), идеи гуманистической психологии о самоактуализации и стремлении к самосовершенствованию (В. Франкл, К. Роджерс, А. Маслоу), концепция психологического пространства (С.К. Нартова-Бочавер), ситуационный подход (К. Левин, Н.В. Гришина, Р. Баркер, Л. Росс и Р. Нисбетт, Н. Эндлер и Д. Магнуссон, Л.Ф. Бурлачук и Н.Б. Михайлова), субъектный подход к пониманию значения личности в ситуации (Л.И. Анцыферова, К.А. Абульханова-Славская), подходы к пониманию совладающего поведения (Т.Л. Крюкова, М.В. Сапоровская, Е.В. Куф-

тяк) и предикторам семейного копинга – социокультурным, ситуационным, регулятивным и диспозиционным (Т.Л. Крюкова).

Надеемся, что наша работа будет полезна читателям, интересующимся проблемой сепарации взрослеющих детей, найдет отклик как у специалистов (ученых и практиков), так и ее непосредственных субъектов – молодых людей и их родителей.

Последние не только являются нашими адресатами, но и участниками многочисленных и многолетних исследовательских срезов, за что мы им очень благодарны. Также особую благодарность мы выражаем авторам адаптации опросника *Psychological Separation Inventory (PSI)* Дж. Хоффмана Т.Ю. Садовниковой и В.П. Дзукаевой за плодотворное научное сотрудничество.