

УДК 159.923.5 + 316.6

DOI: 10.17072/2078-7898/2016-1-74-83

ОСОБЕННОСТИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СЕПАРАЦИИ

Потапова Юлия Викторовна

Омский государственный медицинский университет Министерства здравоохранения РФ

Исследования сепарации в отношениях родителей и взрослеющих детей в последнее время становятся все более популярными в отечественной психологии. Современные авторы часто обращаются к семейной ситуации развития юноши, изучению сепарации через призму отношений с родителями. В данном исследовании акцент ставится на личности молодого человека, его особенностях, взаимосвязанных с параметрами внутренней, психологической, сепарации, и внешней, физической, выраженной в факте отдельного проживания от родителей. Цель исследования — сравнение копинг-поведения молодых людей, проживающих отдельно от родителей и вместе с ними, имеющих разный уровень выраженности эмоциональной сепарации. Основные задачи исследования: выделение стратегий, используемых преимущественно для преодоления трудной жизненной ситуации в целом, а также выявление в группе живущих отдельно от родителей копинг-стратегий, используемых для совладания конкретно с ситуацией физической сепарации. Сравнение показало, что если молодой человек имеет высокий уровень эмоциональной сепарации от родителей, то, как при стрессе в целом, так при совладании с трудной ситуацией ухода из родительского дома, он чаще использует положительное истолкование и рост, активный копинг. При низкой эмоциональной сепарации от родителей человек чаще обращается за эмоциональной и активной общественной поддержкой, фокусируется на эмоциях, использует религиозный копинг. Таким образом, степень эмоциональной сепарации от родителей потенциально может стать предиктором зрелости совладающего поведения в юношеском возрасте. Чем выше уровень эмоциональной сепарации от родителей, тем чаще человек использует самостоятельный, активный, рациональный копинг. Данные результаты могут быть применены при исследовании темы психологической сепарации от родителей, а также в психологической практике для разрешения противоречий в отношениях родителей и взрослеющих детей. Перспективой исследования является изучение взаимосвязей других типов сепарации — аттитудной и функциональной — с психологическими особенностями юношей и девушек.

Ключевые слова: эмоциональная сепарация; копинг; детско-родительские отношения; юношеский возраст; личностная зрелость; трудные жизненные ситуации; ситуация сепарации.

PECULIARITIES OF COPING BEHAVIOR OF BOYS AND GIRLS WITH DIFFERENT LEVELS OF EMOTIONAL SEPARATION

Yuliya V. Potapova

Omsk State Medical University

The study of separation between parents and maturing children has been gaining popularity in the national psychology. Modern authors often turn to the family situation of the young men studying separation in terms of relations with parents. In this study, the emphasis is put on the personality of a young man, his characteristics connected with the parameters of the inner, psychological separation and external, physical one expressed in living separately from parents. The purpose of research is a comparison of coping behavior of young people living apart and with their parents and having different levels of the emotional separation. The main objectives of the study are a selection of strategies, mainly used for coping with a difficult life situation as a whole, as well as the identification of coping strategies used for dealing with the specific situation of physical separation

in the group of youngsters living separately from their parents. The comparison showed that if a young person has a high level of emotional separation from parents, he often uses active coping and behaves positively under stress in general and when coping with a difficult situation of leaving home. Having a low level of emotional separation from parents a young man often seeks the emotional and public support, is focused on emotions, uses religious coping. Thus, the degree of emotional separation from parents can potentially predict adulthood coping in adolescence. The higher level of emotional separation from parents, the more often a person uses an independent, active, rational coping. These results can be used in the study of psychological separation from parents as well as in psychological practice for resolving conflicts between parents and maturing children. Further research is aimed at studying of other types of separation, attitudinal and functional, and their connection with the psychological characteristics of boys and girls.

Key words: emotional separation; coping; parent-child relationships; adolescence; personal maturity; difficult life situations; the situation of separation.

Родители являются для ребенка первым агентом социализации, а взаимоотношения с ними — одним из значимых факторов в формировании личности. При этом важно и то, что отношения должны развиваться гармонично и соответствовать тому этапу, на котором находится семья, они должны вовремя трансформироваться и приобретать новые смыслы. К.С. Льюис в своем эссе «Любовь» замечает, что признаком хорошо исполненной родительской роли является состояние, когда родители больше не нужны ребенку [9]. Речь, конечно, идет не о разрыве отношений ребенка с родителями по достижении им определенного возраста и психического состояния, а о том, чтобы вовремя совершить важный, очень сложный и наполненный противоречивыми переживаниями шаг — отделиться от родительской семьи. Отделение, в психологии именуемое сепарацией, может быть связано с конкретным событием и четко определено во времени (скажем, это уход из родительского дома) или происходить постепенно, за счет накопления внутренних изменений в личности человека. Так или иначе сепарация является важнейшим шагом на пути к обретению личностной зрелости. Совершивший ее повзрослевший человек становится способным самостоятельно решать проблемы, формировать независимое от родителей мнение об окружающем его мире.

В психологии идеи о сепарации одним из первых озвучил З. Фрейд. Согласно его воззрениям, связь между ребенком и матерью закрепляется в результате кормления ребенка, когда он получает удовольствие, сконцентрированное на оральной области. Страх потери этого удовольствия и переживания, связанные с возрастанием напряжения от неудовлетворения основных потребностей, заставляют ребенка привязываться к матери и чувствовать печаль при расставании. Данные чувства переносятся затем во взрослую жизнь, когда человек боится потерять любимого, поскольку его

образ окрашен положительными эмоциями [12]. Но наряду с достаточно высокой степенью проявления негативных чувств при сепарации З. Фрейд утверждал, что для формирования личности отделение ребенка от родителя — это неизбежное условие его благополучия [13]. По мнению ученого, в центре проблемы отделения от семьи лежит эдипов комплекс и его разрешение, преодоление инфантильной привязанности к родителю. Нарушения в этой области ведут к неврозу, состоянию душевного нездоровья. Таким образом, ученый обозначал необходимость высвобождения ребенка из-под опеки родителей, особенно подчеркивая роль матери в данном процессе.

Продолжая рассуждения З. Фрейда об эдиповом комплексе, Э. Фромм, пользуясь несколько иной терминологией, вводит понятие психологического инцеста, как глобальной трудности в развитии человека. Инцест в понимании Э. Фромма освобождается от трактовок, связывающих это понятие исключительно с сексуальным влечением, скорее это желание всегда принадлежать первичной группе (семье, а далее рассуждения экстраполируются и на общину, нацию, государство), что ведет к нескольким важным для личности и общества последствиям. Находясь в состоянии неразрывной связи с первичной группой и родителем, человек даже во взрослом возрасте не отстает от уровня развития, характерного для ребенка, стремится к оберегающим и успокаивающим его фигурам, находит у них поддержку, заботу, в конечном итоге ответы на все важнейшие вопросы. Он видит мир их глазами, не в состоянии самостоятельно взглянуть и оценить явления, чуждые по своей природе его семье. Он чувствует себя в безопасности лишь в связи со своими родителями, не в силах отдать себя по-настоящему, полюбить кого-то «чужого»: пришедшего из другой семьи (а это есть причина разводов — человек заключает брак, но не в силах терпеть инаковость установок супруга, пришедшего из другой

семейной системы), другой общины, нации (этот фактор оказывает воздействие на развитие ксенофобии и национализма — человек не принимает тех, кто не похож на ему подобных). Любовь предполагает свободу и независимость, и только обретя данные качества, человек может полюбить другого, создать что-то свое, привнести в мир изменения, поскольку пока находится в успокаивающем и надламывающем его волю состоянии ребенка, он не чувствует потребности что-то делать и создавать самостоятельно — все уже есть, ничего не нужно менять. В этом глобальная трудность становления личности — она не подчиняется гомеостатической природе, чтобы развиваться, ей нужно начать трудный процесс отделения, вызывающий тревогу, опасения, страх перед неизвестностью. Потому многие люди выбирают для себя «бегство от свободы»: выбирая несвободное состояние, они чувствуют комфорт. В этом смысле невротики, которые выбрали «путь свободы», но не выдержали его гнета, не дойдя до достижения каких-либо результатов, гораздо здоровее с точки зрения зрелости личности, чем условно «здоровые» личности. Невротики оказались надломлены, потому что выбрали конфликт, которого средний «здоровый» с точки зрения адаптации к обществу человек просто избежал, сдавшись под натиском ужаса перед отделением от семьи, общества, общины. Развитие же общества идет от «инцеста» к свободе; формирование разума, способности судить, критически оценивать имеет свои основы в преодолении инцестуозной связи с родителем [14].

Многие ученые отмечали, что развитие сепарации является индивидуальным для каждого человека, зависит от особенностей семейной системы. Течение сепарации может быть гармоничным, запаздывающим и преждевременным. Именно последнего варианта коснулись в своих исследованиях Дж. Боулби и М. Эйнсворт, исследуя роль матери в развитии ребенка в раннем возрасте. Психоналитики сосредоточились на изучении сепарации как явления, негативно сказывающегося на развитии ребенка. Дж. Боулби, основываясь на экспериментах с разлученными с материями детьми и наблюдении за детьми-сиротами, обосновал понятие привязанности, которое выступает базой для формирования отношения ребенка к окружающему миру, основой для его исследования и в будущем закладывает способность устанавливать близкие отношения с другими людьми [3]. Длительная сепарация в раннем возрасте приводит к негативным послед-

ствиям и препятствует формированию зрелой, способной к установлению длительных отношений личности в дальнейшем. Дж. Боулби считал, что в основе формирования привязанности лежит механизм создания «внутренней рабочей модели» — квинтэссенции чувств, мыслей, образов, связанных с образом родителя [3]. Эта модель позволяет формировать отношение к родителю, предсказывать его поведение, определяет то, каким образом человек в дальнейшем будет реагировать на привязанность, распространяясь в дальнейшем на другие близкие отношения (с сиблингами, друзьями, романтическими партнерами).

М. Эйнсворт, проведя кросскультурные исследования, выяснила, что взаимоотношения детей и родителей в раннем возрасте не зависели от культуры, подчеркивая врожденный характер действий младенца и его родителя. Однако, несмотря на эволюционно-этологический подход к интерпретации явлений этого периода, в человеческом обществе он играет гораздо более сложную роль, чем в животном. Так, формирование крепкой, надежной, в терминологии М. Эйнсворт и Дж. Боулби, привязанности младенца к матери способствует не только его эмоциональному благополучию в настоящем, но и является залогом успеха в установлении отношений с другими людьми в будущем [4]. Другими словами, чем крепче была связь с матерью на ранних этапах развития, тем легче человек будет поддерживать связи с другими людьми, устанавливать контакт, самораскрываться.

Еще одной значимой фигурой в изучении процесса сепарации маленьких детей от родителей является М. Малер. Она описала стадии процесса сепарации и ввела термин «психологическое рождение», подчеркивающий принципиальную разницу между рождением биологическим, после которого ребенок воспринимает себя как часть матери, находясь с ней в состоянии психического симбиоза, и психологическим, обозначающим момент в жизни человека, когда он обретает возможность вести себя как полноценно функционирующая личность. В ее теории сепарация уже не рассматривается в негативном ключе, как ситуация разлуки, разрушающая личность ребенка, а является одним из этапов нормального развития ребенка [10].

С 90-х гг. XX в. увеличивается количество прикладных исследований сепарации. Происходит переход от рассмотрения отношений матери и ребенка раннего возраста к исследованию фено-

мена сепарации с точки зрения его воздействия на личность человека юношеского возраста, отделяющегося от родителей.

Чаще всего изучалась взаимосвязь между степенью гармоничности прохождения процесса сепарации и адаптацией к среде колледжа. Так, D. Blustein с коллегами в 1991 г. описали результаты исследования, в которых обозначалась взаимосвязь уровня сепарации и привязанности к родителям с позитивной академической, социальной, личностно-эмоциональной адаптацией [17]. G.N. Holmbeck и M.L. Wandrei установили, что эффективная адаптация к условиям колледжа, возможна при наличии надежной привязанности между родителями и детьми, что подтверждает в целом выводы Дж. Боулби и М. Эйнсворт [22]. J.F. Mattanah с соавторами в 2004 г. подтвердили эти выводы в своих исследованиях [23]. В ходе исследования J.F. Mattanah по данной теме было выяснено, что надежная связь не ухудшает, а, наоборот, способствует более гармоничному отделению от семьи и позволяет решать задачи, связанные с адаптацией в школе [23]. Те молодые люди, кто разрывал эмоциональную связь с родителями или находился с ними в постоянном конфликте, хуже адаптировались к среде колледжа и испытывали академические проблемы, находясь в группе риска отчисления.

Более поздние исследования подтвердили, что психологическая сепарация проходит успешно при сохранении эмоционально близкой связи и разделении членами семьи коллективистских ценностей [16].

В вопросе корреляции между сепарацией и успешностью молодых людей в академической сфере представляет интерес исследование M. Haghbin о связи прокрастинации с неразрешенными проблемами в области межличностных отношений. Вновь делается упор на то, что сепарация не должна разрывать отношения детей и родителей и что конфликты в данной сфере лишь отвлекают юношу от эффективного решения проблем, связанных с обучением [18]. Было выявлено также влияние сепарации на самооценку, качество семейных отношений, успех в отношениях со сверстниками, уровень выраженности депрессии и тревоги в юношеском возрасте [21]. Разные виды независимости от родителей и сепарации с ними в определенных сферах влияют на уровень удовлетворенности браком у молодоженов, причем проблемы чаще встречаются в семьях, где мужчина зависим от своих родителей [19].

Отечественные ученые значительно реже обращаются к исследованию проблем сепарации. В основном о них пишут психологи-практики, сталкивающиеся с подобными трудностями при консультировании клиентов, но в последнее время появился ряд работ, которые обосновывают изучение проблемы сепарации и на теоретическом уровне. К примеру, А.Я. Варга рассматривает процесс сепарации как представленный определенными стадиями, согласующимися с периодами в возрастном развитии ребенка (рождение, кризис самостоятельности в 3 года, выход из семьи в детские учреждения, кризис подросткового возраста, отделение от семьи в самостоятельную жизнь). А.Я. Варга следует в своих рассуждениях положениям системной семейной психотерапии М. Боуэна, в психотерапевтической работе применяя его методы для анализа российской семьи, и утверждает, что незавершенность сепарационных процессов негативно сказывается на решении основных задач, которые стоят перед человеком в юношестве и взрослости [1]. Эти задачи связаны со становлением в профессиональной сфере, поиском партнера и рождением собственных детей. Связь последней задачи с успешностью процесса сепарации исследовалась К.Н. Белогай, которая, описывая телесность женщины, приводит в качестве значимого фактора взаимоотношения с матерью [2].

Т.Н. Сытько связывает стиль воспитания с протекающими процессами сепарации и выделяет несколько типов детско-родительских отношений, предлагая их содержательные характеристики и тем самым составляя теоретическую модель процесса семейной сепарации [11]. Е.Н. Харламенкова предлагает иную модель понятия сепарации, глубоко анализируя связь данного явления с процессами отождествления и разотождествления, трансформации в отношениях молодого человека не только с родителями, но и с миром, самим собой, с трудными жизненными ситуациями [15]. В.Н. Дзукаева, опираясь на характеристики семейной системы испытуемых и особенности психологической сепарации юношей и девушек, выделяет паттерны психологической сепарации от матери у студентов колледжей, определяя для каждого из них свой путь развития процесса сепарации («зависимый», «отделяющийся», «избегающий») [6]. А.А. Дитюк изучает процесс работы с сепарационной тревогой, опираясь на принципы системной семейной терапии М. Боуэна [8].

Таким образом, в последнее время объем теоретических и эмпирических данных по вопросу о

процессе сепарации начинает возрастать, компенсируя недостаток информации об этом понятии в российской науке. Однако, следует отметить, что многие аспекты еще являются полем для исследования, открывающим большие возможности в ликвидации «белых пятен» психологии сепарационных процессов в семье.

Настоящее исследование также посвящено вопросу сепарации юношей и девушек, оно следует концепции Дж. Хоффмана о типах психологической сепарации, коих было выделено четыре: эмоциональная (независимость от поддержки, одобрения родителей); аттитюдная (свобода в формировании собственного мнения о ключевых моментах реальности); конфликтологическая (разрешенные конфликты с родителями, отсутствие ярко выраженных, хронически проявляющих себя негативных эмоций во взаимоотношениях с ними); функциональная (способность самостоятельно принимать решения, осуществлять свободный выбор в отношениях с другими людьми, карьере, семье) [20]. В исследовании мы применяли опросник PSI (Psychological Separation Inventory), созданный Дж. Хоффманом на основе данной типологии, переведенный и адаптированный для российской выборки Т.Ю. Садовниковой и В.П. Дзукаевой [7].

В исследовании мы поставили вопрос о том, каким образом уровень развития сепарации от родителей может воздействовать на особенности совладающего поведения молодого человека. Этот вопрос является важным, поскольку именно в юношеском возрасте человек, постепенно отходя от позиции ребенка к позиции взрослого, научается разрешать определенные проблемы, преодолевать трудности, неизбежно встречающиеся на пути. Юношеский возраст становится переходным этапом между эпохами «детства» и «взрослости», и от того, насколько молодой человек, находящийся на данном этапе своей жизни, научится справляться с противоречиями, будет в конечном итоге зависеть степень его успешности в деловых отношениях, гармоничности в области личных привязанностей. Таким образом, объектом нашего исследования является совладающее поведение, предметом — особенности копинг-поведения юношей и девушек с разным уровнем выраженности эмоциональной сепарации от родителей. Эмоциональная сепарация была выбрана как один из видов сепараций, наиболее трудно достижимых на практике, поскольку исследования, использующие шкалу PSI, свидетельствуют, что чаще всего ее уровень значительно ниже, чем

уровень всех других типов независимости от родителей [6]. Именно эмоциональная сепарация, т.е. независимость от родительского одобрения, возможность обходиться без поддержки близких, показывает, насколько зрелым является человек юношеского возраста на определенном этапе развития.

Цель исследования — изучение совладающего поведения в группах юношей и девушек с разным уровнем выраженности эмоциональной сепарации от родителей.

Задачи заключаются в разделении выборки молодых людей на группы с разным уровнем выраженности эмоциональной сепарации и сравнении особенностей копинг-поведения у представителей каждой группы в стрессовой ситуации в целом и в ситуации физической сепарации в частности. Данную ситуацию мы решили изучить более детально на примере молодых людей, имеющих постсепарационный статус, т.е. живущих отдельно от родителей, поскольку такой подход обеспечит комплексность в изучении вопроса сепарации. Рассматривая как психологическую сепарацию (внутреннее качество, результат определенных процессов, происходящих с человеком по мере его взросления), так и физическую сепарацию (уход из родительского дома — реальное поведение, которое можно считать отражением внутренней потребности человека в самостоятельности), мы учитываем оба эти фактора и системно подходим к вопросу от отделения молодого человека от своей семьи.

Выборка составила 206 студентов в возрасте от 18 до 25 лет, имеющих разный сепарационный статус. Критерии включения и исключения из выборки: социальный статус (студенты), национальность (русские), состав семьи (полная). Все эти факторы были учтены при проведении исследования для создания более однородной выборки и исключения из числа испытуемых тех респондентов, чьи психологические и социально-демографические особенности могли повлиять на результат.

Эмпирические методы исследования включали анкетирование и тестирование, основной организационный метод — сравнительный. Сравнились группы молодых людей, имеющих разные уровни развития эмоциональной сепарации от родителей. Методики исследования: опросник Дж. Хоффмана «Psychological Separation Inventory» (PSI) в адаптации В.П. Дзукаевой, Т.Ю. Садовниковой [7]; опросник COPE Ч. Карвера в адаптации Л.И. Дементий [5]; автор-

ская анкета, направленная на выявление социально-демографических характеристик испытуемых. Методы математической статистики: критерий Колмогорова-Смирнова, U-критерий Манна-Уитни.

Методика PSI предполагает возможность определить уровень сепарации определенного типа, как от матери и отца по отдельности, так и общий уровень независимости от родителей. В нашем исследовании представлял интерес именно обобщенный показатель. Так как нормы по уровням выраженности эмоциональной сепарации (далее — ЭС) для российской выборки еще не определены, то для обозначения данного параметра была проведена процедура вычисления среднего арифметического в каждой из трех возрастных групп, далее вычислено стандартное отклонение. Низкий уровень ЭС присваивался испытуемому, если он входил в группу людей, ЭС которых была меньше разности среднего значе-

ния и стандартного отклонения, высокий уровень — если значение ЭС было больше суммы среднего значения и стандартного отклонения. В итоге из 206 испытуемых 35 имели низкий уровень развития ЭС (17 %), 139 — средний (67,4 %), а 32 — высокий уровень (15,6 %). Далее сравнивались копинг-стратегии в трудных жизненных ситуациях в целом (конкретная ситуация не задавалась, инструкция для испытуемых была направлена на выявление наиболее типичных реакций на стрессовый фактор) у юношей и девушек с низким и высоким уровнями выраженности эмоциональной сепарации от родителей. Сравнение двух полярных уровней производилось для лаконичности получаемой картины данных.

Перейдем к анализу результатов. Значимые различия были определены в уровне проявления пяти стратегий: поиск активной и эмоциональной общественной поддержки, религия, фокусировка на эмоциях, отрицание (табл. 1).

Таблица 1. Особенности стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций людьми с низким и высоким уровнями выраженности эмоциональной сепарации от родителей

Копинг-стратегии в ситуации сепарации	Низкий уровень эмоциональной сепарации	Высокий уровень эмоциональной сепарации	Значение критерия (U) и величина статистической погрешности (p)
Поиск активной общественной поддержки	11,50	9,50	291, $p \leq 0,05$
Поиск эмоциональной общественной поддержки	11,47	8,14	187,5, $p \leq 0,001$
Религия	9,07	5,36	169,5, $p \leq 0,001$
Фокусировка на эмоциях	11,83	10,04	286,5, $p \leq 0,05$
Отрицание	7,47	6,29	296,5, $p \leq 0,05$

Копинг-поведение молодых людей с низким уровнем ЭС предполагает более частое обращение за поддержкой к окружающим людям, религии, фокусировку на эмоциях, а также отрицание. Таким образом, в юношеском возрасте более самостоятельными, активными и рациональными в решении своих проблем являются люди с высокой эмоциональной независимостью. Эту мысль подтверждает количество людей, выбирающих активный копинг для решения своих проблем в каждой группе: у людей с низкой ЭС лишь 10 % в качестве основной стратегии выбирают активный копинг, а самыми популярными стратегиями являются планирование (26,7 %), положительное истолкование и рост (23,3 %), фокусировка на эмоциях (16,7 %), поиск активной общественной поддержки (16,7 %). Тогда как среди юношей и

девушек с высокой ЭС активный копинг является самой популярной стратегией (в качестве основной ее выбирают 28,6 %), далее идет планирование (25 %), положительное истолкование и рост (21,4 %). Поиск активной общественной поддержки ни один из обладающих высоким уровнем ЭС не выбрал как основную стратегию, а фокусировку на эмоциях использовали только 7 % из данной группы.

При исследовании группы молодых людей, живущих отдельно от родителей, имеющих разный уровень развития эмоциональной сепарации на предмет стратегий совладающего поведения в ситуации физической сепарации, мы получили сходные результаты (табл. 2).

Таблица 2. Особенности стратегий преодоления ситуации сепарации людьми с разными уровнями выраженности эмоциональной сепарации от родителей

Копинг-стратегии в ситуации сепарации	Низкий уровень эмоциональной сепарации	Высокий уровень эмоциональной сепарации	Значение критерия (U) и величина статистической погрешности (p)
Поиск активной общественной поддержки	12,00	9,64	U = 79; p ≤ 0,01
Поиск эмоциональной общественной поддержки	12,68	7,79	U = 29; p ≤ 0,001
Фокусировка на эмоциях	11,91	9,21	U = 85; p ≤ 0,05
Религия	9,41	7,64	U = 87,5; p ≤ 0,05

В соответствии с общей тенденцией в ситуации ухода из родительского дома юноши и девушки, имеющие низкий уровень эмоциональной сепарации, чаще высокосепарированных обращаются к поиску поддержки со стороны близких, ищут утешения в своей вере, эмоционально сосредотачиваются на ситуации. Наиболее распространенный тип копинга, используемый при переживании данной трудной жизненной ситуации у людей, имеющих высокий уровень эмоциональной сепарации, — положительное истолкование и рост (ее как основную выбрали 35,7 % испытуемых этого типа), активный копинг (28,5 %), тогда как среди испытуемых с низким уровнем выраженности ЭС в качестве основных стратегий были выбраны поиск эмоциональной общественной поддержки (31,8 %), планирование (27 %), фокус на эмоциях (27 %). Снова в совладающем поведении людей с высокой эмоциональной сепарацией преобладают активность, самостоятельность, попытка не просто отреагировать эмоционально, а переосмыслить ситуацию, работать с ней в позитивном ключе. Вероятно, это происходит потому, что молодые люди, сильно зависимые от родительского одобрения и неодобрения, от их поддержки, на трудную ситуацию, вводящую их в состояние стресса, реагируют сходным образом: они ждут помощи от близких, в первую очередь надеясь на них, а не на себя. Осознание того, что у молодого человека есть «надежный тыл», люди, которые могут помочь, с одной стороны, весьма значимый ресурс, который помогает справляться с противоречиями на жизненном пути. С другой, стороны, постоянная надежда на чей-то совет, ободряющее действие, реальную помощь отражают глубокую зависимость и несамостоятельность человека. Такая реакция в юношеском воз-

расте говорит о том, что человек еще не в полной мере осознает себя как взрослого человека, ответственного за свои поступки, способного справиться с трудностями. При дальнейшем развитии такие качества потенциально могут вылиться в инфантилизм, незрелость личности, проявиться в попытках создавать созависимые отношения с доминирующим партнером, который бы ассоциировался с ролью родителя и давал бы иллюзию уверенности и спокойствия. Кроме того, в патологическом варианте неумение положиться на себя, прилагать активные усилия к разрешению ситуации может вести к обращению к копингу ухода: в случае любой трудности человек, не сформировавший в себе способности решать свои проблемы, будет стремиться укрыться от них в побочных видах деятельности, навязчивых действиях, вредных привычках. Результатом такого поведения могут стать разного рода зависимости, а также неуспешность в деловой сфере и сфере межличностных коммуникаций. Таким образом, поскольку хорошо сепарированный в эмоциональном плане человек проявляет активность, самостоятельность, независимость при решении большинства своих проблем, то формирование достаточно высокого уровня эмоциональной сепарации является важным звеном в обретении юношей личностной зрелости.

Список литературы

1. Бейкер К., Варга А.Я. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. М.: Когито-Центр, 2005. 496 с.
2. Белогой К.Н. Телесность женщины в связи с реализацией репродуктивной функции // Вестник Кемеровского государственного университета. 2013. Т. 1, № 2. С. 137–143.

3. Боулби Дж. Привязанность. М.: Гардарики, 2003. 477 с.
4. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. М.: Академ. проект, 2004. 232 с.
5. Дементий Л.И. К проблеме диагностики социального контекста и стратегий копинг-поведения // Журнал прикладной психологии. 2004. № 3. С. 20–25.
6. Дзукаева В.П. Паттерны психологической сепарации от матери у студентов колледжей в связи с функционированием родительской семьи // Среднее профессиональное образование. 2015. № 5. С. 35–40.
7. Дзукаева В.П., Садовникова Т.Ю. Опыт использования русскоязычной версии опросника PSI (Psychological Separation Inventory) в изучении сепарации взрослых детей с родителями // Психологическая диагностика: научно-методический и практический журнал. 2014. № 3. С. 3–20.
8. Дутюк А.А. Психологическое содержание понятия «сепарация»: история изучения и близкие понятия // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. М.: СВИВТ, 2013. Вып. 7. С. 49–59.
9. Льюис К.С. Любовь. Страдание. Надежда. М.: Республика. 1992. 430 с.
10. Малер М.С., Пайн Ф., Бергман А. Психологическое рождение человеческого младенца: Симбиоз и индивидуация. М.: Когито-Центр, 2011. 413 с.
11. Сытько Т.И. Организация эмпирического исследования семейной сепарации // Вестник университета (Государственный университет управления). 2011. № 6. С. 100–101.
12. Фрейд З. Малое собрание сочинений. СПб.: Азбука-классика, 2010. 989 с.
13. Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе / пер. с англ. М.В. Вульф, А. А. Спектор. М.: АСТ, 2006. 400 с.
14. Фромм Э. Психоанализ и религия / пер. с англ. А. Дванова. М.: АСТ, 2010. 160 с.
15. Харламенкова Н.Е., Кумыкова Е.В., Рубченко А.Е. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы. М.: Ин-т психологии РАН, 2015. 367 с.
16. Barrera A.M., Blumer M.L.C., Soenksen S.H. Revisiting Adolescent Separation-Individuation in the Contexts of Enmeshment and Allocentrism // The New School Psychology Herald. 2011. Vol. 8, № 2. P. 70–82.
17. Blustein D., Walbridge M., Friedlander M., Palladino D. Contributions of psychological separation and parental attachment to the career development process // Journal of Counseling Psychology. 1991. № 38. P. 39–50.
18. Haghbin M. Attachment Styles and Psychological Separation in relation to Procrastination: A Psychodynamic Perspective on the Breakdown in Volitional Action. Thesis submitted to the Faculty of Graduate Studies and Research in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Arts. Canada, 2006. 123 p.
19. Haws W.A., Mallinckrodt B. Separation-individuation from family of origin and marital adjustment of recently married couples // The American Journal of Family Therapy. 1998. № 26. P. 293–306.
20. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from the parents // Journal of Counseling Psychology. 1984. № 31. P. 170–178.
21. Holmbeck G.N. Toward terminological, conceptual, and statistical clarity in the study of mediators and moderators: Examples from the child-clinical and pediatric psychology literatures // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1997. № 65. P. 599–610.
22. Holmbeck G.N., Wandrei M.L. Individual and relational predictors of adjustment in first-year college students // Journal of Counseling Psychology. 1993. № 40. P. 73–78.
23. Mattanah J.F., Hancock G.R., Brand B.L. Parental Attachment, Separation-Individuation, and College Student Adjustment: A Structural Equation Analysis of Mediational Effects // Journal of Counseling Psychology. 2004. Vol. 51, № 2. P. 213–225. (Copyright 2004 by the American Psychological Association).

Получено 27.01.2016

References

1. Bejker K., Varga A.Ya. *Teoriya semejnyh sistem Myurreya Bouena: Osnovnye ponyatiya, metody i klinicheskaya praktika* [Murray Bowen's family systems theory: main concepts, methods and clinical practice]. Moscow, Kogito-Centre Publ., 2005, 496 p. (In Russian).
2. Belogaj K.N. [Woman's fleshliness in relation to reproductive function realisation]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta* [Herald of Kemerovo State University]. 2013, no 2, vol. 1, pp. 137–143. (In Russian).
3. Bowlby J. *Privyazannost'* [Attachment]. Moscow, Gardariki Publ., 2003, 477 p. (In Russian).
4. Bowlby J. *Sozdanie i razrushenie eotsional'nyh svyazej* [Creation and destruction of emotional links]. Moscow, Akademicheskij proekt Publ.,

- 2004, 232 p. (In Russian).
5. Dementij L.I. [On the problem of diagnostics of social context and coping behaviour strategy]. *Zhurnal prikladnoj psihologii* [Journal of applied psychology]. 2004, no 3, pp. 20–25. (In Russian).
 6. Dzukaeva V.P. [Patterns of psychological separation of college students from mothers in relation to parents' family functioning]. *Srednee professional'noe obrazovanie* [Secondary vocational education]. 2015, no 5, pp. 35–40. (In Russian).
 7. Dzukaeva V.P. [Experience of using Russian version of Psychological Separation Inventory while studying separation of adult child from parents]. *Psihologicheskaya diagnostika: nauchno-metodicheskij i prakticheskij zhurnal* [Psychological diagnostics: scientific, methodical and practical journal]. 2014, no 3, pp. 3–20. (In Russian).
 8. Dityuk A.A. [Psychological content of «separation»: history of studying and close concepts]. *Sovremennye problemy psihologii sem'i: fenomeny, metody, kontseptsii* [Modern problems of psychology of family: phenomena, methods and concepts]. Moscow, SVIVT Publ., 2013, iss. 7, pp. 49–59. (In Russian).
 9. Lewis K.S. *Lyubov'. Stradanie. Nadezhda* [Love. Suffering. Hope]. Moscow: Respublika Publ., 1992, 430 p. (In Russian).
 10. Maler M.S., Pain F., Bergman A. *Psihologicheskoe rozhdenie chelovecheskogo mladentsa: Sibioz i individuatsiya* [Psychological birth of human infant: Symbiosis and individuation]. Moscow, Kogito-Center Publ., 2011, 413 p. (In Russian).
 11. Syt'ko T.I. [Organization of empiric research of family separation]. *Vestnik Gosudarstvennogo universiteta upravleniya* [State Management University Herald]. 2011, no 6, pp. 100–101. (In Russian).
 12. Freud S. *Maloe sobranie sochinenij* [Short collected edition]. Saint Petersburg: Azbuka-klassika Publ., 2010, 989 p. (In Russian).
 13. Freud S. *Osnovnye psihologicheskie teorii v psihoanalize* [Main psychological theories in psychoanalysis]. Moscow, AST Publ., 2006, 400 p. (In Russian).
 14. Fromm E. *Psihoanaliz i religiya* [Psychoanalysis and religion]. Moscow, AST Publ., 2010, 160 p. (In Russian).
 15. *Psihologicheskaya separatsiya: podhody, problemy, mehanizmy* [Psychological separation: approaches, problems, mechanisms]. Moscow, Psychology Institute of Russian Academy of Sciences Publ., 2015, 367 p. (In Russian).
 16. Barrera A.M., Blumer M.L.C., Soenksen S.H. Revisiting Adolescent Separation-Individuation in the Contexts of Enmeshment and Allocentrism. *The New School Psychology Herald*. 2011. Vol. 8, no 2. P. 70–82. (In English).
 17. Blustein D., Walbridge M., Friedlander M., Palladino D. Contributions of psychological separation and parental attachment to the career development process. *Journal of Counseling Psychology*. 1991. No 38. P. 39–50. (In English).
 18. Haghbin M. Attachment Styles and Psychological Separation in relation to Procrastination: A Psychodynamic Perspective on the Breakdown in Volitional Action. Thesis submitted to the Faculty of Graduate Studies and Research in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Arts. Canada, 2006, 123 p. (In English).
 19. Haws W.A., Mallinckrodt B. Separation-individuation from family of origin and marital adjustment of recently married couples. *The American Journal of Family Therapy*. 1998. No 26. P. 293–306. (In English).
 20. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from the parents. *Journal of Counseling Psychology*. 1984. No 31. P. 170–178. (In English).
 21. Holmbeck G.N. Toward terminological, conceptual, and statistical clarity in the study of mediators and moderators: Examples from the child-clinical and pediatric psychology literatures. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1997. No 65. P. 599–610. (In English).
 22. Holmbeck G.N., Wandrei M.L. Individual and relational predictors of adjustment in first-year college students. *Journal of Counseling Psychology*. 1993. No 40. P. 73–78. (In English).
 23. Mattanah J.F., Hancock G.R., Brand B.L. Parental Attachment, Separation-Individuation, and College Student Adjustment: A Structural Equation Analysis of Mediational Effects. *Journal of Counseling Psychology* (Copyright 2004 by the American Psychological Association). 2004. Vol. 51, no 2. P. 213–225. (In English).

The date of the manuscript receipt 27.01.2016

Об авторе

Потапова Юлия Викторовна

старший преподаватель кафедры педагогики
и психологии

Омский государственный медицинский универ-
ситет Министерства здравоохранения РФ,
644043, Омск, ул. Ленина, 12;
e-mail: kardova.jv@gmail.com

About the author

Potapova Yulia Viktorovna

Senior Lecturer of Department of Pedagogics
and Psychology

Omsk State Medical University,
12, Lenin str., Omsk, 644043, Russia;
e-mail: kardova.jv@gmail.com

Пробьба ссылаться на эту статью в русскоязычных источниках следующим образом:

Потапова Ю.В. Особенности совладающего поведения у юношей и девушек с разным уровнем эмоцио-
нальной сепарации // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2016.
Вып. 1(25). С. 74–83.

Please cite this article in English as:

Potapova Yu.V. Peculiarities of coping behavior of boys and girls with different levels of emotional separation // Perm University Herald. Series «Philosophy. Psychology. Sociology». 2016. Iss. 1(25). P. 74–83.