

# Взросление молодежи: сепарация от родителей, субъективная взрослость и психологическое благополучие в возрасте 18—27 лет

**Манукян В.Р.**

ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет»

(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4200-8935>, e-mail: [v.manukjan@spbu.ru](mailto:v.manukjan@spbu.ru)

Рассматривается процесс взросления молодежи в период «формирующей-ся взрослости» с точки зрения протекания психологической сепарации от родителей и ее взаимосвязи с формированием идентичности взрослого (субъективной взрослостью) и психологическим благополучием. Исследование проведено на выборке 126 человек в возрасте 18—27 лет ( $M=22,3$ ) с разным трудовым и семейным статусом. Измерялись показатели психологической сепарации (Опросник PSI Дж. Хоффмана), психологического благополучия (Шкала К. Рифф), удовлетворенности жизнью (шкала Э. Динера), уровень счастья (шкала М. Фордуса), показатели пространственной и функциональной сепарации, субъективная взрослость (вопросы анкеты). Выявлены неоднородность процесса сепарации и доминирование функциональной и поведенческой сторон над аффективной и когнитивной, а также большая выраженность сепарации от отца по сравнению с сепарацией от матери. Поведенческие компоненты психологической сепарации от родителей являются предикторами снижения удовлетворенности, счастья, целенаправленности жизни. Субъективная взрослость не имеет связи со степенью сепарированности, но имеет связь с психологическим благополучием: наиболее высокие уровни шкал психологического благополучия выявлены у молодых людей со сформированной идентичностью взрослого.

**Ключевые слова:** взросление, взрослость, субъективная взрослость, психологическая сепарация от родителей, психологическое благополучие.

**Благодарности.** Автор благодарит за помощь в сборе данных для исследования магистра психологии Л.А. Мурзенкову.

**Для цитаты:** Манукян В.Р. Взросление молодежи: сепарация от родителей, субъективная взрослость и психологическое благополучие в возрасте 18—27 лет // Психологическая наука и образование. 2022. Том 27. № 3. С. 129—140. DOI: <https://doi.org/10.17759/pse.2022270310>

# Growing Up of Youth: Separation from Parents, Subjective Adulthood and Psychological Well-being at the Age of 18—27

**Victoria R. Manukyan**

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4200-8935>, e-mail: [v.manukjan@spbu.ru](mailto:v.manukjan@spbu.ru)

The article explores the process of growing up in young people in the period of “emerging adulthood” from the perspective of psychological separation from parents and its relationship with the formation of adult identity (subjective adulthood) and psychological well-being. The study was conducted on a sample of 126 subjects aged 18—27 years ( $M=22.3$ ) with different work and family status. Indicators of psychological separation (Hoffman PSI Questionnaire), psychological well-being (Riff Scale), life satisfaction (Diener scale), happiness level (Fordis scale), indicators of spatial and functional separation, subjective adulthood (survey questions) were measured. The study revealed the heterogeneity of the separation process and the dominance of functional and behavioral aspects over the affective and cognitive ones. Also, the separation from father was more expressed in comparison with the separation from mother. Behavioral components of psychological separation from parents are viewed as predictors of a decrease in satisfaction, happiness, and purposefulness of life. Subjective adulthood is not related to the degree of separation, but it is related to psychological well-being: the highest levels of psychological well-being scales were found in young people with developed adult identity.

**Keywords:** growing up, adulthood, subjective adulthood, psychological separation from parents, psychological well-being.

---

**Acknowledgements.** The author is grateful to L.A. Murzenkova, MA in Psychology, for her assistance in data collection.

**For citation:** Manukyan V.R. Growing Up of Youth: Separation from Parents, Subjective Adulthood and Psychological Well-being at the Age of 18—27. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2022. Vol. 27, no. 3, pp. 129—140. DOI: <https://doi.org/10.17759/pse.2022270310> (In Russ.).

## Введение

Большинство современных исследователей отмечают существенные изменения, происходящие в процессах, сопровождающих взросление современной молодежи во всем мире [3; 15; 17; 19; 23; 25]. Становится понятно, что взросление — это сложный, многогранный процесс, охватывающий значительную часть жизни человека и подверженный влиянию исторического времени. Как отмечает Н.Н. Толстых, вопросы, с которых

нужно начинать обсуждение проблемы современного взросления, — это вопросы о возрасте, начиная с которого человек может считаться взрослым, о требованиях социума к взрослому человеку и о внутренних критериях — «на основании чего сам растущий человек начинает считать себя взрослым?» [13, с. 8]. Таким образом, речь идет о выделении хронологических, социокультурных и психологических маркеров взрослости, которые взаимосвязаны лишь отчасти и подвер-

жены гетерохронности, увеличивающейся в последние годы. Так, например, в последних демографических исследованиях показано, что возраст начала партнерских отношений снизился до исторического минимума, а возраст завершения образования, напротив, существенно увеличился. Молодежь «дебютирует в разных сферах жизни сообразно своим жизненным расписаниям и в свое время» [6, с. 36], что, вероятно, происходит в результате ослабления традиций, возрастающей информатизации и индивидуализации современного общества. Данный социально-демографический контекст обуславливает актуальность исследований взросления молодежи.

В каждом из выделенных аспектов взросления в последние десятилетия происходят серьезные трансформации. Хронологические маркеры взрослости существенно расширились [13; 15; 16; 25]. Последние 20 лет мы пользуемся термином Дж. Арнетта «формирующаяся взрослость» (*emerging adulthood*) по отношению к молодым людям от 18 до 30 лет [16], предполагая, что и к 30 годам не все совершают переход во взрослость, что особенно характерно для развитых индустриальных обществ, допускающих длительное образование и период поиска собственной идентичности через пробы и эксперименты.

Традиционные социально-ролевые маркеры вступления во взрослость, которыми являлись такие события, как окончание обучения, уход из родительской семьи, семейный статус, появление первого ребенка, принятие решения о будущей профессии, стабильная занятость, финансовая независимость, также утрачивают свою роль [23; 25], ряд авторов отмечает, что внутренние, психологические критерии взрослости преобладают по значимости над социальными [16; 25; 26], однако этот тезис сильно зависит от демографического контекста и социоэкономического статуса изучаемой группы молодежи [15; 16; 19], что указывает на неоднородность и высокую индивидуализацию процесса перехода во взрослость.

Психологические критерии взрослости связываются со становлением автономии, началом самореализации, ростом ответственно-

сти, индивидуализации, стрессоустойчивости, реалистичности. Это позволяет определить взросление как обретение качеств личностной зрелости — ответственности, автономии, жизнестойкости, направленности на саморазвитие, самопонимание [3; 11]. Большая часть этих качеств соотносится также с понятием психологического благополучия, включающего личностные характеристики позитивного функционирования [4].

Важнейшим психологическим критерием перехода во взрослость является субъективная взрослость или сформированная «взрослая» идентичность, позволяющая причислять себя к миру и субкультуре взрослых [9]. Субъективная взрослость начинает формироваться уже в подростковом возрасте как «чувство взрослости» — главное новообразование этого периода, включающее отношение подростка к самому себе уже как к взрослому, его представление или ощущение себя в определенной мере взрослым, которое в подростковом возрасте не всегда носит осознанный характер, но уже включается в проектирование образа взрослости [9], способствуя тем самым реальному взрослению. В исследовании М.В. Клементьевой показано, что в период 18-33 лет все еще совершается возрастной переход от диффузии к интеграции и связности «подлинного Я» и «взрослого Я», когда человеку удается гармонично сбалансировать свою аутентичность и социальные экспектации общества [2]. Показано, что на этапе формирующейся взрослости чувство взрослости нестабильно и растет с увеличением стрессовой наполненности жизни [18].

Увеличивающаяся дифференциация взросления, сложности выделения маркеров его достижения ставят вопрос о механизмах возникновения взрослости. В контексте взросления как становления собственной индивидуальности, обретения пространственной, функциональной и психологической автономии важнейшим механизмом является психологическая сепарация от родителей [1; 3; 4; 8; 12; 14; 24]. Своевременная сепарация ребенка от родителей связана с развитием способности контролировать, защищать, развивать свое психологическое пространство [7], со-

относится со становлением ответственности, постановкой жизненных целей, выходом в самостоятельную жизнь, зрелостью, субъектностью [3; 12; 24]. Это долговременный процесс психического отделения ребенка от своих родителей, семьи, сопровождающийся развитием идентичности, который запускается уже в раннем возрасте и продолжается во взрослой жизни [12; 14; 24]. Т.В. Петренко, Л.В. Сысоева отмечают, что в возрасте 23-25 лет сепарационная активность значительно повышается — это переломный этап конфронтации, окончательного отделения от родителей, начала самостоятельной жизни [8]. Н.Е. Харламенкова выделяет внешнюю и внутреннюю стороны сепарации, где первая предполагает разделение, разрыв отношений, дистанцирование, избавление от внешнего контроля вместе с принятием ответственных решений, проявлением самостоятельности. Внутренняя сепарация — это отделение Я от внутренних объектов и настоящего — от образов прошлого и будущего, когда человек сепарируется от прежних чувств, действий, образа мыслей, не соответствующих новым жизненным задачам [14]. В структурной модели Дж. Хоффмана сепарация рассматривается на трех уровнях: эмоциональном (как снижение потребности в родительском одобрении и поддержке), аттиюдном (когнитивном) как формирование отличных от родительских взглядов и суждений, способность построения позиции, основанной на собственном опыте; функциональном (поведенческом) — способность принимать самостоятельные решения, решать проблемы, умение своими силами обеспечивать себя. Вводится представление о стиле сепарации (гармоничном или конфликтном), связанном с проявлением негативных чувств вины, гнева, тревоги, недоверия, возникающих в процессе отделения [1; 21]. Исследования фиксируют также гендерную специфику сепарации от родителей и различия моделей сепарации от отца и матери [1; 20; 22].

Сложная структура сепарации позволяет предположить, что именно особенности ее протекания — соотношение внешней и внутренней стороны, а также различных компонентов — обуславливают процесс ста-

новления зрелости как с точки зрения ее внешних социально-ролевых критериев (пространственная, финансовая независимость, самостоятельность в быту, построение отношений), так и внутренних, психологических — связанных со становлением зрелости и идентичности взрослого. Косвенными критериями, определяющими ход взросления, свидетельствующими о степени зрелости личности и успешности решения возрастных задач, могут являться психологическое благополучие личности в совокупности с его эмоциональными характеристиками — счастьем и удовлетворенностью. Рассмотрение сепарации как сложного комплекса процессов, обеспечивающих взросление, определяет новизну данного подхода к исследованию взросления молодежи.

Таким образом, исходя из всего вышесказанного, была сформулирована **цель исследования** — определить роль психологической сепарации от родителей в становлении идентичности взрослого и обеспечении психологического благополучия молодых взрослых.

**Гипотеза** основана на следующих предположениях:

1. Психологическая сепарация — это неоднородный феномен, где компоненты психологической сепарации от отца и от матери имеют разную выраженность и по-разному связаны со становлением идентичности взрослого (субъективной зрелостью) и психологическим благополучием молодого человека.

2. Выраженность процессов сепарации и сформированность идентичности взрослого взаимосвязаны с психологическим благополучием молодых взрослых в силу важности этого процесса в данном возрастном периоде.

Для реализации цели исследования и проверки поставленных гипотез были сформулированы следующие задачи: 1) комплексно изучить сепарацию от родителей в соотношении ее различных компонентов: пространственной сепарации, финансовой независимости, бытовой самостоятельности (функциональный аспект) и психологических компонентов сепарации от отца и матери с учетом гендерной специфики и хронологического возраста респондентов; 2) изучить

сформированность идентичности взрослого (субъективную взрослость) и ее основания; 3) изучить связь сепарации и психологического благополучия со сформированностью взрослой идентичности; 4) оценить влияние компонентов психологической сепарации от родителей на показатели психологического благополучия.

### Программа исследования

**Методики.** Для изучения психологической сепарации от родителей использовался Опросник Дж. Хоффмана (PSI) [21], адаптированный Т.Ю. Садовниковой, В.П. Дзукаевой [1; 4]. Шкалы: «Стиль сепарации», «Аффективный компонент сепарации», «Когнитивный компонент сепарации», «Поведенческий компонент сепарации», измеренные отдельно для отца и матери по 5-балльной шкале Лайкерта. Характеристика шкал соответствует структурной модели Дж. Хоффмана, представленной во введении.

Изучение функциональной сепарации включало оценку совместного или раздельного проживания с родителями (пространственный аспект); оценку самостоятельности в быту, сформированности необходимых жизненных навыков (приготовление пищи, уборка жилого пространства, оплата счетов, совершение необходимых бытовых и крупных покупок, коммуникация с госучреждениями и т.п.), измеренных по 4-балльной шкале; оценку финансовой независимости.

Для изучения субъективной взрослости респондентам был задан открытый вопрос: «Считаете ли вы себя взрослым человеком? Почему?», что позволило описать также и критерии, по которым молодые люди причисляют или не причисляют себя ко взрослым.

Для изучения психологического благополучия использовалась Шкала К. Рифф в адаптации Л.В. Жуковской, Е.Г. Трошихиной [10]. Шкалы: «Автономность», «Компетентность», «Личностный рост», «Позитивные отношения», «Жизненные цели» (чувство осмысленности и направленности своего существования), «Самопринятие», «Общий показатель психологического благополучия», измеренные по 5-балльной шкале Лайкерта.

Для измерения эмоциональных аспектов благополучия использовались Шкала удовлетворенности жизнью Э. Динера в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина и Шкала счастья М. Фордуса [10].

Выбранные методики являются широко используемыми в мировой практике [1; 3; 4; 10; 19; 21; 22; 26], что позволяет сопоставлять результаты различных исследований.

**Выборка.** В исследовании приняли участие 126 человек, проживающих в Санкт-Петербурге (50 мужчин, 76 женщин), в возрасте 18-27 лет ( $M=22,3$ ;  $SD=2,1$ ). Студенты составили 44% выборки, совмещающие работу и учебу — 15,3% выборки, работающие взрослые — 33,5%, около 7% выборки составили другие возможные варианты (в том числе отсутствие занятости). Выборка формировалась случайным образом с учетом возрастного диапазона периода формирующейся взрослости и относительно равномерного распределения по полу; анонимно и добровольно. Опрос проводился в онлайн-формате, участники по желанию получали обратную связь.

**Методы статистического анализа данных:** частотный анализ; описательная статистика; сравнительный анализ с использованием Т-критерия Стьюдента для зависимых и независимых выборок, однофакторного дисперсионного анализа ANOVA; корреляционный анализ (критерий Пирсона); регрессионный анализ; контент-анализ.

### Результаты

**Сепарация от родителей.** Показатели функциональной сепарации в целом указывают на ее сформированность. Пространственная сепарация: с родителями проживает 25,8% выборки, остальные — молодые люди, проживающие в отдельной квартире, общежитии, с партнерами, у друзей или родственников. Средний возраст, когда молодые люди покидают родительский дом, составил 19 лет и колеблется в диапазоне от 15 до 24 лет. Финансовая независимость молодых людей также достаточно высока: 68% выборки полностью или почти полностью обеспечивают себя, 15% частично зарабатывают

самостоятельно, но все еще пользуются родительскими деньгами, еще 10% находятся на обеспечении партнеров, только 6% молодежи полностью обеспечивают родители. У 74% выборки первый опыт оплачиваемой деятельности достаточно ранний и приходится на период 14—17 лет, простираясь далее до 23 лет. Бытовая самостоятельность в целом также вполне сформирована ( $M=3,03$ ;  $SD=0,59$ ) и подвержена гендерной специфике — по ряду показателей женщины чаще проявляют бытовую самостоятельность — это касается совершения повседневных покупок, уборки жилого пространства ( $p \leq 0,001$ ), посещения учреждений и планирования досуга ( $p \leq 0,05$ ), что в итоге сказывается и на более высокой общей бытовой самостоятельности у женщин ( $p \leq 0,05$ ).

Анализ средних значений по показателям психологической сепарации обнаруживает тенденцию большей выраженности показателей психологической сепарации от отца по сравнению с матерью независимо от пола (табл. 1). Это различие является высокозначимым для всех шкал, кроме стиля сепарации ( $p < 0,001$ , Т-критерий для зависимых выборок), т.е. молодые люди значимо больше нуждаются в эмоциональной поддержке и одобрении со стороны матери, чем со стороны отца, обнаруживают большее сходство с материнскими представлениями и взглядами на мир при принятии важных решений, чаще нуждаются в совете матери, чем отца. Общей

тенденцией является также преобладание поведенческого компонента сепарации для выборки в целом.

Гендерные различия обнаружены по шкалам «Стиль сепарации (мать)» и «Поведенческий компонент (мать)» и свидетельствуют о том, что мужчины легче и гармоничнее сепарируются от матери, чем женщины, а также более независимы от матери в принятии важных решений и в своих жизненных выборах (табл. 1).

Коэффициент корреляции для зависимых выборок показал взаимосвязь между идентичными шкалами сепарации ( $0,358 \leq r \leq 0,570$ ;  $p < 0,001$ ), что совместно с отсутствием значимых различий по компоненту «Стиль сепарации» от отца и от матери отражает одноподправленный и согласованный характер сепарации от родительской пары.

С помощью корреляционного анализа (критерий Пирсона) выявлено, что большая часть компонентов сепарации имеет тенденцию расти с возрастом (кроме аффективного компонента для отца и матери). Наиболее тесную связь с возрастом обнаруживают когнитивный компонент сепарации от отца ( $r=0,266$ ;  $p=0,005$ ) и поведенческий компонент сепарации от матери ( $r=0,264$ ;  $p=0,003$ ), т.е. имеет место тенденция увеличения различий во взглядах и суждениях с отцами и способность действовать без опоры на действенную помощь матери, однако потребность в эмоциональной поддержке и одобрении родителей не снижается с возрастом.

Таблица 1

**Описательная статистика по шкалам методики психологической сепарации**

Шкалы	Выборка в целом		М мужчины	М женщины	Т-крит.
	М	SD			
Стиль сепарации (мать)	3,67	0,71	3,91	3,50	3,26**
Стиль сепарации (отец)	3,80	0,77	3,91	3,75	1,13
Аффективный компонент (мать)	3,56	0,85	3,73	3,46	1,76
Аффективный компонент (отец)	4,04	0,94	4,16	3,97	1,04
Когнитивный компонент (мать)	3,56	0,87	3,67	3,48	1,19
Когнитивный компонент (отец)	3,86	0,95	4,00	3,78	1,19
Поведенческий компонент (мать)	4,03	0,75	4,27	3,86	3,05*
Поведенческий компонент (отец)	4,38	0,79	4,37	4,38	-0,75

Примечания: \* —  $p \leq 0,05$ ; \*\* —  $p \leq 0,01$ .

**Субъективная зрелость и ее основания.** Этот аспект изучался с помощью контент-анализа ответов на вопрос, считают ли себя молодые люди взрослыми и почему. Распределение ответов показало, что у более половины выборки (54,8%) идентичность взрослого сформирована (считают себя взрослыми), у четверти выборки (26%) идентичность взрослого не сформирована (не считают себя взрослыми), пятая часть выборки сомневается и дает противоречивые ответы (19,2%) (рис.).

**Считаете ли вы себя взрослым человеком?**



Рис. Распределение ответов на вопрос о субъективной зрелости

Далее были проанализированы критерии, на основании которых респонденты относили (или не относили) себя ко взрослым. Было выделено 2 категории (внешние/внутренние критерии зрелости) и 7 подкатегорий (табл. 2). Подобное распределение категорий и под-

категорий основывается на довольно распространенном анализе критериев зрелости в современных исследованиях как внешних и внутренних [16; 17; 19; 26].

Результаты показали, что внутренние, психологические критерии зрелости являются преобладающими основаниями зрелости (доля их упоминаний составила 86%, тогда как внешних — только 34%), причем ответственность (32%) и самостоятельность (27%) занимают лидирующие позиции. Наиболее значимым внешним критерием является финансовая независимость (19%), а значение занятости как критерия зрелости наименее важно (5%).

**Связь психологической сепарации, субъективной зрелости и психологического благополучия.** С помощью однофакторного дисперсионного анализа были изучены различия психологической сепарации и психологического благополучия в группах с разной сформированностью идентичности взрослого. По параметрам сепарации значимых различий выявлено не было, т.е. субъективная зрелость не связана со степенью психологической сепарированности от родителей. Хронологический возраст молодых людей в группах с разной субъективной зрелостью также не отличался. Значимые различия выявлены по параметрам психологического благополучия (табл. 3).

Таблица 2

**Распределение ответов респондентов относительно выделяемых ими критериев зрелости**

Категории	Подкатегории	% выборки
Внешние критерии зрелости	Финансовое обеспечение (независимость)	19
	Отдельное проживание	10
	Занятость (учится или работает)	5
	<b>Всего по внешним критериям</b>	<b>34</b>
Внутренние критерии зрелости	Ответственность	32
	Самостоятельность	27
	Психологические качества личностной зрелости («самодостаточность», уверенность в себе, «опора на жизненный опыт», забота о близких и т.п.)	22
	Стабильность	5
	<b>Всего по внутренним критериям</b>	<b>86</b>
Другое (нет ответа, шуточный ответ и т.п.)		15

Таблица 3

**Показатели психоэмоционального благополучия в группах с разной сформированностью взрослой идентичности (значимые различия)**

Показатели	Не считающие себя взрослыми	Считающие себя взрослыми	Сомневающиеся	F	p-уровень
Компетентность	25,84*	32,09*	30,36	8,244	0,001
Жизненные цели	27,42*	35,05*	33,14*	9,342	0,000
Самопринятие	29,05*	34,86*	34,07	4,981	0,009
Общий показатель психологического благополучия	181,53*	204,02*	201,5	5,701	0,005
Удовлетворенность жизнью	3,05*	4,19*	4,00	4,097	0,021

*Примечание:* звездочкой (\*) отмечены группы, значимо отличающиеся между собой по результатам применения поправки Шеффе.

Молодые люди со сформированной идентичностью взрослого обладают большим чувством мастерства и компетентности в овладении средой («Компетентность»), в большей степени принимают различные стороны своей личности («Самопринятие») и в целом более благополучны («Общий показатель») по сравнению с теми, у кого взрослая идентичность не сформирована. По шкале «Жизненные цели» значимо различается друг от друга каждая из выделенных групп, причем респонденты с несформированным чувством взрослости испытывают недостаток целей, чувства направленности и осмысленности жизни. Удовлетворенность жизнью также значимо выше в группе со сформированной идентичностью взрослого. Также субъективно взрослая группа имеет больший опыт (в среднем на 0,5 года) отдельного проживания ( $F=3,948$ ;  $p=0,02$ ).

**Влияние компонентов психологической сепарации от родителей на психологическое благополучие молодых взрослых.** Для

решения этой задачи применялся множественный регрессионный анализ, где независимыми переменными выступили шкалы психологической сепарации от родителей, а зависимыми — параметры психологического благополучия. В табл. 4 результаты приведены в порядке уменьшения дисперсии моделей.

Стиль сепарации от отца является положительным предиктором удовлетворенности жизнью и частоты переживания счастья, стиль сепарации от матери — положительный предиктор компонента «Позитивные отношения» — гармонично протекающая сепарация позитивно сказывается на субъективном благополучии.

Вместе с тем рост поведенческой сепарации от родителей отрицательно сказывается на удовлетворенности жизнью и счастье. Отрицательное влияние поведенческого компонента сепарации от отца на критерий «Жизненные цели» показывает, что снижение ориентации на помощь отца, самостоятельное принятие решений может приводить к потере чувства направленности жизни.

Таблица 4

**Результаты регрессионного анализа**

Зависимые переменные	R-квадрат	Предикторы	Бета	p-уровень
Удовлетворенность жизнью (Динер)	0,50	Стиль сепарации от отца	0,391	0,001
		Поведенческий компонент от отца	-0,431	0,002
Частота переживания счастья (Фордис)	0,26	Стиль сепарации от отца	0,420	0,001
		Поведенческий компонент от матери	-0,384	0,002
Жизненные цели	0,14	Поведенческий компонент от отца	-0,368	0,004
Позитивные отношения	0,12	Стиль сепарации от матери	0,348	0,007

## Выводы и обсуждение

Результаты исследования подтверждают выдвинутую гипотезу о сепарации как неоднородном феномене. Показано, что поведенческая и функциональная стороны сепарации являются более выраженными по сравнению с эмоциональной и когнитивной составляющими в период формирующейся зрелости. Это частично соотносится с результатами исследования сепарации в юношеском возрасте [1; 8]. Отсюда можно предположить, что внешняя сепарация, маркерами которой выступают поведенческая и функциональная стороны, связанные со способностью самостоятельно принимать решения, совершать выборы, способностью к самообслуживанию, пространственным отделением и финансовой независимостью, ведет за собой внутреннюю, связанную с формированием идентичности и личностной зрелости.

Сепарация от отца в целом более выражена, по сравнению с сепарацией от матери, однако девушкам сложнее сепарироваться от матери. Сепарация ребенка в семье носит однонаправленный характер, т.е. отдаление от одного родителя не компенсируется приближением к другому.

На протяжении формирующейся зрелости показатели сепарации растут, однако отсутствие связи между возрастом и аффективными компонентами сепарации позволяет говорить о сохраняющейся в этот период потребности в эмоциональной поддержке и одобрении родителей. Вероятно, эмоциональная сепарация от родителей формируется наиболее поздно, за пределами ранней зрелости, что подтверждает предположение Н.Е. Харламенковой о продолжении процессов сепарации во взрослой жизни [14], а также согласуется с некоторыми эмпирическими исследованиями сепарации во взрослом периоде [12].

Субъективная зрелость не имеет связи со степенью сепарированности от родителей и хронологическим возрастом, но имеет связь с психологическим благополучием. Повидимому, рост самопринятия, компетентности в управлении средой, обретение направленности и осмысленности собственной жизни, общее ощущение устойчивости и удовлет-

воренности жизнью являются источниками формирования идентичности взрослого. Можно также предположить, что связь между сепарацией и субъективной зрелостью опосредована психологическим благополучием, а само по себе отделение не приводит к ощущению себя взрослым. Это согласуется с тем, что критерии зрелости для молодых людей в большей степени внутренние, психологические, где ответственность и самостоятельность являются главными маркерами, а наиболее значимый внешний критерий — финансовая независимость. Данные результаты соответствуют большинству результатов зарубежных исследований [16; 17; 19; 26].

Относительно влияния компонентов психологической сепарации на благополучие исследование показало, что поведенческие компоненты сепарации являются предикторами снижения удовлетворенности, счастья, целенаправленности жизни — самостоятельность в принятии решений и совершении выборов пока препятствует переживанию эмоционального благополучия, что, вероятно, связано с возрастанием количества жизненных трудностей и возросшей ответственностью. Гармоничный (бесконфликтный) стиль сепарации от родителей, напротив, способствует росту удовлетворенности жизнью и счастья. Похожие результаты были получены в одном из современных кросс-культурных исследований формирующейся зрелости [24].

В целом полученные результаты говорят о том, что сепарация, особенно внешняя — это болезненный и трудный для молодого взрослого процесс, однако преодоление этих трудностей ведет к росту психологического благополучия и формированию субъективной зрелости, а следовательно, способствует взрослению.

Вместе с тем следует отметить, что измерение субъективной зрелости как качественной характеристики в нашем исследовании выступает как его ограничение, поскольку полученные результаты не могли быть включены в регрессионный анализ для оценки их влияния на психологическое благополучие. В дальнейших исследованиях стоит уделить внимание разработке числовых шкал для измерения субъективной зрелости. По-

мимо этого, наиболее перспективным направлением в изучении взаимосвязи особенностей сепарации и процессов взросления является проведение лонгитюдных исследований,

охватывающих весь период формирующейся зрелости, а также двустороннее изучение процессов сепарации в диадах «родитель-взрослый ребенок».

### Литература

1. Дзукаева В.П. Культурно-исторические и семейные факторы сепарации от родительской семьи в юношеском возрасте: дисс. ... канд. психол. наук. М., 2016. 278 с.
2. Клементьева М.В. «Подлинное Я» как предиктор формирующейся зрелости студентов // Психологическая наука и образование. 2020. Том 25. № 3. С. 64—74. DOI:10.17759/pse.2020250306
3. Литвинова А.В. Психологическая сепарация от родителей как условие развития целеполагания студентов [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2020. Том 12. № 1. С. 59—71. DOI:10.17759/psyedu.2020120105
4. Маленова А.Ю. Сепарация взрослеющих детей: свобода для или от?: Монография / А.Ю. Маленова, Ю.В. Потапова. Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2020. 311 с.
5. Манукян В.Р., Трошихина Е.Г. Современные психологические концепции благополучия и зрелости личности: области сходства и различий // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2016. Вып. 2(26). С. 77—85. DOI:10.17072/2078-7898/2016-2-77-85
6. Митрофанова Е.С. (Не)время взрослеть: как меняется возраст наступления дебютных биографических событий у россиян // Демографическое обозрение. 2020. Т. 7. № 4. С. 36—61.
7. Нартова-Бочавер С.К., Бочавер К.А., Бочавер С.Ю. Жизненное пространство семьи: объединение и разделение. М.: Генезис, 2011. 320 с.
8. Петренко Т.В., Сысоева Л.В. Возрастные этапы процесса сепарации от родителей // Акмеология. 2016. № 4. С. 180—184.
9. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. М.: Издательский центр «Академия», 2000. 184 с.
10. Психозомоциональное благополучие: интегративный подход / Под ред. Л.А. Головей. СПб: Нестор-История, 2020. 360 с.
11. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. 240 с.
12. Тихомирова Е.В., Самохвалова А.Г. Субъектность и авторство жизни у женщин среднего возраста: испытание сепарацией // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. Т. 26. № 4. С. 41—47. DOI:10.34216/2073-1426-2020-26-4-41-47
13. Толстых Н.Н. Современное взросление // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Том 23. № 4. С. 7—24. DOI:10.17759/cpp.2015230402
14. Харламенкова Н.Е. Психологическая сепарация: феномен, понятие, концепция // Разработка понятий в современной психологии. Т. 2 / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко, Н.Е. Харламенкова, Г.А. Виленская. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. С. 346—374.
15. Шилова Н.П., Владыко А.К. Этапы взросления в российском современной культуре // Сибирский психологический журнал. 2021. № 82. С. 37—53. DOI:10.17223/17267080/82/317
16. Arnett J.J. Presidential Address: The Emergence of Emerging Adulthood: A Personal History // Emerging Adulthood. 2014. Vol. 2(3). P. 155—162. DOI:10.1177/2167696814541096
17. Ayotte B., Revell A., Belanger N. The examination of instrumental activities of daily living and perceived adulthood in emerging adults // The International Journal of Aging and Human Development. 2020. Vol. 91(4). P. 467—475. DOI:10.1177/0091415020907312
18. Bellingtier J.A., Neupert S.D. Daily Subjective Age in Emerging Adults: "Now We're Stressed Out." // Emerging Adulthood. 2019. Vol. 7(6). P. 468—477. DOI:10.1177/2167696818785081
19. Boisvert S., Dion J., Poulin F., Blackburn M.-È., Brault M.-C., Gaudreault M. et al. Transition-To-Adulthood Profiles and Well-Being: Similarities and Distinctions Among Urban and Remote Contexts. Emerging Adulthood [Internet]. 2020 Dec 29; 216769682098304. Available from: <http://dx.doi.org/10.1177/2167696820983040>
20. Geuzaine C., Debry M., Liesens V. Separation from Parents in Late Adolescence: The Same for Boys and Girls? // Journal of Youth and Adolescence. 2000. Vol. 29. P. 79—91. DOI:10.1080/13676261.2018.1478070
21. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from their parents // Journal of Counseling Psychology. 1984. Vol. 31. P. 170—178.
22. Kavčič T., Zupančič M. Types of separation-individuation in relation to mothers and fathers among young people entering adulthood // Journal of Youth Studies. 2019. Vol. 22(1). P. 66—86. DOI:10.1080/13676261.2018.1478070
23. Shanahan M.J. Pathways to Adulthood in Changing Societies: Variability and Mechanisms in Life Course Perspective // Annual Review of Sociology. 2000. № 26. P. 667—692.
24. Sugimura K., Crocett E., Hatano K. et al. A Cross-Cultural Perspective on the Relationships between

Emotional Separation, Parental Trust, and Identity in Adolescents // *Journal of Youth and Adolescence*. 2018. Vol. 47. P. 749—759. DOI:10.1007/s10964-018-0819-4

25. Žukauskienė R. The experience of being an emerging adult in Europe // *Emerging adulthood in a European context* / In R. Žukauskienė (Ed.). Routledge. Taylor & Francis Group, 2016. P. 3—16.

## References

1. Dzukaeva V.P. Kul'turno-istoricheskie i semeinye faktory separatsii ot roditel'skoi sem'i v yunosheskom vozraste. Diss. kand. psikhol. nauk. [Cultural-historical and family factors of separation from the parental family in adolescence. PhD (Psychology) diss.]. Moscow, 2016. 278 p.

2. Klement'eva M.V. «Podlinnoe Ya» kak prediktor formiruyushchetsya vzroslosti studentov [The "Authentic Self" as a predictor of the emerging adulthood in students]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological science and education*, 2020. Vol. 25, no. 3, pp. 64—74. DOI:10.17759/pse.2020250306

3. Litvinova A.V. Psikhologicheskaya separatsiya ot roditel'ev kak uslovie razvitiya tselepolaganiya studentov [Elektronnyi resurs] [Psychological separation from parents as a condition for the development of students' goal-setting]. *Psikhologopedagogicheskoe issledovaniya = Psychological and pedagogical research*, 2020. Vol. 12, no. 1, pp. 59—71. DOI:10.17759/psyedu.2020120105

4. Malenova A.Yu. Separatsiya vzrosleyushchikh detei: svoboda dlya ili ot?: Monografiya. A.Yu. Malenova, Yu.V. Potapova [The separation of growing children: freedom for or from?]. Omsk: Izd-vo Om. gos. un-ta, 2020. 311 p. (In Russ.).

5. Manukyan V.R., Troshikhina E.G. Sovremennye psikhologicheskie kontseptsii blagopoluchiya i zrelosti lichnosti: oblasti skhodstva i razlichii [Contemporary psychological conceptions of well-being and maturity: identifying similarities and differences]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya // Perm University Bulletin. Philosophy. Psychology. Sociology*, 2016. Vol. 2(26), pp. 77—85. DOI:10.17072/2078-7898/2016-2-77-85

6. Mitrofanova E.S. (Ne)vremya vzroslet': kak menyaetsya vozrast nastupleniya debyutnykh biograficheskikh sobytiy u rossiyan [(Not) time to grow up: how the age of debut biographical events changes among Russians]. *Demograficheskoe obozrenie // Demographic overview*, 2020. Vol. 7, no. 4, pp. 36—61.

7. Nartova-Bochaver S.K., Bochaver K.A., Bochaver S.Yu. Zhiznennoe prostranstvo sem'i: ob'edinenie i razdelenie [Family living space: unification and separation]. Moscow: Genezis, 2011. 320 p. (In Russ.).

8. Petrenko T.V., Sysoeva L.V. Vozrastnyye etapy protsessy separatsii ot roditel'ev [Age stages of the separation process from parents]. *Akmeologiya // Acmeology*, 2016, no. 4, pp. 180—184.

26. Žukauskienė R., Kaniūšonytė G., Nelson L.J., Crocetti E., Malinauskienė O., Hihara S., Sugimura K. Objective and subjective markers of transition to adulthood in emerging adults: Their mediating role in explaining the link between parental trust and life satisfaction // *Journal of Social and Personal Relationships*. 2020. Vol. 37(12). P. 3006—3027. DOI:10.1177/0265407520948621

9. Polivanova K.N. Psikhologiya vozrastnykh krizisov [Psychology of age crises]. Moscow: Izdatel'skii tsentr «Akademiya», 2000. 184 p. (In Russ.).

10. Psikhoeomotsional'noe blagopoluchie: integrativnyi podkhod. In L.A. Golovei (eds.) [Psycho-emotional wellbeing: integrative approach]. Saint-Petersburg: Nestor-Istoriya, 2020. 360 p. (In Russ.).

11. Psikhologicheskaya zrelost' lichnosti. In L.A. Golovei (eds.) [Psychological maturity of personality]. Saint-Petersburg: Skifiya-print, SPSU, 2014. 240 p. (In Russ.).

12. Tikhomirova E.V., Samokhvalova A.G. Sub'ektnost' i avtorstvo zhizni u zhenshchin srednego vozrasta: ispytanie separatsiei [Agency and authorship of life in middle-aged women: the test of separation]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika // Bulletin of the Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 2020. Vol. 26, no. 4, pp. 41—47. DOI:10.34216/2073-1426-2020-26-4-41-47

13. Tolstykh N.N. Sovremennoe vzroslenie [Modern maturation]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2015. Vol. 23, no. 4, pp. 7—24. DOI:10.17759/cpp.2015230402

14. Kharlamenkova N.E. Psikhologicheskaya separatsiya: fenomen, ponyatie, kontseptsiya [Psychological separation as a phenomenon, notion, concept]. *Razrabotka ponyatii v sovremennoi psikhologii [Development of concepts in modern psychology]*. Vol. 2. In A.L. Zhuravlev, E.A. Sergienko, N.E. Kharlamenkova, G.A. Vilenskaya (eds.). Moscow: Publ. «Institut psikhologii RAN», 2019, pp. 346—374.

15. Shilova N.P., Vladyko A.K. Etapy vzrosleniya v rossiiskom sovremennoi kul'ture [Stages of growing up in modern russian culture]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal // Siberian psychological journal*, 2021, no. 82, pp. 37—53. DOI:10.17223/17267080/82/3

16. Arnett J.J. Presidential Address: The Emergence of Emerging Adulthood: A Personal History. *Emerging Adulthood*, 2014. Vol. 2(3), pp. 155—162. DOI:10.1177/2167696814541096

17. Ayotte B., Revell A., Belanger N. The examination of instrumental activities of daily living and perceived adulthood in emerging adults. *The International Journal of Aging and Human Development*, 2020. Vol. 91(4), pp. 467—475. DOI:10.1177/0091415020907312

18. Bellingier J.A., Neupert S.D. Daily Subjective Age in Emerging Adults: "Now We're Stressed Out".

- Emerging Adulthood*, 2019. Vol. 7(6), pp. 468—477. DOI:10.1177/2167696818785081
19. Boisvert S., Dion J., Poulin F., Blackburn M.-È., Brault M.-C., Gaudreault M. et al. Transition-To-Adulthood Profiles and Well-Being: Similarities and Distinctions Among Urban and Remote Contexts. *Emerging Adulthood* [Internet]. 2020 Dec 29; 216769682098304. Available from: <http://dx.doi.org/10.1177/2167696820983040>
20. Geuzaine C., Debry M., Liesens V. Separation from Parents in Late Adolescence: The Same for Boys and Girls? *Journal of Youth and Adolescence*, 2000. Vol. 29, pp. 79—91. DOI:10.1080/13676261.2018.1478070
21. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*, 1984. Vol. 31, pp. 170—178.
22. Kavcic T., Zupancic M. Types of separation-individuation in relation to mothers and fathers among young people entering adulthood. *Journal of Youth Studies*, 2019. Vol. 22(1), pp. 66—86. DOI:10.1080/13676261.2018.1478070
23. Shanahan M.J. Pathways to Adulthood in Changing Societies: Variability and Mechanisms in Life Course Perspective. *Annual Review of Sociology*, 2000, no. 26, pp. 667—692.
24. Sugimura K., Crocett E., Hatano K. et al. A Cross-Cultural Perspective on the Relationships between Emotional Separation, Parental Trust, and Identity in Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 2018. Vol. 47, pp. 749—759. DOI:10.1007/s10964-018-0819-4
25. Zukauskienė R. The experience of being an emerging adult in Europe. Emerging adulthood in a European context. In R. Zukauskienė (Ed.). Routledge, Taylor & Francis Group, 2016, pp. 3—16.
26. Zukauskienė R., Kaniūšonytė G., Nelson L.J., Crocetti E., Malinauskienė O., Hihara S., Sugimura K. Objective and subjective markers of transition to adulthood in emerging adults: Their mediating role in explaining the link between parental trust and life satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2020. Vol. 37(12), pp. 3006—3027. DOI:10.1177/0265407520948621

### Информация об авторах

Манукян Виктория Робертовна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии развития и дифференциальной психологии, ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет» (ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4200-8935>, e-mail: [v.manukjan@spbu.ru](mailto:v.manukjan@spbu.ru)

### Information about the authors

Victoria R. Manukyan, PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Developmental Psychology and Differential Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4200-8935>, e-mail: [v.manukjan@spbu.ru](mailto:v.manukjan@spbu.ru)

Получена 28.02.2022

Принята в печать 30.04.2022

Received 28.02.2022

Accepted 30.04.2022