

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2025, Том 13, № 5 / 2025, Vol. 13, Iss. 5 <https://mir-nauki.com/issue-5-2025.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/101PSMN525.pdf>

5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Косолапова, А. В. Три модели сепарации от родителей в ранней взрослости: эмпирическая типология / А. В. Косолапова, А. А. Нестерова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 5. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/101PSMN525.pdf>.

For citation:

Kosolapova A.V., Nesterova A.A. Three models of parental separation in emerging adulthood: an empirical typology. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2025;13(5): 101PSMN525. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/101PSMN525.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 316.47

Косолапова Анастасия Владимировна

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский технологический университет «МИСИС», Москва, Россия
Старший преподаватель кафедры «Иностранных языков и коммуникативных технологий»

E-mail: avkosolapova@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-5952-8726>

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1217226

Нестерова Альбина Александровна

ФГАОУ ВО «Государственный университет просвещения», Москва, Россия
Профессор кафедры «Социальной и педагогической психологии»

Доктор психологических наук, профессор

E-mail: anesterova77@rambler.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7830-9337>

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=208329

Три модели сепарации от родителей в ранней взрослости: эмпирическая типология

Аннотация. В статье представлен теоретико-эмпирический анализ типов психологической сепарации-индивидуации у взрослой молодежи с учетом как семейного контекста, так и личностных ресурсов. На основе обзора современных зарубежных и отечественных подходов к сепарации (включая двух-, четырех- и пятифакторные модели, а также культурно-специфические типологии) обоснована необходимость интеграции показателей жизнеспособности, личностной зрелости и ответственности в изучение процесса отделения от родителей. В эмпирическом исследовании с участием 493 респондентов в возрасте 20–27 лет с помощью эксплораторного факторного анализа выявлены три типа сепарации: зрелая и активная сепарация (основанная на внутренних ресурсах и готовности к самостоятельности), конфликтная и отчужденная сепарация (формирующаяся как защитная реакция на дисфункциональные семейные отношения) и гармоничная и дифференцированная сепарация (сочетающая автономию с сохранением эмоциональной близости к родителям). Результаты подтверждают гипотезу о том, что успешность сепарации определяется не только качеством привязанности к родителям, но и уровнем жизнеспособности и зрелости самой личности. Полученные данные расширяют существующие типологии сепарации и имеют значение для теории психосоциального развития, а также для практики психологического консультирования и профилактики трудностей перехода к взрослой жизни.

Ключевые слова: сепарация; индивидуация; молодежь; отделение от родителей; автономия; эмоциональная связанность; жизнеспособность; личностная зрелость; типы сепарации

Введение

Процесс сепарации-индивидуации представляет собой важный этап психосоциального развития личности, особенно актуальный в подростковом и раннем взрослом возрасте. Он включает в себя формирование автономии при сохранении эмоциональной связанности с родителями и является необходимым условием для достижения зрелой идентичности, эмоционального благополучия и способности к построению здоровых межличностных отношений [1–4]. Нарушения в этом процессе могут проявляться в виде дисфункциональных паттернов, которые, в свою очередь, ассоциируются с повышенным риском тревожности, депрессии, низкой самооценки и трудностей в установлении близких отношений [5]. В современной психологии выделяется несколько теоретических моделей и типологий сепарации, отражающих как нормативные, так и патологические формы отделения от родителей.

Одной из наиболее влиятельных концепций является двухфакторная модель дисфункциональной сепарации-индивидуации, предложенная бельгийскими учеными [6]. Авторы выделяют два качественно различных паттерна нарушений: дисфункциональную зависимость и дисфункциональную независимость. Дисфункциональная зависимость характеризуется чрезмерным стремлением к близости и одобрению со стороны значимых других, в ущерб развитию автономии. Такие индивиды испытывают выраженную сепарационную тревогу, страх потери и разлуки, что делает их уязвимыми к тревожному стилю привязанности. Напротив, дисфункциональная независимость проявляется в гипертрофированном стремлении к автономии и избегании эмоциональной вовлеченности. Этот паттерн рассматривается как защитный механизм против тревоги разделения и коррелирует с избегающим стилем привязанности [6]. Важно подчеркнуть, что оба типа представляют собой дисбаланс между автономией и близостью и не отражают здорового процесса индивидуации, который предполагает гармоничное сочетание этих двух тенденций.

Более дифференцированный подход предложен в четырехфакторной модели сепарации-индивидуации, разработанной Вимом Байерсом и его коллегами. Эта модель выделяет следующие измерения: связанность, сепарация, отчуждение и агентность [7]. Связанность отражает качество эмоциональных отношений с родителями, а именно: доверие, взаимопонимание и открытость коммуникации. Сепарация, в отличие от отчуждения, описывает нормативный процесс установления межличностной дистанции, деидеализацию родителей и развитие самостоятельности в решении проблем. Отчуждение же указывает на патологическое состояние, характеризующееся холодностью, недоверием и эмоциональной дистанцией, и является маркером дисфункциональных семейных отношений. Агентность, в свою очередь, отражает компетентность индивида в принятии решений и реализации собственных целей. Авторы подчеркивают принципиальное различие между сепарацией и отчуждением. Сепарация трактуется как необходимый этап развития, в отчуждение — это индикатор нарушений и дисфункции. Эта модель позволила преодолеть упрощенное понимание автономии как единого измерения и продемонстрировала, что успешная индивидуация возможна только при сохранении связанности [8].

В последние годы все большее внимание уделяется специфике сепарации в период становления взрослеющей личности (*emerging adulthood*), который охватывает возраст от 18 до примерно 29 лет [1]. В этом контексте в 2014 году в Словении был разработан *Тест индивидуации для молодых взрослых (ITEA)*, предлагающий пятифакторную модель,

адаптированную к особенностям этого возраста [9]. Модель ИТЕА включает следующие аспекты: обращение за поддержкой, связанность, интрузивность родителя, самостоятельность и страх разочаровать родителя. Эта модель отражает переход от подростковой борьбы за автономию к более зрелой перестройке детско-родительских отношений, описываемой учеными как «перецентровка» [10]. В отличие от подросткового возраста, где акцент делается на отделении, в ранней взрослости ключевыми становятся взаимное уважение, баланс ответственности и сохранение эмоциональной поддержки при одновременном росте самостоятельности. Исследования с использованием ИТЕА показывают, что высокие уровни связанности и самостоятельности положительно связаны с субъективным ощущением взрослости и удовлетворенностью жизнью [11].

В продолжающихся исследованиях в рамках этой теории было выделено четыре типа индивидуации в период перехода к взрослости, основанные на комбинации уровня автономии и близости в отношениях с родителями:

- гармоничный тип (высокая автономия и высокая близость);
- отчужденный тип (низкая близость при высокой автономии);
- зависимый тип (высокая близость при низкой автономии);
- недифференцированный тип (низкие показатели как автономии, так и близости) [12].

Авторы подтверждают устойчивость этой типологии на выборках из двух центральноевропейских стран, подчеркивая ее значение для понимания индивидуационных процессов в контексте семейных отношений в период ранней взрослости.

Помимо западных моделей, в российской психологии также разработаны культурно-специфические типологии сепарации. На основе эмпирического исследования студентов В.П. Дзукаева выделила пять типов паттернов психологической сепарации: «сцепленные», «ведомые», «бунтующие», «самодостаточные» и «дистанцированные» [13]. Паттерн «сцепленных» характеризуется низким уровнем сепарации во всех сферах и сохранением детской позиции; «ведомые» демонстрируют внешнюю автономию при внутренней зависимости; «бунтующие» достигают поведенческой независимости через конфликт и деидеализацию родителей; «самодостаточные» — это наиболее зрелый тип, сочетающий высокую автономию с теплыми и уважительными отношениями; «дистанцированные» же достигают отделения через эмоциональное отчуждение, что часто связано с дисфункциональной семейной средой [13]. Выделенные типы подчеркивают гетерохронность сепарации, так как поведенческая независимость может опережать эмоциональную и когнитивную зрелость. Кроме того, на тип сепарации оказывают влияние культурный контекст, семейная функциональность, гендер и наличие романтических отношений.

Также в отечественной литературе А.А. Дитюк описаны типы сепарационного статуса, акцентирующие различия в отделении от матери и от отца. Выделяются три основных варианта:

1. Равномерная сепарация от обоих родителей (зрелый, адаптивный тип).
2. Завершенная сепарация от матери при частичной — от отца (с риском трудностей в профессиональной сфере и партнерских отношениях).
3. Зависимость от матери при частичной сепарации от отца (наиболее дисфункциональный тип, связанный с низкой самостоятельностью и сепарационной тревогой). Эти данные указывают на необходимость дифференцированного анализа отношений с каждым из родителей, поскольку они могут играть разную роль в процессе индивидуации [14].

Таким образом, современные исследования сепарации-индивидуации демонстрируют ее многогранность и контекстуальную обусловленность. Западные модели акцентируют баланс между автономией и близостью, выделяя как нормативные, так и дисфункциональные формы развития. Российские исследования дополняют эту картину, учитывая культурные и семейные особенности, а также гетерохронность различных компонентов сепарации. В совокупности эти данные подтверждают, что успешная индивидуация — это не просто отделение от родителей, а переход к новому качеству отношений, основанному на взаимном уважении, эмоциональной поддержке и личной ответственности. Но при этом, на сегодняшний день в ситуации фокусировки исключительно на характер отношений между взрослеющими детьми и их родителями, в типологиях сепарации не затрагивается вклад личностных переменных самих детей, которые могут влиять на стратегию отделения от родителей.

Целью статьи является восполнение существующего пробела в научной литературе, связанного с недостаточной изученностью взаимосвязи между типами сепарации-индивидуации у молодежи и такими ключевыми показателями психосоциального развития, как жизнеспособность, личностная зрелость и ответственность. Несмотря на наличие разнообразных типологий сепарации, в отечественных и зарубежных исследованиях недостаточно внимания уделяется тому, как различные типы отделения от родителей соотносятся с уровнем субъективного благополучия, способностью к самостоятельному принятию решений, эмоциональной устойчивостью и готовностью нести ответственность за свою жизнь, то есть с интегральными характеристиками зрелой личности. Данная статья направлена на выявление и анализ этих связей с целью уточнения критериев адаптивной и дисфункциональной сепарации в контексте общего развития личности молодого человека.

Методы исследования

Гипотеза исследования: успешность психологической сепарации у молодежи определяется совокупным влиянием как семейных факторов (эмоциональных связей и привязанности к родителям), так и индивидуально-психологических ресурсов личности, включая ее жизнеспособность, уровень личностной зрелости и способность к ответственному автономному функционированию.

Предполагается, что более зрелые, жизнеспособные и ответственные молодые люди, выросшие в условиях поддерживающих и эмоционально сбалансированных отношений с родителями, демонстрируют более адаптивные формы сепарации, тогда как недостаток личностных ресурсов и дисфункциональные семейные взаимодействия способствуют затруднениям в процессе индивидуации.

Эмпирическую базу составили 493 респондента в возрасте от 20 до 27 лет ($M = 23$ года, $SD = 3,42$), проживающих в городах и населенных пунктах Москвы и Московской области. Из них 285 человек (57,8 %) проживали отдельно от родителей, 208 (42,2 %) — совместно с ними. Соотношение полов в выборке было сбалансированным: 248 женщин (50,3 %) и 245 мужчин (49,7 %).

Методики исследования. В исследовании использовался комплекс методик, распределенный по трем содержательным блокам. Первый блок был направлен на диагностику особенностей психологической сепарации и включал адаптированные версии опросника Psychological Separation Inventory (PSI) Дж. Хоффмана (в адаптации В.П. Дзукаевой и Т.Ю. Садовниковой) [15] и «Separation Individuation Test of Adolescence» (SITA) Левина и Милтона (в русскоязычной адаптации) [16]. Второй блок оценивал жизнеспособность и личностную зрелость с помощью методик «Жизнеспособность личности» А.А. Нестеровой [17] и «Методика диагностики личностной зрелости» В.А. Руженкова, В.В. Руженковой и И.С. Лукьянцевой [18]. Третий блок

был посвящен выявлению семейных дисфункций, влияющих на процесс сепарации, и включал методику «Семейные эмоциональные коммуникации» А.Б. Холмогоровой, С.В. Воликовой и М.Г. Сороковой [19], а также адаптированную версию опросника привязанности к родителям и сверстникам (IPPA) М. Гринберга и Г. Армсдена (адаптация Сабельникова, Каширского и Садовниковой, 2023) [20].

В рамках доказательства обозначенной гипотезы для выявления латентной структуры психологической сепарации был проведен эксплораторный факторный анализ методом главных компонент с применением варимакс-вращения. Обработка данных осуществлялась с использованием статистического пакета Statistica 12.

Результаты

Анализ выполнялся на основе корреляционной матрицы, включающей показатели, отражающие различные аспекты сепарации от родителей (автономия, эмоциональная независимость, страх отделения, отчуждение, аттитюдная и функциональная дистанция), а также индикаторы жизнеспособности личности и ее психологической зрелости. Перед проведением анализа была подтверждена пригодность данных: значение КМО составило 0,87, а тест сферичности Бартлетта оказался статистически значимым ($p < 0,001$), что свидетельствовало о наличии достаточных межпеременных корреляций для выделения факторов. Критерием определения числа факторов служило собственное значение > 1 , а также анализ графика «каменистой осыпи» (scree plot). В результате анализа были выявлены три устойчивых фактора, совокупно объясняющих 35,87 % общей дисперсии, каждый из которых отражает качественно различную модель психологической сепарации.

Был применен метод главных компонент с варимакс-вращением. Нагрузки $< |0,30|$ опущены для наглядности. Объясняемая дисперсия: Фактор 1 — 15,71 %, Фактор 2 — 10,29 %, Фактор 3 — 9,87 %; суммарно — 35,87 % (табл. 1).

Фактор 1 (объясняемая дисперсия — 15,71 %) был интерпретирован как «**зрелая и активная сепарация**». Этот фактор представляет собой наиболее целостный и устойчивый паттерн психологического функционирования в процессе отделения от родительской семьи. Его ядро составляют высокие положительные нагрузки по всем ключевым шкалам жизнеспособности: общая жизнеспособность (0,966), активность и инициативность (0,836), самоуважение (0,813), внутренняя мотивация и стремление к достижениям (0,771), адаптивность и позитивные установки (0,754), а также такие качества, как ответственность (0,633), саморегуляция и позитивное мышление. В совокупности эти показатели свидетельствуют не просто о наличии отдельных ресурсов, а о сформированной системе внутренней устойчивости, позволяющей молодому человеку действовать автономно, сохраняя при этом эмоциональное равновесие и конструктивное отношение к себе и миру. Особенно показательна отрицательная связь с такими тревожными и защитными конструктами, как страх сепарации (-0,385), страх потери суверенности (-0,383) и отрицание зависимости (-0,418). Это означает, что у носителей данного типа сепарации отсутствует внутренний конфликт между стремлением к независимости и страхом утраты связи: они воспринимают отделение не как угрозу, а как естественный и желаемый этап развития. Такой тип сепарации соответствует представлениям о здоровой индивидуации в гуманистической и эго-психологической традициях (например, Э. Эриксон, М. Малер, Д. Боулби), где автономия рассматривается не как разрыв, а как дифференциация «Я» при сохранении эмоциональной безопасности. Это сепарация, основанная на внутренней силе, а не на внешнем давлении или бегстве от родительской семьи. Этот тип сепарации может говорить о том, что взрослеющий молодой

человек уже имеет достаточную степень зрелости и автономности, чтобы отделиться от родителей и пробовать жить самостоятельно.

Таблица 1

Факторные нагрузки переменных в структуре психологической сепарации

Переменная	Факторы		
	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Показатели жизнеспособности			
Жизнеспособность	0,966		
Активность и инициатива	0,836		
Самоуважение	0,813		
Самомотивация и достижения	0,771		
Адаптивность	0,757		
Позитивные установки	0,754		
Социальная компетентность	0,704		
Эмоциональный контроль	0,648		
Ответственность	0,633		
Саморганизованность	0,617		
Позитивное мышление	0,612		
Саморазвитие	0,546		
Независимость	0,432		
Отрицание зависимости	-0,418		
Отношения с матерью			
Общение (мать)		-0,779	
Доверие (мать)		-0,744	
Эмоциональная независимость (мать)		0,716	0,390
Функциональная автономия (мать)		0,633	0,451
Аттитюдная независимость (мать)		0,584	
Элиминация эмоций		0,598	
Отчуждение (мать)		0,497	-0,465
Отношения с отцом			
Общение (отец)		-0,442	
Доверие (отец)		-0,414	
Эмоциональная независимость (отец)		0,466	0,503
Функциональная автономия (отец)		0,383	0,470
Аттитюдная независимость (отец)		0,457	0,354
Конфликтологическая независимость			
(мать)			0,736
(отец)			0,573
Семейная дисфункция и тревога			
Страх потери суверенности	-0,383		-0,617
Страх сепарации	-0,385		-0,589
Критика в семье		0,452	-0,538
Индукция тревоги			-0,529
Гипервключенность			-0,526
Семейный перфекционизм			-0,464
Внешнее благополучие			-0,452
Фиксация на негативе			-0,416

Составлено автором

Фактор 2 (объясняемая дисперсия — 10,29 %) получил название «**конфликтная и отчужденная сепарация**». В отличие от первого фактора, здесь автономия формируется не на основе внутренней зрелости, а как реактивный защитный механизм в ответ на дисфункциональные семейные отношения. Структура фактора отражает глубокое противоречие: с одной стороны, наблюдаются выраженные отрицательные нагрузки по шкалам доверия (-0,744) и общения с матерью (-0,779), что указывает на разрыв эмоциональной привязанности и отсутствие безопасной базы; с другой — высокие положительные нагрузки по

показателям эмоциональной (0,716) и функциональной автономии (0,633), аттитудной независимости (0,584) и, что особенно важно, по шкале элиминации эмоций (0,598), свидетельствующей о склонности подавлять чувства и избегать эмоциональной уязвимости. В фактор также входят такие индикаторы семейной дисгармонии, как критика в семье (0,452) и отчуждение от матери (0,497). Это позволяет рассматривать данный тип сепарации как форму психологического «убегания»: молодой человек внешне демонстрирует независимость, но внутренне остается привязанным к травматическому опыту, испытывая скрытую тревогу, недоверие и трудности в установлении близости. Такой паттерн близок к описанию избегающей или тревожно-избегающей привязанности и может лежать в основе будущих проблем в романтических и социальных отношениях. Важно подчеркнуть, что эта форма сепарации, хотя и сопровождается формальной автономией, не обеспечивает жизнеспособности и часто маскирует незавершенные эмоциональные конфликты.

Фактор 3 (объясняемая дисперсия — 9,87 %) был обозначен как «**гармоничная и дифференцированная сепарация**». Этот тип представляет собой наиболее сбалансированный и психологически благоприятный вариант отделения, при котором автономия и эмоциональная близость не противопоставляются, а сосуществуют. Фактор характеризуется высокими положительными нагрузками по шкалам конфликтологической независимости от матери (0,736) и от отца (0,573), что означает отсутствие напряженности, враждебности и эмоциональных столкновений в отношениях с родителями. Одновременно присутствуют умеренные, но значимые нагрузки по функциональной и эмоциональной автономии в отношении обоих родителей, что говорит о реальной самостоятельности в повседневной жизни и в сфере чувств. Ключевым отличием этого фактора является устойчивая отрицательная связь с дезадаптивными семейными паттернами: страх сепарации (-0,589), страх потери суверенности (-0,617), индуцирование тревоги (-0,529), гипервключенность родителей (-0,526), критика (-0,538) и отчуждение от матери (-0,465). Эти данные указывают на то, что в семье, где формируется такой тип сепарации, царит атмосфера эмоциональной доступности, уважения личных границ и принятия.



Рисунок 1. Типы сепарации (составлено автором)

Молодой человек с таким типом не боится быть независимым, потому что уверен в том, что поддержка остается доступной; он не отвергает родителей, потому что не чувствует угрозы своей индивидуальности. Такой паттерн соответствует модели надежной привязанности и отражает успешное разрешение основного противоречия юношеского возраста: «быть собой — и оставаться в связи». Именно этот тип сепарации создает наиболее прочную основу для формирования зрелой идентичности, устойчивого самоощущения и способности строить здоровые, доверительные отношения во взрослой жизни.

Для наглядности выделенные типы сепарации представлены на рисунке 1.

В совокупности три выявленных фактора демонстрируют, что сепарация — это не линейный процесс «отделения», а многомерное явление, качество которого определяется как семейным контекстом (характер привязанности, уровень конфликтности, наличие эмоциональной поддержки), так и индивидуальными ресурсами личности (жизнеспособность, эмоциональная регуляция, уровень зрелости). Полученные результаты позволяют перейти от количественной оценки «степени автономии» к качественному пониманию стратегий и смыслов, лежащих в основе сепарации. Это имеет важное значение для психолого-педагогической практики: выявление доминирующего типа сепарации у молодежи может стать основой для своевременной профилактики эмоциональных и социальных трудностей, а также для разработки индивидуализированных программ поддержки в период перехода к взрослой жизни.

Выводы

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие важные выводы:

1. Процесс сепарации от родителей у молодежи не является одномерным явлением, а представляет собой сложную многокомпонентную структуру, в которой взаимодействуют как семейные (качество привязанности, уровень конфликтности, эмоциональная поддержка), так и индивидуально-психологические факторы (жизнеспособность, личностная зрелость, способность к саморегуляции).

2. На основе факторного анализа выявлены три устойчивых типа психологической сепарации:

- *зрелая и активная сепарация*, основанная на внутренних ресурсах личности;
- *конфликтная и отчужденная сепарация*, возникающая как защитная реакция на дисфункциональные семейные отношения;
- *гармоничная и дифференцированная сепарация*, сочетающая автономию с сохранением эмоциональной близости к родителям.

3. Успешная сепарация напрямую связана с уровнем жизнеспособности и личностной зрелости: молодые люди с высокими показателями эмоциональной устойчивости, ответственности, самоуважения и внутренней мотивации демонстрируют адаптивные формы отделения, в то время как низкий уровень этих ресурсов коррелирует с тревожными или избегающими стратегиями сепарации.

4. Качество отношений с родителями играет ключевую роль в формировании типа сепарации: поддерживающая, уважающая границы семейная среда способствует гармоничной дифференциации, тогда как критика, гипervключенность, отсутствие доверия и эмоциональная холодность провоцируют либо чрезмерную зависимость, либо патологическую независимость.

5. Результаты исследования расширяют существующие типологии сепарации, включая в анализ не только динамику по шкале «автономия — близость», но и интегральные

характеристики личности. Это позволяет более точно дифференцировать адаптивные и дисфункциональные формы сепарации и создает основу для разработки целевых программ психологической поддержки молодежи в период перехода к взрослой жизни.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что оно расширяет существующие типологии сепарации-индивидуации за счет интеграции личностных характеристик (жизнеспособности, зрелости, ответственности) в анализ процесса отделения от родителей. В отличие от большинства зарубежных и отечественных моделей, фокусирующихся преимущественно на динамике «автономия — близость», данная работа показывает, что адаптивность сепарации определяется не только структурой семейных отношений, но и внутренними ресурсами самой личности. Это позволяет уточнить критерии здоровой индивидуации и внести вклад в развитие системного подхода к изучению психосоциального развития молодежи.

Практическая значимость результатов состоит в возможности их применения в сфере психологического консультирования, профилактики межличностных и эмоциональных трудностей, а также в разработке программ поддержки молодежи в период перехода к взрослой жизни. Выявление доминирующего типа сепарации у конкретного клиента или группы позволяет своевременно диагностировать риски (например, тревожную автономию, эмоциональное выгорание, трудности в построении близких отношений) и разрабатывать индивидуализированные стратегии коррекции. В частности, для лиц с «конфликтной и отчужденной сепарацией» целесообразна работа с травматическим опытом и установками недоверия, тогда как для «зависимых» типов — развитие навыков самоорганизации и ответственности. Таким образом, предложенная типология может служить основой как для диагностической работы, так и для проектирования образовательных и терапевтических вмешательств, направленных на формирование зрелой, устойчивой и социально адаптированной личности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Arnett, J.J. *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* / J.J. Arnett. — 3rd ed. — Oxford: Oxford University Press, 2024. — 320 p. — DOI 10.1093/oso/9780197695937.001.0001.
2. *Separation anxiety in adulthood: How to address it in clinical practice* / S. Pini, B. Milrod. — Cham: Springer Nature, 2023. — 287 p. — DOI 10.1007/978-3-031-37446-3.
3. Гаврилюк, Н.П. Особенности психологической сепарации от родителей в условиях смыслового кризиса периода поздней юности / Н.П. Гаврилюк, Д.В. Цыгулева, К.С. Трубина // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13, № 1. — С. 1–12. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/101PSMN125.pdf> (дата обращения: 17.10.2025). — EDN KBCOUT.
4. Нестерова, А.А. Роль сепарации от родителей в формировании жизнеспособности: исследование гендерных различий у молодёжи / А.А. Нестерова, А.В. Косолапова — DOI 10.18384/2949-5105-2025-2-75-90 // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. — 2025. — № 2. — С. 75–90. — EDN COSKFO.
5. Lapsley, D.K. Separation-individuation, adult attachment style, and college adjustment / D.K. Lapsley, J. Edgerton — DOI 10.1002/j.1556-6678.2002.tb00215.x // *Journal of Counseling & Development*. — 2002. — Vol. 80, No. 4. — P. 484–492. — EDN EIQNHZ.

6. Kins, E. When the separation-individuation process goes awry: Distinguishing between dysfunctional dependence and dysfunctional independence / E. Kins, W. Beyers, B. Soenens — DOI 10.1177/0165025412454026 // International Journal of Behavioral Development. — 2013. — Vol. 37, No. 1. — P. 1–12.
7. Beyers, W. A structural model of autonomy in middle and late adolescence: Connectedness, separation, detachment, and agency / W. Beyers, L. Goossens, I. Vansant, E. Moors — DOI 10.1023/A:1024922031510 // Journal of Youth and Adolescence. — 2003. — Vol. 32, No. 5. — P. 351–365. — EDN EQQSZX.
8. Beyers, W. Autonomy in adolescence: A conceptual, developmental, and cross-cultural perspective / W. Beyers, B. Soenens, M. Vansteenkiste — DOI 10.1080/17405629.2024.2330734 // European Journal of Developmental Psychology. — 2024. — Vol. 11, No. 2. — P. 1–21.
9. Komidar, L. Validation of the individuation test for emerging adults-short (ITEA-S) in Austrian and German emerging adults / L. Komidar, M. Zupančič, U. Sirsch — DOI 10.1177/2167696818818344 // Emerging Adulthood. — 2021. — Vol. 9, No. 6. — P. 749–756.
10. Tanner, J.L. Recentring during emerging adulthood: A critical turning point in life span human development / J.L. Tanner — DOI 10.1037/11381-002 // Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century / J.J. Arnett, J.L. Tanner. — Washington, DC: American Psychological Association, 2006. — P. 21–55.
11. Zupančič, M. Individuation in Slovene emerging adults: Its associations with demographics, transitional markers, achieved criteria for adulthood, and life satisfaction / M. Zupančič, L. Komidar, M.P. Levpušček — DOI 10.1016/j.adolescence.2014.03.014 // Journal of adolescence. — 2014. — Vol. 37, No. 8. — P. 1421–1433. — EDN YFAEHJ.
12. Zupančič, M. Four types of individuation: Further evidence from two central-European countries / M. Zupančič, U. Sirsch, Ž. Lep, T. Kavčič — DOI 10.1177/21676968221098831 // Emerging Adulthood. — 2023. — Vol. 11, No. 2. — P. 512–519. — EDN XAVWNS.
13. Дзукаева, В.П. Сепарация и индивидуация в отношениях с отцом в юношеском возрасте / В.П. Дзукаева // Психология образования: проблемы и перспективы развития: сборник тезисов VI-ой Международной научной конференции. Том. Часть 1 / О.А. Карабанова, Е.И. Захарова, С.М. Чурбанова, Н.Н. Васягина. — Екатеринбург: УрГПУ, 2015. — С. 257–274. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_25742286_35855996.pdf (дата обращения: 17.10.2025). — EDN VRIHBF.
14. Дитюк, А.А. Теоретическая и диагностическая модели психологической сепарации взрослого ребенка в детско-родительских отношениях / А.А. Дитюк // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей: векторы развития современной психологической науки. — Санкт-Петербург: РГПУ имени А.И. Герцена, 2017. — С. 312–316. — URL: https://elibrary.ru/download/elibrary_29285996_91067788.pdf (дата обращения: 17.10.2025). — EDN YQWOIF.
15. Дзукаева, В.П. Опыт использования русскоязычной версии опросника PSI (Psychological Separation Inventory) в изучении сепарации взрослых детей с родителями / В.П. Дзукаева, Т.Ю. Садовникова // Психологическая диагностика. — 2014. — № 3. — С. 3–20.

16. Поскребышева, Н.Н. Семейные факторы развития автономии и сепарационных процессов у подростков / Н.Н. Поскребышева, А.Ю. Бабкина — DOI 10.11621/vsp.2020.03.06 // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2020. — № 3. — С. 116–135. — EDN ZWNEAH.
17. Нестерова, А.А. Разработка и валидизация методики "Жизнеспособность личности" / А.А. Нестерова — DOI 10.7868/S0205959217040080 // Психологический журнал. — 2017. — Т. 38, № 4. — С. 93–108. — EDN YTMVPN.
18. Руженков, В.А. Методика диагностики личностной зрелости / В.А. Руженков, В.В. Руженкова, И.С. Лукьянцева // Актуальные проблемы медицины. — 2016. — Т. 36, № 26(247). — С. 65–70. — EDN XTDIPB.
19. Холмогорова, А.Б. Стандартизация опросника "Семейные эмоциональные коммуникации" / А.Б. Холмогорова, С.В. Воликова, М.Г. Сорокова — DOI 10.17759/cpp.2016240405 // Консультативная психология и психотерапия. — 2016. — Т. 24, № 4. — С. 97–125. — EDN XIKMGZ.
20. Сабельникова, Н.В. Русскоязычная версия "Опросника привязанности к родителям и сверстникам" Г. Армсдена и М. Гринберга / Н.В. Сабельникова, Д.В. Каширский, Т.Ю. Садовникова — DOI 10.31857/S020595920024910-7 // Психологический журнал. — 2023. — Т. 44, № 2. — С. 89–104. — EDN AECLYM.

Kosolapova Anastasiia Vladimirovna

National University of Science and Technology «MISiS», Moscow, Russia

E-mail: avkosolapova@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-5952-8726>

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1217226

Nesterova Al'bina Alexandrovna

State University of Education, Moscow, Russia

E-mail: anesterova77@rambler.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7830-9337>

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=208329

Three models of parental separation in emerging adulthood: an empirical typology

Abstract. This article presents a theoretical and empirical analysis of psychological separation–individuation among emerging adults, taking into account both the family context and individual psychological resources. Drawing on a review of contemporary international and Russian approaches to separation — including two-factor, four-factor, and five-factor models, as well as culturally specific typologies — the study justifies the necessity of integrating indicators of personal viability (life resilience), personality maturity, and responsibility into the examination of the separation process. In an empirical study involving 493 participants aged 20–27, exploratory factor analysis revealed three distinct types of separation: (1) mature and active separation, grounded in internal psychological resources and readiness for autonomy; (2) conflictual and alienated separation, emerging as a defensive reaction to dysfunctional family relationships; and (3) harmonious and differentiated separation, which combines autonomy with the preservation of emotional closeness to parents. The findings support the hypothesis that successful separation is determined not only by the quality of parental attachment but also by the individual’s level of life resilience and personality maturity. These results extend existing typologies of separation and hold theoretical relevance for psychosocial development research, as well as practical implications for psychological counseling and the prevention of difficulties associated with the transition to adulthood.

Keywords: separation; individuation; youth; parental separation; autonomy; emotional connectedness; life resilience; personality maturity; types of separation