Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа №31

город Сургут Ханты-Мансийский автономный округ-ЮГРА

Российская Федерация

**Исследовательская работа**

«**Особенности психологической сепарации от родителей**

**современных старшеклассников**»

Автор:

Верещак Валерия Сергеевна

муниципальное бюджетное

общеобразовательное учреждение

средняя школа №31, 11 класс

Научный руководитель:

Мансурова Светлана Ахатовна,

педагог - психолог,

высшая квалификационная категория

муниципальное бюджетное

общеобразовательное учреждение

средняя школа №31

Сургут, 2022

**Содержание**

Введение……………………………………………………………….……………...3

Глава 1. Теоретические подходы к исследованию сепарации от родителей в юношеском возрасте………………………………………………………………………………………...6

* 1. Теоретические подходы к исследованию понятия сепарации детей от родителей…….………………………………………………………………………….….….6
  2. Особенности протекания процесса сепарации на разных возрастных этапах……………………………………………………………………..………………….…11
  3. Особенности самоотношения юношей в контексте сепарации от родителей………………………………………………………………………………….…...15

Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте …………………………………..……………………….18

2.1 Организация и методы исследования …………………….…………..……….18

2.2 Эмпирическое исследование особенностей психологической сепарации в юношеском возрасте………………………………………………………………………………..………20

2.3 Эмпирическое исследование зависимости показателей самоотношения юношей от особенностей психологической сепарации от родителей……………………………….…21

Заключение…………………………………………………………..…………..…...30

Список литературы…………………………………………………….……..……...31

Приложение………………………………...…………………………………..…….32

**Введение**

**Актуальность исследования.** В последнее время проблема процесса психологической сепарации современной молодежи от родителей привлекает внимание многих отечественных и зарубежных психологов. На сегодняшний день учёные отмечают общие тенденции позднего взросления молодёжи: продолжительное детство, отсутствие стремления к автономии от родителей, нежелание брать ответственность за собственную жизнь – все эти вопросы являются актуальными сегодня. (Луговский В.А., Петренко Т.В., Сысоева Л.В.)

Однако, современное общество предъявляет к данному периоду взросления довольно высокие требования. На сегодняшний день ценится, чтобы юноши и девушки могли самостоятельно определять свои жизненные цели и с расчетом на себя, делать личный и свободный выбор (Белинская Е.П., Шабельников В.К.).

Одной из главных задач юношеского возраста является достижение психологической сепарации от родителей. Влияние сепарации от родителей на развитие детей изучали и описывали П. Блос, Дж. Боулби, М. Малер и др.

Особенности психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте рассматриваются в трудах В.П. Дзукаевой, Т.Ю. Садовниковой и Ю.В. Потаповой.

Проблему самоотношения личности исследовали С.Р. Пантилеев, Н.И. Сарджвеладзе, В.В. Столин и другие.

Связь сепарации и самоотношения исследовали Ж.Г. Куповых, В.Е. Купченко, С.К. Нартова-Бочавер.

Несмотря на освоение данной темы зарубежными и отечественными авторами, многие ее аспекты остаются незатронутыми. На сегодняшний день является важным вопрос изучения особенностей психологической сепарации юношей от родителей. В нашем исследовании мы попытались изучить связь между особенностями психологической сепарации юношей от родителей и их уровнем самоотношения. В частности, недостаточно исследованными являются факторы, влияющие на особенности психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте и зависимость развития личности юношей от характера психологической сепарации от родителей.

**Проблему нашего исследования составили вопросы:**

**-** какие факторы определяют особенности психологической сепарации юношей от родителей?

- в какой мере особенности самоотношения юношей определяются характером психологической сепарации от родителей?

**Цель исследования:** выявить особенности различных видов психологической сепарации юношей от отца и матери.

**Объект исследования:** психологическая сепарация от родителей в юношеском возрасте.

**Предмет исследования:** особенности различных видов психологической сепарации юношей от отца и матери.

**Гипотеза:**

1) особенности психологической сепарации юношей от родителей определяются направленностью сепарации и социальной ситуацией развития;

2) особенности самоотношения в юношеском возрасте зависят от характера психологической сепарации от родителей.

**Задачи теоретической части:**

1) выявить теоретические подходы к исследованию особенностей сепарации юношей от родителей;

2) выявить теоретические подходы к исследованию самоотношения и специфики протекания процесса сепарации от родителей в юношеском возрасте;

**Задачи эмпирической части:**

1) выявить особенности различных видов психологической сепарации юношей от отца и матери;

2) сравнить показатели психологической сепарации юношей, находящихся в различных социальных ситуациях развития;

3) выявить характер взаимосвязи между показателями самоотношения юношей и психологической сепарации от отца и матери.

**Методы исследования:**

1. Теоретические методы:

- анализ и синтез,

- сравнение,

- обобщение.

2. Эмпирические методы:

- констатирующий эксперимент;

- психологический опрос.

3. Математические методы:

**-** среднее арифметическое (М);

- стандартное отклонение (ϭ);

- метод корреляционного анализа Спирмена;

- t-критерий Стьюдента.

**Методики исследования:**

1. Опросник «Исследования психологической сепарации юношей от матери и отца» (PSI) Дж. Хоффмана в адаптации Т.Ю. Садовниковой, В.Н. Дзукаевой;

2. Методика исследования самоотношения (МИС) (С.Р. Пантелеев).

**Практическая значимость:** результаты данного исследования могут позволить повысить эффективность психологического консультирования по проблемам развития личности в юношеском возрасте.

**Структура работы:** введение, две главы – теоретическая и практическая, заключение, список литературы, приложения.

**Испытуемые и база исследования:** 43 респондента (учащиеся 11 классов) юношеского возраста МБОУ СШ №31 города Сургута.

**Глава 1. Теоретические подходы к исследованию сепарации от родителей в юношеском возрасте**

**1.1. Теоретические подходы к исследованию понятия сепарации детей от родителей**

Проблема детско-родительских отношений на разных стадиях развития имеет свои обширные исследования как в зарубежной, так и в отечественной психологии. Как отмечает Потапова Ю.В [7] наиболее подробно описываются взаимоотношения между родителями и детьми от младенческого до подросткового возраста. Однако, специфика отношений детей юношеского возраста с родителями упоминается реже. Указывается лишь то, что ситуация выхода ребенка из родительской семьи называется стадией «опустевшего гнезда». Вследствие этого, проблемы детей и родителей рассматриваются преимущественно по отдельности: ребенок выходит на новый этап в его жизни, где он действует самостоятельно, мать и отец переживают кризисы, сопутствующие их возрасту. О ситуации расставания юношей с родителями (сепарации) говорится крайне мало.

В толковом словаре Ефремовой [2] понятие «сепарация» означает (от лат. separatio - отделение) отделение одного вещества от другого, выделение одного вещества из состава другого. В социологическом энциклопедическом словаре [10] говорится о том, что сепарация — это отделение (государства), разделение на составные части (территории). Следует отметить, что термин используется и в сферах экономики, сельского хозяйства, медицины, пищевой промышленности и т.д.

Ситуацию расставания ребенка с родителями в психологической литературе используют также понятие сепарация. Проблему отделения детей от родителей рассматривали такие авторы, как А.А. Дитюк [3], В.А. Луговский, Т.В. Петренко, Л.В. Сысоева [5], Т.И. Сытько [11] и другие.

Тамара Ивановна Сытько предлагает понимание психологической сепарации как «последовательное осознание взрослеющим человеком и его родителями своей отделенности и эмоциональное переживание этого, в ходе чего формируется чувство независимости и происходит построение своей уникальной личностной идентичности каждого из участников процесса». [11, с 110]

С точки зрения В.А. Луговского, Т.В. Петренко, Л.В. Сысоевой [5] сепарация – это способность человека отделить себя, свои мысли, чувства и эмоции от важных близких, а в дальнейшем от любого другого человека, а также от влияния СМИ, интернета, рекламы и тому подобное. Выделяя сепарацию на структурные компоненты, А.А. Дитюк [3] определяет данное понятие как феномен психологического отделения взаимозначимых субъектов друг от друга, в итоге которого возникает трансформация их отношений, где каждый приобрел когнитивную, эмоциональную и функциональную независимость.

В рамках теории привязанности Дж. Боулби, в начале своих исследований рассматривал сепарацию от матери как неблагоприятный фактор развития младенца и ребенка раннего возраста. Под сепарацией автор понимал только физическое отделение матери и ребенка. В дальнейших разработках данного понятия Дж. Боулби и его последователь М. Эйнсворт переоценили его значение, и перестали рассматривать в негативном контексте, начав использовать термин «сепарация» не только в контексте физического отделения. [9]

Из вышесказанного следует, что в психоаналитическом направлении под сепарацией понимается высвобождение ребенка из слияния с матерью. В личных достижениях ребенка находит свое выражение индивидуация, это означает процесс становления личности и позволяет ребенку все более и более точно понимать свои индивидуальные характеристики.

Под сепарацией от родителей в юношеском возрасте В.П.Дзукаева и Т.Ю.Садовникова [2] понимают «процесс трансформации отношений с родителями в сторону большего равенства, паритетности отношений родителей и взрослеющих детей, процесс перестройки функционирования всей семейной системы родительской семьи, что обусловливает достижение личностной автономии юношами/девушками в когнитивной, аффективной и поведенческой сферах; процесс, включающий изменение самосознания юношей/девушек, которое отражается в изменении образа Я, развитии осознания себя как отдельного уникального индивида, отличного от интериоризованных образов родителей («индивидуация»), изменении образов родителей в направлении их реалистичности («деидеализация родителей»)…» [2, с.3]

В своей книге «Родители и взрослые дети» Н.М. Манухина [6] обобщает теоретические представления в одно многоступенчатое определение сепарации: «Сепарация – это взаимозависимость, а не независимость; общение (взрослых), а не его отсутствие… не отделенность или изолированность от других людей, а нахождение в равноправных отношениях…умение поддерживать сразу (единовременно, в данный момент существования) много различных отношений с разными людьми и системами…Это не просто отделение, а отделение зачем-то». Это «отдельность» для создания отношений, а не для разрушения их». [6, 8-9 с]

Свою модель психологической сепарации предложили Т.В. Петренко, Л.В. Сысоева [1]. Исследователи считали, что данный процесс может представлен с двух сторон, с одной стороны, как разделение, разрыв связей, отдаление (дисгармоничная сепарация), сопровождаемая чувством обиды, ощущением несправедливости, стремлением избавиться от внешнего контроля. Другая сторона описывается как гармоничная сепарация, определяющая как принятие на себя ответственного решения, как проявление самостоятельности, инициативного поведения.

По мнению американского психолога Дж.Хоффмана существует несколько видов психологической сепарации:

1) конфликтологическая независимость – отсутствие переживания вины, гнева, беспокойства и недоверия к родителям;

2) аттитюдная независимость – собственные убеждения не зависят от мнения родителей;

3) эмоциональная независимость – независимость от родительского одобрения и поддержки;

4) функциональная независимость – независимость в принятии решений и действий, без обращения за помощью к родителям.

Каждый из данных типов, юноша должен пройти на пути к окончательной зрелости. Предложенные типы сепарации, позволяют оценить процесс отделения юношей от родителей в следующих сферах: стиль сепарации, аффективный, когнитивный и поведенческий компоненты. По мнению автора, полноценная сепарация должна удастся с достижением независимости во всех этих сферах.

А.А. Дитюк [3], обобщая представления зарубежных и отечественных авторов по проблеме сепарации, считает, что у данного явления есть определенная структура, которая заключается в следующем:

1) когнитивно-поведенческий компонент. Он включает в себя формирование личностной идентичности и самостоятельности, аттитюдной и функциональной независимости;

2) эмоциональный компонент (преодоление тревоги, чувства вины из-за разлуки и чрезмерной зависимости от одобрения и поддержки, а также способность чувствовать себя в безопасности рядом с другими);

3) коммуникативный компонент, заключается в том, что отношения изменяются в качественно новые, где каждый из сепарантов воспринимает другого как отличного от себя и может принять эти различия, и поддерживать преобразованную эмоциональную связь с другим, не разрывая ее.

Исследуя специфику эмоциональных состояний ребенка на разлуку с матерью (психологическая сепарация) Дж. Боулби [9] выделил три фазы таких реакций:

1)  стадия протеста, приводит к появлению чувства страха и гнева. Характерной чертой является то, что ребенок активно пытается обрести мать или другого человека, который заботится бы о нем, как она;

2) стадия отчаяния. Выражается чувствами грусти, горя;

3) стадия отчуждения. Формирование защитных механизмов у ребенка: здоровая аффективная привязанность к другому человеку или такие механизмы подавления, как изоляция, вытеснение, замещение и отрицание. Эти механизмы могут восполнить потерю;

По Джону Боулби, на протяжении раннего детства даже кратковременное разлучение с матерью может вызывать страдание у ребенка, которое выражается той или иной фазой сепарационного синдрома. [9]

Ограничиваясь не только периодом детства, А. Варга [33] условно выделяет следующие этапы психологического отделения ребенка от родителей:

1) появление ребёнка на свет;

2) самостоятельные переживания ребёнка;

3) посещение детских учреждений;

4) подростковый кризис;

5) самостоятельная взрослая жизнь.

Наиболее подробно к вопросу об этапах психологической сепарации детей от родителей обращались Т.В. Петренко и Л.В.Сысоева [1]. Обобщая результаты зарубежных исследователей психоаналитического направления и трудов отечественных учёных, которые посвящены вопросам периодизации психического развития, авторы выделили 11 последовательных этапов отделения ребенка от родителя, где обозначены пики возрастания и снижения сепарационной активности:

1) новорождённость и младенчество (период полного слияния ребёнка с матерью);

2) кризис одного года (сепарационный кризис);

3)  раннее детство (решение сепарационных задач через предметное освоение, приобретение навыков использования предметов настаивая на своём праве действовать с предметами так, как хочется ребенку);

4) кризис трёх лет (высокая сепарационная активность);

5) дошкольное детство (стремление полностью осознать потребность в независимости, автономии. Необходимость в общении со сверстниками, где реализуется опыт успешной сепарации);

6) младший школьный возраст (другой мерой ответственности является изменение социальной ситуации развития, получение нового статуса ученика);

7) кризис семи лет (кризис взросления, интерес сосредоточен на других взрослых, которые наделяются безусловным авторитетом);

8) подростковый кризис 12-13 лет (отчуждение от родителей, мира взрослых и поиск себя в среде сверстников);

9) подростковый возраст 14 -17 лет (приобретение опыта автономного взаимодействия);

10) юношеский (студенческий) возраст 18-25 лет (снижение сепарационной активности, потребность в поддержке со стороны родителей);

11) нормативный кризис перехода от юношества к ранней взрослости 23-25 лет (значительное повышение сепарационной активности).

По мнению вышеперечисленных исследователей, сепарация имеет существенное влияние на психическое развитие детей. Так, Джон Боулби утверждает, что у ребенка, который имеет нормальные возможности социального развития и привязан к своей матери, принудительное отлучение от матери может вызывать стресс. Пока ребенок чувствует надежную защиту, у него есть способность развивать исследовательское поведение, игру или другие виды социальной активности. В случаи если психологический контакт с матерью нарушается, то ребенок даже при должном уходе за ним испытывает острую дезадаптацию, может лишиться сна, проявлять тревожность в различных жизненных ситуациях, потерять интерес к окружающему, терять вес, подвергаться различным заболеваниям. [9]

Куповых Ж.Г. [12], исследуя затянутость процесса сепарации, а именно не своевременное отделение молодого человека от родителей, утверждает, что поздняя психологическая зависимость виляет на не сформированность положительного отношения подростка к себе. Таким людям присуще неуверенность в себе, сниженная способность действовать самостоятельно, им необходима постоянная поддержка, они стремятся к эмоциональной близости, защите и опоре со стороны значимых лиц. Макушина О.М. [8] также отмечает, что у психологически зависимых старших подростков возникают проблемы социализации, межличностных отношений, образом «Я» и самооценкой. Они усугубляются во взрослой жизни и обладают специфическими свойствами на каждой стадии развития. По мере взросления они испытывают повышенное беспокойство перед миром, чувствуют свою незащищенность и полагаются на мнения и оценку других, нет финансовой стабильности (трудность обеспечивать себя самостоятельно), испытывают неудовлетворенность в своей деятельности, сложности в выстраивании отношений с окружающими и трудность выражать свою точку зрения, которая отличается от мнения родителей.

Маленова А. Ю. и Потапова Ю.В. [13] описали совокупность некоторых качеств, который обладает гармонично сепарированный от семьи молодой человек. К таким качествам относятся:

- умение распоряжаться своим психологическим пространством, суверенностью, уважение личных границ;

- отсутствие зависимости от отношений с родителями и неразрешенных конфликтов в родительской семье, отсутствие чувства вины из-за отделения от родителей;

- умение общаться с людьми, выстраивать и поддерживать достоинство межличностных отношений, разделяя по-настоящему близкие и манипулятивные отношения.

Это дает право полагать, что ситуация психологического отделения является шагом к развитию личностной зрелости.

Таким образом, по мнению психологов, до определенного возраста ребенка наличие симбиоза с матерью представляется необходимым для нормативного развития. Однако если отделение произошло слишком рано или симбиоз продолжается дольше необходимого, то он приобретает патологические формы и может способствовать развитию многих личностных психосоматических расстройств и в целом развитию личности.

В завершении, под понятием сепарация от родителей в юношеском возрасте (Дзукаева В.П., Садовникова Т.Ю.) мы понимаем процесс перехода отношений с родителями в сторону большего равенства, характеризующийся функциональной перестройкой семейной системы родительской семьи, которая определяет достижения в личностной автономии юношами и девушками в когнитивных, аффективных и поведенческих областях; процесс включает в себя изменение у юноши образа Я, развития самосознания как у уникального индивида, отличного от интериоризованных образов родителей.

**1.2. Особенности протекания процесса сепарации на разных возрастных этапах**

Свой путь к полноценной зрелости, независимости от родителей ребенок проходит через ряд этапов сепарации, начиная с самого рождения, которые характеризуются своими задачами и особенностями протекания. Как отечественные, так и зарубежные теории придерживаются такой позиции, например, такие как Т.В. Петренко, Л.В. Сысоева [1], Дж. Боулби [9] и другие. Опираясь на подходы авторов по данной проблеме, рассмотрим особенности протекания сепарационных процессов на каждом возрастном этапе, учитывая кризисы развития.

Новорожденность и младенчество является периодом полного объединения ребенка с матерью. Конечно, пока младенец не может дифференцировать себя как отдельного человека. Анна Фрейд выделила следующий фактор сепарации на этом этапе: формирование «первичных отношений с матерью по опорному типу», а именно ощущения, которые возникают у ребенка связанны с удовлетворением жизненных потребностей организма, приводят либидо к эмоционально окрашенной энергетической наполненности образа матери.

Возрастает сепарационный кризис уже к окончанию периода младенчества, поскольку наступает кризис одного года. Данный период Лев Семенович Выготский разделяет на предметную и социальную среду. На первом плане – собственные желания ребенка, и в тоже время социальная ситуация «мы» с матерью разрушается. Ребенок упрям, отказывается подчиняться взрослым и особенно чувствителен к наказанию, к словам «нет» и «нельзя». Данный этап (9–15 месяцев) описан М. Малер как субфаза практики, в которой двигательные способности ребёнка улучшаются, он уже способен делать свои первые самостоятельные шаги.

В раннем детстве ребёнок все еще полагается на свою мать, но уже пытается быть свободным, изучая мир предметов. Сепарационные задачи продолжаются решаться через предметное освоение, приобретение навыков использования предметов. Ребенок настаивает на том, чтобы действовать с предметами именно так, как он захочет. М. Малер характеризует данный этап как субфазу воссоединения (15-24 мес.) Ребенок постоянно демонстрирует двойственные чувства по отношению к близкому взрослому. Это проявляется в поведении как сменяющие друг друга негативизм и привязанность. Страх сепарации усиливается, так как ребенок еще не способен полностью разделять свои и материнские желания, поэтому для него собственное стремление удалиться от нее означает, что она тоже хочет его покинуть.

Кризис трёх лет (кризис стадии сближения) по мнению Т.В. Петренко и Л.В. Сысоевой [1] трактуется как феномен рождения «Я» и связан с самой высокой сепарационной активностью. Данный кризис известен семизвездием симптомов: упрямство, негативизм, своеволие, протестность, строптивость, обесценивание, деспотизм (Л.С.Выготский). Через появившуюся позицию «Я сам» и происходит отрыв от взрослого (Д.Б.Эльконин).

После преодоления первого серьёзного сепарационного кризиса, в период дошкольного возраста, ребенок желает в полной мере реализовывать потребности в самостоятельности, автономии, общению со сверстниками, где и реализуется опыт успешной сепарации. Ведь в это время случается первое важное испытание – посещение детского сада, где ребенок полностью отделен от материнской заботы. Там он учится искать компромисс, проявлять лидерство, инициативу, противостоять, соперничать (Т.В.Петренко, Л.В.Сысоева) [1]. Прийти к восполнению умения делать и то, и другое является важной задачей развития. С точки зрения психоанализа, в этот период переходит в завершение эдипальный конфликт. Благодаря третьему объекту - отцу, происходит перестройка инфантильных диадических отношений ребёнка и матери, что еще больше способствует дальнейшей сепарации-индивидуации (Т.И. Сытько и др.) [11].

При смене социальной ситуации развития, в младшем школьном возрасте происходит приобретение нового статуса ученика, появляется другая мера ответственности, что уменьшает процессы сепарации в данный период. Но следует отметить, что на начальном этапе этого периода произошел кризис семи лет, который описывается как кризис взросления. Желание быть взрослым сказывается на появлении в поведении ребёнка манерности, гримасничанья, нарочитой взрослости (Л.С.Выготский). Как отмечает Ю.В. Потапова [10], когда речь идет о взаимодействии ребенка и родителей, то выделяются ряд трудностей, так как у него появляется отрицание родительских требований, негативное отношение к правилам и нежелание подчиняться. Но в то же время младший школьник стремится приобретать новые знания, и он нуждается в носителе знаний и опыта. Таким образом, сепарационные процессы разворачиваются через появляющийся интерес к другим взрослым, которым присваивается безусловный авторитет.

О.М. Макушина [8] полагает, что переход от младшего школьного возраста к подростковому является кризисным, и связывается с рубежом в процессе сепарации, когда отделение от родителей и приобретение собственной целостности становятся неотъемлемой частью развития личности. К этому возрасту уже накоплен некоторый багаж знаний, умений, появляется своя точка зрения, подросток чувствует свою осведомленность в некоторых сферах и готов все это применять и настаивать на праве руководить своей жизнью. Подросток отдаляется от мира взрослых и ищет себя в среде сверстников. Происходит самоидентификация. Ребенок старается больше сосредотачиваться на позицию сверстников. Отмечая данную тенденцию отчуждения, автор определяет это как важную составляющую взросления, «изживания своей зависимости от родителей и от взрослых в целом». В решении сепарационных задач намечаются две противостоящие направленности. С одной стороны, противостояние миру взрослых, с другой - потребность в принятии, признании взрослыми и перестройке отношений «на равных». Л.С. Выготский характеризовал данный феномен как «чувство взрослости».

Особенности сепарации от родителей в юношеском возрасте рассматриваются в трудах В.П.Дзукаевой, Т.Ю.Садовниковой [2] и Ю.В. Потаповой [7, 10]. Ю.В. Потапова отмечает, что на начальном этапе этого возраста сепарационная активность снижается. Юноша задумывается о будущей профессии. Снова меняется социальная ситуация развития. Молодые люди поступают в средние или высшие учебные заведения, адаптируются к новым условиям, к требованиям взрослого мира. Из-за чего юноша испытывает потребность в родительской любви, внимании и понимании. Важные взрослые, такие как преподаватель, родитель, выступают в качестве наставника, учителя, помогают ему освоить будущую профессию и овладеть опытом автономного поведения. Кроме того, период юношества характеризуется повышенным этапом планирования, формированием общего жизненного плана, в аспекте «встреча со взрослостью» (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин и др.). Но в тоже время юноши находятся в той ситуации, когда всё ещё полностью зависят от родителей, получая от них материальную помощь, нуждаются в их поддержке.

Результаты исследований Ю.В. Потаповой показали, что ситуация сепарации эмоционально насыщенна, и оценивается как кризисный этап (кризис экспектаций), и как ресурсное явление (пересмотр отношений с близкими). Подчеркивая важность эмоциональной сепарации от матери и функциональной от отца, автор приводит к выводу о том, что лучше в эмоциональном плане себя чувствуют те юноши и девушки, кто получает поддержку и одобрение от матери и имеет с ней надежную связь, а также может в любой момент обратиться за помощью к отцу и получить ее в каких-либо реальных действиях или принятии сложных решений. Глубинный смысл и сложность сепарации в юношестве состоит в том, чтобы стать самостоятельным, автономным, независимым, сохранив при этом эмоциональную связь и теплые отношения с родителями.

В.П. Дзукаева и Т.Ю. Садовникова [2] исследовали психологическую сепарацию от родителей в юношеском возрасте, и ее связь с культурно-специфическими и семейными факторами, используя модель сепарации Дж.Хоффмана. Данные исследований констатируют, что особенность сепарации на этапе юношеского возраста влияют культурно-специфические и семейные факторы. Также, по данным исследований, авторы утверждают, что существует связь между психологической сепарацией и особенностями функционирования родительской семейной системы. Обнаружено, что семьях с высокими показателями функционирования семейной системы (эффективное решение возникающих проблем, открытость в проявлении чувств, доверительное общение членов семьи, четкое распределение ролей и обязанностей) юноша как правило обладает оптимально-высоким уровнем достижения сепарации при неконфликтном стиле сепарации. Семьи, которые характеризуются трудностями в продумывании разных путей решения проблем, закрытой, дисгармоничной коммуникацией, сложностями в проявлении чувств формируют у юноши юноши/девушки с не оптимально-высоким уровнем сепарации при конфликтном стиле сепарации.

Т.В. Петренко и Л.В. Сысоева [1] отмечают, что формирование субъектной позиции является инициирующим фактором сепарационной активности, когда юноша стремится преобразовать внутреннее и внешнее пространство, перестроить общение на равных с родителями и окружающими людьми, строить субъект-субъектное взаимодействие через преодоление объектности, что означает и зависимости от внешних условий.

Пик сепарационной активности приходится при переходе с периода окончания юношеского (студенческого) возраста к ранней взрослости. Большая часть исследователей определяют этот период как нормативный кризис, когда молодой человек завершает обучение и сталкивается с первыми трудностями самостоятельной жизни. По-другому данный период характеризуется противостоянием и окончательным отделением от родителей. Важно отметить, и то, что необходимо наличие внутренней готовности юноши, когда он стремится отделиться от родителей и приобрести функциональную независимость, при окончании вуза, началом трудовой деятельности. Также важна и родительская готовность «отпустить» взрослеющего ребёнка в самостоятельную жизнь. Вследствие этого, для положительного преодоления данного этапа необходимо взаимное переосмысление задач взросления, раскрытие личностных ресурсов для новых целей, что поможет родителям и взрослеющему ребёнку разрешить сепарационный конфликт и перейти на новый уровень взаимодействия – «взрослый-взрослый». [4,5,8,12]

Подводя итог, следует сказать, что процесс сепарации включает в себя определённые возрастные этапы, на каждом из которых решаются специфические задачи взросления. На новых жизненных этапах развития человека можно увидеть отголоски ранних процессов сепарации. Можно проследить определённое чередование периодов высокой сепарационной активности: кризис трех лет, подростковый кризис, кризис перехода от юношества к ранней взрослости.

Под понятием протекание сепарации на разных возрастных этапах мы понимаем долговременный процесс психического отделения ребёнка от своих родителей, решающий свои специфические задачи на каждом возрастном этапе, в ходе чего формируется чувство независимости и происходит построение своей уникальной личностной идентичности каждого из участников процесса. [11]

**1.3. Особенности самоотношения юношей и связь процесса сепарации от родителей**

Особое место в психологической независимости юношей от родителей занимает проблема самоотношения. По мнению некоторых авторов, периодом возникновения сознательного «Я», издавна считается именно подростковый и юношеский возраст (И.С.Кон). Именно в данный период происходит образование самосознания юношей, которое сочетается одновременно с психосоциальными противоречиями. В одном случае, молодой человек относится к себе как к личности особенной, предоставляя себя выше других людей, в другом случае живет в сомнениях по поводу себя, но старается не допускать в своем сознании этого скепсиса.

Существует множество подходов к определению понятия самоотношения. В рамках изучения «Я концепции» Р. Бернс приравнивал понятие «самооценка» к понятию «самоотношение». И считал, что самооценка — это определенные представления индивида о самом себе, обладающие разной степенью интенсивности, при которой эмоции либо связаны с принятием, либо с осуждением своей личности. Она отражает степень развития у человека самоуважения, ощущения собственной ценности, позитивного отношения к себе.

Большой вклад в изучение данного термина был внесен К.Роджерсом, который рассматривал самоотношение через две подсистемы:

- самооценку, которая описывает отношение человека к самому себе, как обладателя некоторых конкретных свойств, достоинств и недостатков;

- самопринятие, которое определяет в целом само принятие человеком себя, не смотря на свои свойства, достоинства и недостатки.

Исходя из зарубежных преставлений о данном понятии, можно сказать, что понятие самоотношения рассматривается обобщенно (самооценка, самоуважение), и является универсальным, отражая степень положительности отношения к собственному представлению о себе.

В области отечественной психологии Н.И. Сарджвеладзе, В.В. Столин, С.Р. Пантилеев данный термин выделили в качестве самостоятельного объекта изучения. В понимании В. В. Столина самоотношение описывается как феномен своеобразной активности субъекта в адрес собственного «Я», который состоит из определенных внутренних действий, и характеризуется предметным содержанием и эмоциональной спецификой. Развивая мысль В.В. Столина, С.Р.Пантилеев дает следующее определение данному понятию: «самоотношение может пониматься, как обобщенное одномерное образование, отражающее более или менее устойчивую степень положительности или отрицательности отношения индивида к самому себе».

С. Р. Пантилеев и В. В. Столин, которые в особенности разрабатывали концепцию самоотношения, выделили структурные компоненты данного понятия. Оно включает в себя: самоуважение, любовь к себе, самооценку, симпатию, чувство расположения, самоуверенность, самоунижение, самообвинение, недовольство собой, самопринятие и так далее. В эмоциональном самоотношении рассматривается симпатия, уважение, близость. Сергей Рэмович Пантилеев считает, что «самоотношение есть личностное образование, а поэтому его строение и содержание может быть раскрыто лишь в контексте реальных жизненных отношений субъекта и деятельностей, за которыми стоят мотивы, связанные с самореализацией субъекта как личности».

В представлении автора самоотношение определяется через соотнесение с иерархической структурой мотивов (мотивационная сфера личности), предложенной А. Н. Леонтьевым. Отношение личности к себе рассматривается как двухуровневая организация, включающая в себя эмоционально-ценностное самоотношение и самооценку. Такое образование предполагает, что ядром самоотношения в раннем юношеском возрасте является благосклонное отношение к себе (аутосимпатия), которое заменяется на самоуважение по степени пополнения социального опыта.

Н.И. Сарджвеладзе, представил термин «самоотношение» в трех компонентах: когнитивный, эмоциональный и конативный. Где когнитивный компонент — это реализация отношение субъекта к самому себе с помощью познавательных психических функций (ощущение, восприятие, представление, мышление, воображение). Эмоциональный компонент равняется с термином самоотношение, и включает в себя эмоции. Конативный компонент – включает в себя ожидаемое отношение от самого себя или от других. Таким образом, формирование отношения личности к себе ученый рассматривает через реализацию процессов самопознания (осуществляемого через самооценку), эмоциональных состояниях (любви или презрении к себе) и действиях (внутренних поступках в собственный адресу или готовности к ним).

Итак, можно сказать, что ключевым компонентом самосознания является самоотношение, оно определяет дальнейшие поступки личности, а также ее деятельности в целом.

Важно отметить, что главную роль в развитии «Я-концепции», самоотношения юноши играют мать и отец. Родители создают образ представления молодого человека о себе. Именно от этого будет зависеть формирование жизненных идеалов и ценностей на начальных этапах становления самосознания и самоотношения их ребенка, так как они транслируются от родителей. Вследствие чего самоотношение взрослеющего ребенка зависит от стиля семейного воспитания, что можно сказать и об особенности протекания процесса сепарации, которая будет зависеть от материального положения, состава семьи и от взаимоотношений между ее членами, готовности «отпустить» ребенка. (Петренко Т.В., Сысоева Л.В.).

К вопросу о связи самоотношения и сепарации обращались Биб (Beebe), Лачман (Lachmann) [], Э. Фурман (E.Furman), Ж.Г. Куповых, В.Е. Купченко и С.К. Нартова-Бочавер.

Beebe и Lachmann говорили о том, что успешный результат сепарации свидетельствует достижения автономии, которая на межличностном уровне выражается как сравнительно большей устойчивости самооценки, самоуважения, а также компетентности в широком социальном взаимодействии, ответственности за себя и других, ощущение отдельности, в частности признание и принятие границ между личной жизнью и жизнью родителей.

Э. Фурман изучала последствия незавершенной сепарации в юношеском возрасте в контексте созависмости ребенка с родителями и ее влияние на формирование личности молодого человека, его отношения к себе. По мнению Э. Фурман обычно не дети, а матери чрезмерно болезненно переживают моменты сепарации. И тогда они, не отдавая себе отчета, обращаются к варианту, чтобы приостановить данный процесс. Например, внушить ребенку мысли о его слабости, несамостоятельности, нежизнеспособности, что повлияет на негативное самоотношение ребенка, проявляющееся в неуверенности в себе, не самостоятельности в выборе решений. Следовательно, возникает риск возникновения созависимости ребенка с родителем, особенно ребенка и матери в силу большей привязанности друг к другу. Созависимость в юношестве может привести к таким серьезным проблемам как: постоянная устремленность к самоутверждению, невозможность самоопределения, пренебрежение своих потребностей, отрицательное отношение к окружающему миру, разногласие с своими родителями, устойчивое желание контролировать себя и окружающих.

Ряд психологов (Ж.Г. Куповых, В.Е. Купченко, И.Н Ляшенко) отмечали, что эмоциональная привязанность ребенка к матери и отцу, зависимость его самосознания от родительского отношения и имеющегося у родителей определенного «портрета» ребенка, влечет за собой закладывание основы для благоприятного или неблагоприятного развития самоотношения. Это развитие зависит от результата усвоения им определенных параметров родительского отношения, которые определяются стилем семейного воспитания. [12]

С.К. Нартова-Бочавер сепарацию связывает с обретением суверенности личности, то есть способности личности контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство.

Таким образом, в данном параграфе рассматривались особенности самоотношения юношей в контексте психологической зависимости и независимости от родителей. Это позволило сделать вывод том, что люди, у которых не сформировалось устойчивое положительное самоотношение (не уверенны в себе, особо чувствительны к реакциям других, склонны к социальному влиянию, робки, испытывают обостренную потребность в одобрении) ищут определенной информации, которая окажет влияние на продолжающееся формирование их самосознания, следовательно, неустойчивое положительное самоотношение обуславливает формирование у них психологической зависимости.

В своей работе мы будем опираться на определение самоотношение, сформулированное С.Р. Пантилеевым. Самоотношение есть личностное образование, которое раскрывается в связи жизненными отношениями человека, его социальных ситуаций развития и деятельности, за которыми стоят мотивы, связанные с самореализацией субъекта как личности. Где каждая социальная ситуация развития задает иерархию ведущих видов деятельности и отвечающих за них главных мотивов и ценностей, по отношению к которым индивид понимает собственное «Я», и присваивает индивидуальным смыслом.

**Глава 2. Эмпирическое исследование особенностей психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте**

**2.1. Организация и методы исследования**

Проблема исследования сепарации юношей от родителей является важной и актуальной в наше время. Незавершенность данного процесса в юношестве ведет к таким проблемам как, сложность брать на себя ответственность, принимать решения самостоятельно. Делая свои жизненные выборы неосознанно, под влиянием установок родителей, такие люди находятся в вечном поиске себя, из-за чего возникают проблемы в сфере профессии и финансов, общения, социализации, потребности в постоянном одобрении как необходимость для эмоционального комфорта. А также постройки полноценных отношений в собственной семье,проблемы в детско-родительских отношениях, не находя общего языка со своими родителями из-за возникновения противоречий, конфликтов, взрослый человек не сможет найти общего языка со своими детьми. Данные проблемы определяют опасность не состоявшейся сепарации, и являются основанием для исследования.

*Цель исследования* – выявить особенности различных видов психологической сепарации юношей от отца и матери.

*Эмпирические задачи исследования:*

1) выявить особенности различных видов психологической сепарации юношей от отца и матери;

2) сравнить показатели четырех видов психологической сепарации юношей, находящихся в различных социальных ситуациях развития;

3) выявить характер взаимосвязи между показателями самоотношения юношей и психологической сепарации от отца и матери.

*Гипотеза исследования*:

1) особенности психологической сепарации юношей от родителей определяются направленностью сепарации и социальной ситуацией развития;

2) особенности самоотношения в юношеском возрасте зависят от характера психологической сепарации от родителей.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы следующие методики:

- опросник «Исследования психологической сепарации юношей от матери и отца» (PSI) Дж. Хоффмана в адаптации Т.Ю. Садовниковой, В.Н. Дзукаевой (приложение 2); [2]

- методика исследования самоотношения (МИС) (С.Р. Пантелеев). (приложение 1).

Исследование проводилось на базе МБОУ СШ №31. Выборка составила 43 респондента. Выборка формировалась на основании критерия: ученики 11 классов. Обследование носило групповой характер и на добровольной основе.

Изучение особенностей сепарации юношей от родителей осуществлялось при помощиопросника «Исследования психологической сепарации юношей от матери и отца» (PSI) Дж. Хоффмана в адаптации Т.Ю. Садовниковой, В.Н. Дзукаевой (Приложение 2). При помощи данной методики мы выявляли уровни проявления различных видов сепарации юношей и девушек от родителей:

1. *Эмоциональная сепарация* обозначает отсутствие потребности молодого человека в родительском одобрении и в постоянной поддержке;
2. *Функциональная сепарация* отражает способность человека самостоятельно принимать решения без помощи близких;
3. *Аттитюдная сепарация,* которая позволяет судить о присутствии собственных взглядов, мнений на различные стороны реальности, не зависимых от родителей;
4. *Конфликтологическая сепарация* означает, что в отношениях между юношей и родителями отсутствует неразрешенные противоречия, нет чувства гнева, недоверия, вины, тревоги.

В опроснике респондентам предлагается оценить степень согласия с предложенными им утверждениями по 5-ти балльной шкале: 1- совсем не обо мне, 2 – скорее нет, чем да, 3 – отчасти характерно, 4- скорее да, чем нет, 5 - точно обо мне. Баллы подсчитываются таким образом, что более высокое значение по шкале соответствует более высокой степени выраженности психологической сепарации в разных сферах.

Для изучения особенностей самоотношения молодых людей в ситуации сепарации от родителей была использована методика «МИС» С.Р. Пантелеева (Приложение 1).

При помощи данной методики определялись следующие компоненты самоотношения личности:

1.*Закрытость*, которая определяет преобладание одной из следующих двух тенденций: конформности (выраженная мотивация социального одобрения), или критичности (глубокое осознание себя, внутренняя честность и открытость).

2. *Самоуверенность,* означающая чувство собственного достоинства, самоуважения. Человек относится к себе как к независимому, уверенному, волевому и надежному человеку, который знает, что ему есть за что себя уважать.

3. *Саморуководство* отражает представление личности, как о главном источнике собственной деятельности, активности, ее достижений и результатов. Подчеркивает доминирование либо собственного «Я», либо внешних обстоятельств.

4. *Отраженное самоотношение* характеризует представление субъекта о способности вызвать симпатию, уважение у окружающих.

5. *Самоценность*, онопередает ощущение ценность собственной значимости и предполагаемую ценность собственного «Я» для других.

6. *Самопринятие* позволяет судить о выраженности у личности чувства симпатии к себе, соглашаться внутренними побуждениями и принимать себя такой, какая есть, несмотря на недостатки и слабости.

7. *Самопривязанность* помогает выявить степень желания изменяться от текущего состояния.

8. *Внутренняя конфликтность* определяет наличие внутренних конфликтов, тенденций к сомнениям, несогласию с собой, а также к самокопанию и рефлексии.

9. *Самообвинение* отражает выраженность негативных эмоций в адрес своего «Я».

Для того чтобы определить структуру самоотношения личности, а также выраженность отдельных параметров (компонентов) самоотношения, ответы испытуемых по каждому утверждению сверяются с ключом (каждый совпавший с ключом ответ равняется одному баллу). Сначала подсчитываются совпадения ответов по признаку «согласен», затем - по признаку «не согласен». Полученные результаты суммируются. Затем по каждой шкале сумма «сырых» баллов с помощью специальной таблицы переводится в стены. Стены служат основанием для интерпретации. Показатели интерпретируются в зависимости от их выраженности. При этом значения от 1-3 стена условно считаются низкими, от 4-7 – средними и от 8-19 - высокими.

В итоге подсчитывается среднее значение количества испытуемых, относящихся к тем или иным уровням в общей выборке, в процентном соотношении.

Для проверки гипотезы исследования были использованы следующие методы обработки данных: первичной описательной статистики: среднее арифметическое (М), стандартное отклонение (ϭ), t-критерий Стьюдента, ранговая корреляции Спирмена.

**2.2. Эмпирическое исследование особенностей психологической сепарации в юношеском возрасте**

Целью нашей работы является выявление особенностей психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте. Гипотеза исследования состоит в том, что особенности психологической сепарации юношей от родителей определяются направленностью сепарации и социальной ситуацией развития.

Первым этапом нашей работы стало выявление уровней проявления различных видов сепарации юношей от родителей с помощью опросника «Исследования психологической сепарации юношей от матери и отца» (PSI) Дж. Хоффмана в адаптации Т.Ю. Садовниковой, В.Н. Дзукаевой. Полученные данные диагностики представлены в таблице 1.

Таблица 1

**Распределение испытуемых по уровням различных видов психологической сепарации от родителей**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды сепарации** | **Независимость**  **от отца**  **n = 38** | | | **Независимость**  **от матери**  **n = 42** | | |
| **Уровни (в %)** | | | **Уровни (в %)** | | |
| **Высокий** | **Средний** | **Низкий** | **Высокий** | **Средний** | **Низкий** |
| **Эмоциональная** | 36, 8 | 34,5 | 28,7 | 21,6 | 40,2 | 38,2 |
| **Функциональная** | 36,5 | 40 | 23,5 | 28,9 | 40,5 | 30,6 |
| **Аттитюдная** | 34 | 44,4 | 21,6 | 33,3 | 33,4 | 33,3 |
| **Конфликтологическая** | 39,4 | 31,8 | 28,8 | 38 | 40,7 | 21,3 |

Результаты диагностики показали, что особенностью сепарации юношей от отца, является преобладание высокого уровня конфликтологической сепарации (39,4%). Это подразумевает отсутствие неразрешенных противоречий юношей (переживания вины, гнева, тревоги, недоверия) в отношении отца и свободы от чрезмерной ориентированности на его одобрение. Отношения юношей с отцом не несут конфликтный характер, отсутствуют злость, обида, агрессия, враждебность, обвинение и т.п. От 21,6 % до 28,8 % юношей имеют низкий уровень сепарации от отца. Наибольшие показатели при низком уровне имеют эмоциональная и конфликтологическая виды сепараций. У данной категории юношей, это указывает на потребность в постоянном эмоциональном одобрении, поддержке, позитивной оценки и присутствии незавершенных противоречий в отношениях с отцом. Особенностью сепарации юношей от матери также является преобладание высокого уровня конфликтологтческой сепарации (38%). И говорит об отсутствии неразрешенных противоречий юношей, отношения не несут конфликтный характер, отсутствуют острые переживания вины, гнева, тревоги, недоверия к матери. Они свободны от чрезмерной ориентированности на её одобрение. От 21,3 % до 38,2 % юношей имеют низкий уровень сепарации от отца. Наибольший показатель выявлен в эмоциональном виде сепарации от матери (38%). Это говорит о всё еще устойчивом желании юношей в теплом отношении, одобрении со стороны матери.

Таким образом, результаты распределения юношей по уровням различных видов психологической сепарации от родителей, показали, что особенностью сепарации юношей как по отцу, так и по матери является преобладание высокого уровня конфликтологической сепарации. При этом наибольшие показатели при низком уровне сепарации по отцу имеют эмоциональная и конфликтологическая виды сепараций. По матери при низком уровне сепарации преобладает показатель эмоционального вида сепарации.

Нами сделаны следующие выводы:

1) аттитюдная психологическая сепарация юношей от отца и матери проявляется в равной степени. Следовательно, юноши демонстрируют собственные взгляды на различные стороны реальности, в равной мере, не ориентируясь на мнение отца и матери;

2) эмоциональная, функциональная и конфликтологическая сепарация юношей от отца проявляется сильнее, чем от матери, что указывает на то, что юноши в эмоциональном и функциональном плане и в плане общения более независимы от отца, чем от матери. И, наоборот, юноши эмоционально и в плане общения в большей степени привязаны к матери, чем к отцу;

Выводы:

1)  аттитюдный вид психологической сепарации юношей от отца и матери проявляется в равной степени. Следовательно, юноши демонстрируют собственные взгляды на различные стороны реальности, в равной мере, не ориентируясь на мнение отца и матери.

2)  эмоциональная, функциональная и конфликтологическая виды сепарации юношей от отца проявляется сильнее, чем от матери, что указывает на то, что юноши в эмоциональном и функциональном плане и в плане общения более независимы от отца, чем от матери. И, наоборот, юноши эмоционально и в плане общения в большей степени привязаны к матери, чем к отцу.

**2.3** **Эмпирическое исследование зависимости показателей самоотношения юношей от особенностей психологической сепарации от родителей**

Особым местом в психологической зависимости юношей от родителей является проблема самоотношения, характеризующая такими чертами, как: неуверенность в себе, чувство беспомощности и потребность в опеке, защите и т.д. Для изучения особенностей самоотношения молодых людей в ситуации сепарации от родителей была использована методика исследования самоотношения С.Р.Пантелеева. Полученные результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3

**Показатели параметров самоотношения у юношей**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Параметры самоотношения** | **Уровни в % (n=43)** | | |
| **высокий** | **средний** | **низкий** |
| 1. Закрытость | 9,3 | 88 | 2,7 |
| 2. Самоуверенность | 23,1 | 67,6 | 9,3 |
| 3. Саморуководство | 13,9 | 76,8 | 9,3 |
| 4. Отраженное самоотношение | 4,6 | 88,5 | 6,9 |
| 5. Самоценность | 11,7 | 76,7 | 11,6 |
| 6. Самопринятие | 0,8 | 83 | 16,2 |
| 7. Самопривязанность | 18,6 | 72,1 | 9,3 |
| 8. Внутренняя конфликтность | 6,9 | 62,9 | 30,2 |
| 9. Самообвинение | 20,9 | 41,5 | 37,6 |

Результаты диагностики самоотношения у юношей показали, по всем девяти параметрам самоотношения преобладает средний уровень (41,5-88,5%). И свидетельствует о том, что юноши в целом, избирательно относятся к себе, у них существует ориентация на успех начинаний. Если юноши ситуация знакома, привычна, он адаптирован к ней, то он сохраняет свою эффективность, работоспособность, уверенность в себе, способен фокусироваться на успех. Однако, с внезапными трудностями у юноши появляются сложности, он уже менее уверен в себе, могут нарастать тревога и беспокойство. Отношение к своему «Я» будет завесить от степени адаптированности в ситуации, насколько она знакома ему. В обычных для себя условиях существования, в которых все возможные изменения знакомы и хорошо предсказуемы, молодой человек может продемонстрировать ярко выраженную способность к личному контролю, признавать свои достижения и достоинства. В новых, неожиданных для себя ситуациях регуляторные возможности «Я» ослабевают, усиливается тенденция подчиняться влиянию окружающей среды, может усиливаться недооценка собственных успехов.

Что касается чувства восприятия себя окружающими, то с точки зрения этих людей, позитивное отношение со стороны других распространяется только на определенные качества, действия. Другие их личностные проявления (по их же мнению) могут вызывать у людей отторжение, неприятие, раздражение.

Человек склонен высоко оценивать определенное количество своих качеств, осознавать их уникальность. Другие качества, очевидно, недооцениваются, поэтому комментарии, замечания окружающих могут привести к ощущению малоценности, личной несостоятельности. Человек склонен принимать не все свои сильные стороны и не критиковать все свои слабости. Он пытается изменить только некоторые из своих качеств, сохраняя при этом другие. Избирательное отношение к себе выражает склонность обвинять юношей себя за те или иные поступки и действия и сочетать выражение гнева и раздражения по отношению к другим.

По высокому уровню самоотношения наибольшие показатели набрали параметры самоуверенности (23,1%), самообвинения (20,9%) и самопривязанности (18,6%). Высокий уровень самоуверенности характеризуется чувством силы собственного «Я», преобладанием мотива успеха и высокой смелостью в общении. Человек выражает уважение к себе, удовлетворен собой, своими начинаниями и достижениями. Считает, что компетентен и имеет способность решать многие жизненные задачи. Возникающие трудности на пути к достижению какой-либо цели расцениваются как преодолимые. Проблемы переживаются недолго, затрагиваются неглубоко. Высокие значения по параметру самообвинения наблюдаются у тех, кто видит в себе прежде всего недостатки, кто готов поставить себе в вину все свои промахи и неудачи. Проблематичные ситуации, споры и столкновения в области общения актуализируют сформировавшиеся психологические защиты, из которых ключевыми являются реакции защиты своего «Я» в виде осуждения или привлечения смягчающих обстоятельств. Установка на обвинение себя сопровождается развитием внутренней напряженности, ощущением невозможности удовлетворить основные потребности. При высоком уровне самопривязанности отражается высокая негибкость «Я-концепции», стремление сохранить в неизменном виде свои качества, требования к себе и, прежде всего, свое видение и свою самооценку. Чувство самодостаточ­ности и реализации идеала препятствует реализации возможности саморазвития и самосовершенствования. Для самораскрытия препятствием также может быть высокая степень личной тревоги, предрасположенность рассматривать мир как угрозу для самооценки.

По низкому уровню самоотношения наибольшие показатели набрали параметры самообвинения (37,6%), внутренней конфликтности (30,2%) и самопринятия (16,2%). Низкий уровень по параметру самообвинения обнаруживает склонность человека отрицать собственную вину в конфликтных ситуациях. Определенный способ защитить собственное «Я» - это обвинять других, переносить ответственность на окружающих чтобы устранять препятствия на пути к достижению целей. Чувство удовлетворения собой вызывается в сочетании порицания, обвинения других, а также нахождение в них причину всех трудностей, неприятностей и проблем. Низкие значения внутренней конфликтности является низкими у тех молодых людей, которые позитивно относятся к себе и чувствуют баланс между своими способностями и потребностями окружающей реальности, между притязаниями и достижениями, удовлетворены сложившейся жизненной ситуацией и собой. В то же время у юношей возможно отрицание собственных проблем и поверхностное восприятие себя. Низкие показатели самопринятия указывают на общий негативный фон восприятия себя, склонности воспринимать себя слишком критично. Сострадание, симпатия к себе недостаточно выражены, проявляются эпизодически. Отрицательная самооценка существует в разных формах: от комического описания себя до самоуничижения.

В результате анализа полученных данных по таблице 4, можно сказать, что по всем девяти параметрам у юношей преобладает средний уровень самоотношения. На высоком уровне преобладают параметры самоуверенности, самообвинения и самопривязанности. На низком уровне преобладают параметры самообвинения, внутренней конфликтности и самопринятия.

Далее мы выявляли характер взаимосвязи между показателями самоотношения юношей и психологической сепарации от отца, полученные данные указаны в таблице 4.

Таблица 4

**Корреляционные показатели взаимосвязи самоотношения и психологических видов сепарации от отца, n = 38**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Параметры самоотношения | Виды сепарации | | | |
| Эмоциональная | Функциональная | Аттитюдная | Конфликтологическая |
| 1. Закрытость | - | - | - | - |
| 2. Самоуверенность | - | - | 0,464\* | - |
| 3. Саморуководство | - | - | - | - |
| 4. Отраженное самоотношение | 0,479\* | - | - | - |
| 5. Самоценность | 0,396\*\* | - | - | - |
| 6. Самопринятие | 0,462\* | - | - | - |
| 7.Самопривязанность | - | - | - | - |
| 8. Внутренняя конфликтность | - | - 0,34\*\* | - | - |
| 9. Самообвинение | - | - | - | - |

Примечание: \* - р≤0,01, \*\* - р≤0,05

Анализ данных, приведенных в таблице 4, показывает, что существует значимая, положительная, умеренная корреляционная связь (р≤0,01) между эмоциональным видом сепарации юношей от отца и отраженным самооотношением (r=0,479\*), самопринятием (r= 0,462\*) и самоценностью (r=0,396\*\*).

Это означает, что чем выше уровень эмоционального вида психологической сепарации юношей от отца (отсутствие потребности молодого человека в одобрении отца постоянной поддержке), тем выше показатели следующих параметров самоотношения: отраженное самооотношения, самопринятия и самоценности. Отраженное самоотношение характеризуется идеями субъекта о способности вызывать уважение, сочувствие, симпатию у окружающих. Самоценность передает ощущение ценности собственного достоинства личности, эмоционального принятия (непринятия) себя и предполагаемую ценность собственного «Я» для других. Благодаря самопринятию мы можем судить о выраженности чувства симпатии к себе, соответствии своим внутренним побуждениям и принимать себя, несмотря на наши недостатки и слабости. Из этого следует, что у юношей с высокими показателями эмоциональной сепарации от отца наблюдается наиболее высокое восприятие себя. Они ощущают в себе общительность, эмоциональную открытость для взаимодействия с другими людьми, легкость налаживания личных контактов. Такие молодые люди также проявляют явную симпатию к себе, ко всем качествам своей личности и ощущают ценность «Я» для окружающих.

Обнаружена значимая, отрицательная корреляционная связь между показателями функциональной сепарации юношей от отца и внутренней конфликтностью (r=- 0,34\*\*). Следовательно, чем выше функциональный вид сепарации (способность человека самостоятельно, без помощи отца, принимать решения), тем ниже у юношей показатели внутреннейконфликтности. Параметр самоотношения «внутренняя конфликтность» определяет существование внутренних конфликтов, несогласий, сомнений с самим собой, склонности к самокопанию и рефлексии. В данном случае значения у внутренней конфликтности у юношей понижаются. Это указывает на то, что юноши в целом позитивно относятся к себе, чувствуют баланс между своими способностями, возможностями и требованиями окружающей их действительности, между притязаниями и достижениями, они удовлетворены текущими условиями жизни и самими собой. Они придерживаются определенных своих убеждений, которые не являются между собой противоречивыми, лучше понимают свои потребности, мотивы, стремления. А отсюда, меньшая вероятность возникновения острых переживаний, противоречивых отношений с внешней средой и неопределенностью выбора. Тем не менее, возможно отрицание своих проблем и поверхностное восприятие себя.

Значимая, положительная, умеренная корреляционная связь (р≤0,01) выявлена между аттитюдной сепарацией юношей от отца и показателями самоуверенности (r=0,464\*). Самоуверенность означает наличие самоуважения, наличие чувства собственного достоинства, то есть независимое, самостоятельное, уверенное, волевое и надежное отношение человека к себе, который знает, за что ему себя уважать. Что подразумевает, что юноши с высокими показателями аттитюдной сепарации (наличие собственных, независимых от отца взглядов на различные стороны реальности, способность самостоятельно, без помощи принимать решения) от отца характеризуются наиболее выраженной самоуверенностью. Такие молодые люди демонстрируют способность к смелости, инициативности в общении, им легче дается заводить первыми разговор, представлять себя в незнакомой компании или знакомиться с каким-либо человеком. У них преобладает мотив успеха, то есть в различных видах деятельности проявляют стремление к достижению успеха, положительных результатов, к преодолению трудностей. Уважают себя, ценят свои усилия, начинания и достижения, а также ощущают компетентность и способность решать многие жизненно важные проблемы.

В случае конфликтологической сепарации, корреляционная значимая связь с девятью параметрами самоотношения отсутствует. Это говорит о том, что конфликтологический вид сепарации (отсутствие неразрешенных противоречий в отношениях с отцом, отсутствие переживания вины, гнева, тревоги, недоверия) от отца не имеет тесной связи со всеми параметрами самоотношения юношей.

Исходя из таблицы 5, мы может полагать, что эмоциональный вид сепарации от отца в наибольшей мере взаимосвязан с параметрами самоотношения юношей.

После мы выявляли характер взаимосвязи между показателями самоотношения юношей и психологической сепарации от матери, полученные данные указаны в таблице 5.

Таблица 5

**Корреляционные показатели взаимосвязи самоотношения и психологических видов сепарации от матери, n = 42**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Параметры самоотношения | Виды сепарации | | | |
| Эмоциональная | Функциональная | Аттитюдная | Конфликтологическая |
| 1. Закрытость | - | - | - | - |
| 2. Самоуверенность | - | - | - | 0,514\* |
| 3. Саморуководство | 0,447\* | - | - | - |
| 4. Отраженное самоотношение | 0,485\* | 0,308\* | 0,397\* | - |
| 5. Самоценность | 0,412\* | - | 0,312\*\* | - |
| 6. Самопринятие | 0,519\*\* | 0,326\* | - | - |
| 7. Самопривязанность | - | - | - | - |
| 8. Внутренняя конфликтность | - | - | - | - 0,426\* |
| 9. Самообвинение | - | - | - | - 0,443\* |

Примечание: \* - р≤0,01, \*\* - р≤0,05

Полученные данные корреляционных показателей взаимосвязи самоотношения и психологических видов сепарации от матери по методу ранговой корреляции Спирмена, свидетельствуют о том, что существует значимая, положительная взаимосвязь между эмоциональным видом сепарации и при следующих параметрах самоотношения: саморуководство (r=0,447\*), отраженное самоотношение (r=0,485\*), самоценность (r=0,412\*) и самопринятие (r=0,519\*\*). Из этого следует, что чем ниже потребность молодого человека в одобрении матери, постоянной поддержке (эмоциональная сепарация), тем выше показатели саморуководства, отраженного самоотношения, самоценности и самопринятия. Эти молодые люди характеризуются тем, что считают себя основным источником развития своей личности (самореализация). Они склонны и способны к саморазвитию, самовоспитанию, самообучению, самоуправлению, так как считают, что регулятором достижений и успехов являются именно они. Также чувствуют способность противостоять внешним воздействиям, контролировать эмоциональные реакции и переживания по поводу себя. Высокие показатели отраженного самоотношения говорят о том, что у субъекта позитивное восприятие себя. Другими словами, он имеет представление о том, что способен вызвать у окружающих уважение, симпатию. В целом, воспринимает себя как нужный, важный и принятый обществом человек.

Высокие значения самоценности у юношей предполагают ощущение ценности собственной личности и предполагаемую ценность собственного «Я», своей индивидуальности для других. Они склонны воспринимать себя как личность и высоко ценить собственную индивидуальность, уникальность, также способны принимать и уважать ценность других людей. Уверенность в себе помогает им противостоять воздействиям окружающей среды, рационально воспринимать критику.

С высокими показателями параметра «самопринятие» мы можем говорить о выраженности чувства симпатии к себе, согласии со своими внутренними мотивами и принятии себя, несмотря на недостатки и слабости. Также об умении объективно оценивать собственные возможности, особенности, и принимать их как данное, без негативной окраски.

Установлена значимая, положительная корреляционная связь между функциональной сепарацией от матери и такими параметрами самоотношения как: отраженное самоотношение (r=0,308\*), самопринятие (r=0,326\*). Это значит, что чем выше способность юноши самостоятельно, без помощи матери, принимать решения, обеспечивать себя, существовать без нее в физическом плане (функциональная сепарация), тем выше у молодого человека ощущение того, что он может вызывает у других людей уважение, симпатию, что он является нужным для них. Также это характеризуется тенденцией воспринимать все аспекты своего «Я» (мотивы, поведение, желания, чувства и т.д.) принимать себя во всей полноте поведенческих проявлений. Юноши имеют способность относится к себе, к своим особенностям без негативной окраски и безусловно положительно относится к самому себе.

Обнаружена статистически значимая, положительная корреляционная связь между аттитюдной сепарацией и отраженным самооотношением (r= 0,397\*) и самоценностью (r=0,312\*\*). Следовательно, чем выше наличие собственных, независимых от матери взглядов на различные стороны реальности у юношей, тем выше чувство собственной значимости и предполагаемой ценности собственного «Я». Юноши умеют ценить и воспринимать себя такими, какие есть на самом деле (положительный образ «Я»), прислушиваться к своими желаниям, потребностям. А также способны доверять себе, верить в собственные силы. И для других они ощущают свою способность вызвать уважение и симпатию к ним.

Корреляция статистическая значима и является положительной между конфликтологической сепарацией от матери и самоуверенностью (r=0,514). Из этого следует, что чем выше показатели конфликтологической сепарации от матери (отсутствие неразрешенных противоречий в отношениях с отцом, отсутствие переживания вины, гнева, тревоги, недоверия), тем выше показатели самоуверенности.Эти люди характеризуются своим самоуважением, отношением к себе как к уверенной, самостоятельной, волевой, надежной личности, заслуживающей доверия, которая знает, что ей есть за что себя уважать.

Также выявлена значимая, отрицательная корреляционная взаимосвязь между конфликтологической сепарацией от матери и внутренней конфликтностью (r= - 0,426) и самообвинением (r= - 0,443). Соответственно, чем выше конфликтологическая сепарация, тем ниже такие параметры самоотношения как: «внутренняя конфликтность», «самообвинение». Низкие показатели по данным параметрам характеризуют юношей как в целом положительно относящихся к себе, имеющие более низкое значение внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой. Они чувствуют баланс между собственными способностями и требованиями окружающей действительности, между собственными притязаниями и достижениями, довольны сложившейся жизненной ситуацией и собой, избирательны по отношению к себе и имеют низкую выраженность отрицательных эмоций относительно своего «Я». Но также, в конфликтных ситуациях существует тенденция к отрицанию собственной вины, к защите своего «Я», к обвинению преимущественно других для того, чтобы устранять барьеры на пути к достижению цели.

Исходя из таблицы 5, установлена наибольшая зависимость параметров самоотношения от эмоционального и конфликтологического видов сепарации от матери.

Сопоставляя полученные корреляционные данные таблицы 5 и таблицы 6, можно сделать вывод о том, что наибольшая взаимосвязь самоотношения и психологических видов сепарации юношей приходится по матери (эмоциональная, конфликтологическая сепарация), чем по отцу (эмоциональная сепарация). А значит, отделение в эмоциональном и конфликтологическом плане юношей от матери является наиболее важным моментом в жизни молодых людей, и связывается с их положительным самоотношением. И в тоже время, результаты двух таблиц, позволяют говорить о том, что отсутствие потребности юношей в одобрении родителей постоянной поддержке (эмоциональная сепарация) как от отца, так и от матери является большей связующей составляющей в высоких показателях самоотношения молодых людей.

Таким образом, в параграфе решалась следующая эмпирическая задача исследования:

1) выявить характер взаимосвязи между показателями самоотношения юношей и психологической сепарации от отца и матери.

В ходе исследования удалось прийти к следующим выводам:

1. Существует взаимосвязь между показателями психологической сепарации от отца и самоотношения юношей: положительная взаимосвязь между эмоциональной сепарацией и отраженным самоотношением, самоценностью, самопринятием; между аттитюдной сепарацией и самоуверенностью; отрицательная взаимосвязь - между функциональной сепарацией и внутренней конфликтностью. Выявленные взаимосвязи являются основанием для утверждения о том, что самоотношение, самоценность и самопринятие юношей зависит от эмоциональной сепарации; самоуверенность – от аттитюдной сепарации и внутренняя конфликтность – от функциональной сепарации от отца. Следовательно, эмоциональная, аттитюдная и функциональная независимость юношей от отца является фактором становления таких компонентов самоотношения юношей, как самоотношение, самоценность, самопринятие, самоуверенность и внутренняя конфликтность.

2. Существует взаимосвязь между показателями психологической сепарации от отца и самоотношения юношей: положительная взаимосвязь между эмоциональной сепарацией и саморуководством, отраженным самоотношением, самоценностью, самопринятием; между функциональной сепарацией и отраженным самоотношением и самопринятием; между аттитюдной сепарацией и отраженным самоотношением и самоценностью; между конфликтологической сепарацией и самоуверенностью; отрицательная взаимосвязь - между конфликтологической сепарацией и внутренней конфликтностью и самообвинением. Это свидетельствует о том, что саморуководство, отраженное самоотношение, самоценность и самопринятие юношей зависит от эмоциональной сепарации; отраженное самоотношение и самопринятие - от функциональной сепарации; отраженное самоотношение и самоценность - от аттитюдной сепарации; самоуверенность, внутренняя конфликтность и самообвинение – от конфликтологической сепарации. Следовательно, все виды психологической сепарации от матери являются фактором становления практически всех компонентов самоотношения юношей.

3. Количество корреляционных взаимосвязей между психологической сепарацией от матери и самоотношением юношей превосходит количество корреляционных взаимосвязей между психологической сепарацией от отца и самоотношением юношей. Следовательно, самоотношение юношей в наибольшей степени зависит от психологической сепарации от матери, нежели от отца. Наибольший вклад в формирование самоотношения к себе в юношеском возрасте вносит эмоциональная сепарация от отца и матери.

**Рекомендации родителям** с целью предоставления детям условий для развития самостоятельности, независимости от родителей:

 1. Для ребенка следует обеспечить ту атмосферу, при которой он мог бы чувствовать себя равноправным членом семьи, чувствовать, что в нем нуждаются. Например, обращаться за советом по какому-либо вопросу, прислушиваться к его мнению;

2. Позволять ребенку выполнять ответственные задания, если он решил помочь, то разрешить ему это (если даже у него не очень получается). Приобщить его к планированию сложных дел. К примеру, запланировать поездку или выходной день. Позволять помогать дела по дому;

3. В случае если ребенок не смог справиться с работой или повёл себя безответственно, попытаться понять его и показать, как нужно делать. Показать собственный интерес в том, чтобы у него всё получилось, что вы верите в его силы;

4. Проявлять поддержку и уважение к ребенку:

- быть хорошим слушателем;

- проявлять интерес к его хобби и увлечениям;

- считаться с его мнением;

- предоставлять выбор;

- поощрять проявления его самостоятельности.

5. Допускать решать самому возникшие у него проблемы. Но если он обратился за помощью, то не отказывать в помощи. Используйте свою поддержку, обсудите волнующие его вопросы;

6. Позволять ребенку совершать собственные ошибки. Рассказывать, что допускать ошибки - нормально. Научить его признавать свои ошибки и радоваться верным решениям, быть честным и признавать неверные решения;

7. Давать позволение ребенку сталкиваться с неприятными негативными последствиями своих действий (или бездействий). Пояснить, что положено отвечать за свои поступки;

8. Приучить ребенка расставлять жизненные приоритеты правильно. Объяснить, что есть дела, которым следует уделить главное внимание, а есть те, которые можно выполнять в свободное время. Например, помочь составить список дел на день.

**Заключение**

В данной работе мы рассмотрели тему: «Особенности психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте». Наше исследование посвящено проблеме тенденции позднего взросления молодёжи: продление периода детства, отсутствие стремления к автономии от родителей, нежелание брать ответственность за собственную жизнь, сложность принимать решения самостоятельно. Цель нашего исследования заключается в выявлении особенности различных видов психологической сепарации юношей от отца и матери.

Под сепарацией юношей от родителей мы понимаем процесс перехода отношений с родителями в сторону большего равенства, характеризующийся функциональной перестройкой семейной системы родительской семьи, которая определяет достижения в личностной автономии юношами и девушками в когнитивных, аффективных и поведенческих областях; процесс включает в себя изменение у юноши образа «Я», развития самосознания как у уникального индивида, отличного от образов, взглядов, рассуждений родителей.

Решенные задачи эмпирического исследования позволяют сделать выводы:

1) особенностью сепарации юношей от матери и отца является то, что аттитюдный вид психологической сепарации юношей от отца и матери проявляется в равной степени. Следовательно, юноши демонстрируют собственные взгляды на различные стороны реальности, в равной мере, не ориентируясь на мнение отца и матери. Эмоциональная, функциональная и конфликтологическая виды сепарации юношей от отца проявляется сильнее, чем от матери, что указывает на то, что юноши в эмоциональном и функциональном плане и в плане общения более независимы от отца, чем от матери. И, наоборот, юноши эмоционально и в плане общения в большей степени привязаны к матери, чем к отцу.

2) выявлена наибольшая зависимость параметров самоотношения от эмоционального и конфликтологического видов сепарации от матери и эмоциональный вида сепарации от отца. Эмоциональная сепарация от отца и от матери является в большей мере связующей составляющей в высоких показателях самоотношения молодых людей.

Таким образом, гипотезы подтверждены, задачи решены, цель достигнута.

Из этого следует, что данная тема является актуальной для дальнейшего исследования. Поскольку проблема зависимости от родителей, своевременная незавершенность сепарации, препятствует сосредоточению юноши на выработке положительного самоотношения, что сказывается на будущей жизни юноши.

**Список литературы**

1. Возрастные этапы процесса сепарации от родителей [Электронный ресурс]: Электрон. журн. / Т.В. Петренко, Л.В. Сысоева. — М.: Акмеология, 2016.
2. Дзукаева, В.П., Садовникова, Т.Ю. Опыт использования русскоязычной версии опросника PSI (Psychological Separation Inventory) в изучении сепарации взрослых детей с родителями [Текст] // Психологическая диагностика: научно-методический и практический журнал. – 2014. – № 3. – С. 3-20.
3. Дитюк, А. А. Психологическое содержание понятия «сепарация»: история изучения и близкие понятия [Текст] // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. - 2013. - № 7. - С. 49 – 59.
4. Культурно-специфические и семейные факторы сепарации от родительской семьи в юношеском возрасте [Электронный ресурс]: Дис. канд. психол. наук. / В.П. Дзукаева. М.: 2016 — 278 с.
5. Луговский В.А., Петренко Т.В., Сысоева Л.В. Теоретические подходы к анализу проблемы сепарации в отечественной и зарубежной психологии [Текст] // Научный журнал Кубанского государственного аграрного университета – 2016. – № 119. – С. 539–552.
6. Манухина, Н.М. Родители и взрослые дети. Парадоксы отношений [Текст] / Н.М. Манухина. – М.: НФ «Класс», 2011. – 248 с
7. Потапова, Ю.В. Гендерные особенности формирования эмоциональной сепарации в юношеском возрасте [Текст] // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика - 2016 - Т. 22, № 1. - С. 82-86
8. Психологическая зависимость подростков от родителей [Электронный ресурс]: Дис. канд. психол. наук. / О.М. Макушина. — М.: 2001. — 143 с.
9. Создание и разрушение эмоциональных связей [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Д.Боулби. — М.: Академический проект, 2006. — 232 с.
10. Социально-психологические предикторы копинг повеления студентов в ситуации сепарации от родителей [Электронный ресурс]: Дис. канд. психол. наук. / Ю.В. Потапова. — Омск: 2017 — 223 с. Социологический энциклопедический словарь. На русском, английском, немецком, французском и чешском языках. [Электронный ресурс]: Электрон. словарь / Редактор-координатор Г. В. Осипов. — М.: НОРМА. — 2000. — 488 с.
11. Структура и типы родительско-детских отношений в процессе семейной сепарации [Электронный ресурс]: Дис. канд. психол. наук / Т.И. Сытько. — М.: 2014. — 213 с.
12. Структура самоотношения подростков, психологически зависимых от родителей [Электронный ресурс]: Электрон. журн. / Ж.Г. Куповых. – Тольятти: Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 4.
13. Типы эмоционального отношения юношей с разным уровнем личностной зрелости к ситуации сепарации от родителей [Электронный ресурс]: Электрон. журн. / А.Ю. Маленова, Ю.В. Потапова. — Тула.: 2012. – № 2.

# Приложение 1

**Методика исследования самоотношения С.Р. Пантелеева**

Данный опросник предназначен для выявления структуры самоотношения личности, а также выраженности отдельных компонентов самоотношения: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отраженного самоотношения, самоценности, самопривязанности, внутренней конфликтности самообвинения.

Самоотношение понимается в контексте представлений личности о смысле "Я" как выражение смысла "Я", как обобщенное чувство в адрес собственного "Я". В основу понимания самоотношения положена концепция самосознания В.В. Столина [31], который выделял три измерения самоотношения: симпатию, уважение, близость.

*Инструкция для испытуемого*

Вам предложен перечень суждений, характеризующих отношение человека к себе, к своим поступкам и действиям. Внимательно прочитайте каждое суждение. Если Вы согласны с содержанием суждения, то в бланке для ответов, рядом с порядковым номером суждения поставьте "+", если не согласны, то "-". Работайте быстро и внимательно, не пропускайте ни одного суждения. Возможно, что некоторые суждения покажутся Вам излишне личными, затрагивающими интимные стороны Вашей личности. Постарайтесь определить их соответствие себе как можно искренне. Ваши ответы никому не будут демонстрироваться.

*Текст опросника*

1. Мои слова довольно редко расходятся с делами.
2. Случайному человеку я, скорее всего, покажусь человеком приятным.
3. К чужим проблемам я всегда отношусь с тем же пониманием, что и к своим.
4. У меня нередко возникает чувство, что то, о чем я с собой мысленно разговариваю, мне неприятно.
5. Думаю, что все мои знакомые относятся ко мне с симпатией.
6. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни, это не противиться собственной судьбе.
7. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.
8. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
9. Я не способен причинять душевную боль самым любимым и родным мне людям.
10. Я считаю, что не грех иногда пожалеть самого себя.
11. Совершив какой-то промах, я часто не могу понять, как же мне могло прийти в голову, что из задуманного могло получиться что-нибудь хорошее.
12. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
13. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызвать у других острую неприязнь.
14. Когда я пытаюсь оценить себя, я прежде всего вижу свои недостатки.
15. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
16. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
17. Мой внутренний голос редко подсказывает мне то, с чем бы я в конце концов не согласился.
18. Многие мои знакомые не принимают меня так уж всерьез.
19. Бывало, и не раз, что я сам остро ненавидел себя.
20. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
21. В моей жизни возникали такие обстоятельства, когда я шел на сделку с собственной совестью.
22. Иногда я сам себя плохо понимаю.
23. Порой мне бывает мучительно больно общаться с самим собой.
24. Думаю, что без труда смог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
25. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
26. Иногда я сомневаюсь, можно ли любить меня по-настоящему.
27. Нередко мои споры с самим собой обрываются мыслью, что все равно выйдет не так, как я решил.
28. Мое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
29. Вряд ли найдутся люди, которым я не по душе.
30. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
31. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы довольно скучный партнер по общению.
32. Мне представляется, что я достаточно сложился как личность, и поэтому не трачу много сил на то, чтобы в чем-то стать другим.
33. В целом меня устраивает то, какой я есть.
34. К сожалению, слишком многие не разделяют моих взглядов на жизнь.
35. Я вполне могу сказать, что уважаю сам себя.
36. Я думаю, что имею умного и надежного советчика в себе самом.
37. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
38. Я часто, но довольно безуспешно пытаюсь в себе что-то изменить.
39. Я думаю, что моя личность гораздо интереснее и богаче, чем это может показаться на первый взгляд.
40. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
41. Я редко остаюсь непонятым в самом важном для меня.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. То, что со мной случается,- это дело моих собственных рук.
44. Если я спорю с собой, то всегда уверен, что найду единственно правильное решение.
45. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И поделом тебе».
46. Я не считаю, что достаточно духовно интересен для того, чтобы быть притягательным для многих людей.
47. У меня нередко возникает сомнения: а таков ли я на самом деле, каким себе представляюсь?
48. Я не способен на измену даже в мыслях.
49. Чаще всего я думаю о себе с дружеской иронией.
50. Мне кажется, что мало кто может подумать обо мне плохо.
51. Уверен, что на меня можно положиться в самых ответственных делах.
52. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.
53. Я никогда не выдаю понравившиеся мне чужие мысли за свои.
54. Каким бы я ни казался окружающим, я то знаю, что в глубине души я лучше, чем большинство других.
55. Я хотел бы оставаться таким, какой я есть.
56. Я всегда рад критике в свой адрес, если она обоснована и справедлива.
57. Мне кажется, что если бы таких людей, как я, было больше, то жизнь изменилась бы в лучшую сторону.
58. Мое мнение имеет достаточный вес в глазах окружающих.
59. Что-то мешает мне понять себя по-настоящему.
60. Во мне есть немало такого, что вряд ли вызывает симпатию.
61. В сложных обстоятельствах я обычно не жду, пока проблемы разрешатся сами собой.
62. Иногда я пытаюсь выдать себя не за того, кто я есть.
63. Быть снисходительным к собственным слабостям - вполне естественно.
64. Я убедился, что глубокое проникновение в себя - малоприятное и довольно рискованное занятие.
65. Я никогда не раздражаюсь и не злюсь без особых на то причин.
66. У меня бывают такие моменты, когда я понимал, что меня есть за что презирать.
67. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что со мной происходит.
68. Именно богатство и глубина моего внутреннего мира и определяют мою ценность как личности.
69. Долгие споры с собой чаще всего оставляют горький осадок в моей душе, чем приносят облегчение.
70. Думаю, что общение со мной доставляет людям искреннее удовольствие.
71. Если говорить откровенно, иногда я бываю очень неприятен.
72. Можно сказать, что я себе нравлюсь.
73. Я человек надежный.
74. Осуществление моих желаний мало зависит от везения.
75. Мое внутреннее «Я» всегда мне интересно.
76. Мне очень просто убедить себя не расстраиваться по пустякам.
77. Близким людям свойственно меня недооценивать.
78. У меня в жизни нередко бывают минуты, когда я сам себе противен.
79. Мне кажется, что я все-таки не умею злиться на себя по-настоящему.
80. Я убедился, что в серьезных делах на меня лучше не рассчитывать.
81. Порой мне кажется, что я какой-то странный.
82. Я не склонен пасовать перед трудностями.
83. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
84. Мне кажется, что, глубоко обдумывая свои внутренние проблемы, я научился гораздо лучше себя понимать.
85. Сомневаюсь, что вызываю симпатию у большинства окружающих.
86. Мне случалось совершать такие поступки, которым вряд ли можно найти оправдание.
87. Где-то в глубине души я считаю себя слабаком.
88. Если я искренне и обвиняю себя в чем-то, то, как правило, обличительного запала хватает ненадолго.
89. Мой характер, каким бы он ни был, вполне меня устраивает.
90. Я вполне представляю себе, что меня ждет впереди.
91. Иногда мне бывает трудно найти общий язык со своим внутренним «Я».
92. Мои мысли о себе по большей части сводятся к обвинениям в собственный адрес.
93. Я не хотел бы сильно меняться даже в лучшую сторону, потому что каждое изменение - это потеря какой-то дорогой частицы самого себя.
94. В результате моих действий слишком часто получается совсем не то, на что я рассчитывал.
95. Вряд ли во мне есть что-то, чего бы я не знал.
96. Мне еще многого не хватает, чтобы с уверенностью сказать себе: «Да, я вполне созрел как личность».
97. Во мне вполне мирно уживаются как мои достоинства, так и мои недостатки.
98. Иногда я оказываю «бескорыстную» помощь людям только для того, чтобы лучше выглядеть в собственных глазах.
99. Мне слишком часто и безуспешно приходится оправдываться перед самим собой.
100. Те, кто меня не любит, просто не знают, какой я человек.
101. Убедить себя в чем-то не составляет для меня большого труда.
102. Я не испытываю недостатка в близких и понимающих меня людях.
103. Мне кажется, что мало кто уважает меня по-настоящему.
104. Если не мелочиться, то в целом меня не в чем упрекнуть.
105. Я сам создал себя таким, каков я есть.
106. Мнение других обо мне вполне совпадает с моим собственным.
107. Мне бы очень хотелось во многом себя переделать.
108. Ко мне относятся так, как я того заслуживаю.
109. Думаю, что моя судьба сложится все равно не так, как бы мне хотелось теперь.
110. Уверен, что в жизни я на своем месте.

*Бланк для ответов*

Фамилия, имя, отчество (или символ) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
Дата обследования\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суждения | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
| 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 |
| 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 |
| 61 | 62 | 63 | 64 | 65 | 66 | 67 | 68 | 69 | 70 |
| 71 | 72 | 73 | 74 | 75 | 76 | 77 | 78 | 79 | 80 |
| 81 | 82 | 83 | 84 | 85 | 86 | 87 | 88 | 89 | 90 |
| 91 | 92 | 93 | 94 | 95 | 96 | 97 | 98 | 99 | 100 |
| 101 | 102 | 103 | 104 | 105 | 106 | 107 | 108 | 109 | 110 |

*Обработка результатов*

При обработке используется специальный "ключ", с помощью которого получают так называемые "сырые" баллы.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngСовпадение ответа обследуемого с "ключом" оценивается в 1 балл. Сначала подсчитываются совпадения ответов по признаку "согласен", затем - по признаку "не согласен". Полученные результаты суммируются. Затем сумма "сырых" баллов по каждой из шкал с помощью специальной таблицы переводится в стены. Стены служат основанием для интерпретации.

*Ключ*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Шкала | Согласен | Не согласен |
| 1. Замкнутость | 1,3,9,48,53,56,65 | 21,62,86,98 |
| 2. Самоуверенность | 7,24,30,35,36,51,52,58,61,73,82 | 20,80,103 |
| 3. Саморуководство | 43,44,45,74,76,84,90,105,106,108,110 | 109 |
| 4. Отраженное самоотношение | 2,5,29,41,42,50,102 | 13,18,34,85 |
| 5. Самоценность | 8,16,39,54,57,68,70,75,100 | 15,26,31,46,83 |
| 6. Самопринятие | 10,12,17,28,40,49,63,72,77,79,88,97 | - |
| 7.Самопривязанность | 6,32,33,55,89,93,95,101,104 | 96,107 |
| 8. Внутренняя конфликтность | 4,11,22,23,27,38,47,59,64,67,69,81,91,94,99 | - |
| 9. Самообвинение | 14,19,25,37,60,66,71,78,87,92 | - |

*Таблица перевода "сырых" баллов в стены*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Шкала | Стен | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. Закрытость | 0 | 0 | 1 | 2-3 | 4-5 | 6-7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 2. Самоуверенность | 0-1 | 2 | 3-4 | 5-6 | 7-8 | 9 | 10-11 | 12 | 13 | 14 |
| 3. Саморуководство | 0-1 | 2 | 3 | 4-5 | 6 | 7 | 8 | 9-10 | 11 | 12 |
| 4. Отраженное самоотношение | 0 | 1 | 2 | 3-4 | 5 | 6-7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 5. Самоценность | 0-1 | 2 | 3 | 4-5 | 6-7 | 8 | 9-10 | 11 | 12 | 13-14 |
| 6. Самопринятие | 0-1 | 2 | 3-4 | 5 | 6-7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 7. Самопривязанность | 0 | 1 | 2 | 3 | 4-5 | 6 | 7-8 | 9 | 10 | 11 |
| 8. Внутренняя конфликтность | 0 | 1 | 2 | 3-4 | 5-7 | 8-10 | 11-12 | 13 | 14 | 15 |
| 9. Самообвинение | 0 | 1 | 2 | 3-4 | 5 | 6-7 | 8 | 9 | 10 | 10 |

Для перевода "сырого" балла в стандартное значение (стен) необходимо найти в первом столбце нужную шкалу и двигаться по строке до пересечения со столбцом, в котором находится индивидуальный "сырой" балл или интервал индивидуальных "сырых" баллов. В верхней строке найденного столбца указан соответствующий стен. Например, если "сырой" балл по шкале "Самопринятие" равен 7, то в строке 6 находим интервал 6 - 7. В верхней строке данного столбца указано значение стена - 5.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngСамоотношение рассматривается как представление личности о смысле собственного "Я". Самоотношение в значительной мере определяется переживанием собственной ценности, выражающимся в достаточно широком диапазоне чувств: от самоуважения до самоуничижения.   
http://testoteka.narod.ru/0.pngИнтерпретация показателей осуществляется в зависимости от их выраженности. При этом значения 1-3 стена условно считаются низкими, 4-7 - средними, 8-19 - высокими.

Методика допускает индивидуальное и групповое применение без ограничения времени. В случае группового обследования количество участников не должно превышать 15 человек. Длительность выполнения задания - 30 - 40 минут.

**Приложение 2**

**Методика исследования сепарации юношей от матери и отца «Psychological Separation Inventory» (PSI) Дж. Хоффмана в адаптации Т.Ю. Садовниковой, В.Н. Дзукаевой**

Данный опросникпозволяет исследовать типы и уровни психологической сепарации юношей и девушек от родителей. В 1984 году Дж. Хоффман, на основе созданной типологии сепарации, создал методику PSI (Psychological Separation Inventory). На данный момент методика PSI прошла адаптацию на русскоязычной выборке (В.Н. Дзукаева и Т.Ю. Садовникова).

*Описание методики*

Опросник включает в себя 124 вопроса, среди которых имеются по 62 утверждения, описывающих отдельно отношения с матерью и отцом. В результате можно оценить уровень четырех видов психологической сепарации: эмоциональная (независимость от родительского одобрения или неодобрения), аттитюдная (собственный взгляд на ключевые аспекты жизнедеятельности), конфликтологическая (разрешенные конфликты с родителями) и функциональная (свободное принятие решений).

*Инструкция для испытуемого*

Перед Вами список утверждений, которые описывают разные виды взаимоотношений юношей и девушек с матерью и отцом. Вам нужно, используя 5-ти балльную шкалу, оценить каждое утверждение: 1- совсем не обо мне, 2 – скорее нет, чем да, 3 – отчасти характерно, 4- скорее да, чем нет, 5 - точно обо мне.

*Бланк опросника*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждения, описывающие взаимоотношения с матерью | баллы | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1.Иногда моя мать в тягость мне. |  |  |  |  |  |
| 2. Я чувствую тоску, если я слишком долго нахожусь вдали от своей матери. |  |  |  |  |  |
| 3. Мои убеждения относительно расового равенства подобны убеждениям моей матери. |  |  |  |  |  |
| 4. Советы матери повлияли на мой выбор друзей. |  |  |  |  |  |
| 5. Я чувствую, что я постоянно в состоянии войны с матерью. |  |  |  |  |  |
| 6. Я обвиняю свою мать во многих проблемах, которые у меня есть |  |  |  |  |  |
| 7. Я хочу больше доверять моей матери. |  |  |  |  |  |
| 8. Мое отношение к непристойности подобно отношению моей матери к этому. |  |  |  |  |  |
| 9. Когда я бываю в трудной ситуации, обычно я обращаюсь за помощью к матери. |  |  |  |  |  |
| 10. Моя мать - самый важный человек в мире для меня. |  |  |  |  |  |
| 11. Я должен (-а) быть осторожным, чтобы не задевать чувства матери. |  |  |  |  |  |
| 12. Мое мнение относительно роли женщин в современном мире подобно мнению моей матери. |  |  |  |  |  |
| 13. Я часто прошу мать помочь мне в решении моих личных проблем. |  |  |  |  |  |
| 14. Иногда я чувствую, что моя мать со мной грубо обращается. |  |  |  |  |  |
| 15. Я хотел (-а) бы, чтобы моя мать не проявляла такую чрезмерную опеку обо мне. |  |  |  |  |  |
| 16. Мое мнение относительно роли мужчин в современном мире такое же как у матери. |  |  |  |  |  |
| 17. Я не совершил (-а) бы важной покупки без одобрения моей матери. |  |  |  |  |  |
| 18. Мне хотелось бы, чтобы моя мать не манипулировала мной. |  |  |  |  |  |
| 19. Мне хотелось бы, чтобы моя мать не высмеивала меня. |  |  |  |  |  |
| 20. Мои религиозные убеждения подобны убеждениям моей матери. |  |  |  |  |  |
| 21. Желания моей матери повлияли на мой выбор учебного заведения. |  |  |  |  |  |
| 22. Я чувствую, что у меня есть обязательство перед матерью |  |  |  |  |  |
| 23. Моя мать ожидает от меня слишком многого. |  |  |  |  |  |
| 24. Мне бы хотелось перестать обманывать мою мать |  |  |  |  |  |
| 25. Мои взгляды на воспитание детей подобны взглядам моей матери. |  |  |  |  |  |
| 26. Моя мать помогает мне вести мой бюджет |  |  |  |  |  |
| 27. Мне часто хочется, чтобы моя мать смотрела на меня как на взрослого человека. |  |  |  |  |  |
| 28. Честность в моей системе ценностей занимает такое же место, как у моей матери. |  |  |  |  |  |
| 29. Вообще я советуюсь с матерью, когда планирую провести выходные за городом. |  |  |  |  |  |
| 30. Я часто сержусь на свою мать |  |  |  |  |  |
| 31. Мне нравится обнимать и целовать мою мать. |  |  |  |  |  |
| 32. Я ненавижу, когда моя мать высказывает предположения о том, что я делаю. |  |  |  |  |  |
| 33. К одиночеству я отношусь так же, как и моя мать. |  |  |  |  |  |
| 34. Я советуюсь с матерью по поводу формы рабочей занятости (полная/неполная). |  |  |  |  |  |
| 35. Я решаю сделать что-то, только если моя мать одобрит это. |  |  |  |  |  |
| 36. Даже когда у моей матери есть хорошая идея, я отказываюсь слушать ее, потому что именно она предлагает ее. |  |  |  |  |  |
| 37. Когда у меня плохие результаты в учебе, я чувствую, что подвожу свою мать. |  |  |  |  |  |
| 38. Мое отношение к охране окружающей среды подобно отношению моей матери к этому. |  |  |  |  |  |
| 39. Я спрашиваю совета у матери, когда я попадаю в сложную ситуацию. |  |  |  |  |  |
| 40. Я бы не хотел (-а), чтобы моя мать заставляла меня принимать ее сторону. |  |  |  |  |  |
| 41. Моя мать - мой лучший друг. |  |  |  |  |  |
| 42. Я спорю со своей матерью по многим вопросам |  |  |  |  |  |
| 43. Мои представления о возникновении мира схожи с представлениями моей матери. |  |  |  |  |  |
| 44. Я делаю так, как решит моя мать в большинстве возникающих вопросов. |  |  |  |  |  |
| 45. Мне кажется, я ближе к своей матери, чем большинство людей моего возраста. |  |  |  |  |  |
| 46. Моя мать иногда ставит меня в неловкое положение. |  |  |  |  |  |
| 47. Иногда я думаю, что я слишком зависим (-а) от матери. |  |  |  |  |  |
| 48. Мои представления о том, что происходит с людьми после смерти, схожи с представлениями моей матери. |  |  |  |  |  |
| 49. Я прошу совет у матери, когда планирую провести каникулы/отпуск. |  |  |  |  |  |
| 50. Иногда я стыжусь своей матери. |  |  |  |  |  |
| 51. Настроение моей матери имеет для меня слишком большое значение. |  |  |  |  |  |
| 52. Я сержусь, когда мать критикует меня. |  |  |  |  |  |
| 53. Мое отношение к интимной жизни схоже с отношением моей матери к этому. |  |  |  |  |  |
| 54. Мне бы хотелось получать помощь матери в выборе одежды, которую я покупаю для особых случаев. |  |  |  |  |  |
| 55. Иногда я чувствую как будто мы с моей матерью – одно целое |  |  |  |  |  |
| 56. Я чувствую себя неловко, скрывая что-либо от матери. |  |  |  |  |  |
| 57. Мое отношение к защите Родины схоже с отношением матери к этому. |  |  |  |  |  |
| 58. Я обращаюсь к матери всякий раз, когда что-то идет не так. |  |  |  |  |  |
| 59. Мне часто приходится принимать решения за мою мать. |  |  |  |  |  |
| 60. Я не уверен (-а), смогу ли я обойтись в жизни без матери. |  |  |  |  |  |
| 61. Иногда я сопротивляюсь тому, что мать говорит делать мне. |  |  |  |  |  |
| 62. Мое отношение к психически больным людям схоже с отношением матери к этому. |  |  |  |  |  |
| *Утверждения, описывающие взаимоотношения с отцом* | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 63. Иногда мой отец в тягость мне. |  |  |  |  |  |
| 64. Я чувствую тоску, если я слишком долго нахожусь вдали от своего отца. |  |  |  |  |  |
| 65. Мои убеждения относительно расового равенства подобны убеждениям моего отца. |  |  |  |  |  |
| 66. Советы отца повлияли на мой выбор друзей. |  |  |  |  |  |
| 67. Я чувствую, что я постоянно в состоянии войны с отцом. |  |  |  |  |  |
| 68. Я обвиняю своего отца во многих проблемах, которые у меня есть. |  |  |  |  |  |
| 69. Я хотел бы больше доверять отцу. |  |  |  |  |  |
| 70. Мое отношение к непристойности подобно отношению отца к этому. |  |  |  |  |  |
| 71. В трудной ситуации, я обычно обращаюсь за помощью к отцу. |  |  |  |  |  |
| 72. Мой отец - самый важный человек в мире для меня. |  |  |  |  |  |
| 73. Я должен (-а) быть осторожным (-ой), чтобы не задевать чувства отца. |  |  |  |  |  |
| 74. Мое мнение относительно роли женщин в современном мире подобно мнению отца. |  |  |  |  |  |
| 75. Я часто прошу отца помочь мне в решении моих личных проблем. |  |  |  |  |  |
| 76. Иногда я чувствую, что отец со мной грубо обращается. |  |  |  |  |  |
| 77. Я бы хотел (-а), чтобы мой отец не проявлял такую чрезмерную опеку обо мне. |  |  |  |  |  |
| 78. Мое мнение относительно роли мужчин в современном мире такое же как у отца. |  |  |  |  |  |
| 79. Я не совершил (-а) бы важной покупки без одобрения отца. |  |  |  |  |  |
| 80. Мне хотелось бы, чтобы мой отец не манипулировал мной. |  |  |  |  |  |
| 81. Мне хотелось бы, чтобы мой отец не высмеивал меня. |  |  |  |  |  |
| 82. Мои религиозные убеждения подобны убеждениям моего отца. |  |  |  |  |  |
| 83. Желания моего отца повлияли на мой выбор учебного заведения. |  |  |  |  |  |
| 84. Я чувствую, что у меня есть обязательство перед моим отцом. |  |  |  |  |  |
| 85. Мой отец ожидает от меня слишком многого. |  |  |  |  |  |
| 86. Мне бы хотелось перестать обманывать отца. |  |  |  |  |  |
| 87. Мои взгляды на воспитание детей подобны взглядам отца. |  |  |  |  |  |
| 88. Отец помогает мне вести мой бюджет. |  |  |  |  |  |
| 89. Мне часто хочется, чтобы мой отец смотрел на меня, как на взрослого человека. |  |  |  |  |  |
| 90. Честность в моей системе ценностей занимает такое же место, как у моего отца. |  |  |  |  |  |
| 91. Я обычно советуюсь с отцом, когда планирую провести выходные за городом. |  |  |  |  |  |
| 92. Я часто сержусь на своего отца. |  |  |  |  |  |
| 93. Мне нравится обнимать и целовать моего отца. |  |  |  |  |  |
| 94. Я ненавижу, когда мой отец высказывает предположения о том, что я делаю. |  |  |  |  |  |
| 95. К одиночеству я отношусь так же, как мой отец. |  |  |  |  |  |
| 96. Я советуюсь с отцом по поводу формы рабочей занятости (полная/неполная). |  |  |  |  |  |
| 97. Я решаю сделать что-то, только если отец одобрит это. |  |  |  |  |  |
| 98. Даже когда у моего отца есть хорошая идея, я отказываюсь 236 слушать его, потому что именно он ее предложил (идею). |  |  |  |  |  |
| 99. Когда у меня плохие результаты в учебе, я чувствую, что подвожу своего отца. |  |  |  |  |  |
| 100.Мое отношение к охране окружающей среды подобно отношению моего отца. |  |  |  |  |  |
| 101.Я спрашиваю совета у своего отца, когда попадаю в сложную ситуацию. |  |  |  |  |  |
| 102.Я бы не хотел, чтобы мой отец заставлял меня принимать его сторону. |  |  |  |  |  |
| 103.Мой отец - мой лучший друг. |  |  |  |  |  |
| 104.Я спорю со своим отцом по многим вопросам. |  |  |  |  |  |
| 105.Мои представления о возникновении мира схожи с представлениями моего отца. |  |  |  |  |  |
| 106.Я делаю так, как решит мой отец в большинстве возникающих вопросов. |  |  |  |  |  |
| 107.Мне кажется, я ближе к своему отцу, чем большинство людей моего возраста. |  |  |  |  |  |
| 108.Мой отец иногда ставит меня в неловкое положение. |  |  |  |  |  |
| 109.Иногда я думаю, что я слишком зависим (а) от отца. |  |  |  |  |  |
| 110.Мои представления о том, что происходит с людьми после смерти схожи с представлениями отца. |  |  |  |  |  |
| 111.Я прошу совет у отца, когда планирую, как провести каникулы/отпуск. |  |  |  |  |  |
| 112.Я иногда стыжусь своего отца. |  |  |  |  |  |
| 113. Настроение моего отца имеет для меня очень большое значение. |  |  |  |  |  |
| 114.Я сержусь, когда отец критикует меня. |  |  |  |  |  |
| 115.Мое отношение к интимной жизни схоже с отношением отца к этому. |  |  |  |  |  |
| 116.Мне бы хотелось получать помощь отца в выборе одежды, которую я покупаю для особых случаев. |  |  |  |  |  |
| 117.Иногда я чувствую, что мы с отцом – одно целое. |  |  |  |  |  |
| 118.Я чувствую себя неловко, скрывая что-либо от отца. |  |  |  |  |  |
| 119.Мое отношение к защите Родины схоже с отношением отца к этому. |  |  |  |  |  |
| 120.Я обращаюсь к отцу всякий раз, когда что-то идет не так. |  |  |  |  |  |
| 121.Мне часто приходится принимать решения за моего отца. |  |  |  |  |  |
| 122.Я не уверен (а), смогу ли я обойтись в жизни без отца. |  |  |  |  |  |
| 123.Иногда я сопротивляюсь тому, что отец говорит делать мне. |  |  |  |  |  |
| 124.Мое отношение к психически больным людям схоже с отношением моего отца к этому. |  |  |  |  |  |

*Обработка результатов*

Ключи к методике:

1.Конфликтологическая независимость от матери (144 - (№1+ №5 + №6 + №7 + №11 + №14 + №15 + №18 + №19 + №22 + №23 + №24 + №27 + №30 + №32 + №36 + №40 + №42 + №46 + №50 + №52 + №56 + №59 + №61))/24

2.Эмоциональная независимость от матери (66 - (№2 + №10 + №31 + №35 + №37 + №41 + №45 + №47 + №51 + №55 + №60))/11

3.Аттитюдная независимость от матери (84 - (№3 + №8 + №12 + №16 + №20 + №25 + №28 + №33 + №38 + №43 + №48 + №53 + №57 + №62))/14

4.Функциональная независимость от матери (78 - (№4 + №9 + №13 + №17 + №21 + №26 + №29 + №34 + №39 + №44 + №49 + №54 + №58))/13

5.Эмоциональная независимость от отца (66 - (№64 + №72 + №93 + №97 + №99 + №103 + №107 + №109 + №113 + №117 + №122))/11

6.Аттитюдная независимость от отца (84 - (№65 + №70 + №74 + №78 + №82 + №87 + №90 + №95 + №100 + №105 + №110 + №115 + №119 + №124))/14

7.Конфликтологическая независимость от отца (144 - (№63 + №67 + №68 + №69 + №73 + №76 + №77 + №80 + №81 + №84 + №85 + №86 + №89 + №92 + №94 + №98 + №102 + №104 + №108 + №112 + №114 + №118 + №121 + №123))/24

8.Функциональная независимость от отца (78 - (№66 + №71 + №75 + №79 +№83+ №88 + №91 + №96 + №101 + №106 + №111 + №116 + №120))/13

Подсчет баллов выполняется таким образом, что большее значение по шкале соответствует большей степени выраженности психологической сепарации в разных сферах.

Исследование может проводиться как индивидуально, так и в группе. Среднее время заполнения опросника – 30 минут.