

УДК 159.922.7

## **ЭВОЛЮЦИЯ ТЕОРИЙ СЕПАРАЦИИ ЛИЧНОСТИ: КЛАССИЧЕСКИЕ И СОВРЕМЕННЫЕ ПАРАДИГМЫ**

**Нармина Оруджовна Олейник**

кандидат психологических наук,  
заведующая кафедрой общей и социальной психологии

olejnikno@hgpurf.ru

**Валерия Витальевна Русинова**

магистрант

Херсонский государственный педагогический университет

г. Херсон, Россия

**Аннотация.** В статье анализируется феномен психологической сепарации от родительской семьи через призму классических и современных теорий развития личности. Особое внимание уделяется российским исследованиям в области семейной психологии и психологии развития. Рассматриваются как зарубежные (Э. Эриксон, Дж. Боулби, М. Боуэн), так и отечественные (А.Я. Варга, Е.Т. Соколова, А.Б. Холмогорова) теоретические подходы к пониманию сепарационных процессов. Выделяются ключевые факторы успешной сепарации и типичные нарушения этого процесса в современном российском социуме.

**Ключевые слова:** психологическая сепарация, психосоциальное развитие, автономизация, семейные детерминанты, личностная дифференциация.

Введение. Проблема психологической сепарации взрослых детей от родительской семьи приобретает особую актуальность в современном российском обществе (А.Б. Холмогорова). В отличие от западных исследований, где эта тема разрабатывается с середины XX века, в отечественной психологии систематическое изучение сепарационных процессов началось лишь в последние десятилетия (А.Я. Варга).

Актуальность темы исследования. Психологическая сепарация взрослых детей от родительской семьи остается одной из ключевых проблем современной психологии развития. Ее актуальность обусловлена глубокими социальными изменениями, трансформирующими традиционные модели взросления. В условиях усложнения процесса социальной адаптации, увеличения возраста вступления в самостоятельную жизнь и изменения семейных ценностей проблема своевременного и гармоничного отделения приобретает особую значимость.

В российском контексте эта проблема осложняется спецификой межпоколенческих отношений, сформированных под влиянием исторических и культурных факторов. Сохраняющаяся эмоциональная и материальная зависимость взрослых детей, феномен «вечного ребенка» и противоречивые социальные ожидания создают уникальное поле для исследования.

Теоретическая значимость работы заключается в необходимости интеграции классических концепций развития (Э. Эриксон, Дж. Боулби) с современными подходами, учитывающими цифровую трансформацию общества. Практическая ценность связана с разработкой эффективных стратегий психологического сопровождения сепарационного процесса, особенно актуальных для психологического консультирования и семейной терапии.

Особую остроту проблеме придает появление новых форм «виртуальной» сепарации, когда формальная автономия сочетается с сохранением тесной психологической связи через цифровые каналы коммуникации. Это требует

переосмысления традиционных теоретических моделей и разработки новых диагностических и коррекционных подходов.

Цель статьи заключается в интегративном анализе зарубежных и российских теоретических подходов к пониманию психологической сепарации, с акцентом на специфику этого процесса в российском культурном контексте.

Термин «сепарация» (от лат. *separatio* - отделение) в психологической науке обозначает процесс дистанцирования от значимого объекта или прекращения отношений с ним. В психоаналитической традиции это понятие было детально разработано М. Малер, которая рассматривала сепарацию как важнейший интрапсихический процесс в структуре более широкого явления - сепарации-индивидуации [3]. Именно благодаря этому процессу индивид приобретает столь важное переживание себя как автономного существа, психологически отдельного от первоначального объекта привязанности.

В современной психологии принято выделять три взаимосвязанных аспекта психологической сепарации:

1. Эмоциональный компонент - преодоление детской эмоциональной зависимости от родителей, формирование способности к автономному переживанию и выражению чувств.

2. Когнитивный аспект - становление независимого мышления, осознание и принятие собственной системы ценностей, отличной от родительских установок.

3. Поведенческое измерение - способность принимать жизненные решения и нести за них ответственность без постоянной оглядки на мнение и одобрение значимых других [2].

Эти структурные компоненты, будучи тесно взаимосвязанными, образуют целостный процесс психологического взросления, который, однако, не означает разрыва отношений, а предполагает их переход на качественно новый уровень.

Психологическая сепарация представляет собой непрерывный динамический процесс, истоки которого восходят к раннему детству и который

продолжает оказывать существенное влияние на траекторию личностного развития на протяжении всего жизненного цикла. В своей сущности данный феномен отражает закономерную трансформацию детско-родительских отношений, характеризующуюся прогрессирующим обретением автономии и формированием психологической независимости.

Ключевым аспектом этого многомерного процесса выступает эмоциональная дифференциация, проявляющаяся в постепенном переходе от полной эмоциональной зависимости к способности к саморегуляции и автономному переживанию аффектов. По мере психологического взросления индивид не только развивает компетенции самостоятельного удовлетворения актуальных потребностей, но и формирует устойчивую систему эмоционального самоопределения. Этот аспект сепарации создает необходимые предпосылки для кристаллизации индивидуального «Я-образа» и расширения психологических границ личности.

Важно подчеркнуть, что процесс сепарации не предполагает разрыва эмоциональных связей, а скорее представляет собой их качественную трансформацию, в ходе которой изначально симбиотические отношения эволюционируют в направлении зрелой взаимозависимости. Такое понимание позволяет рассматривать психологическую сепарацию как фундаментальный механизм личностного роста и социализации.

Теория психологической сепарации прошла сложный путь развития от ранних психоаналитических концепций до современных комплексных моделей.

З. Фрейд в работе «Я и Оно» впервые рассмотрел сепарацию как необходимый этап преодоления эдипальных связей, однако его подход требовал существенного дополнения. Значительный вклад внес Э. Эриксон, представивший сепарацию как сквозной процесс психосоциального развития, где особую роль играют кризисы автономии (1,5-3 года) и инициативы (3-6 лет), формирующие базис для здорового отделения в юности [5].

Современное понимание сепарации существенно обогатила теория привязанности Дж. Боулби [1]. Исследования показывают, что тип

сформированной в детстве привязанности определяет характер сепарации во взрослом возрасте. Надежная привязанность способствует гармоничному отделению, в то время как тревожная или избегающая приводят либо к симбиотическим отношениям, либо к псевдонезависимости (Ainsworth, Main) [6].

Особый вклад в понимание сепарации внесла системная теория М. Боуэна, которая рассматривает этот процесс через призму дифференциации «Я». Согласно этому подходу, здоровое отделение предполагает не разрыв связей, а достижение оптимального баланса между эмоциональной близостью и автономией [7]. Нейропсихологические исследования дополняют эту картину, демонстрируя влияние раннего опыта сепарации на развитие префронтальной коры и стресс-реактивности [8].

Российские исследователи (А.Б. Холмогорова, С.В. Воликова) отмечают культурную специфику сепарации, проявляющуюся в феноменах «позднего взросления» и «квазисепарации». Эти особенности связаны как с историческими травмами, так и с современными социальными условиями, включая цифровизацию коммуникации [4].

Эффективная коррекция этих нарушений требует комплексного подхода, сочетающего методы семейной, когнитивно-поведенческой и экзистенциальной терапии.

Проведенный анализ позволяет констатировать, что психологическая сепарация представляет собой сложный, многомерный процесс, играющий ключевую роль в личностном развитии. Современное понимание этого феномена требует интеграции различных теоретических подходов - от классических психоаналитических концепций до современных системных и нейропсихологических моделей.

Особую значимость приобретает культурно-исторический контекст сепарационных процессов. Российские исследования (А.Б. Холмогоровой, А.Я. Варга) выявили характерные особенности сепарации в отечественных условиях, включая феномены позднего взросления и квазисепарации, что требует

дальнейшего углубленного изучения с учетом социально-экономических трансформаций.

Перспективы дальнейших исследований связаны с изучением влияния цифровых технологий на процессы сепарации, анализом гендерных различий и разработкой культурно-чувствительных моделей психологического сопровождения. Особого внимания заслуживает проблема «цифровой сепарации», когда формальная автономия сочетается с сохранением тесной виртуальной связи с родительской семьей.

### Список литературы:

1. Боулби Дж. Привязанность М.: Гардарики. 2003. 477 с.
2. Дитюк А.А. Личностная идентичность и личностная автономия как когнитивно-поведенческий компонент психологической сепарации // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. Вып. 8. 2015. МО.: СВИВТ. 2015. С. 52-54.
3. Малер М., Мак-Девитт Д. Процесс сепарации-индивидуации и формирование идентичности // Психоаналитическая хрестоматия. Классические труды / ред. М. В. Ромашкевич. М.: 2005. 360 с.
4. Холмогорова А.Б., Воликова С.В., Сорокова М.Г. Стандартизация опросника «Семейные эмоциональные коммуникации» // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 4. С. 97-125.
5. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: учеб. пособие Пер. с англ. Андреева А. Д. и др. - 2-е изд. М. : Флинта. 2006. 342 с.
6. Ainsworth M.D., Blehar M. C., Waters E., Walleet S. Patterns of Attachment A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale: Erlbaum, 1978. 391 p.
7. Bowen M. Family therapy in clinical practice. N.Y.: Jason Aronson, 1978. 565 p.
8. Schore A.N. The Effects of Early Relational Trauma on Right Brain Development, Affect Regulation, and Infant Mental Health // Infant Mental Health Journal. 2001. Vol. 22(1-2). P. 201-269.

UDC 159.922.7

## THE EVOLUTION OF PERSONALITY SEPARATION THEORIES: CLASSICAL AND CONTEMPORARY PARADIGMS

**Narmina Or. Oleynik**

candidate of psychological sciences,

head of the department of general and social psychology

olejnikno@hgpurf.ru

**Valeria V. Rusinova**

master's student

Kherson State Pedagogical University

Russia, Kherson

**Abstract.** The article examines the phenomenon of psychological separation from the parental family through the lens of classical and contemporary theories of personality development. Particular attention is given to Russian research in the fields of family psychology and developmental psychology. The analysis encompasses both Western theoretical approaches (E. Erikson, J. Bowlby, M. Bowen) and Russian scholarly perspectives (A.Ya. Varga, E.T. Sokolova, A.B. Kholmogorova) to understanding separation processes. The study identifies key factors contributing to successful separation and typical disruptions of this process within contemporary Russian society.

**Keywords:** psychological separation, psychosocial development, autonomization, familial determinants, personality differentiation.

Статья поступила в редакцию 10.09.2025; одобрена после рецензирования 20.10.2025; принята к публикации 31.10.2025.

The article was submitted 10.09.2025; approved after reviewing 20.10.2025; accepted for publication 31.10.2025.