

## Психологічне благополуччя студентів в умовах сепарації від батьківської сім'ї

В. О. Крамченкова, О. В. Чурсіна

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди  
Corresponding author. E-mail: kramchenkova@ukr.net

Paper received 09.12.20; Accepted for publication 23.12.20.

<https://doi.org/10.31174/SEND-HS2020-243VIII43-07>

**Анотація.** Стаття присвячена дослідженню особливостей психологічного благополуччя та особистісної зрілості студентів з різним сепараційним статусом. Показано, що за умов проживання окремо від батьківської сім'ї студенти характеризуються вищими показниками особистісної зрілості за всіма складовими – когнітивною, регуляторною, рефлексивною та моральною. Виявлено особливості психологічного благополуччя студентів у залежності від сепараційного статусу, які полягають у більшій автономії, здатності до управління власним життям, почутті саморозвитку, наявності чітких життєвих цілей, більшій осмисленості та задоволеності життям за умов окремого проживання від батьківської сім'ї.

**Ключові слова:** психологічне благополуччя, особистісна зрілість, сепарація, батьківська сім'я, студенти.

**Вступ.** Проблема гармонійної сепарації молоді людини від батьківської сім'ї має високу соціальну значущість. У сучасному суспільстві спостерігається загострення проблеми особистісного інфантилізму серед молоді, збільшення випадків нездорової або незавершеної сепарації. Студентський вік супроводжується низкою змін, які передують переходу від залежності, інфантильності до статусу дорослої, самостійної людини, що пов'язане з сепарацією від батьківської сім'ї. Відомо, що момент розставання дитини, яка дорослішає і батьків, є нормативною сімейною кризою, що має істотне значення для розвитку людини. Дослідження психологічного благополуччя особистості, що сепарується, набуває соціальної самостійності та особистісної зрілості має велике значення для сьогодення. Ще з часів З. Фрейда успішна сепарація розглядалася як невід'ємна умова благополуччя особистості. Ситуація відокремлення дорослої людини від батьків – ситуація сепарації є важливим етапом набуття молоді людиною нового статусу, що формує в неї певні особистісні якості, необхідні для подальшого становлення у житті. На думку Е. Фромма, справжньої зрілості, що супроводжується здатністю творити і любити, людина може досягти тільки в разі повноцінного відокремлення від своєї первинної спільності. Очевидно, що сепараційний процес є кризовим та характеризується напруженням адаптаційних ресурсів особистості, що в свою чергу, не може не позначатися на її психологічному благополуччі. Погляд на ситуацію сепарації від батьківської сім'ї як на кризову, а на сепараційний процес як на каталізатор формування особистісної зрілості задля соціально-психологічної адаптації та підтримки психологічного благополуччя студентів, обумовлює актуальність цього дослідження.

**Короткий огляд публікацій по темі дослідження.** Аналіз публікацій дозволяє виділити три змістовних підходи до сепарації – процесуальний, в якому наголошується зв'язок сепарації з розвитком і віковими кризами особистості; особистісний, який акцентує зв'язок сепарації і різного роду якостей, зокрема особистісної зрілості; ситуаційний, який вивчає ситуацію фізичної сепарації молоді людини від батьківської сім'ї (роздільного проживання з батьками), включаючи когнітивні уявлення про дану подію, емоційну

оцінку, особистісні якості та поведінку, які формуються у відповідь на вимоги середовища [0]. Модель процесу психологічної сепарації із виділенням його зовнішньої (соціального відокремлення) та внутрішньої (психологічної автономії) складових представлена у дослідженнях Н.Е.Харламенкової. Також в межах даної моделі наголошується, що процеси сепарації відображають взаємодію людини зі світом за допомогою встановлення відносин на різних рівнях [0].

В науковій літературі феномен психологічного благополуччя традиційно розглядається в межах гедоністичного (Д. Канеман, Н. Бредберн, Е. Дінер) та евдемоністичного підходів (А. Уотермен, К. Ріфф). В гедоністичному підході психологічне благополуччя розуміється як емоційна оцінка себе та свого життя в термінах «задоволеність – незадоволеність», що обумовлена відмінностями між позитивним та негативним афектом. В евдемоністичному підході дослідники акцентують увагу на інтеграції різних потенціалів особистості, що дозволяють найкращим чином реалізувати базові потреби, цінності та ідеали [0; 0; 0]. Згідно моделі К. Ріфф психологічне благополуччя розуміється як базовий суб'єктивний конструкт, що відбиває сприйняття і оцінку свого функціонування з точки зору вершини потенційних можливостей людини, тобто імпліцитно включає категорію особистісної зрілості [0]. В цьому контексті доцільним є розгляд категорії особистісної зрілості як соціального конструкту, що відображає відповідність уявлень людини про власну особистість нормативним еталонам зрілості [0]. Отже, аналіз наукової літератури показує, що питання психологічного благополуччя та особистісної зрілості студентів у ситуації сепарації від батьківської сім'ї потребує додаткових досліджень.

**Мета** – визначити особливості психологічного благополуччя та особистісної зрілості у студентів з різним сепараційним статусом.

**Матеріали і методи.** Зовнішній аспект сепарації від батьківської сім'ї, тобто самостійність проживання студентів, представляється найбільш релевантним критерієм формування груп. Для позначення досліджуваних ми скористалися поняттям «сепараційний статус», введеним Ю.В. Потаповою та А.Ю. Маленовою [0]. При формуванні дослідницької вибірки було залучено 35 осіб, що мешкають окремо

від батьків у гуртожитку, знімному або власному житлі (група з постсепараційним статусом), та 35 осіб, що мешкають з батьками або з одним з них (група з пресепараційним статусом). Загалом у дослідженні взяли участь 70 студентів, віком від 18 до 22 років, 40 відчат та 30 юнаків.

В якості психодіагностичного інструментарію були використані методики «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф в адаптації Шевеленкової Т.Д. та Фесенко П.П. [0] і «Шкала самооцінки особистісної зрілості» Миклякової А.В. [0]. Діагностика психологічного благополуччя за методикою «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф в адаптації Шевеленкової Т.Д. та Фесенко П.П. окрім загального рівня психологічного благополуччя передбачала вимірювання основних його компонентів за шкалами: наявність мети в житті, позитивні відносини з іншими, особистісний ріст, управління оточенням, самоприйняття і автономія. Також методика дозволяє діагностувати показники за додатковими шкалами – баланс афекту, осмисленість життя, людина як відкрита система. Показники за шкалою баланс афекту на відміну від інших шкал методики мають інвертовані значення, тобто високі показники за цією шкалою інтерпретуються як переважання негативного афекту над позитивним [0]. Діагностика особистісної зрілості за методикою «Шкала самооцінки особистісної зрілості» Миклякової А.В. передбачала виявлення самооцінок випробуваного щодо нормативів соціально-психологічної зрілості особистості, які складають зміст соціального конструкту «зрілість особистості - інфантилізм особистості». Шкала включає чотири субшкали – регуляторна, моральна, когнітивна та рефлексивна складові зрілості [0].

Для перевірки значущості відмінностей показників використано t-критерій Ст'юдента. Обробка даних здійснювалася за допомогою пакетів програм MS Excel 2007 та SPSS Statistic 20.

**Результати та їх обговорення.** У студентському віці важливим особистісним завданням виступає самовизначення, вибір життєвого шляху. У цей період молоді люди найчастіше покидають батьківські сім'ї і починають самостійне життя. Ситуація відокремлення від батьківської сім'ї, тобто ситуація сепарації, є важливим кроком для набуття нового статусу, соціальної самостійності та особистісної автономії. Сепараційний процес є нелінійним та протяжним у часі, а набуття статусу «самостійної людини» потребує докладання зусиль та розвитку особистісних якостей, корисних для вирішення широкого кола життєвих завдань. Отже, ситуація відокремлення від батьківської сім'ї є кроком до розвитку особистісної зрілості. Результати дослідження особистісної зрілості у залежності від сепараційного статусу представлені у таблиці 1.

Як показують отримані дані (табл. 1), у студентів з пресепараційним статусом загальний показник особистісної зрілості та показники її складових відповідають низькому рівню. Отже, за умов спільного проживання досліджуваних з батьками спостерігається низька здатність керувати своєю поведінкою, приймати самостійні рішення і нести відповідальність за їх наслідки, продуктивно використовувати власний життєвий досвід для рішення актуальних завдань, адекватно

оцінювати самого себе, свої дії та їх наслідки, реалізовувати високоморальну поведінку. Також студенти цієї групи не оцінюють себе як соціально зрілу особистість.

**Таблиця 1.** Показники особистісної зрілості студентів у залежності від їх сепараційного статусу

Параметри особистісної зрілості	Середні показники за групами (M, σ)				t-критерій
	Група з пресепараційним статусом		Група з постсепараційним статусом		
	M	σ	M	σ	
Рефлексивна зрілість	19,85	1,08	23,34	2,89	4,90*
Регуляторна зрілість	17,73	1,53	22,97	2,90	6,66*
Моральна зрілість	18,47	1,63	20,97	3,39	2,67*
Когнітивна зрілість	18,00	1,43	21,80	3,04	4,69*
Загальна зрілість	74,05	1,49	89,08	8,14	6,86*

Примітка \* - достовірність відмінностей  $p < 0,05$

Студенти із постсепараційним статусом виявляють середній рівень узагальненого показника особистісної зрілості. В цієї групі за рефлексивним, когнітивним та регулятивним компонентами виявлено середній, а за моральним – знижений рівень показників. Отже, за умов окремого проживання студентів характеризує достатня здатність самокерування та самоконтролю. Вони схильні до самостійності у прийнятті рішень, відповідальності за свої дії. Студенти цієї групи виявляють вміння враховувати життєвий досвід та «вчитися на своїх помилках», здатність досить адекватно оцінювати свої дії та їх наслідки, але недостатню здатність будувати свою поведінку відповідно до вимог моральних норм. Загальна оцінка своєї особистісної зрілості у студентів цієї групи відображує проміжне положення на континуумі соціально-нормативних уявлень «зрілість особистості - інфантилізм особистості».

В результаті статистичного аналізу відмінностей між досліджуваними групами виявлено достовірно вищі показники як загальної особистісної зрілості ( $t = 6,86, p < 0,05$ ) так і її окремих складових у студентів із постсепараційним статусом (табл.1). Отже, студенти, які мешкають окремо від батьків, характеризуються більш високою оцінкою відповідності уявлень про власну особистість з соціально-нормативним еталоном зрілості. Також їх відрізняють більш високі показники рефлексивної зрілості ( $t = 4,90, p < 0,05$ ), що характеризує здатність до адекватної самооцінки, оцінки своїх дій та їх наслідків. За показниками регуляторної зрілості ( $t = 6,66, p < 0,05$ ) студенти з постсепараційним статусом характеризуються, як більш самостійні, здатні приймати власні рішення незалежно від думки оточуючих, мають власну думку та більш високий рівень відповідальності. За параметром когнітивної зрілості студенти, які мешкають окремо, демонструють більш високий показник ( $t = 4,69, p < 0,05$ ), що описує здатність власного досвіду у житті справлятися з протиріччями і невизначеністю життєвого досвіду, а також, більше визнання суб'єктивної цінності власного досвіду. Незважаючи на те, що моральна складова особистісної зрілості у студентів, які мешкають окремо від батьків, характеризується зниженими показниками, їх рівень достовірно вище

ніж у студентів, які мешкають спільно з батьками ( $t = 2,67, p < 0,05$ ). Такі дані можуть бути пов'язані як із розмиванням соціальних еталонів моралі у сучасному суспільстві, так і з орієнтацією у вирішенні моральних дилем на очікування значущих інших, а не на внутрішні моральні цінності. Зростання цього показника в умовах ситуації сепарації говорить на користь того, що досвід самостійного проживання та вирішення повсякденних життєвих проблем стимулює інтеріоризацію норм та оцінок, що регулюють поведінку людей у суспільстві, а також реалізацію соціально схваленої поведінки.

Отже, особливості ситуації сепарації і розвиток особистісних якостей взаємообумовлюють один одне – від рівня розвитку зрілості залежить те, як проходить фактичне відокремлення від батьківської сім'ї, а окреме проживання має стимулюючий ефект для розвитку особистісної зрілості.

Як показують отримані дані (табл. 2), студенти з постсепараційним статусом продемонстрували більш високий рівень загального показника психологічного благополуччя ніж студенти, що мешкають з батьками ( $t = 3,22, p < 0,05$ ). Тобто окреме проживання від батьків дорослих дітей супроводжується більшою повнотою самореалізації в конкретних життєвих умовах і обставинах, знаходженням балансу між відповідністю

запитам соціального оточення і власної індивідуальності.

Аналіз компонентів психологічного благополуччя (табл.2) показує достовірно вищі показники за шкалами «автономія» ( $t = 2,30, p < 0,05$ ), «управління середовищем» ( $t = 3,69, p < 0,05$ ), «особистісний ріст» ( $t = 2,24, p < 0,05$ ), «мети в житті» ( $t = 3,09, p < 0,05$ ), «самоприйняття» ( $t = 2,90, p < 0,05$ ) у досліджуваних студентів з постсепараційним статусом. Показники за шкалою «позитивні взаємини з іншими» характеризуються зниженим рівнем в обох групах ( $t = 0,81, p > 0,05$ ), що характеризує утруднення в побудові довірчих стосунків з оточуючими, що може бути пов'язане з особливостями віку, зокрема максималізмом та безкомпромісністю в міжособистісних взаєминах, а також обумовлено соціально-економічними складнощами життя.

Отже, студенти, що мешкають окремо від батьків, є більш самостійними, незалежними, відкритими новому досвіду, здатні протистояти спробам змусити їх думати чи діяти певним чином, можуть самостійно регулювати власну поведінку, оцінюють себе відповідно своїм особистим критеріям. Крім того, вони мають вплив в управлінні своїм оточенням, контролюють зовнішню діяльність, ефективно використовують можливості та здатні створювати умови, які підходять для досягнення їх цілей.

**Таблиця 2.** Показники психологічного благополуччя студентів у залежності від їх сепараційного статусу

Параметри психологічного благополуччя	Середні показники за групами (M, σ)				t-критерій
	Група з пресепараційним статусом		Група з постсепараційним статусом		
	M	σ	M	σ	
Позитивні взаємини з іншими	57,41	10,77	59,31	8,46	0,81
Автономія	52,58	9,17	57,97	10,21	2,30*
Управління середовищем	52,47	8,04	58,51	5,28	3,69*
Особистісний ріст	58,88	9,08	63,71	8,78	2,24*
Мети у житті	56,00	10,75	63,34	8,91	3,09*
Самоприйняття	52,08	10,00	58,57	8,49	2,90*
Баланс афекту	100,05	19,19	89,57	15,92	-2,47*
Осмишеність (розуміння) життя	86,73	14,06	97,51	12,99	3,30*
Людина, як відкрита система	60,44	10,49	63,88	9,54	1,42
Психологічне благополуччя	329,44	43,02	361,42	39,26	3,22*

Примітка \* - достовірність відмінностей  $p < 0,05$

На відміну від студентів з постсепараційним статусом студенти, які мешкають з батьками, більш залежать від думки і оцінки оточуючих, в прийнятті важливих рішень частіше покладаються на думку інших, можуть піддаватися спробам змусити їх думати чи діяти певним чином. Вони можуть мати труднощі в організації повсякденної діяльності, іноді відчувають себе нездатним змінити або поліпшити обставини, не в повній мірі здатні контролювати те, що відбувається навколо.

Аналіз додаткових інтегративних показників психологічного благополуччя свідчить про достовірні відмінності між досліджуваними групами за параметрами «баланс афекту» ( $t = -2,47, p < 0,05$ ) та «осмишеності життя» ( $t = 3,30, p < 0,05$ ). Оскільки показники за шкалою «баланс афекту» мають інвертовані значення, то більш високі значення цього показника у студентів з пресепараційним статусом виявляють переважання негативних емоційних станів над позитивними.

Отже, студенти, які мешкають спільно з батьками, виявляють більшу незадоволеність обставинами власного життя, недостатню здатність підтримувати позитивні відносини з оточуючими, невіру у власні сили та здібності долати життєві перешкоди, що демонструє більшу незадоволеність собою та своїм життям. На відміну від них студенти з постсепараційним статусом характеризуються переважанням позитивного ставлення до себе, більшим прийняттям себе при адекватній оцінці своїх переваг та недоліків, більшою упевненістю у собі та власних можливостях в управлінні повсякденними справами, більшим почуттям компетентності в контактах з оточуючими. Все це проявляє більшу загальну задоволеність власним життям.

За параметром «осмишеність життя» більш високі показники виявлено у досліджуваних студентів з постсепараційним статусом. Отже, студенти, які мешкають окремо від батьків, схильні до більшої цілеспрямованості.

мованості, сприйняття свого минулого, сьогодення та майбутнього як сповненими сенсом, мають життєві цінності та перспективні цілі, характеризуються розумінням причино-наслідкових закономірностей життя. У студентів, що мешкають з батьками, мають місце прояви переживання безглуздості життя, почуття нудьги і безцільності існування, недолік усвідомлення життєвих перспектив, або недостатня їх привабливість. Здатність інтегрувати окремі аспекти свого життєвого досвіду, реалістичність поглядів на життя та відкритість новому характеризується середнім рівнем у студентів обох досліджуваних груп та не має достовірних відмінностей.

**Висновки.** Встановлена взаємообумовленість ситуації сепарації та особистісної зрілості студентів. З одного боку, від рівня розвитку зрілості залежить фактичне відокремлення від батьківської сім'ї, з іншого - окреме від батьків проживання студентів, ви-

ступає каталізатором набуття більшої особистісної зрілості за всіма складовими – когнітивною, регуляторною, рефлексивною та моральною. Вищий рівень особистісної зрілості у студентів з постсепараційним статусом співвідноситься із більш високими показниками психологічного благополуччя, ніж у студентів з пресепараційним статусом. За складовими психологічного благополуччя студенти із постсепараційним статусом характеризуються більшою автономією, здатністю до управління власним життям, почуттям саморозвитку, наявністю життєвих цільей та більш позитивним ставленням до себе, більшою осмисленістю життя та переважанням позитивного афекту над негативним.

Перспективним напрямком подальших досліджень може бути визначення варіативності психологічної сепарації та її зв'язку із міжособистісними стосунками в родині.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Маленова А.Ю., Потапова Ю.В. Феномен сепарации: определение проблемного поля исследования // Вестник Омского университета. Серия «Психология», 2013, №2. С. 41–48.
2. Микляева А. В. Шкала самооценки личностной зрелости: опыт разработки и апробация. // Современные исследования социальных проблем. 2017, Т. 8, №2. С.52–68.
3. Потапова Ю. В., Маленова А. Ю. Личностные особенности и отношение к ситуации сепарации юношей и девушек с разной степенью финансовой независимости. // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2015, № 2. С. 16–23
4. Харламенкова Н.Е., Кумыкова Е.В., Рубченко А.К. Психологическая сепарация. Подходы, проблемы, механизмы. М.: Институт психологии РАН, 2015. 367 с.
5. Шевеленкова Т. Д., Фесенко Т. П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и мето-

- дика исследования). // Психологическая диагностика. 2005, № 3. С. 95–121.
6. Deci E. L., Ryan R. M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. // Journal of Happiness Studies. 2008, № 9. P. 1–11.
7. Rahmani K., Gnoth J., Mather D. Hedonic and eudaimonic well-being: A psycholinguistic view // Tourism Management. 2018, Vol. 69. P. 155-166
8. Ryff C. D. Eudaimonic well-being, inequality, and health: recent finding and future. International Review of Economics. 2017, Vol. 64, № 2. P. 159–178.
9. Vazquez C, Hervas G., Rahona J., Gomez D. Psychological well-being and health. Contributions of positive psychology. //Annuary of clinical and health psychology. 2009, Vol. 5. P. 15–27.

#### REFERENCES

1. Malenova A. Yu., Potapova Yu. V. The separation phenomenon: finding of the problem field of research // Vestnik Omskogo universiteta. Seriya «Psikhologiya» 2013, №2. P. 41–48.
2. Miklyaeva A.V. Scale self-assessment of personal maturity: the experience in the development and testing // Sovremenny`e issledovaniya sozjal`ny`kh problem. Vol. 8, №2. P.52–68.
3. Potapova Yu. V., Malenova A. Yu. Personal qualities and attitude to the situation of separation by adolescents with different degrees of financial independence // Vestnik Omskogo universiteta. Seriya «Psikhologiya». 2015, № 2. P. 16–23.
4. Kharlamenkova N.E., Kumykova E.V., Rubchenko F.K.. Psychological separation. Approaches, problems, techniques. M.: Psychology Institute RAS, 2015. 367 p.

5. Shevelenkova T. D., Fesenko P. P. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti (obzor osnovnyih kontseptsiy i metodika issledovaniya) // Psihologicheskaya diagnostika. 2005, № 3. P. 95-129.
6. Deci E. L., Ryan R. M. Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. // Journal of Happiness Studies. 2008, № 9. P. 1–11.
7. Rahmani K., Gnoth J., Mather D. Hedonic and eudaimonic well-being: A psycholinguistic view // Tourism Management. 2018, Vol. 69. P. 155-166
8. Ryff C. D. Eudaimonic well-being, inequality, and health: recent finding and future. International Review of Economics. 2017, Vol. 64, № 2. P. 159–178.
9. Vazquez C, Hervas G., Rahona J., Gomez D. Psychological well-being and health. Contributions of positive psychology. //Annuary of clinical and health psychology. 2009, Vol. 5. P. 15–27.

#### Psychological well-being of students in situation of separation from their parental family

V. O. Kramchenkova, O. V. Chursina

**Abstract.** The article is devoted to the study of the features of psychological well-being and personal maturity of students with different separation status. It is shown that under the conditions of living separately from the parental family, students are characterized by higher indicators of personal maturity in all components - cognitive, regulatory, reflexive and moral. The features of psychological well-being of students, depending on the separation status, are revealed, which consist in greater autonomy, the ability to manage their own lives, a sense of self-development, clear life goals, greater meaningfulness and satisfaction with life among those living separately.

**Keywords:** psychological well-being, personal maturity, separation, parental family, students.