

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний лінгвістичний університет
Кафедра психології і туризму

КУРСОВА РОБОТА з
психологічних дисциплін

на тему: «Особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці»

Студентки 2 курсу групи Пс 02-21
Факультету туризму, бізнесу і
психології
Спеціальності 053 Психологія
Кротик А.С.
Науковий керівник: к. психол. н.,
доцент Кучеровська Н.О.
кафедра психології і туризму

Національна шкала: _____

Кількість балів: _____ Оцінка ЄКТС: _____

Члени комісії:

(прізвища та ініціали)

(підпис)

(прізвища та ініціали)

(підпис)

(прізвища та ініціали)

(підпис)

КИЇВ 2023

Резюме

КРОТИК А.С.

Особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці

У роботі розкрито теоретичні аспекти особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці. Відображено методичні аспекти дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці. Проведено емпіричне дослідження особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці.

Ключові слова: юнацький вік, сепарація, сепарація відносин із батьками, прихильність до матері, прихильність до батька.

Resume

SURNAME, INITIALS

Peculiarities of psychological separation from parents in youth

The paper reveals the theoretical aspects of psychological separation from parents in youth. The methodological aspects of the study of the peculiarities of psychological separation from parents in youth are reflected. An empirical study of the peculiarities of psychological separation from parents in youth was conducted.

Key words: youth, separation, separation of relations with parents, attachment to mother, attachment to father.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ ВІД БАТЬКІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	7
1.1. Психологічні особливості юнацького віку.....	7
1.2. Особливості відносин між підлітками та батьками та місце в них сепарації відносин.....	11
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ ВІД БАТЬКІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	15
2.1. Огляд та обґрунтування методів дослідження.....	15
2.2. Опитувальник для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI) (Дж. Хоффмана), 18	
2.3. Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA) (М. Грінберг та Г. Армсден).....	20
РОЗДІЛ 3 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ ВІД БАТЬКІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	22
3.1. Організація емпіричного дослідження.....	22
3.2. Інтерпретація отриманих результатів.....	24
ВИСНОВКИ.....	29
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	31
ДОДАТКИ	33

ВСТУП

Актуальність дослідження. Дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці має велику актуальність, оскільки є важливим етапом в розвитку особистості. Під час підліткового періоду молодь поступово віддаляється від своїх батьків, що може призводити до конфліктів, стосунків зі збільшеною напругою та нестабільності.

Підліток стикається з новими викликами, такими як відповідальність за свої вчинки та вибори, формування власної ідентичності та відносин з однолітками, а також створення здорових кордонів з батьками та іншими дорослими. У цьому контексті психологічна сепарація від батьків відіграє важливу роль у формуванні здорових та стійких відносин між батьками та дітьми.

Крім того, успішна психологічна сепарація може мати позитивний вплив на майбутні стосунки підлітка, зокрема в дорослому віці. Наприклад, підлітки, які успішно здійснили психологічну сепарацію, можуть мати більш здорові та стійкі відносини зі своїми батьками, а також більш успішні стосунки з партнерами у майбутньому.

Отже, дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці є актуальним та важливим для розуміння процесів, що відбуваються у житті підлітків, та для розробки ефективних підходів до підтримки їх розвитку та психологічного благополуччя.

Тема дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці є актуальною для багатьох вітчизняних та зарубіжних дослідників. Одним з сучасних вітчизняних дослідників, що працює в цій області, є професор М. Петрова з Національного університету "Києво-Могилянська академія". У її дослідженнях звертається увага на вплив сімейного середовища на психологічну сепарацію підлітків від батьків та розглядається питання формування індивідуальності та самоідентифікації підлітків.

Серед зарубіжних дослідників, працюючих у цій області, можна відзначити професора Дж. Бернстейна з університету Нью-Йорка, який досліджує

взаємозв'язок між психологічною сепарацією та рівнем самооцінки у підлітків. Він досліджує різні аспекти психологічної сепарації, зокрема, вплив релігії та культури на цей процес. Іншим зарубіжним дослідником, який працює у цій області, є професор Л. Рубль з університету Техасу. Вона досліджує взаємозв'язок між психологічною сепарацією та розвитком індивідуальності у підлітків, зокрема, досліджує роль батьків та рівня підтримки в цьому процесі.

Отже, тема дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці є досить розгалуженою, і на її дослідження звертають увагу як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники. Дослідники вивчають різні аспекти цього процесу, зокрема, вплив сімейного середовища, культурних та релігійних чинників, ролі батьків та рівня підтримки у формуванні індивідуальності та самоідентифікації підлітків.

Мета: за допомогою емпіричного дослідження виявити особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці.

У відповідності до мети дослідження, необхідно виконати наступні **завдання:**

1. Розглянути й узагальнити концептуальні моделі особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці.
2. Описати методики емпіричного дослідження.
3. Проаналізувати результати емпіричного дослідження особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці.
4. Визначити особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці.

Об'єктом дослідження є явище психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці.

Предметом – виступають особливості психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження: підлітки, які виявляють високий рівень самостійності та автономії у поведінці, будуть мати більш плавний процес сепарації від батьків, ніж ті, хто виявляє більш залежну поведінку. Також може

передбачатися, що підлітки, які мають добрі стосунки з батьками, будуть мати менш конфліктний процес сепарації, ніж ті, хто має погані стосунки з батьками.

Для розв'язання поставлених завдань було використано наступні **методи**, а саме теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, систематизація та узагальнення наукової, філософської, психологопедагогічної літератури пов'язаної з досліджуваною темою; емпіричні: спостереження, бесіда, тестування (з використанням стандартизованих та проєктивних методик); методи математичної обробки даних.

В дослідженні використовувалися такі **методики**:

1. «Методика психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці» (автор - Дж. Хофман; адаптація та переклад А.О. Широкої);

2. Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA) (М. Грінберг та Г. Армсден)

Дослідження проводилося на базі Київського національного лінгвістичного університету в період з березня по квітень 2023 року. Загальна кількість осіб, що прийняла участь у нашому дослідженні становить 36 осіб, це підлітки віком 17-18 років, з них 20 дівчат та 16 хлопців.

Структура роботи складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Зміст роботи викладений на 38 сторінках друкованого тексту. Список використаних джерел нараховує 21 найменування.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ ВІД БАТЬКІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Психологічні особливості юнацького віку

Юнацький вік - це період між дитинством та дорослістю, який припадає на віковий діапазон від 17 до 23 років. Цей період супроводжується численними фізіологічними, психологічними та соціальними змінами, що бувають складними для підлітків, розглянемо ці особливості далі.

Особи юнацького віку починають глибше розуміти себе та свій світогляд. Вони стають більш самосвідомими та починають формувати свою ідентичність. В цьому віці часто переживають сильні емоції та знаходяться під впливом різних настроїв. Це може бути пов'язано зі змінами гормонального фону та стресовими ситуаціями в їх житті.

Також в юнацькому віці спостерігається потреба у свободі та самостійності. Вони намагаються відокремитися від своїх батьків та займати більш активну роль у прийнятті рішень, пов'язаних зі своїм життям.

Особи юнацького віку можуть виявляти агресивну поведінку, особливо у відповідь на конфліктні ситуації. Водночас, вони можуть бути дуже чутливими до критики та поведінки інших людей. Починають формувати більш глибокі та значущі відносини з однолітками та іншими людьми. Вони стають більш свідомими соціальних норм та цінностей, які приймаються в їхньому оточенні. Підлітки намагаються знайти своє місце у соціальній структурі та розвивати соціальні навички.

Особи юнацького віку можуть відчувати потребу у нових враженнях та екстремальних випробуваннях. Вони можуть відкривати для себе нові види діяльності, щоб знайти свої захоплення та здібності. Вони можуть розвивати більш складні когнітивні навички, такі як абстрактне мислення та критичний

аналіз. Вони ставлять складніші запитання та шукають більш глибоке розуміння різних аспектів світу.

Особи юнацького віку починають розвивати більш критичне ставлення до навчання та вчителів. Вони можуть починати сприймати своє навчання як обтяжливе та незрозуміле, тому що їхня увага може бути зосереджена на інших аспектах їхнього життя. Також юнаки замислюються про своє майбутнє та шукають своє місце в житті. Вони можуть виявляти інтерес до різних професій та кар'єрних напрямків, та починати займатися плануванням свого майбутнього.

Загалом, юнацький вік характеризується численними психологічними змінами в поведінці та сприйнятті світу. Підлітки потребують більшої автономії та свободи, щоб розвиватися як особистості. Проте, вони також потребують підтримки та направлення з боку дорослих, щоб зберегти своє здоров'я та безпеку.

Дорослі повинні забезпечити підліткам безпечне та стимулююче середовище, яке дозволить їм розвиватися фізично, соціально та психологічно. Дорослі також повинні надавати підліткам можливість брати участь у прийнятті рішень та дозволяти їм відчувати себе важливими.

Крім того, дорослі повинні виявляти терпіння та розуміння до підлітків, оскільки це важливий період їхнього життя, коли вони розвиваються та формують свої цінності та ідентичність. На підлітків необхідно покладати більше відповідальності та поваги, щоб зберегти їхню довіру та допомогти їм вирости в здорових та щасливих дорослих.

Водночас, дослідники Т. М. Титаренко, С. М. Панченко зазначають, що хронологічні межі вікових груп можуть відрізнятися залежно від того, яка наука чи дисципліна їх визначає. Вікові групи можуть бути визначені на основі різних критеріїв, таких як фізіологічні, психологічні, соціальні та культурні.

У вітчизняній педагогічній науці вік від 14 до 18 років зазвичай визначається як період старшої школи, коли учні закінчують навчання в базовій школі та переходять до профільної чи середньої загальноосвітньої школи. Цей період є важливим для формування особистості та соціалізації учнів, оскільки вони знаходяться на порозі дорослого життя та готуються до вступу до вищих навчальних закладів чи вступу до праці.

Важливо зазначити, що розуміння юнацького віку як самостійного періоду розвитку людини є важливим для розуміння та підтримки підлітків. Під час цього періоду відбувається багато змін у фізичному, психологічному та соціальному планах, що може бути важким для підлітків та їхніх батьків чи опікунів. Розуміння особливостей юнацького віку може допомогти дорослим бути підтримуючими та емпатичними, сприяти здоровому розвитку та формуванню стійких цінностей та ідентичності у підлітків.

Загалом, рання юність розглядається як «фаза переходу від залежного дитинства до самостійної і відповідальної дорослості, що передбачає, з одного боку, завершення фізичного, зокрема статевого, дозрівання, а з іншого – досягнення соціальної зрілості».

У даному віці починається активне усвідомлення власного життєвого шляху. Тому, рання юність часто визначається як час відповідального життєвого самовизначення особистості (Л. І. Божович, М. Й. Боришевський, Л. С. Виготський, Е. Еріксон, І. С. Кон, Г. С. Костюк, О. М. Леонтьєв, С. Д. Максименко, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, С. М. Панченко, та ін.). Перехід від дитинства до юності супроводжується значними змінами у житті людини. Старший школяр, стоячи на порозі дорослого життя, стикається з новими викликами та завданнями, пов'язаними з самовизначенням, вибором життєвого шляху та підготовкою до майбутньої професійної діяльності.

У цей період важливо випробувати різні соціальні ролі та види діяльності, щоб знайти власну активну життєву позицію та розвивати рефлексію. Різні психологічні теорії розвитку особистості визначають закономірності психічної

еволюції та характерні риси внутрішнього світу та самосвідомості у юнацькому віці.

Крім того, соціологічні теорії юності розглядають цей період як етап соціалізації та перехід від залежного дитинства до самостійної та відповідальної діяльності дорослого. У цьому контексті старші школярі починають оцінювати навчання та його значимість з позиції майбутнього та готові змінити свою школу, якщо в іншій будуть кращі умови для підготовки до майбутньої професійної діяльності.

Таким чином, старший школяр стикається з новими завданнями та викликами, пов'язаними з самовизначенням та вибором життєвого шляху, і важливо для нього випробувати різні соціальні ролі та види діяльності, щоб знайти власну активну життєву позицію та розвивати рефлексію. Також, старші школярі починають проявляти більше інтересу до саморозвитку та розвитку своїх здібностей. Вони більш усвідомлено ставляться до вибору свого майбутнього професійного шляху та починають активно досліджувати можливості для розвитку в цьому напрямку.

У цьому віці дуже важливим є стимулювання самостійності та ініціативності старшокласників. Вони повинні мати можливість брати участь у різноманітних діяльностях та проектах, розвивати свої лідерські якості та навички комунікації. Також, необхідно надавати можливість для вибору власних інтересів та здібностей у навчальному процесі та залученні до різноманітних додаткових занять та курсів.

Психічні новоутворення у юнацькому віці мають яскраво виражену вікову психофілогенетичну специфіку і знаходяться під впливом індивідуальних особливостей. Юність, на думку В.І. Слободчикова, – фінальна стадія психологічного етапу “персоналізації”, періоду здобуття самоідентичності. Головними психічними новоутвореннями юнацького віку є глибока рефлексія, розвинене усвідомлення власної індивідуальності, формування конкретних життєвих планів, готовність до самовизначення в професії, установка на

свідому побудову власного життя, поступове вникання у різні сфери життя і діяльності, розвиток самосвідомості, активне формування світогляду.

Отже, психологічні особливості юнацького віку дуже важливі для розвитку підлітків. Розуміння цих особливостей може допомогти дорослим підтримувати та направляти підлітків, щоб вони могли розвиватися як здорові та щасливі особистості.

1.2. Особливості відносин між підлітками та батьками та місце в них сепарації відносин

У рамках віково-психологічного підходу до вивчення закономірностей психічного розвитку підлітків, основна увага приділяється категорії «ситуація соціального розвитку» (ССР) (Л. С. Виготський, Д. Б. Ельконін, А. Н. Леонт'єв, Л. І. Божович та ін.). Ситуація соціального розвитку у підлітковому віці характеризується перебудовою дитячо-батьківських стосунків, за якої позиції батьків і дитини у спілкуванні та взаємодії стають «рівними» (І. С. Кон, Д. І. Фельдштейн).

Психологічне відділення від батьківської сім'ї є одним із найважливіших завдань розвитку (Р. Хевігерст) підліткового віку. Поняття «відокремлення» було запропоновано в теорії Separation-Individuation М. Малера. Розділення та індивідуація описуються дослідниками як два діалектично пов'язаних, але незалежних процесів.

Психологічне відділення від батьків у ширшому сенсі зазвичай розуміється як процес диференціації, відокремлення від батьків. Іншими словами, психологічна сепарація - це не просторова і не фізична сепарація, а інтрапсихічний процес, в якому виникає відчуття можливості повноцінного психічного функціонування, незалежно від близької людини.

У більш вузькому розумінні психологічна сепарація з батьками в підлітковому віці – це складний, нелінійний процес перебудови батьківсько-дитячих стосунків, зміни функціонування всієї сімейної системи, формування впевненості у собі у хлопця та дівчини, що призводить до підвищення самостійності та незалежності підростаючих дітей в емоційній, когнітивній та поведінковій сферах на свідомому та несвідомому рівнях.

Передумовою емоційної сепарації з батьками є не лише готовність юнака/дівчини розлучитися, включаючи реорганізацію стосунків між батьками та дітьми, але й готовність батьків до того, щоб дитина дорослішала. На думку багатьох дослідників, критерієм завершення процесу психологічної сепарації з батьками в підлітковому віці є досягнення молодими людьми емоційної автономності.

Під індивідуацією сучасні зарубіжні дослідники розуміють формування індивідуальності, своєрідності, унікальності особистості молодої людини, наголошуючи на зв'язку індивідуації з процесом психологічної сепарації від батьків у підлітковому віці.

Сепарація підлітків від батьків - це процес, коли підлітки починають відчувати потребу відокремитися від своїх батьків та розпочати самостійний життєвий шлях. Це природний етап у розвитку підлітків, і він може починатися від 12-13 років та тривати до 18-20 років.

Процес сепарації підлітків від батьків може супроводжуватися різними проблемами, які можуть впливати на психологічний стан як самого підлітка, так і його батьків, а саме:

1. Стрес. Перехід до нового етапу життя та відокремлення від звичних для себе людей може стати джерелом стресу для підлітка.
2. Відчуття втрати. Підлітки можуть відчувати себе втраченими без батьківської підтримки та захисту, що може призвести до відчуття страху та несамовитості.

3. Конфлікти з батьками. Коли підліток намагається відірватися від батьків, виникають конфлікти, що можуть загострювати відчуття віддаленості та розчарування.

4. Незрілість у вирішенні проблем. Підлітки можуть почувати себе незручно у вирішенні проблем самостійно, що може викликати почуття безпорадності.

5. Зменшення рівня довіри. Сепарація може призвести до зменшення рівня довіри між підлітком та батьками, що може негативно впливати на взаємини в подальшому.

6. Самотність. Підлітки можуть відчувати себе самотніми під час сепарації, коли вони переходять до нового етапу життя та мають змінені взаємини з батьками та друзями.

Важливо пам'ятати, що проблеми сепарації є нормальним етапом у розвитку підлітка, і вони можуть бути подолані за допомогою підтримки та розуміння батьків. Відносини між підлітками та батьками можуть бути досить складними та вимагати багато уваги та розуміння з обох сторін. Особливості таких відносин можуть бути наступними.

Підлітки намагаються встановити свою ідентичність та відокремитися від батьків. Це може виявлятися у формі конфліктів, протистояння та незгоди з батьківськими правилами.

Якщо батьки відчувають, що втрачають контроль над своїми дітьми, то намагаються зберегти його за допомогою заборон та обмежень. Однак, це може призводити до більшого протистояння з боку підлітків.

Підлітки можуть відчувати, що їх батьки не розуміють, і не здатні співчувати та підтримати. Тоді є вірогідність, що вони будуть шукати підтримки серед своїх ровесників або інших дорослих, які їх розуміють.

Коли батькам здається, що підлітки не слухають їх порад та інструкцій - це може спричиняти невдоволення та розчарування. Однак, останні можуть

прислухатися до порад та приймати їх, якщо відчують, що тато й мама їх розуміють та підтримують.

Є вірогідність, що підлітки намагатимуться вести більш незалежний спосіб життя, що може призводити до конфліктів з батьками. Батьки можуть бути більш схильними контролювати поведінку своїх дітей через страх за їхню безпеку та добробут. Однак, підлітки можуть бути не налаштовані на прийняття допомоги та порад від своїх батьків і можуть вважати, що ті не розуміють їх.

Підлітки можуть бути більш схильними до висловлювання своїх думок та поглядів на світ, що може відрізнятись від думок їхніх батьків. Це може призводити до конфліктів, але також може бути можливістю для обміну поглядами та думками між батьками та дітьми.

Батьки можуть мати високі очікування щодо досягнень своїх дітей у навчанні та інших сферах життя. Це може призводити до більшого тиску на підлітків, що може викликати стрес та тривогу.

Підлітки можуть відчувати більшу свободу та незалежність, що може призводити до експериментування зі своїм стилем життя: одяг, музика, захоплення, тощо. Батьки можуть бути налаштовані більш консервативно, що може призводити до конфліктів.

Таким чином, незалежно від того, які конфлікти та труднощі можуть виникати між батьками та підлітками, важливо зберігати відкритий та довірливий спосіб спілкування. Батьки можуть допомогти своїм дітям у підлітковому віці, засновуючи співпрацю та підтримуючи здорові відносини з ними.

РОЗДІЛ 2 МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ ВІД БАТЬКІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Огляд та обґрунтування методів дослідження

Для діагностики особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці, пропонуються методики типу опитувальники, оскільки даний тип методик відповідає специфіці досліджуваного явища та умовам проведення психологічної діагностики.

Особистісні опитувальники являють собою реалізацію суб'єктивного підходу до дослідження особистості з вербальним (мовним) поданням тестового матеріалу. Опитувальники в широкому значенні – широка група психодіагностичних методик, завдання яких представлені у вигляді запитань чи тверджень.

Опитувальники призначені для отримання об'єктивних і (чи) суб'єктивних даних зі слів обстежуваних.

Нині психологами приділяється все більша увага питанням конструювання особистісних опитувальників, психометрично-коректної адаптації закордонних, розробці оригінальних шкал, проблемам валідності і надійності. Проте, ще дуже мало робіт, в яких опитувальники не просто використовуються для одержання яких-небудь даних про особистість (таких робіт дуже багато), а самі виступають як об'єкт вивчення. Простота застосування опитувальників, легкість обробки отриманих результатів, їхня наочність, обґрунтованість закордонних інтерпретаційних схем численними і, здається, цілком переконливими дослідженнями, – основні переваги даного типу методик. Проте, дані, отримані за допомогою опитувальників часто не повністю відповідають вимогам справді наукового, поглибленого вивчення особистості до підміни його зовні достовірними показниками і кореляціями.

Особистісні опитувальники зовні представляють собою різної величини перелік питань чи тверджень, на які обстежуваний має відповісти відповідно до запропонованої йому методики. Кількість питань значно варіює. В одних опитувальниках 20 завдань, в інших – декілька сотень (наприклад, ММРІ складається з 550 тверджень). Безліч особистісних опитувальників, розроблених до теперішнього часу, за діагностичною спрямованістю можна поділити на опитувальники:

- рис особистості (наприклад, опитувальники Р. Кеттелла);
- типологічні (наприклад, опитувальники Г. Айзенка);
- мотивів (наприклад, опитувальник А. Едвардса);
- інтересів (наприклад, опитувальники Г. Кюдера);
- цінностей (наприклад, опитувальник Д. Супера);
- установок (наприклад, шкала Л. Терстоуна);

Застосування особистісних опитувальників дозволяє встановити:

- індивідуальну або кількісну міру вираженості психічних властивостей особистості;
- їх інтраіндивідуальні взаємозв'язки, тобто зв'язки на рівні окремої особистості;
- інтеріндивідні зв'язки, що дозволяють порівнювати між собою різних осіб.

В особистісних опитувальниках найбільш розповсюджені такі форми питань (тверджень):

1. Питання, що передбачають відповіді типу «ні». Такі питання легко формулюються, звичайно зрозумілі, відповіді на них не важкі для обстежуваних. Наприклад: «Ви ходите повільно і неквапливо?» Варіанти відповідей: «так», «ні».

2. Питання, що передбачають відповіді типу: «так», «щось середнє», «ні». Додається непевна відповідь. Як правило, непевні відповіді неінформативні, а в опитувальниках із середньою категорією відповідей може актуалізуватися відповідна установка, що спотворює одержувану інформацію (див. про це далі). Використання такої форми питань пов'язане з тим, що в деяких обстежуваних

виникає дратівливість, відмовлення від роботи в тому випадку, коли їх змушують відповідати тільки ствердно або негативно. Наприклад: «Я завжди здатний строго контролювати прояв своїх почуттів».

Принцип конструювання тестів на основі емпіричного виявлення деяких психологічних ознак дозволяє диференціювати релевантні критеріальні групи від контрольних.

3. Питання, що передбачають відповіді типу «правда – неправда», або так звані альтернативні завдання. Власне кажучи, вони мало відрізняються від дихотомічних («ні»). Наприклад: «Я ненавиджу втискуватися в переповнений автобус».

4. Питання, що передбачають відповіді типу «подобається – не подобається» (одне слово або фраза). Така форма питань використовується рідко.

5. Питання, що передбачають відповіді за рейтинговими шкалами. До питань додаються шкали: скажімо, 7-бальна з крайніми значеннями «завжди» і «ніколи». Основні проблеми, що виникають при такій формі питань, пов'язані з різним розумінням обстежуваними термінів, що вказують на частоту, і можливістю появи установки на «крайні» відповіді. Наприклад, «У присутності підлеглих я намагаюся показати свою перевагу». Варіанти відповідей: «завжди», «дуже часто», «часто», «час від часу», «рідко», «дуже рідко», «ніколи».

6. Питання, які передбачають відповіді, що є варіантами «так», «напевно», «ні». Це можуть бути такі відповіді, як «ніколи», «згоден», «не впевнений» «не згодний» і т.п. Підбір того або іншого варіанта обумовлюється значенневими особливостями питання (твердження). Наприклад: «Бувають періоди, коли мені важко втриматися від жалості до самого себе». Варіанти відповідей: «часто», «іноді», «ніколи».

7. Питання, що передбачають відповіді на основі вибору з декількох запропонованих обстежуваному розгорнутих висловлень. Як правило, це завершальна пропозиція фрази, одну з яких і необхідно обрати. Використовуються два, три і більше варіантів вибору.

Для дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці, пропонуються методики: Опитувальник для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI) (Дж. Хоффмана) та Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA) (М. Грінберг та Г. Армсен)

2.2. Опитувальник для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI) (Дж. Хоффмана),

Дослідження психологічної сепарації від батьків є складним завданням, оскільки цей процес може бути різним у кожної людини. Психологічна сепарація від батьків - це процес, коли молоді люди починають розривати емоційні зв'язки зі своїми батьками та формують своє власне ідентичне я. Цей процес буває складним та тривалим, тому для оцінки рівня психологічної сепарації від батьків можна використовувати психологічний опитувальник, такий як Psychological Separation Inventory (PSI).

Основою дослідження психологічної сепарації стала структурна модель Дж. Хоффмана, яка включає чотири компоненти сепарації: конфлікт, емоції, ставлення та функцію. Конфліктна незалежність розуміється як свобода від надмірного почуття провини, страху, недовіри, відповідальності, обмежень, образи та гніву на батьків. Вважається, що емоційна незалежність менше залежить від схвалення чи відкидання батьків. Самостійність ставлення демонструє здатність молодих людей оцінювати навколишній світ за своїми категоріями, а не за категоріями батьків, виробляти власне судження, позицію, засновану на власному досвіді. Функціональна незалежність передбачає можливість жити окремо від батьківської сім'ї, фінансову незалежність індивіда, здатність забезпечувати себе і, зрештою, свою сім'ю.

Опитувальник PSI має наступні запитання, на які респондент має відповісти, використовуючи 5-бальну шкалу, де 1 - "не згоден", а 5 - "повністю згоден". Бланк опитувальника наведено в Додатку А.

Результати опитування оцінюються залежно від загальної суми балів або середнього значення. Чим вище сума балів або середнє значення, тим менше психологічна залежність від батьків та більше психологічної сепарації.

Загальна сума балів може бути розрахована як сума балів за всі запитання. Середнє значення можна розрахувати, розділивши суму балів на кількість запитань. Наприклад, якщо досліджуваний відповів "3" на запитання 1, "4" на запитання 2, "2" на запитання 3 і т.д. до запитання 10, загальна сума балів становитиме 32. Щоб розрахувати середнє значення, треба розділити загальну суму балів на кількість запитань, що дорівнює 10. Отже, середнє значення становитиме 3,2.

На результати опитування впливають різні фактори, наприклад настрої досліджуваного, ступінь відвертості при відповідях та інші фактори, від яких залежить точність результатів. Також варто пам'ятати, що психологічна сепарація - це процес, а не одноразова подія, тому результати опитування можуть змінюватися з часом.

Незважаючи на ці обмеження, опитування PSI може бути корисним інструментом для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці. Він дозволяє отримати об'єктивну інформацію про ступінь психологічної залежності від батьків та рівень самостійності і незалежності досліджуваного, що може допомогти в подальшому плануванні індивідуальної роботи з психологом або розвитку персональних навичок.

Методика PSI є відносно новою, і дослідження її ефективності для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці ще продовжуються. Деякі дослідження показали, що PSI є корисним інструментом для вивчення психологічної сепарації у юнацькому віці.

Наприклад, в одному дослідженні було встановлено, що PSI має хорошу психометричну структуру та високу надійність, що означає, його можливість забезпечити достовірні результати. Інше дослідження показало, що PSI є

корисним інструментом для вивчення психологічної сепарації у юнацькому віці і може бути використаний для визначення ризику виникнення психологічних проблем у майбутньому.

Отже, методика PSI може бути корисною для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці, але потребує більш детального дослідження її ефективності та додаткової перевірки на надійність і валідність результатів.

2.3. Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA) (М. Грінберг та Г. Армсен)

IPPA (Inventory of Parent and Peer Attachment) - це інструмент для вимірювання прихильності або прив'язаності до батьків та однолітків. Цей опитувальник складається з двох частин – для вимірювання прихильності до батьків і прихильності до однолітків. Бланк опитувальника наведено в Додатку Б.

Опитувальник створений для оцінки відносин дитини з батьками і відносин з однолітками. Вік застосування методики - підлітковий і юнацький. Опитувальник включає в себе 25 пунктів, що характеризують відносини досліджуваного з матір'ю, 25 пунктів, які оцінюють відносини з батьком, і 25 пунктів, що відображають відносини з однолітками.

Методика включає в себе три досліджувані шкали: «Довіра», «спілкування» і «відсторонення». Перші дві шкали опитувальника допомагають дослідити структуру прихильності підлітків і ступеня їх впевненості в тому, що:

- батьки та однолітки поважають і розуміють весь спектр їх потреб;
- батьки та однолітки можуть бути чутливими і чуйними стосовно їх емоційних переживань.

Остання шкала опитувальника - «відчуження» описує досвід переживання підлітками емоційно-негативних почуттів в структурі прихильності до батьків і однокласників.

IPPA може бути корисним інструментом для дослідження взаємин між дітьми та їх батьками та однолітками, а також для оцінки ризиків психологічних проблем, пов'язаних зі зниженням рівня прихильності до батьків та однолітків.

Проте важливо пам'ятати, що IPPA не є єдиним інструментом для дослідження сепарації від батьків, тому рекомендується використовувати його в поєднанні з іншими методами та засобами збору даних. Також варто бути уважним при інтерпретації результатів та брати до уваги контекстуальні фактори, такі як культурні, соціальні та індивідуальні особливості. Вивчення сепарації від батьків в юнацькому віці є складним процесом, тому важливо залучати досвідчених фахівців для аналізу результатів та формулювання рекомендацій.

Отже, використання IPPA може бути корисним для дослідження особливостей сепарації від батьків в юнацькому віці. Юнацький вік характеризується зростанням самостійності та незалежності від батьків і це викликає різні емоції, такі як тривога, страх, злість тощо. IPPA дозволяє вимірювати рівень прихильності до батьків та визначати, чи відчуває юна людина емоційну прив'язаність до них. Це може бути корисним для вивчення процесу сепарації від батьків та встановлення зв'язку між рівнем прихильності та сепараційним процесом.

РОЗДІЛ 3 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЕПАРАЦІЇ ВІД БАТЬКІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

3.1. Організація емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці здійснюється на основі положення, що розвиток особистості у юнацькому віці пов'язаний з потребою відокремитися від батьків і створити власну ідентичність. Ця потреба зазвичай з'являється у підлітковому періоді, коли молодь починає формувати свої власні цінності, інтереси та стиль життя.

Дослідження може базуватися на теорії психологічної сепарації, яка висуває гіпотезу про те, що юнацтво - це період, коли людина починає розвиватися як окрема особистість і відокремлюється від батьківського контролю та впливу. У цьому процесі молодь досліджує конфлікти з батьками, але він необхідний для розвитку індивідуальності та становлення зрілої особистості.

Об'єктом емпіричного дослідження може бути психологічна сепарація від батьків у юнацькому віці. Це означає, що експериментатор досліджує процес відокремлення від батьківського контролю та впливу, а також його прагнення до самостійності та створення власної ідентичності.

Дослідження може зосереджуватися на таких аспектах, як соціальні відносини з батьками, його емоційний стан під час процесу сепарації, рівень самостійності та автономії у поведінці, а також вплив родинних та соціальних факторів на цей процес.

Отримані результати дослідження допомагають розуміти особливості розвитку підлітків та їх потреби у відокремленні від батьків, що має значення для практики психологічної роботи з цією категорією людей.

Предметом дослідження є процес психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці. Цей процес включає в себе різні аспекти, такі як самостійність у поведінці, формування власної ідентичності, відокремлення від батьківського

контролю та впливу, розвиток соціальних відносин з батьками та рівень конфліктності цих відносин.

Метою дослідження є встановлення особливостей процесу психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці та виявлення факторів, які впливають на цей процес.

Відповідно до мети дослідження можна визначити наступні його **завдання:**

- 1) дослідити рівень психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці;
- 2) виявити рівень прихильності до батьків та однолітків.

Емпіричне дослідження проводилось у такі етапи.

1. Підготовчий етап, в межах якого здійснювалось опрацювання наукової літератури з даної проблематики, формування гіпотези, визначення об'єкту, предмету та завдань дослідження.

Гіпотеза дослідження передбачає, що підлітки, які виявляють високий рівень самостійності та автономії у поведінці, матимуть плавніший процес сепарації від батьків, ніж ті, хто виявляє більш залежну поведінку.

Також передбачається, що підлітки, у яких гарні стосунки з батьками, матимуть менш конфліктний процес сепарації, ніж ті, хто має погані стосунки з батьками.

2. Дослідницький етап, на якому проводилось емпіричне дослідження та оброблялася отримана інформація, здійснювався її теоретичний аналіз.

Дослідження проводилося на базі Київського національного лінгвістичного університету в період з березня по квітень 2023 року. Загальна кількість осіб, що прийняла участь у нашому дослідженні становить 36 осіб, це підлітки віком 15-17 років, з них 20 дівчат та 16 хлопців.

3. Аналіз результатів емпіричного дослідження, що передбачав характеризування отриманих емпіричних даних та формулювання висновків.

3.2. Інтерпретація отриманих результатів

На першому етапі дослідження було проведено опитування для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI) (Дж. Хоффмана). Методологія PSI передбачає можливість визначення рівня сепарації певного типу, як окремо від матері та батька, так і загального рівня незалежності від батьків, результати дослідження наведено в табл.3.1.

Таблиця 3.1

Результати дослідження типів психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI)

Тип психологічної сепарації	Рівень сепарації	Дівчата		Хлопці	
		Кількість	%	Кількість	%
Конфліктологічна сепарація від матері (КСМ)	Високий	5	27	3	19
	Середній	15	73	13	81
	Низький	0	0	0	0
Конфліктологічна сепарація від батька (КСБ)	Високий	7	36	5	29
	Середній	13	64	10	61
	Низький	0	0	2	10
Емоційна сепарація від матері (ЕСМ)	Високий	0	0	7	45
	Середній	14	70	9	55
	Низький	6	30	0	0
Емоційна сепарація від батька (ЕСБ)	Високий	7	33	6	39
	Середній	12	58	10	61
	Низький	2	9	0	0
Антитюдна сепарація від матері (АСМ)	Високий	5	24	11	68
	Середній	14	70	3	19
	Низький	1	6	2	13
Антитюдна сепарація від батька (АСБ)	Високий	8	39	5	32
	Середній	11	55	10	61
	Низький	1	6	1	7
Функціональна сепарація від матері (ФСМ)	Високий	4	18	11	71
	Середній	16	79	4	26
	Низький	1	3	0	3
Функціональна сепарація від батька (ФСБ)	Високий	9	45	10	61
	Середній	11	55	5	32
	Низький	0	0	1	7

Згідно табл.3.1, можна зробити наступні висновки.

Функціональна (у співвідношенні 55% та 79%), аттитюдна (на рівні 55% та 70%), емоційна (58% та 70% відповідно) та конфліктологічна (64% та 73%) сепарація відбувається у дівчат як від батька, так і від матері на середньому рівні. Тобто, їм інколи необхідна порада батьків, погляди батьків в деякій мірі мають вплив на них, вони мають деякі незначні суперечності у відносинах та інколи їм потрібна підтримка. Але найменше вираженою виявилась емоційна сепарація, до того ж стосовно матері (низький рівень 30%), тобто у них є необхідність в емоційно близьких стосунках саме з матір'ю.

Наявний порівняно вищий показник функціональної сепарації (45%) та аттитюдної сепарації (39%) від батька, тобто дівчата без допомоги батька приймають рішення, але в меншій мірі рахуються з його поглядами порівняно з матір'ю. Також виявлений низький показник конфліктологічної сепарації від матері (27%), тобто у стосунках з матір'ю. Виявлений низький показник конфліктологічної сепарації від матері (27%), тобто у стосунках з матір'ю спостерігається більше нез'ясованих моментів, ніж у відносинах з батьком (36%).

Що стосується хлопців, то функціональна сепарація від батьків простежується на високому рівні (61% та 71%), переважно від матері, тобто більшість хлопців здатні без допомоги батьків самостійно приймати рішення. Аттиюдна сепарація від батьків на середньому рівні (61%), тобто погляди батька лише в деякій мірі впливають на погляди хлопців, а аттиюдна сепарація від матері має високий рівень (68%), тобто думка матері не впливає на хлопців, вони мають власні погляди, незалежні від батьків. Емоційна сепарація від батьків також на середньому рівні (61% та 55% відповідно), що свідчить про виражену необхідність хлопцям в деяких випадках схвалення та підтримки батьків. Конфліктологічна сепарація від батьків також на середньому рівні (61% та 81%), тобто наявні деякі нерозв'язані суперечності з батьками, до того ж у відносинах з батьком простежується їх більше.

Отже, за результатами дослідження дівчата виявились більш залежними від батьків ніж хлопці. Дівчата вбачають в своїх батьках опору та постійну підтримку, яка приходить на допомогу. Вони більш прихильні до матері ніж до батька. Хлопці, натомість, більш самостійні, можуть самі приймати рішення та керувати своїм життям.

Наступним етапом дослідження є виявлення прихильності до батьків та однолітків (IPRA) (М. Грінберг та Г. Армсен). Використання цього опитувальника в ключі даного дослідження має низку переваг, оскільки дозволяє не тільки зафіксувати ранні показники прихильності у підлітків, а й розширити коло об'єктів прихильності, що дуже важливо для специфіки вік, зміни в управлінській діяльності та ситуації соціального розвитку.

Використовувана анкета фіксує не тільки прихильність молоді до матері, а й до батька та однолітків. Останнє є найважливішим, як уже було сказано вище, у цьому віці особливого значення набуває спілкування з однолітками. Результати опитувальника IPRA наведені в табл.3.2 з урахуванням гендерних відмінностей у відсотках.

Таблиця 3.2

Розподіл учасників згідно з домінуючими показниками за шкалами опитувальника IPRA

Об'єкт	Шкала	Дівчата		Хлопці		Загальна група	
		Кількість	%	Кількість	%	Кількість	%
Мати	Довіра	15	75	11	70	26	72,5
	Спілкування	15	75	10	60	24	67,5
	Відсторонення	3	15	3	20	7	20
Батько	Довіра	13	65	8	50	21	57,5
	Спілкування	15	75	7	45	22	60
	Відсторонення	7	35	8	50	15	42,5
Однолітки	Довіра	11	55	12	75	23	65
	Спілкування	12	60	12	75	24	67,5
	Відсторонення	8	40	3	20	11	30

Аналіз запропонованих даних за методологією IPPA доцільніше почати з опису загальногрупових результатів.

При оцінці психологічного зв'язку з матір'ю виявилось, що переважна більшість учасників відзначають одночасне переважання на шкалах довіри та спілкування, що є показником позитивних стосунків з батьком. Лише у 20% учасників було діагностовано високі бали за шкалою депривації (індекс слабкої прихильності), що вказує на відсутність тісної прихильності до батька. Цікаво, що відхід від матері в групі підлітків спостерігався набагато рідше, ніж в інших людей. Наприклад, 30% виявилися дистанційованими відносно до своїх однолітків. А дистанція до батька спостерігалася у трохи менше половини учасників. При цьому 60% всієї досліджуваної групи були не проти підтримувати з ним дружні стосунки.

Для більш повної інтерпретації даних варто звернутися до середніх значень (М), отриманих з опитувальника. Особливу увагу слід приділити гендерному аспекту, оскільки тут необхідно чітко виділити певні характеристики. Середні значення для опитувальника IPPA представлені графічно на рис.3.1 (профіль групи хлопців) і 3.2 (профіль групи дівчат).

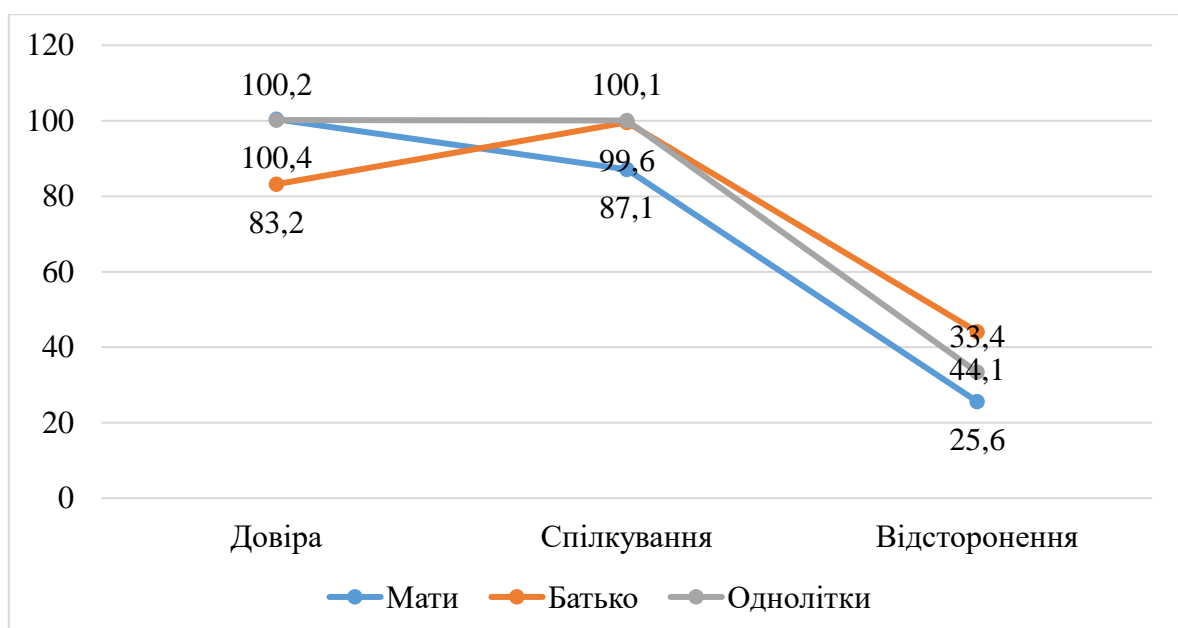


Рис.3.1. Середні значення, отримане за опитувальником IPPA у хлопців

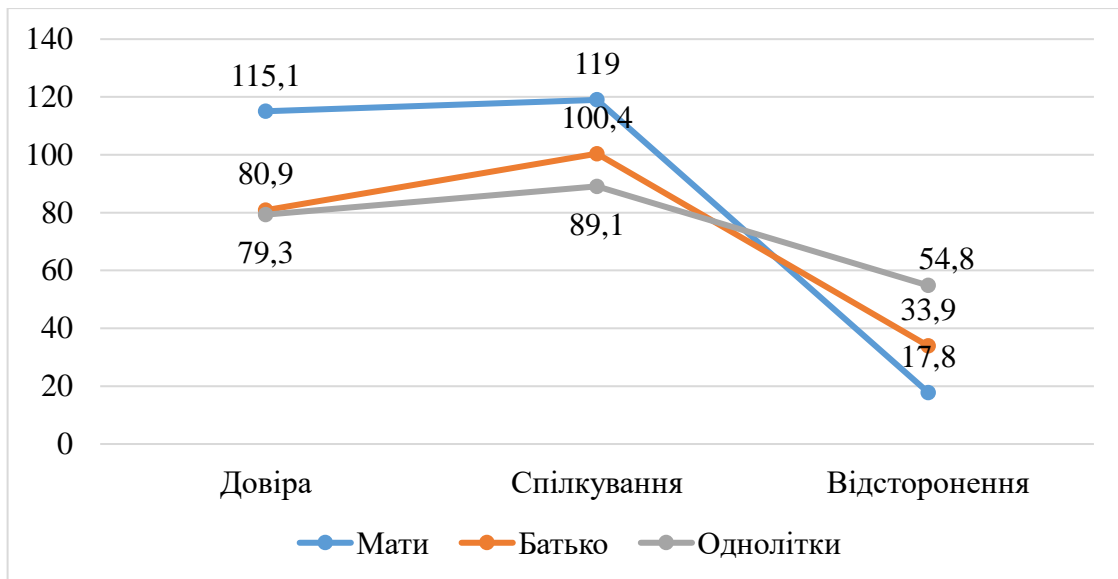


Рис.3.2. Середнє значення, отримане за опитувальником ІРРА у дівчат

Зіставивши графічні значення, варто особливо відзначити міжгрупові відмінності за шкалою «Довіра» та «Спілкування». Цікаво, що у хлопчиків прояв прихильності за цими двома показниками найбільш спрямований на однолітків («Довіра» - 102,2 бала, «Спілкування» - 100,1 бала), тоді як у дівчаток психологічна прихильність більш орієнтована на матір («Довіра» – 115,1 бал, «Спілкування» – 119 балів).

Тобто можна припустити, що у молодшому підлітковому віці хлопчики орієнтовані взаємодію з однолітками, референтна група їм стає головним джерелом підтримки. У дівчаток навпаки велика чутливість звернена на матір. Результати опитувальника показують, що дівчата більшою мірою виявляють чутливість до матері, розглядають її як об'єкт допомоги та поваги, готові ділитися з нею емоційними переживаннями. При цьому як у хлопців, так і у дівчат було встановлено досить схожі результати в оцінці психологічної прихильності до батька.

Отже, у хлопців молодшого підліткового віку психологічна прихильність більшою мірою спрямована на однолітків. Дівчатам цієї вікової групи навпаки більш властива прихильність до матері.

ВИСНОВКИ

1. Особливості підліткового віку характеризуються формуванням ідентичності, що завершується більш структурованою системою ціннісних орієнтацій, яка визначає життєві пріоритети та послідовність постановки та реалізації цілей. З'являються досить визначені міркування щодо того, ким бути і як будувати своє подальше життя. Завдяки відчуттю індивідуальної самототожності, єдності та наступності власного «Я» молода людина готова вибрати життєві цілі, формувати життєві плани, будувати життєві перспективи, робити зважений, обміркований життєвий вибір.

2. Незалежно від того, які конфлікти та труднощі можуть виникати між батьками та підлітками, важливо зберігати відкритий та довірливий спосіб спілкування. Батьки можуть допомогти своїм дітям у підлітковому віці, засновуючи співпрацю та підтримуючи здорові відносини з ними.

3. Для дослідження особливостей психологічної сепарації від батьків в юнацькому віці, пропонуються методики: Опитувальник для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI) (Дж. Хоффмана) та Опитувальник прихильності до батьків та однолітків (IPPA) (М. Грінберг та Г. Армсен)

4. Методика PSI може бути корисною для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці, але потребує більш детального дослідження її ефективності та додаткової перевірки на надійність і валідність результатів.

5. Використання IPPA може бути корисним для дослідження особливостей сепарації від батьків в юнацькому віці. Юнацький вік характеризується зростанням самостійності та незалежності від батьків, що може викликати різні емоції, такі як тривога, страх, злість тощо. IPPA дозволяє вимірювати рівень прихильності до батьків та визначати, чи відчуває юна людина емоційну прив'язаність до них. Це може бути корисним для вивчення процесу

сепарації від батьків та встановлення зв'язку між рівнем прихильності та сепараційним процесом.

б. Дослідження проводилося на базі Київського національного лінгвістичного університету в період з березня по квітень 2023 року. Загальна кількість осіб, що прийняла участь у нашому дослідженні становить 36 осіб, це підлітки віком 17-18 років, з них 20 дівчат та 16 хлопців.

На першому етапі дослідження було проведено опитування для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI) (Дж. Хоффмана). за результатами дослідження дівчата виявились більш залежними від батьків ніж хлопці. Дівчата вбачають в своїх батьках опору та постійну підтримку, яка приходить на допомогу. Вони більш прихильні до матері ніж до батька. Хлопці, натомість, більш самостійні, можуть самі приймати рішення та керувати своїм життям.

Наступним етапом дослідження є виявлення прихильності до батьків та однолітків (IPPA) (М. Грінберг та Г. Армсен). Тобто можна припустити, що у молодшому підлітковому віці хлопчики орієнтовані взаємодію з однолітками, референтна група їм стає головним джерелом підтримки. У дівчат навпаки велика чутливість звернена на матір. Результати опитувальника показують, що дівчата більшою мірою виявляють чутливість до матері, розглядають її як об'єкт допомоги та поваги, готові ділитися з нею емоційними переживаннями. При цьому як у хлопців, так і у дівчат було встановлено досить схожі результати в оцінці психологічної прихильності до батька.

Отже, підтверджено гіпотезу що підлітки, які виявляють високий рівень самостійності та автономії у поведінці, будуть мати більш плавний процес сепарації від батьків, ніж ті, хто виявляє більш залежну поведінку. Також може передбачатися, що підлітки, які мають гарні стосунки з батьками, будуть мати менш конфліктний процес сепарації, ніж ті, хто має погані стосунки з батьками.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєва М. І. Взаємодія батьків і дітей в сім'ї як виховний чинник / М. І. Алексєєва // Розвиток ідей Г. С. Костюка в сучасних психологічних дослідженнях: наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2000. – Вип. 20. – Ч. 1. – С. 24–30.
2. Андрейко А. В. Батьківські настановлення як психологічний чинник формування життєвого сценарію особи / А. В. Андрейко // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – Т. IX. – Ч. 1. – К., 2007. – С. 16 – 21. Бех І. Д. Категорія «ставлення» в контексті розвитку образу «Я» особистості. Педагогіка і психологія. 2017. № 3. С. 52-56
3. Вікова та педагогічна психологія: Навчальний посібник / О.В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднічук та ін. [2-ге вид.]. К.: Каравела, 2009. 400 с.
4. Ахмеров Р. А. Психология личности. Психобиографические характеристики субъекта с автономным типом саморегуляции деятельности / Р. А. Ахмеров, Г. С. Прыгин // Психологический журнал. – 2005. – № 6. – С. 25–35. 7. Байєр О. М. Психічна саморегуляція старших дошкільників / О. М. Байєр // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 7. – С. 70–73.
5. Джеймс В. Психология / Под ред. Л.О. Петровской / В. Джемс. М. : Педагогика, 1991. 368 с.
6. Заброцький М.М. Вікова психологія: Навчальний посібник / Михайло Михайлович Заброцький. К.: МАУП, 1998. 92с.
7. Зайченко Л. В. Вплив психологічної сепарації на уявлення про любов в юнацькому віці : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник Н. Ф. Шевченко. Запоріжжя : ЗНУ, 2022. 66 с.
8. Брагіна Н. В. Вплив сім'ї на формування життєвого шляху особистості / Н. В. Брагіна // Наукові записки Інституту ім. Г. С. Костюка АПН України. – К.: Главник, 2005. – Вип. 26. – Т. 1. – С. 149–154. Коваленко А. Б. Соціальна

- ідентичність як механізм адаптації особистості під час суспільної кризи. Український психологічний журнал. 2017. № 1 (3). С. 48–62
9. Власова Н. В. Аналіз соціально-психологічних особливостей взаємин батьків і дітей юнацького віку / Н. В. Власова // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – Т. XI. – Ч. 3. – К., 2009. – С. 78–89.
 10. Власова Н. В. Особливості батьківсько-юнацьких взаємин у сім'ї та їх вплив на формування уявлень про себе у юнаків та дівчат / Н. В. Власова // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – Т. X. – Ч. 2. – К., 2008. – С. 76–82.
 11. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*. N.Y.: Franklin Watts, 1984. 178 p. Моргун В.Ф. Основи психологічної діагностики. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Слово, 2009. 464 с.
 12. Мясищев В. М. Основные проблемы и современное состояние психологических отношений человека. *Психологическая наука в СССР*. М. : АПН РСФСР, 1960. Ч. 2. С. 110-125.
 13. Потапова Ю.В. Гендерные особенности формирования эмоциональной сепарации в юношеском возрасте. *Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика*. 2016. Том 22. № 1. С. 82–87
 14. Чепелева Н.В., Рудницька С.Ю. Психологічна характеристика особистості, здатної до самопроекування. *Педагогіка і психологія*. 2018. № 1. С. 71 – 77.
 15. Маленова А.Ю., Потапова Ю.В. Феномен сепарации: определение проблемного поля исследования // *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*, 2013, №2. С. 41–48.

ДОДАТКИ

Додаток А

Опитувальник для вивчення психологічної сепарації від батьків у юнацькому віці Psychological Separation Inventory (PSI) (Дж. Хоффмана), в адаптації В.П. Дзукаєвої, Т.Ю. Садовникової

Запитання	Зовсім не про мене (1)	Швидше ні, ніж так (2)	Частково характерно, частково ні (3)	Скоріше так, ніж ні (4)	Точно про мене (5)
1. Іноді моя мати в тягар мені.					
2. Я відчуваю тугу, якщо я надто довго перебуваю далеко від своєї матері.					
3. Мої переконання щодо расової рівності подібні до переконань моєї матері.					
4. Бажання моєї матері вплинули на мій вибір друзів.					
5. Я відчуваю, що я постійно в стані війни з матір'ю.					
6. Я звинувачую свою матір у багатьох проблемах, які я маю.					
7. Я хочу більше довіряти своїй матері.					
8. Моє ставлення до непристойності подібне до моєї матері до цього.					
9. Коли я буваю у скрутній ситуації, зазвичай я звертаюся за допомогою до матері.					
10. Моя мати – найважливіша людина у світі для мене.					
11. Я маю бути обережним, щоб не зачіпати почуття матері.					
12. Моя думка щодо ролі жінок подібна до думки моєї матері.					
13. Я часто прошу матір допомогти мені у вирішенні моїх особистих проблем.					
14. Іноді я відчуваю, що моя мати зі мною грубо поводить.					
15. Я хотів би, щоб моя мати не виявляла таку надмірну опіку про мене.					
16. Моя думка щодо ролі чоловіків подібна до думки моєї матері.					
17. Я не зробив би важливої покупки без схвалення моєї матері.					
18. Мені хочеться, щоб моя мати не намагалася керувати мною.					
19. Мені хочеться, щоб моя мати не висміювала мене.					
20. Мої релігійні переконання подібні до переконань моєї матері.					
21. Бажання моєї матері вплинули на мій вибір навчального закладу.					
22. Я відчуваю, що маю зобов'язання перед матір'ю.					
23. Моя мати чекає від мене надто багато.					
24. Мені хотілося б перестати брехати своїй матері.					
25. Мої погляди на виховання дітей подібні до поглядів моєї матері.					
26. Моя мати допомагає мені вести мій бюджет.					
27. Мені часто хочеться, щоб моя мати дивилася на мене як на дорослу людину.					
28. Чесність у моїй системі цінностей займає таке саме місце, як у моєї матері.					
29. Загалом я раджуся з матір'ю, коли планую провести вихідні за містом.					

30 Я часто гніваюсь на свою матір.					
31 Мені подобається обіймати та цілувати мою матір.					
32 Я ненавиджу, коли моя мати висловлює припущення, що я роблю.					
33 На самоті я ставлюся так само, як і моя мати.					
34 Я раджуся з матір'ю щодо форми робочої зайнятості (повна/неповна).					
35 Я вирішую зробити щось тільки якщо моя мати схвалить це.					
36 Навіть коли моя мати має гарну ідею, я відмовляюся слухати її, бо саме вона пропонує її.					
37 Коли у мене погані результати навчання, я відчуваю, що підводжу свою матір.					
38 Моє ставлення до охорони навколишнього середовища подібне до моєї матері до цього.					
39 Я питаю поради у матері, коли потрапляю у складну ситуацію.					
40 Я не хотів би, щоб моя мати змушувала мене приймати її сторону.					
41 Моя мати – мій найкращий друг.					
42 Я сперечаюся зі своєю матір'ю з багатьох питань.					
43 Мої уявлення про виникнення світу схожі на уявлення моєї матері.					
44 Я роблю так, як вирішить моя мати в більшості питань, що виникають.					
45 Мені здається, я ближчий до своєї матері, ніж більшість людей мого віку.					
46 Моя мати іноді ставить мене в незручне становище.					
47 Іноді я думаю, що я занадто залежний від матері.					
48 Мої уявлення про те, що відбувається з людьми після смерті, схожі на уявлення моєї матері.					
49 Я прошу пораду у матері, коли планую як провести канікули/відпустку.					
50 Іноді я соромлюся своєї матері.					
51 Реакції моєї матері мають для мене дуже велике значення.					
52 Я гніваюсь, коли мати критикує мене.					
53 Моє ставлення до інтимної близькості схоже на відношення моєї матері до цього.					
54 Мені хотілося б отримувати допомогу матері у виборі одягу, який я купую для особливих випадків.					
55 Іноді я відчуваю, ніби ми з моєю матір'ю – одне ціле					
56 Я почуваюся незручно, приховуючи щось від матері.					
57 Моє ставлення до захисту Батьківщини схоже на відношення матері до цього.					
58 Я звертаюся до матері щоразу, коли щось іде не так.					
59 Мені часто доводиться ухвалювати рішення за мою матір.					
60 Я не впевнений, чи можу я обійтися в житті без матері.					
61 Іноді я пручаюсь тому, що мати каже робити мені.					
62 Моє ставлення до психічно хворих людей схоже зі ставленням матері до цього.					
63 Іноді мій батько в тягар мені.					
64 Я відчуваю тугу, якщо я надто довго перебуваю далеко від свого батька.					
65 Мої переконання щодо расової рівності подібні до переконань мого батька.					
66 Бажання мого батька вплинули на мій вибір друзів.					
67 Я відчуваю, що я постійно в стані війни з батьком.					

68 Я звинувачую свого батька у багатьох проблемах, які я маю.					
69 Я хочу більше довіряти батькові.					
70 Моє ставлення до непристойності подібне до ставлення мого батька до цього.					
71 Коли я буваю у скрутній ситуації, зазвичай я звертаюся за допомогою до батька.					
72 Мій батько – найважливіша людина у світі для мене.					
73 Я маю бути обережним, щоб не зачіпати почуття батька.					
74 Моя думка щодо ролі жінок подібна до думки мого батька.					
75 Я часто прошу батька допомогти мені у вирішенні моїх особистих проблем.					
76 Іноді я відчуваю, що мій батько зі мною грубо поводить.					
77 Я хотів би, щоб мій батько не виявляв таку надмірну опіку про мене.					
78 Моя думка щодо ролі чоловіків подібна до думки мого батька.					
79 Я не зробив би важливої покупки без схвалення мого батька.					
80 Мені хочеться, щоб батько не намагався керувати мною.					
81 Мені хочеться, щоб мій батько не висміював мене.					
82 Мої релігійні переконання подібні до переконань мого батька.					
83 Бажання мого тата вплинули на мій вибір навчального закладу.					
84 Я відчуваю, що маю зобов'язання перед батьком.					
85 Мій батько чекає від мене надто багато.					
86 Мені хотілося б перестати брехати моєму батькові.					
87 Мої погляди на виховання дітей подібні до поглядів мого батька.					
88 Мій батько допомагає мені вести мій бюджет.					
89 Мені часто хочеться, щоб мій батько дивився на мене як на дорослу людину.					
90 Чесність у моїй системі цінностей посідає таке саме місце, як у мого батька.					
91 Загалом я раджуся з батьком, коли планую провести вихідні за містом.					
92 Я часто гніваюсь на свого батька.					
93 Мені подобається обіймати та цілувати мого батька.					
94 Я ненавиджу, коли мій батько висловлює припущення про те, що я роблю.					
95 На самоті я ставлюся так само, як і мій батько.					
96 Я раджуся з батьком щодо форми робочої зайнятості (повна/неповна).					
97 Я вирішую зробити щось тільки якщо мій батько схвалить це.					
98 Навіть коли мій батько має гарну ідею, я відмовляюся слухати її, тому що саме він пропонує її.					
99 Коли маю погані результати з навчання, я відчуваю, що підводжу свого батька.					
100 Моє ставлення до охорони навколишнього середовища подібне до мого батька до цього.					
101 Я питаю поради у батька, коли потрапляю у складну ситуацію.					
102 Я не хотів би, щоб мій батько змушував мене приймати його бік.					

103 Мій батько – мій найкращий друг.					
104 Я сперечаюся зі своїм батьком з багатьох питань.					
105 Мої уявлення про виникнення світу схожі на уявлення мого батька.					
106 Я роблю так, як вирішить мій батько в більшості питань.					
107 Мені здається, я ближчий до свого батька, ніж більшість людей мого віку.					
108 Мій батько іноді ставить мене в незручне становище.					
109 Іноді я думаю, що я занадто залежний від батька.					
110 Мої уявлення про те, що відбувається з людьми після смерті, схожі на уявлення мого батька.					
111 Я прошу пораду у батька, коли планую, як провести канікули/відпустку.					
112 Іноді я соромлюся свого батька.					
113 Реакції мого батька мають надто велике значення.					
114 Я гніваюсь, коли батько критикує мене.					
115 Моє ставлення до інтимної близькості схоже на ставлення мого батька до цього.					
116 Мені хотілося б отримувати допомогу батька у виборі одягу, який я купую для особливих випадків.					
117 Іноді я відчуваю, що ми з моїм батьком – одне ціле.					
118 Я почуваюся незручно, приховуючи щось від батька.					
119 Моє ставлення до захисту Батьківщини схоже на ставлення батька до цього.					
120 Я звертаюся до батька щоразу, коли щось іде не так.					
121 Мені часто доводиться приймати рішення за батька.					
122 Я не впевнений, чи зможу я обійтися без батька.					
123 Іноді я пручаюся тому що батько каже робити мені.					
124 Моє ставлення до психічно хворих людей схоже зі ставленням батька до цього.					

Додаток Б

Нижче наведено висловлювання, які описують Ваші можливі почуття до матері. Будь ласка, прочитайте висловлювання та оцініть, використовуючи 5-ти бальну шкалу, наскільки воно відповідає Вашим почуттям. 1 – ні; 2 – скоріше ні; 3 – і так, і ні; 4 – скоріше так; 5 – так.

1. Моя мати поважає мої почуття
2. Я вважаю, що моя мати добре справляється зі своїми материнськими обов'язками
3. Краще б у мене була інша мати
4. Моя мати приймає мене таким, яким я є
5. Мені подобається дізнаватися, що думає моя мати з питань, які мене турбують
6. Я відчуваю, що немає сенсу виявляти свої почуття до матері
7. Моя мати може відчутти, що я чимось засмучений (а)
8. Нерозумно і соромно обговорювати свої проблеми з матір'ю
9. Моя мати чекає від мене занадто багато
10. Моя мати мене часто дратує
11. Я дратуюсь набагато частіше, ніж знає про це моя мати
12. Коли ми щось обговорюємо, моя мати враховує мою думку
13. Моя мати довіряє моему рішенню
14. У моєї матері свої проблеми, тому я не турбую її своїми
15. Моя мати допомагає мені краще зрозуміти себе
16. Я ділюся з матір'ю своїми проблемами та переживаннями
17. Буває, я злюся на свою матір
18. Моя мати не приділяє мені достатньо уваги
19. Моя мати допомагає мені говорити про мої труднощі
20. Моя мати мене розуміє
21. Коли я на щось злюся, моя мати ставиться до цього з розумінням
22. Я довіряю своїй матері
23. Моя мати не розуміє, через що мені доводиться проходити зараз
24. Я можу розраховувати на свою матір, коли мені треба виговоритися/зняти вантаж із душі
25. Якщо моя мати знає, що мене щось турбує, вона запитує мене про це.

Нижче наведено висловлювання, які описують Ваші можливі почуття до батька. Будь ласка, прочитайте висловлювання та оцініть, використовуючи 5-ти бальну шкалу, наскільки воно відповідає Вашим почуттям. 1 – ні; 2 – скоріше ні; 3 – і так, і ні; 4 – скоріше так; 5 – так.

1. Мій батько поважає мої почуття
2. Я вважаю, що Мій батько добре справляється зі своїми
3. Краще б у мене був інша батько
4. Мій батько приймає мене таким, яким я є
5. Мені подобається дізнаватися, що думає Мій батько з питань, які мене турбують
6. Я відчуваю, що немає сенсу виявляти свої почуття до батька
7. Мій батько може відчутти, що я чимось засмучений (а)
8. Нерозумно і соромно обговорювати свої проблеми з батьком
9. Мій батько чекає від мене занадто багато
10. Мій батько мене часто дратує
11. Я дратуюсь набагато частіше, ніж знає про це Мій батько
12. Коли ми щось обговорюємо, Мій батько враховує мою думку
13. Мій батько довіряє моєму рішенню
14. У мого батька свої проблеми, тому я не турбую її своїми
15. Мій батько допомагає мені краще зрозуміти себе
16. Я ділюся з батьком своїми проблемами та переживаннями
17. Буває, я злюся на свого батька
18. Мій батько не приділяє мені достатньо уваги
19. Мій батько допомагає мені говорити про мої труднощі
20. Мій батько мене розуміє
21. Коли я на щось злюся, Мій батько ставиться до цього з розумінням
22. Я довіряю своєму батьку
23. Мій батько не розуміє, через що мені доводиться проходити зараз
24. Я можу розраховувати на батька, коли мені треба виговоритися/зняти вантаж із душі
25. Якщо Мій батько знає, що мене щось турбує, він запитує мене про це.

Нижче наведено висловлювання, які описують Ваші можливі почуття до однолітків. Будь ласка, прочитайте висловлювання та оцініть, використовуючи 5-ти бальну шкалу, наскільки воно відповідає Вашим почуттям. 1 – ні; 2 – скоріше ні; 3 - і так, і ні; 4 – скоріше так; 5 – так.

1. Мої однолітки поважають мої почуття
2. Я вважаю, що мої однолітки добре справляються зі своїми обов'язками
3. Краще б у мене була інші однолітки
4. Мої однолітки приймають мене таким, яким я є
5. Мені подобається дізнаватися, що думають мої однолітки з питань, які мене турбують
6. Я відчуваю, що немає сенсу виявляти свої почуття до них
7. Мої однолітки може відчутти, що я чимось засмучений (а)
8. Нерозумно і соромно обговорювати свої проблеми з однолітками
9. Мої однолітки чекають від мене занадто багато
10. Мої однолітки мене часто дратують
11. Я дратуюсь набагато частіше, ніж знають про це мої однолітки
12. Коли ми щось обговорюємо, мої однолітки враховують мою думку
13. Мої однолітки довіряють моєму рішення
14. У моїх однолітків свої проблеми, тому я не турбую її своїми
15. Мої однолітки допомагають мені краще зрозуміти себе
16. Я ділюся з однолітками своїми проблемами та переживаннями
17. Бувають, я злюся на своїх однолітків
18. Мої однолітки не приділяють мені достатньо уваги
19. Мої однолітки допомагають мені говорити про мої труднощі
20. Мої однолітки мене розуміють
21. Коли я на щось злюся, мої однолітки ставляться до цього з розумінням
22. Я довіряю своїм одноліткам
23. Мої однолітки не розуміють, через що мені доводиться проходити зараз
24. Я можу розраховувати на однолітків, коли мені треба виговоритися/зняти вантаж із душі
25. Якщо мої однолітки знають, що мене щось турбує, вони запитують мене про це.