



УДК 159.922

[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-2\(68\)-1697-1709](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-2(68)-1697-1709)

**Гриджук Вікторія Дмитрівна** кандидат психологічних наук, доцент, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, <https://orcid.org/0009-0006-7600-6283>

**Никоненко Олена Вікторівна** кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, <https://orcid.org/0000-0002-0794-7905>

**Храпа Олена Миколаївна** магістрантка спеціальності «Психологія» ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК»

## СОЦІАЛЬНО ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ СЕПАРАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ РАНЬОГО ДОРОСЛОГО ВІКУ ВІД РОДИТЕЛЬСЬКОЇ СІМ'Ї

**Анотація.** У ході дослідження теоретично обгрунтовано, що психологічна сепарація особистості раннього дорослого віку є складним процесом, що охоплює фізичну, емоційну, соціальну та ціннісну автономію. Вона передбачає поступове відокремлення від батьківської сім'ї, що пов'язується зі здатністю до самостійного прийняття рішень, визначенням життєвих цілей та прийняттям відповідальності за власне життя. Аналіз психодинамічного, когнітивно-поведінкового та системного сімейного підходів дозволив показати, що сепарація є тривалим процесом, який супроводжується внутрішніми конфліктами, кризами та потребою у підтримці значущих дорослих. Важливе значення має надійна прив'язаність до батьків на ранніх етапах життя, що створює психологічну основу для розвитку автономності, впевненості у власних силах та здатності до конструктивної соціальної взаємодії.

Ефективність сепараційного процесу залежить від стилю виховання та соціально-психологічних умов сім'ї. Демократичний стиль сприяє розвитку автономності, критичного мислення, емоційної стабільності та суб'єктності, тоді як авторитарні або надмірно ліберальні стратегії можуть ускладнювати формування самостійності, викликати тривожність та емоційну невпевненість. Гендерні особливості також впливають на темпи та специфіку автономізації: юнаки зазвичай показують більш ранню автономію, тоді як дівчата потребують більшої підтримки й емоційного супроводу у процесі відокремлення. На сучасному етапі розвитку психологічної науки сепарація розглядається як інтеграція когнітивних, емоційних та соціальних процесів, що дозволяє



особистості зберігати емоційні зв'язки з батьками, не втрачаючи власної незалежності.

Аналіз результатів емпіричного дослідження соціально-психологічних умов та чинників сепарації особистості раннього дорослого віку показав відмінності у сепарації залежно від статі: дівчата частіше показують низьку та середню емоційну автономію від матері (29% і 71%), тоді як хлопці мають вищий рівень функціональної та аттитюдної автономії (до 62%). Встановлено, що більшість респондентів (72,5%) мають достатній рівень диференціації «Я» ( $M = 3,7$ ), що вказує на сформованість базових передумов для автономного функціонування. Показники співзалежності виявилися низько-середніми (2,2-2,4 бала), що свідчить про схильність до відповідальної поведінки та самостійних рішень. За результатами шкали самотності встановлено статистично значущі відмінності між групами ( $p = 0,002$ ;  $p = 0,000$ ), що дозволяє пов'язати високий рівень самотності з емоційною незрілістю та недостатньою автономією.

Авторська анкета підтвердила сформованість суб'єктивного відчуття автономності: 52% молоді показують високий рівень внутрішньої самостійності, 55% - здатність до самостійних рішень, 47,5% - достатню емоційну саморегуляцію, а 68% - адекватну підтримку з боку батьків.

**Ключові слова:** особистість; рання зрілість; мала соціальна група; сім'я як референтна група; психологічний процес сепарації особистості.

**Hrydzhuk Viktoriia Dmytrivna** Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, University of Economics and Law "KROK", Kyiv, <https://orcid.org/0009-0006-7600-6283>

**Nykonenko Olena Viktorivna** Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Psychology, University of Economics and Law "KROK", Kyiv, <https://orcid.org/0000-0002-0794-7905>

**Khrapa Olena Mykolaivna** master's student in the specialty "Psychology" of the Higher Educational Institution "University of Economics and Law "KROK"

## **SOCIAL\_PSYCHOLOGICAL CONDITIONS OF SEPARATION OF THE EARLY ADULT PERSONALITY FROM THE PARENTAL FAMILY**

**Abstract.** The study theoretically substantiated that the psychological separation of the early adult personality is a complex process that encompasses physical, emotional, social and value autonomy. It involves a gradual separation from the parental family, which is associated with the ability to make independent decisions, determine life goals and take responsibility for one's own life.



The analysis of psychodynamic, cognitive-behavioral and systemic family approaches allowed us to show that separation is a long-term process, accompanied by internal conflicts, crises and the need for support from significant adults. A secure attachment to parents in the early stages of life is important, creating a psychological foundation for the development of autonomy, self-confidence, and the ability to engage in constructive social interaction.

The effectiveness of the separation process depends on the style of upbringing and the socio-psychological conditions of the family. A democratic style promotes the development of autonomy, critical thinking, emotional stability and subjectivity, while authoritarian or overly liberal strategies can complicate the formation of independence, cause anxiety and emotional insecurity. Gender characteristics also affect the pace and specificity of autonomization: boys usually show earlier autonomy, while girls need more support and emotional accompaniment in the process of separation. At the current stage of development of psychological science, separation is considered as an integration of cognitive, emotional and social processes, which allows an individual to maintain emotional ties with parents without losing their own independence.

Analysis of the results of an empirical study of the socio-psychological conditions and factors of early adulthood personality separation showed differences in separation depending on gender: girls more often show low and medium emotional autonomy from their mother (29% and 71%), while boys have a higher level of functional and attitudinal autonomy (up to 62%). It was found that the majority of respondents (72.5%) have a sufficient level of "I" differentiation ( $M = 3.7$ ), which indicates the formation of basic prerequisites for autonomous functioning. Codependency indicators were low-medium (2.2-2.4 points), which indicates a tendency to responsible behavior and independent decisions. According to the results of the loneliness scale, statistically significant differences between groups were established ( $p = 0.002$ ;  $p = 0.000$ ), which allows us to associate a high level of loneliness with emotional immaturity and insufficient autonomy. The author's questionnaire confirmed the formation of a subjective sense of autonomy: 52% of young people show a high level of internal independence, 55% - the ability to make independent decisions, 47.5% - sufficient emotional self-regulation, and 68% - adequate support from parents.

**Keywords:** personality; early maturity; small social group; family as a reference group; psychological process of personality separation.

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство характеризується соціальними трансформаціями, зміною сімейних моделей та зростанням вимог до самостійності, відповідальності та емоційної зрілості молодої людини. На етапі ранньої дорослості молодь стикається з необхідністю приймати власні життєві рішення, вибудовувати автономні стосунки, професійно самовизначатися та відповідати за наслідки власного вибору. В цих умовах особливим є психологічна сепарація від батьківської сім'ї, яка є не тільки нормою вікового



розвитку, а й передумовою становлення зрілої, автономної, емоційно стабільної та соціально компетентної особистості. Попри велику кількість наукових праць, дослідження соціально-психологічних умов сепарації молоді раннього дорослого віку, включаючи емоційні, ціннісні, комунікативні, функціональні та міжособистісні чинники, залишаються недостатньо розробленими. Недостатньо вивчено проблематику типології сепарації особистості раннього дорослого віку залежно від проявів цих умов, а також вплив особистісних характеристик - рівня диференціації «Я», типів прив'язаності, співзалежності та відчуття самотності - на перебіг процесу автономізації.

В зв'язку з цим дослідження соціально-психологічних умов сепарації особистості раннього дорослого віку від батьківської сім'ї залишаються актуальними у теоретичному і в практичному вимірі. Вони дозволяють поглибити розуміння напрямків становлення автономності молоді людини, виявити бар'єри та ресурси сепарації, а також сприяти психологічному супроводу молоді у період переходу до самостійного життя.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблематика сепарації досліджується у працях Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, М. Малер, М. Боуена, К. Бартолом'ю, П. Блоса, які підкреслюють важливість прив'язаності, індивідуальності та диференціації «Я» як ключових видів автономізації. У вітчизняній психології питання сепарації та формування особистісної автономії висвітлюють А. Кульчицька, С. Полікарчик, В. Крамченкова, О. Чурсіна, О. Гринів, А. Фандеєва, О. Фролова, М. Дацюк, А. Критик та інші дослідники, наголошуючи на значущості сімейної взаємодії, стилю виховання та соціально-психологічного середовища як умов формування здатності молоді людини до самостійного життя.

**Мета статті.** Метою статті є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження соціально-психологічних умов сепарації особистості раннього дорослого віку від батьківської сім'ї.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Процес сепарації від батьківської сім'ї охоплює весь онтогенетичний розвиток людини - від раннього дитинства до дорослого віку. Сепарація супроводжується психологічними процесами та конфліктами, характерними для різних вікових періодів. Юнацький, що асоціюється передусім зі студентським періодом життя молоді людини, пов'язаний з інтеграцією соціальної та емоційної автономії, формуванням ідентичності, розвитком навичок саморегуляції, професійної орієнтації та відповідальності за власне життя [3].

При цьому на формування автономності особистості раннього дорослого віку впливає насамперед сімейне виховання, зокрема, стиль виховання в дитинстві і підлітковому віці. Саме він визначає швидкість і якість сепарації. Так, демократичний стиль сприяє розвитку автономності, надаючи дитині підтримку,



свободу вибору та можливість брати відповідальність за власні дії. Авторитарний стиль уповільнює формування самостійності та емоційної автономії, оскільки дитина звикає залежати від дорослого та уникати конфліктів. Ліберальний стиль із надмірною свободою без належної підтримки також несприятливий для успішної автономізації, адже може викликати емоційну невпевненість і труднощі з прийняттям рішень [1]. З наслідками кожного зі стилів виховання ми стикаємося в ранньому дорослому віці.

Цікаво, що у своїх дослідженнях С. Тоунсен і його колеги вказували на велике значення прив'язаності студентів до батьків. При цьому юнаки/дівчата з надійним типом прив'язаності менше мали труднощів в процесі психологічного відділення порівняно з юнаками/дівчатами з ненадійним типом прив'язаності [10].

Ефективність сепарації особистості раннього дорослого віку теж залежить від підтримки дорослих, які створюють безпечне середовище для розвитку автономності. Але не забуваємо, що студентський вік, як особливий період переходу від дитинства до дорослості, є заключним етапом процесу сепарації від батьківської сім'ї [2].

Згідно з психосоціальною періодизацією Е. Еріксона, студентський період належить до ранньої дорослості - вікового етапу 18-25 років, коли особистість розвиває здатність створювати близькі та відповідальні стосунки. У цей час завершується відокремлення від батьківської сім'ї: молода людина стає більш самостійною в емоціях, цінностях і власних рішеннях. Рання дорослість характеризується самовизначенням та формуванням життєвої позиції, тому студентський вік сприяє утвердженню автономії та становленню суб'єктності [7].

Юнацький вік (15-20 років) супроводжується емоційною нестабільністю, чутливістю до критики та пошуком нових вражень, що може створювати потенційні конфлікти зі старшими поколіннями. Юнаки та дівчата розвивають здатність до самоконтролю та саморегуляції, формують ідентичність і соціальні компетенції [8]. У цей час молода людина вже прагне бути самостійною, усвідомлює свою відповідальність за вибір і дії.

Цей віковий період характеризується кульмінацією процесу сепарації. Молоді люди набувають першого досвіду автономії у навчанні, соціальних контактах та побутових ситуаціях. Вони активно формують світогляд, визначають цінності, розвивають соціальні, когнітивні та емоційні навички. Потреба у самостійності стає помітною: вони прагнуть брати відповідальність за власне життя, обирати професію, планувати майбутнє та приймати рішення, що впливають на розвиток.

Період ранньої дорослості характеризується поступовим відокремленням індивіда від батьківської сім'ї не лише фізично, а й емоційно, соціально та



ціннісно, що супроводжується формуванням ідентичності, здатності самостійно приймати рішення, визначати життєві цілі та брати за них відповідальність. Сепарація виступає не як відрив від батьків, а як встановлення внутрішньої автономії та суб'єктності, що дозволяє діяти самостійно, усвідомлювати мотиви й цілі, будувати власну систему цінностей, формувати моральні й соціальні норми та перші значущі взаємини поза сім'єю.

Студентський період виступає проміжним етапом між юнацтвом і дорослим життям. Фізичне відокремлення від батьків через навчання у вищих закладах супроводжується внутрішньою перебудовою: формуються цінності, звички, світогляд і життєві пріоритети. Сепарація проявляється у двох аспектах: внутрішньому - здатності мислити, оцінювати ситуації та приймати рішення самостійно, та зовнішньому - фізичному відокремленні від родини [8].

Успішність процесу сепарації особистості раннього дорослого віку визначається поєднанням взаємопов'язаних внутрішніх, зовнішніх та ситуативних чинників. Психологічні особливості молодої дорослої людини формуються під впливом взаємодії з батьками та іншими значущими особами, що свідчить про її залежність від соціально-психологічного середовища.

Дж. Боулбі у своїй теорії прив'язаності зазначав, що міцні емоційні зв'язки з батьками створюють підґрунтя для розвитку автономності, тоді як нестабільні або небезпечні стосунки сприяють формуванню залежності та тривожності. М. Айнсворт підкреслювала, що тип прив'язаності, сформований у дитинстві впливає на формування автономних і водночас емоційно близьких стосунків [5].

Як наголошував Е. Еріксон, взаємодія внутрішніх і зовнішніх чинників проявляється в конкретних життєвих ситуаціях, де можна оцінити рівень сепарації та її ефективність. Внаслідок цього психологічні та соціально-психологічні умови визначають рівень автономності й тип прив'язаності, тоді як ситуативні обставини показують ступінь реалізації сепарації у поведінці, рішеннях та життєвому функціонуванні молодої особистості [7].

Готовність молодої людини до автономного життя обумовлюється внутрішніми психологічними чинниками. Зокрема, розвинена емоційна регуляція, за Дж. Гроссом, забезпечує усвідомлення власних емоцій, керування ними та реагування на стресові ситуації без повернення до дитячих форм залежності. Це дозволяє ефективно справлятися з конфліктами та напруженими обставинами без постійної підтримки батьків або інших дорослих. Емоційна стабільність і впевненість у власних силах формують внутрішню опору та зменшують потребу у зовнішній підтримці. Р. Райан і Е. Десі підкреслюють, що наявність цих якостей є необхідною умовою розвитку автономії та саморегуляції в процесі дорослішання [9].

Позитивна самооцінка та прийняття себе забезпечують автономність дій і реалізацію індивідуальних життєвих планів без постійної залежності від



схвалення з боку батьків, що підвищує психологічну стійкість. К. Роджерс та С. Хартер відзначають, що самооцінка формує внутрішню опору та знижує ризик тривожної залежності від сімейного середовища, підтримуючи саморегуляцію. Формування цілісної ідентичності забезпечує розвиток психологічної автономії, охоплюючи усвідомлення власних цінностей, життєвих цілей і напрямів, що підтримує внутрішню стабільність і дозволяє приймати самостійні рішення [6].

Зовнішні соціально-психологічні чинники визначають умови, у яких відбувається розвиток особистості та формуються компетенції для автономного життя на початковому етапі дорослості. Вони впливають на якість соціального досвіду, необхідного для становлення самостійності, відповідальності та ефективної взаємодії з оточенням. Демократичний стиль виховання та конструктивна комунікація в сім'ї передбачають повагу до автономії дитини, відкритий діалог і визнання права на власну думку. За Д. Баумрінд, такий підхід формує відчуття значущості, впевненість у власних силах, підтримує розвиток внутрішньої автономії та готовність брати на себе відповідальність. Вміння вести відкритий сімейний діалог і відчувати повагу до власних рішень сприяє формуванню суб'єктності та розвитку уміння самостійно приймати рішення без надмірного втручання дорослих. Никоненко О.В. визначає, що фінансова компетентність молодшої людини є важливою соціально-психологічною умовою економічної самостійності та як наслідок сепарації від батьківської сім'ї [4].

Емпіричне дослідження соціально-психологічних умов сепарації особистості раннього дорослого віку від батьківської сім'ї було проведене на базі Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Участь у дослідженні взяли здобувачі освіти віком від 20 до 25 років, які перебувають на етапі становлення особистісної автономії, професійного самовизначення та формування стабільних міжособистісних стосунків. Загальна кількість респондентів становила 40 осіб. Дослідження здійснювалося добровільно та анонімно, із забезпеченням етичних принципів конфіденційності та поінформованої згоди.

На першому етапі дослідження визначено характерні для молоді особливості процесу сепарації від батьків за методикою Psychological Separation Inventory (PSI). Досліджувалися показники емоційної незалежності, поведінкової автономії, здатності до самостійного прийняття рішень та рівня конфліктності у взаєминах із батьками. За результатами було здійснено умовний розподіл респондентів залежно від рівня сформованості сепарації - від високого до недостатнього, що дало змогу виділити групи з більш вираженими труднощами сепарації та групи з успішно сформованими сепараційними процесами.

На другому етапі дослідження досліджено стилі міжособистісної прив'язаності та параметри близьких стосунків респондентів за допомогою методики «Досвід близьких стосунків» (Brennan, 1998) та самооцінки генералізованого



типу прив'язаності за Bartholomew. У виділених групах оцінювалися рівні тривожності, уникнення, безпечності та суперечливості у стосунках, а також особливості переживання емоційної близькості. Це дало змогу визначити, яким чином стиль прив'язаності впливає на здатність молоді людини до автономності у стосунках із батьками та у власному соціально-психологічному житті.

На третьому етапі дослідження досліджено внутрішньоособистісні чинники автономії - диференціацію «Я», схильність до співзалежності та емоційний фон самостійності. Для цього застосовували індекс диференціації «Я» (IDI), шкалу співзалежності Spann-Fischer та методику суб'єктивного відчуття самотності Д. Рассела і М. Фергюсона. Отримані результати дозволили виокремити респондентів із високою емоційною залежністю, низьким рівнем внутрішньої стабільності та схильністю до симбіотичних стосунків, що є бар'єрами для сепарації, а також тих, у кого емоційна автономія є більш сформованою.

На четвертому етапі дослідження використано авторська анкета «Соціально-психологічні чинники сепарації особистості раннього дорослого віку від батьківської сім'ї», спрямована на виявлення усвідомлення респондентами соціально-психологічних умов власного процесу автономізації. Відповідно визначався тип сепарації респондентів.

Аналіз результатів дослідження за Опитувальником *Psychological Separation Inventory (PSI)* дозволив оцінити рівень психологічної сепарації від батьків окремо від матері та батька та загальний рівень незалежності у стосунках із сім'єю. Методика охоплює кілька типів сепарації, зокрема конфліктологічну, емоційну, аттюдну та функціональну, що дає змогу виявити особливості відокремлення молодих людей у різних сферах взаємодії з батьками.

результати дослідження дозволили розподілити респондентів на групи залежно від рівня проявів різних типів психологічної сепарації від батьків. Конфліктологічна сепарація від матері у дівчат переважно проявлялася на середньому рівні - 75%, високий рівень показали 25% респонденток, низький рівень не зафіксовано. Це свідчить про наявність деяких нерозв'язаних суперечностей у відносинах із матір'ю та потребу в її підтримці. Конфліктологічна сепарація від батька у дівчат виявилася трохи вищою: високий рівень зафіксовано у 36%, середній - у 64%, низький не спостерігався.

Емоційна сепарація від матері у дівчат характеризувалася середнім рівнем у 71%, низький рівень становив 29%, що свідчить про потребу в емоційній близькості саме з матір'ю. Емоційна сепарація від батька у дівчат проявилася на середньому рівні у 58%, високий - 33%, низький - 9%. Аттюдна сепарація від матері у дівчат була високою у 25%, середній рівень - 71%, низький - 4%, а від батька високий рівень спостерігався у 38%, середній - 54%, низький - 8%. Функціональна сепарація від матері у дівчат була високою у 21%, середній рівень - 79%, низький - 0%, від батька високий рівень - 46%, середній - 54%, низький - 0%.



У хлопців конфліктологічна сепарація від матері проявлялася на високому рівні у 19%, середньому - 81%, низький рівень не зафіксовано. Від батька високий рівень конфліктологічної сепарації спостерігався у 31%, середній - 62%, низький - 7%. Емоційна сепарація від матері у хлопців проявилася на високому рівні у 44%, середньому - 56%, низький рівень не зафіксовано. Емоційна сепарація від батька була високою у 38%, середній - 62%, низький рівень відсутній. Аттitudна сепарація від матері у хлопців була високою у 69%, середній - 19%, низький - 12%, від батька високий рівень - 31%, середній - 62%, низький - 7%. Функціональна сепарація від матері проявлялася на високому рівні у 62%, середньому - 25%, низький - 13%, від батька високий рівень - 44%, середній - 31%, низький - 25%.

Загальний аналіз показує, що дівчата у більшій мірі залежать від батьків, особливо від матері та показують потребу в емоційній підтримці та порадах у процесі самостійного прийняття рішень. Найменше вираженою виявилася емоційна сепарація від матері, що підтверджує наявність сильного емоційного зв'язку. Хлопці, навпаки, більш самостійні у прийнятті рішень та керуванні власним життям, бо функціональна сепарація у них переважає на високому рівні, а аттitudна сепарація свідчить про відносну незалежність від поглядів батьків, особливо матері. Емоційна сепарація у хлопців проявляється на середньому рівні, що означає, що вони інколи потребують схвалення та підтримки батьків, але загалом показують здатність до автономного функціонування у соціальних та особистих сферах.

Результати за методикою «Досвід близьких стосунків» (Brennan), (адаптація М. Казанжи, Ю. Вторнікова) співвідносились нами за визначеними групами досліджуваних - хлопці та дівчата.

Загалом результати методики підтверджують, що переважаючим типом прив'язаності серед обох груп є надійний, що проявляється у збалансованому співвідношенні тривожності та уникненні близькості. Надійний тип прив'язаності сприяє успішній сепарації, адекватному емоційному відокремленню від батьків і формуванню автономності у міжособистісних стосунках, що відповідає соціально-психологічним умовам раннього дорослого віку.

За методикою Самооцінка генералізованого типу прив'язаності (Bartholomew) переважаючим типом прив'язаності серед молодих людей є надійний тип, який має статистично підтверджений зв'язок із загальним рівнем прив'язаності та визначає більш зрілу, автономну й емоційно врівноважену модель взаємодії.

Наявність надійного типу прив'язаності є соціально-психологічною умовою успішної сепарації особистості раннього дорослого віку від батьківської сім'ї, сприяючи формуванню самостійності, відповідальності та стабільності у міжособистісних стосунках.

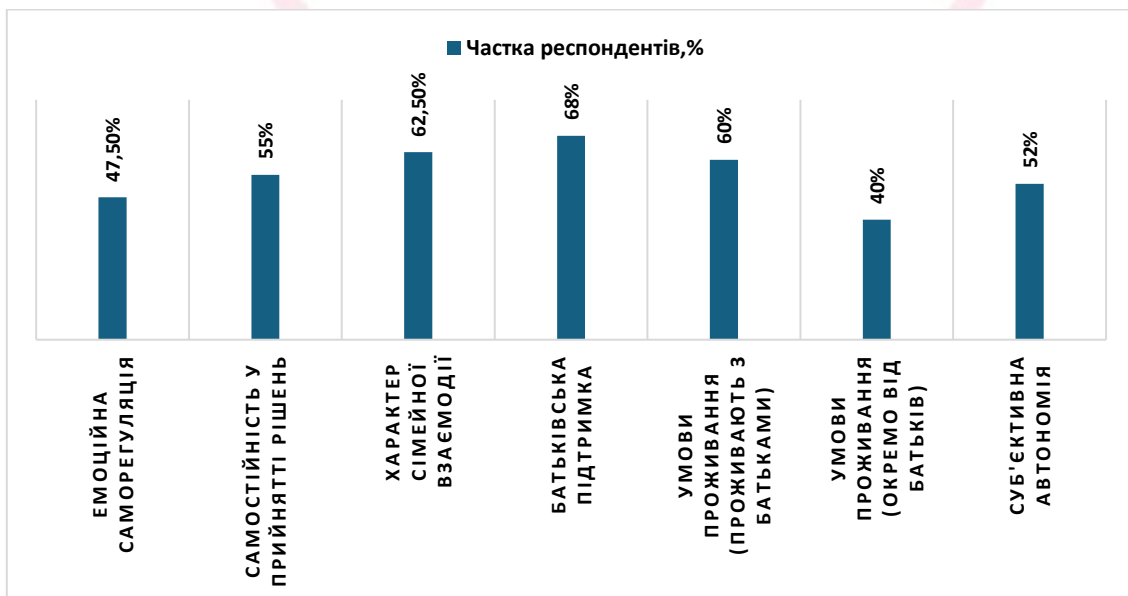


За методикою *Index of Differentiation of Self (IDI)* було визначено здатність особистості раннього дорослого віку зберігати внутрішню стабільність, відокремлювати власні емоції від емоцій оточення, контролювати імпульсивні реакції, приймати самостійні рішення та підтримувати близькі стосунки без втрати автономії.

Аналіз результатів свідчить, що більшість респондентів показують достатньо високий рівень диференціації себе, який є предиктором успішної психологічної сепарації від батьківської сім'ї. Учасники здатні формувати власні життєві цілі, приймати рішення незалежно від зовнішніх оцінок, контролювати емоційні реакції та підтримувати близькі стосунки без втрати автономії. Такі характеристики відповідають соціально-психологічним умовам дорослішання та становлення зрілої ідентичності.

Результати дослідження за шкалою SFCS підтверджують, що ранній дорослий вік є періодом переходу від емоційної залежності до автономної поведінки, що забезпечує формування зрілої особистості та успішну реалізацію процесу сепарації. Переважання низьких показників співзалежності у вибірці вказує на сформованість соціально-психологічних умов, необхідних для автономізації: розвиток відповідальності, самоконтролю, емоційної стабільності та здатності будувати близькі стосунки без надмірної залежності від батьків.

За допомогою розробленої авторської анкети «Соціально-психологічні чинники сепарації особистості раннього дорослого віку від батьківської сім'ї» було виявлено наступні закономірності у досліджених, що відображено на рисунку 1.



**Рис. 1** Результати анкетування щодо соціально-психологічних чинників сепарації особистості раннього дорослого віку від батьківської сім'ї



Аналіз даних за авторською анкетною показав, що серед молодих дорослих формування психологічної автономії носить індивідуальний характер і залежить від багатьох психологічних і соціально-психологічних умов.. Більшість респондентів показують достатній рівень емоційної саморегуляції та здатності приймати самостійні рішення, що свідчить про поступове досягнення ними успішної сепарації. Водночас інші респонденти зберігають виражену потребу в батьківській підтримці або переживають суперечливі та емоційно напружені стосунки з батьками, що вказує на кризовий чи конфліктний тип сепарації. Окрема група молоді виявляє відстороненість та емоційну дистанцію, що характерно для індіферентного шляху відокремлення. Отримані результати підтверджують необхідність врахування індивідуальних і сімейно-соціальних умов у формуванні автономії та визначенні траєкторії сепарації в ранньому дорослому віці.

**Висновки:** Психологічна сепарація раннього дорослого віку є визначальною для процесу автономізації та становлення соціально і психологічно зрілої особистості. Її успішність визначається поєднанням внутрішніх психологічних ресурсів, сприятливого соціально-психологічного середовища та підтримки дорослих, що створює умови для ефективної самореалізації, розвитку суб'єктності та здатності будувати гармонійні соціальні взаємини. Процес сепарації - важливий соціально-психологічний чинник формування зрілої особистості, здатної до самостійного життя, прийняття обґрунтованих рішень, підтримки близьких стосунків та інтеграції у соціальне середовище. На основі результатів дослідження виокремлено основні індикатори автономії: характер прив'язаності, рівень диференціації «Я», наявність співзалежних напрямків, емоційна регуляція, тип сімейної взаємодії та досвід самостійного функціонування. Доведено, що надійна прив'язаність сприяє внутрішній стабільності й гнучкості у міжособистісних контактах, натомість тривожна та уникаюча прив'язаність формують передумови до кризової, конфліктної або індіферентної сепарації. Головним чинником автономії є диференціація «Я», яка визначає здатність зберігати власну позицію, регулювати афективні стани та будувати кордони. Низька диференціація ускладнює сепараційний процес, збільшуючи емоційну реактивність та залежність. Співзалежні напрямки послаблюють автономізацію та провокують труднощі у формуванні самостійності. Якість сімейної взаємодії є важливою умовою, що може підтримувати сепарацію, наприклад, через довіру, емоційне прийняття, доступність підтримки і гальмувати її через контроль, гіперопіку або емоційну холодність. Дослідження засвідчило існування різних траєкторій сепарації - успішної, кризової, конфліктної й індіферентної, що визначаються поєднанням індивідуально-психологічних та сімейних чинників. Підкреслено, що завершена сепарація можлива за умови сформованої емоційної зрілості, адекватних моделей прив'язаності та доступності практичного досвіду самостійності.



### Література:

1. Андрейко А. Батьківські настановлення як психологічний чинник формування життєвого сценарію особи. *Проблеми загальної та педагогічної психології: збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*, 2007. № 9. С. 16-21.
2. Бохонкова Ю. О. Соціально-психологічна адаптація першокурсників до умов вищих навчальних закладів: монографія. Луганськ: Східноукраїнський національний університет ім. В. Даля, 2011. 213 с.
3. Литвиненко Л. М. Особливості формування сімейних цінностей у студентів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*, 2018. Вип. 37. С. 77-84.
4. Никоненко О.В. Типи монетарної соціалізації студентської молоді. *Актуальні наукові дослідження в сучасному світі*. 2018. Вип.2(34), Ч.5. С. 99-104.
5. Ainsworth M. D. S., Blehar M. C., Waters E., Wall S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1978. 391 p.
6. Çiçek İ. Mediating role of self-esteem in the association between loneliness and psychological and subjective well-being in university students. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 2021. № 8. P. 83-97. URL: <https://doi.org/10.33200/ijcer.817660> (дата звернення: 02.09.2025).
7. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York: W. W. Norton & Company, 1968. 336 p.
8. Orenstein G. A., Lewis L. Erikson's stages of psychosocial development URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556096/> (дата звернення: 01.12.2025).
9. Ryan R. M., Deci E. L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 2000. Vol. 55 (1). P. 68-78.
10. Thoennissen C., Wendt E.-V., Schmahl F. et al. Adolescents' and young adults' individuation problems in relation to parents and partner: comparing findings from Germany, Italy, Spain and Sweden. Paper presented at the XII EARA Conference. Vilnius, Lithuania, 2010. 30 p.

### References:

1. Andreiko A. Batkivski nastanovlennia yak psykholohichniy chynnyk formuvannia zhyttievoho stsenariiu osoby.[ Parental guidance as a psychological factor in the formation of a person's life scenario] *Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii: zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuca APN Ukrainy*, 2007. № 9. S. 16-21.[Ukrainian]
2. Bokhonkova YU. O. Sotsialno-psykholohichna adaptatsiia pershokursnykiv do umov vyshchyykh navchalnykh zakladiv [Socio-psychological adaptation of first-year students to the conditions of higher educational institutions]: monohrafiia. Luhansk: Skhidnoukrainskyi natsionalnyi universytet im. V. Dalia, 2011. 213 s. [Ukrainian]
3. Lytvynenko L. M. Osoblyvosti formuvannia simeinykh tsinnosti u studentiv. [Peculiarities of the formation of family values in students ] *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina*, 2018. Vyp. 37. S. 77-84. [Ukrainian]
4. Nykonenko O.V. Typy monetarnoi sotsializatsii studentskoi molodi.[Types of monetary socialization of student youth.] *Aktualni naukovi doslidzhennia v suchasnomu sviti*. 2018. Вип.2(34), Ч.5. С. 99-104. [Ukrainian]
5. Ainsworth M. D. S., Blehar M. C., Waters E., Wall S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1978. 391 p. [English]
6. Çiçek İ. Mediating role of self-esteem in the association between loneliness and psychological and subjective well-being in university students. *International Journal of*



Contemporary Educational Research, 2021. № 8. P. 83-97. URL: <https://doi.org/10.33200/ijcer.817660> (дата звернення: 02.09.2025). [English]

7. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York: W. W. Norton & Company, 1968. 336 p. [English]

8. Orenstein G. A., Lewis L. Erikson's stages of psychosocial development URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK556096/> (дата звернення: 01.12.2025). [English]

9. Ryan R. M., Deci E. L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. American Psychologist, 2000. Vol. 55 (1). P. 68-78. [English]

10. Thoennissen C., Wendt E.-V., Schmahl F. et al. Adolescents' and young adults' individuation problems in relation to parents and partner: comparing findings from Germany, Italy, Spain and Sweden. Paper presented at the XII EARA Conference. Vilnius, Lithuania, 2010. 30 p. [English]

*Дата першого надходження статті до видання: 13.02.2026*

*Дата прийняття статті до друку після рецензування: 27.02.2026*

