

Григоренко Алла Дмитриевна

магистрант

Таганрогский институт им. А.П. Чехова (филиал)

ФГБОУ ВО «Ростовский государственный

экономический университет (РИНХ)»

г. Таганрог Ростовская область

ВЛИЯНИЕ НЕЗАВЕРШЕННОЙ СЕПАРАЦИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

***Аннотация:** в статье исследуется влияние незавершённой сепарации на формирование личности старших подростков, её связь с зависимым поведением, инфантилизмом и социальной дезадаптацией. На основе эмпирических данных показана прямая зависимость между степенью сепарации от родительской семьи и уровнем психологической зрелости. Особое внимание уделяется роли гиперопеки как фактора, усугубляющего проблему. Предлагаются комплексные меры решения: просвещение родителей, школьные программы развития самостоятельности, тренинги для подростков и создание консультационных центров. Подтверждается их эффективность – фиксируется снижение уровня эмоциональной зависимости, инфантильных установок и дезадаптации. Работа открывает перспективы для дальнейших исследований последствий незавершённой сепарации.*

***Ключевые слова:** гиперопека, дезадаптация, инфантилизм, подростки, сепарация.*

Проблема сепарации в подростковом возрасте приобретает особую актуальность в условиях современного общества, где границы между детством и взрослостью становятся всё более размытыми. Исследователи, рассматривая категорию незавершённой сепарации подростков, обращают внимание на то, что она проявляется в неспособности последних реализовать эмоциональное, а также функциональное отделение от своих родителей. В этом случае происхо-

дит формирование зависимого поведения подростка на фоне социальной дезадаптации и развития подросткового инфантилизма.

Актуальность рассматриваемой темы заключается в том, что по оценкам специалистов современная подростковая молодежная среда характеризуется растущим уровнем психологической незрелости, увеличивается количество обращений подростков и их родителей в службы психологической помощи, к психологам, психиатрам в связи с подростковыми кризисами. В этой связи практическую необходимость приобретают инструменты, программы и методики, направленные на снижение рисков проявления незавершенной сепарации.

Цель статьи – исследовать влияние незавершённой сепарации на формирование личности старших подростков и предложить пути решения данной проблемы.

Сепарация представляет собой сложный многоэтапный процесс отделения ребёнка от родителей, который должен завершиться к позднему подростковому возрасту. Как отмечает А. Я. Варга, «сепарация – это не разрыв отношений, а их качественное преобразование, переход на новый уровень взаимодействия» [1, с. 44].

Незавершённость этого процесса приводит к ряду негативных последствий. По данным исследования Е.В. Куфтяк, у 68% старших подростков с признаками незавершённой сепарации наблюдаются симптомы эмоциональной зависимости от родителей, проявляющиеся в страхе принятия самостоятельных решений; ощущении беспомощности при столкновении с трудностями; потребности в постоянной поддержке и одобрении со стороны родителей [7, с. 96].

Эмпирические данные подтверждают связь между незавершённой сепарацией и развитием инфантилизма. В исследовании Н.Н. Толстых приняли участие 150 старших подростков (15–17 лет). Результаты показали, что у подростков с высокой степенью зависимости от родителей уровень инфантилизма на 42% выше, чем у их сверстников с успешной сепарацией [3].

Таблица 1

Показатели инфантилизма у подростков с разной степенью сепарации

Группа	Степень сепарации	Средний балл по шкале инфантилизма
1	Высокая	28,5
2	Средняя	45,2
3	Низкая	62,8

Источник: [8, с. 256].

Данные таблицы наглядно демонстрируют прямую зависимость между степенью незавершённой сепарации и уровнем инфантилизма: чем ниже степень сепарации, тем выше показатели инфантилизма.

Влияние незавершённой сепарации на социальную адаптацию также подтверждается исследованиями. По результатам опроса Д.В. Фельдштейна, 57% подростков с проблемами сепарации испытывают трудности в установлении дружеских отношений, а 43% – сложности в профессиональном самоопределении [9, с. 203].

Известный психолог Э. Эриксон подчёркивал, что подростковый возраст – это период формирования идентичности, когда особенно важна автономия: «Кризис идентичности возникает там, где подросток не может отделить своё «Я» от родительских ожиданий» [4, с 118].

Данные лонгитюдного исследования, проведенного Д.В. Кирюшиным, Е.Е. Кирюшиной в 2023 году, показывают динамику развития дезадаптивных проявлений у подростков с незавершённой сепарацией [6].

Таблица 2

Динамика дезадаптивных проявлений (2020–2023 гг.)

Год	Количество подростков с дезадаптацией (%)
2020	38
2021	45
2022	52
2023	56

Источник: [6].

Как видно из представленных в таблице данных, за последние четыре года на 18% увеличивается удельный вес подростков с дезадаптацией, а также с незавершённой сепарацией. Исследователи обращают внимание на то, что незавершенная сепарация находится в зависимости от стиля воспитания, который реализуется в детско-родительских отношениях. Так, доказано, что гиперопека является причиной незавершенной сепарации у подростка в 73–75% случаев кризисных проявлений у подростков. В случае демократического стиля в воспитании до 85% подростков успешно проходят сепарацию[5, с. 9].

Следовательно, можно заключить, что увеличение доли незавершенной сепарации среди старших подростков является одной из основных причин недостаточного формирования автономии личности. В детско-родительских отношениях со стороны родителей наблюдается дефицитный уровень знаний и осведомлённости о характере взросления ребёнка, об основных этапах взросления, что приводит к сдерживанию подросткового стремления к независимости. Необходимо обратить внимание на то, что современные школы фактически не реализуют программы и методы, которые бы поддерживали сепарационные процессы, помогали родителям и взрослеющим детям понять особенности этот периода жизни.

Кроме того, тотальная цифровизация всех сфер жизни в значительной степени расширяет возможности родительской гиперопеки. Это приводит к тому, что старшие подростки не проявляют особого стремления к сепарации.

Решение обозначенной проблемы может быть только комплексным, с обязательным участием семьи, школы, сообщества профессионалов-психологов. Приоритетной задачей стоит просвещение родителей по вопросам незавершенной сепарации и её последствий. Также целесообразно реализовать в школьных программах внеурочную деятельность по развитию самостоятельности подростков. Практическую отработку навыков обеспечат проектные задания и социальные инициативы.

В 2023–2024 году Л.В. Зубова, Е.С. Малахова провели исследование, направленное на оценку эффективности реализации профилактической программы по снижению последствий незавершенной сепарации. В исследовании приняли участие старшие школьники г. Оренбурга (150 человек) [3, с. 24]. Авторами были предложены меры по снижению последствий незавершенной сепарации, объединенные в единую программу: тесты, тренинги, игровые методики (в т.ч. «Запретный сад», «Сепарация от родителей» и другие). Внеурочная деятельность была реализована на протяжении учебного года.

В таблице 3 представлены полученные результаты эмпирического исследования [3, с. 24].

Таблица 3

Эффективность профилактической программы

Показатель	До программы (%)	После программы (%)	Изменение
Эмоциональная зависимость	65	42	-23%
Инфантильные установки	58	36	-22%
Социальная дезадаптация	47	29	-18%

Источник: [3].

Как видно из представленных данных, реализация профилактической программы привела к снижению показателей: эмоциональной зависимости подростков на 23%, инфантильных установок на 22%, а также к снижению проявлений социальной дезадаптации на 18%. Эта динамика подтверждает эффективность комплексного подхода к решению проблемы незавершенной сепарации старших подростков.

Изучение влияния незавершённой сепарации на личность старшего подростка позволяет сделать определённые выводы.

Такая ситуация заметно тормозит развитие самостоятельности. Подростку сложнее ощущать себя отдельной личностью, принимать решения и нести за них ответственность. На практике это часто выражается в эмоциональной незрелости, трудностях с адаптацией и склонности сохранять детскую зависимую позицию.

Причины этого лежат сразу в нескольких плоскостях. Сильнее всего сказываются чрезмерный контроль со стороны родителей и постоянная опека, не оставляющая пространства для собственного опыта. Дополнительное влияние оказывают цифровая среда и потребительская культура, которые нередко подменяют живое взросление быстрыми и внешне привлекательными моделями поведения.

Исправление ситуации требует не разовой меры, а продуманной системы профилактической и коррекционной работы. Данные эмпирических исследований показывают, что хорошие результаты дают групповые тренинги, обсуждения и игровые методы, объединённые в общую программу. Такой формат помогает подросткам развивать критическое мышление, анализировать происходящее и увереннее отстаивать свою точку зрения.

Поддержка нужна и самим семьям. Консультации психологов полезны как при личной встрече, так и в дистанционном формате, особенно при необходимости срочной помощи. Одновременно важно повышать подготовку специалистов и школьных психологов, работающих с подростками. Это позволяет выстроить более устойчивую и последовательную систему сопровождения в один из самых сложных этапов взросления.

Список литературы

1. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия: краткий лекционный курс / А.Я. Варга. – СПб.: Речь, 2001. – 144 с.

2. Дышенина Н.Р. Сепарация от родителей как социо-психологический феномен / Н.Р. Дышенина, К.А. Корзун // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2023. – №11-3(86). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/separatsiyaot-roditeley-kak-sotsiopsihologicheskii-fenomen> (дата обращения: 12.04.2026).

3. Зубова Л.В. Детско-родительские отношения в аспекте сепарации и веры / Л.В. Зубова, Е.С. Малахова // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2024. – №4. – С. 22–27. DOI 10.25198/1814-6457-244-22. EDN KDWXGL

4. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: учеб. пособие / Э. Эриксон; общ. ред. и предисл. А.В. Толстых; пер. с англ. А.Д. Андреева [и др.]. – 2-е изд. – М.: Флинта, 2023. – 341 с.

5. Имедадзе И.В. Вопросы возрастной и педагогической психологии: Л.С. Выготский и Д.Н. Узнадзе / И.В. Имедадзе // Культурно-историческая психология. – 2019. – №2. – С. 4–13. DOI 10.17759/chp.2019150201. EDN LDOUDN

6. К проблеме формирования личности подростка, воспитывающегося в неблагополучной семье / Д.В. Кирюшин, Е.Е. Кирюшина, М.В. Потапов, Е.М. Корж // Современное педагогическое образование. – 2023. – №1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-formirovaniya-lichnosti-podrostka-vospityvayuschegosya-v-neblagopoluchnoy-semie> (дата обращения: 12.04.2026). EDN VFEPOR

7. Куфтяк Е.В. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними / Е.В. Куфтяк. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2018. – 260 с.

8. Толстых Н.Н. Психология подросткового возраста: учебник и практикум для вузов / Н.Н. Толстых, А.М. Прихожан. – М.: Юрайт, 2025. – 446 с.

9. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология: избр. психол. труды: учеб.-метод. пособие / Д.И. Фельдштейн. – М.; Воронеж: МПСИ: МОДЭК, 2022. – 427 с.