

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ

БУЯНОВА НАТАЛЬЯ ПЕТРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

ВЛИЯНИЕ СЕПАРАЦИИ ОТ МАТЕРИ НА УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ
БРАКОМ У СУПРУГОВ

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы

Психологическое консультирование

Обучающийся


(подпись)

Н.П. Буюнова
(инициалы, фамилия)

Руководитель

доцент каф. психологии, канд. психол. наук, доцент
(должность, ученая степень, ученое звание)


(подпись)

Ю.В. Живаева
(инициалы, фамилия)

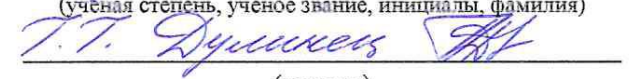
Нормоконтролер


(подпись)

А.С. Самарина
(инициалы, фамилия)

Допускается к защите

Зав. кафедрой психологии

канд. психол. наук
(учёная степень, ученое звание, инициалы, фамилия)

(подпись)

« 02 » марта 20 26 г.

Красноярск 2026

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы Психологическое консультирование

Выпускающая кафедра психологии

ЗАДАНИЕ

на выпускную квалификационную работу

Студенту(ке) Буяновой Наталье Петровне группы 351-пк

(Ф.И.О. полностью)

1. Тема выпускной квалификационной работы «Влияние сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов»

(полное наименование темы согласно приказу)

утверждена приказом по институту от «12» 09 2025 г. № 138-40
основании решения заседания выпускающей кафедры психологии
Протокол от «19» 08 2025 г., № 1

2. Срок сдачи выпускной квалификационной работы «02» марта 2026

3. Содержание выпускной квалификационной работы: Введение; Теоретические аспекты проблемы изучения сепарации от матери и ее влияни на удовлетворенность браком; II Эмпирическое исследование влияни сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов; Заключение.

4. Консультанты по разделам выпускной квалификационной работы: нет.

5. График выполнения выпускной квалификационной работы: подбор и изучение литературных источников, разработка структуры содержания ВКР, уточнение цели и задач, объекта и предмета исследования (01.09.25-03.09.25); уточнение, систематизация списка литературы, написание раздела ВКР, раскрывающего теоретические аспекты изучаемой проблемы (04.09.25-11.12.25); формирование плана исследования, составление диагностического комплекса (12.12.25-15.12.25); сбор и анализ эмпирического материала (16.12.25-21.12.25); написание практической части ВКР (22.12.25-28.12.25); завершение практической части ВКР, формирование выводов, рекомендаций (09.01.26-19.01.26); доработка текста ВКР, оформление ВКР (20.01.26-12.02.26); подготовка доклада, иллюстративных материалов к защите ВКР (13.02.26-27.02.26).

Дата выдачи задания «30» августа 2025 г.

Руководитель
выпускной квалификационной работы



(подпись)

Ю. В. Живаева
(инициалы, фамилия)

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа 62 с., рисунков 6, таблиц 12, формул 1, источников 41, приложений 1.

Цель работы – изучение влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов.

Проведено эмпирическое исследование влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. С этой целью использованы психодиагностические методики: Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI) (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой); Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко. Выявлено наличие статистически значимой положительной взаимосвязи между степенью эмоциональной сепарации от матери и уровнем удовлетворённости браком у супругов.

Достоверность полученных в исследовании данных оценена с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
I ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ СЕПАРАЦИИ ОТ МАТЕРИ И ЕЕ ВЛИЯНИЯ НА УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ	10
1.1 Понятие сепарации: психологическая природа, этапы и механизмы формирования	10
1.2 Удовлетворённость браком как психологический феномен	19
1.3 Анализ проблемы влияния сепарации от матери на удовлетворённость браком	27
II ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СЕПАРАЦИИ ОТ МАТЕРИ НА УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ У СУПРУГОВ	33
2.1 Организация и методы исследования	33
2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования	38
2.3 Практические рекомендации по работе с влиянием сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	58
Приложение	

ВВЕДЕНИЕ

Семейная жизнь представляет собой сложную систему межличностных отношений, в которой удовлетворённость браком играет ключевую роль в устойчивости союза, эмоциональном благополучии супругов и общем качестве их совместной жизни. Психологи, социологи и специалисты в области семейной терапии на протяжении десятилетий пытаются определить факторы, влияющие на успешность и гармоничность брачных отношений. Одним из таких факторов, на который в последние годы обращается всё больше внимания, является психологическая сепарация индивида от родительской фигуры, в особенности – от матери.

Процесс сепарации от матери – это важнейший этап психоэмоционального взросления личности, который берет начало в раннем детстве в рамках процесса сепарации-индивидуации (М. Малер) и формирует способность к автономии, принятию решений, эмоциональной самостоятельности и выстраиванию зрелых партнёрских отношений. Незавершённая или нарушенная сепарация может стать причиной трудностей в построении близких отношений, зависимости от родительского одобрения, трудностей с границами в браке, а также низкой удовлетворённости от супружества в целом.

Современные исследователи указывают, что степень сепарированности от матери способна оказывать прямое и опосредованное влияние на качество брачных отношений. Однако, несмотря на существующие труды в области психологии семьи, вопрос о том, как именно и в каких аспектах проявляется это влияние, остаётся предметом активного научного интереса. Особенно важным становится изучение этой связи в условиях изменений традиционного уклада семьи, трансформации ролей супругов и роста значимости психологической зрелости партнёров в браке.

Теоретическая база исследования опирается как на работы классиков психологии развития и семейной психотерапии (М. Малер, М. Боуэн), так и на

работы российских авторов последних лет, которые по-разному подсвечивают связь сепарации и качества супружеской жизни. В первую очередь необходимо отметить концепцию сепарационно-индивидуационного процесса, разработанную М. Малер, где подчеркивается значимость отделения ребенка от матери для формирования целостной личности. Теория Дж. Боулби и М. Эйнсворт демонстрирует, как ранние отношения с матерью влияют на способность взрослого человека строить эмоционально насыщенные и стабильные связи. В русле отечественной психологии важен вклад Е. Г. Эйдемиллера, В. В. Юстицкиса, а также современных исследователей – Е. А. Овсяникова, М. Ю. Худаева и А. С. Латышева, анализирующих связь сепарации с психологическим благополучием и качеством брака.

Особую роль играет системная семейная теория М. Боуэна, в которой понятие дифференциации «Я» рассматривается как фундамент для гармоничных супружеских отношений. В отечественных исследованиях (Т.В. Захарова, Н.С. Кузнецова) подчеркивается, что именно недостаток личностной автономии, связанный с нарушенной сепарацией, становится источником конфликтов и неудовлетворенности браком.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью более глубокого понимания внутренних причин неудовлетворённости браком, которые не всегда осознаются самими супругами, но зачастую уходят корнями в детско-родительские отношения. В условиях кризиса института брака, высокой распространённости разводов и нестабильности семейных союзов, выявление психологических оснований, формирующих зрелое супружеское взаимодействие, приобретает особую значимость как для практики консультирования, так и для профилактики дисфункциональных отношений.

Цель настоящего исследования заключается в изучении влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов.

Объектом исследования выступает удовлетворённость браком у супругов.

Предмет: влияние сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов.

Гипотеза исследования: уровень удовлетворенности браком связан со степенью сепарации от матери – зрелая сепарация способствует формированию устойчивых и равноправных отношений, тогда как незавершенная или нарушенная сепарация становится фактором риска, провоцирующим зависимость, конфликты и снижение качества супружеской жизни.

Задачи:

1. Систематизировать теоретический материал по проблеме психологической сепарации от матери и удовлетворенности браком.
2. Подобрать диагностический инструментарий, позволяющий оценить уровень сепарации от матери и степень удовлетворенности браком у супругов.
3. Реализовать эмпирическое исследование влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов.
4. Сформулировать выводы и практические рекомендации по результатам исследования, направленные на коррекцию последствий незавершенной сепарации и повышение удовлетворенности браком у супругов.

Методы исследования:

1. Теоретический анализ литературы по теме исследования;
2. Методы сбора эмпирических данных:
 - Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI) (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой).
 - Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко.
3. Методы качественной и количественной обработки результатов исследования.

База и выборка исследования: в эмпирической части исследования приняло участие 15 супружеских пар, обратившихся в МО ООО «РКК» по программе «Сохрани семью». Возраст респондентов составил от 20 до 50 лет. В выборке представлены супруги с различным стажем совместной жизни, что позволило обеспечить разнообразие социально-демографических характеристик, однако основной акцент делался не на социо-демографических различиях, а на анализе

влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов.

Выборка является целенаправленной и ограниченной по численности, что объясняется рамками преддипломной практики и особенностями доступа к аудитории. Тем не менее, она позволяет получить предварительное представление о характере взаимосвязи между изучаемыми переменными.

Все участники дали согласие на участие в исследовании, были проинформированы о его целях, принципах добровольности и анонимности. Исследование проводилось в рамках этических норм, принятых в психологической практике, с соблюдением принципов конфиденциальности и недопущения психологического дискомфорта у испытуемых.

Социально-демографические характеристики участников:

- возраст: 20-50 лет;
- пол: 50% женщины, 50% мужчины.

Таким образом, в исследовании приняло равное количество мужчин и женщин, причем преобладающую группу составляли люди зрелого возраста. Такая структура выборки позволила исследовать влияние сепарации на удовлетворенность браком в социальной группе, характеризующейся высокой активностью, и часто сталкивающейся с трудностями в семейной жизни.

Этапы эмпирического исследования:

1. Подготовительный этап:

- определение цели и задач исследования;
- анализ и отбор диагностических методик;
- разработка инструкции для участников исследования;
- получение разрешения на проведение исследования в Региональном отделении общероссийской общественной организации «Российский Красный Крест» в Красноярском крае.

2. Диагностический этап:

- проведение исследования уровня сепарации от родителей по методике «Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI) (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой)» (выборка – 15 супружеских пар);

– проведение диагностики степени удовлетворенности браком с помощью методики «Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко».

3. Аналитический этап:

– обработка количественных данных (вычисление показателей по каждой методике, анализ корреляций);

– сравнительный анализ показателей уровня удовлетворенности браком и уровня сепарации от матери у супругов.

4. Интерпретационный этап:

– интерпретация полученных данных;

– формулировка выводов об особенностях влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов.

5. Заключительный этап:

– разработка рекомендаций применения полученных результатов в консультативной и психокоррекционной работе с семейными парами.

Теоретическая значимость исследования заключается в обобщении и систематизации научных данных о взаимосвязи сепарации и брачной удовлетворенности, что может способствовать более полному пониманию механизмов, влияющих на стабильность и благополучие супружеских отношений.

Практическая значимость работы заключается в возможности применения полученных результатов в консультативной и психокоррекционной работе с семейными парами, в том числе – при подготовке к браку и в работе с проблемами адаптации супругов.

Структура выпускной квалификационной работы: введение, основная часть, состоящая из двух глав – теоретической и практической; заключение; список использованных источников и приложения.

I ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ИЗУЧЕНИЯ СЕПАРАЦИИ ОТ МАТЕРИ И ЕЕ ВЛИЯНИЯ НА УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ

1.1 Понятие сепарации: психологическая природа, этапы и механизмы формирования

Современная психология развития уделяет особое внимание процессам становления личности, среди которых особое место занимает сепарация от матери. Этот феномен является одной из ключевых основ формирования идентичности и личной автономии человека. От того, насколько полно и своевременно осуществляется сепарация, зависит не только психоэмоциональное благополучие индивида, но и его способность строить зрелые отношения во взрослом возрасте.

Интерес к теме сепарации обусловлен тем, что она затрагивает сразу несколько измерений: биологическое, социальное и культурное. С одной стороны, сепарация – это закономерный этап взросления, связанный с естественным стремлением ребёнка к независимости. С другой – это сложный эмоциональный процесс, который может сопровождаться тревогой, чувством утраты и сопротивлением как со стороны ребёнка, так и со стороны матери. В результате сепарация приобретает двойственный характер: она необходима для развития, но одновременно сопряжена с риском психологических трудностей.

Важно подчеркнуть, что сепарация не сводится исключительно к физическому отделению от родительской семьи. Даже при раздельном проживании ребёнок может сохранять сильную эмоциональную зависимость от матери. Таким образом, речь идёт прежде всего о внутреннем отделении, формировании собственных границ и способности к самостоятельному выбору. Именно этот аспект делает сепарацию предметом пристального внимания психологов и психотерапевтов.

Понимание природы сепарации и её механизмов имеет не только теоретическое, но и практическое значение. Нарушения на этапах сепарации нередко становятся источником проблем в межличностных отношениях, препятствуют личностному росту и снижают качество супружеской жизни. Поэтому рассмотрение данного феномена в научном контексте позволяет более глубоко понять, каким образом детско–родительские отношения определяют дальнейшую судьбу взрослого человека.

Понятие психологической сепарации стало активно разрабатываться в XX веке в рамках психоаналитической и гуманистической традиции. Под сепарацией принято понимать процесс психологического отделения индивида от значимых взрослых фигур, прежде всего от матери. Это отделение необходимо для формирования автономной личности, способной к самостоятельному существованию и выстраиванию зрелых межличностных отношений.

Сепарация – это не одноразовый акт, а сложный, многоуровневый процесс, охватывающий эмоциональную, когнитивную, поведенческую и социальную сферы личности. Формирование автономии начинается с первых месяцев жизни ребёнка и продолжается вплоть до взрослого возраста, включая подростковый кризис, переход к взрослой жизни и даже первые годы семейной жизни [21].

Сепарация охватывает не только физическое, но и внутреннее отделение от матери – способность человека действовать, думать и чувствовать независимо от мнения, ожиданий или эмоционального давления родителя. По своей сути, сепарация тесно связана с формированием идентичности, границ личности, механизмов саморегуляции, а также способности к автономному выбору.

Развитие этих качеств невозможно без прохождения этапов сепарации. Основная задача сепарационного процесса – достижение эмоциональной зрелости и способности к построению отношений с другими людьми без избыточной зависимости или, наоборот, эмоциональной отчуждённости.

Современные исследователи выделяют четыре ключевых компонента сепарации:

– эмоциональная сепарация – способность испытывать чувства и строить

эмоциональные связи, не опираясь исключительно на одобрение матери;

– функциональная сепарация – способность самостоятельно решать жизненные задачи, не перекладывая ответственность на родителя.

– установочная сепарация – наличие собственной системы убеждений, моральных норм и жизненных установок, отличных от родительских;

– поведенческая сепарация – проявление независимости в действиях, поступках, жизненных решениях [21].

Каждый из этих компонентов может развиваться неравномерно. У человека может наблюдаться высокая степень функциональной независимости, но при этом сохраняться эмоциональная зависимость от матери. Именно асинхронность в развитии этих компонентов часто становится причиной внутренних конфликтов и сложностей во взрослых отношениях.

Один из наиболее известных подходов к описанию процесса сепарации был предложен психоаналитиком Маргарет Малер. Её теория сепарации-индивидуации включает последовательные стадии, отражающие как телесное, так и психоэмоциональное отделение ребёнка от матери.

С точки зрения М. Малер сепарация проходит не по прямой линии – она включает в себя как продвижение вперёд, так и периодические возвраты к материнской фигуре для получения эмоциональной поддержки. Именно такой циклический характер способствует постепенному укреплению уверенности ребёнка. Тем не менее при отсутствии адекватной поддержки со стороны окружения либо, наоборот, при активных попытках мешать отделению повышается вероятность психологических трудностей. Понимание этих механизмов необходимо для анализа того, как нарушения сепарации влияют в дальнейшем на супружеские отношения. В таблице 1.1 представлены основные стадии данного сложного процесса формирования личности.

Таблица 1.1 – Этапы сепарации по М. Малер и их характеристики

Этап	Характеристика	Возможные последствия при
------	----------------	---------------------------

		нарушениях
Аутистическая фаза (0–4 недели)	Младенец мало взаимодействует с внешними стимулами. Выживание зависит от матери	Глубокие психотические расстройства, отказ от жизни
Симбиотическая фаза (2–5мес.)	Ребёнок не осознаёт своей отдельности от матери. Ощущение слияния.	Задержка в развитии «Я», трудности с самоидентификацией.
Фаза индивидуализации и сепарации (5–18 мес.)	Появление различия между собой и матерью, визуальное исследование, фокусировка на лице матери. Активная моторика, ребёнок отдаляется от матери, но постоянно оглядывается, возвращается.	Повышенная тревожность при разлуке. Проблемы с доверием и безопасной привязанностью.
Возобновление отношений (18–24 мес.)	Борьба между стремлением к независимости и страхом потерять контакт.	Эмоциональная неустойчивость, амбивалентные чувства к матери.
Фаза консолидации объектов (2–3 года)	Осознание постоянства объекта, формирование внутреннего образа матери.	Трудности с автономией, подверженность внешнему влиянию.

Процесс сепарации, как видно из таблицы 1.1, имеет строго последовательную структуру. Каждая стадия закладывает основу для следующей. Нарушения на ранних этапах могут привести к недоразвитию личности, к возникновению эмоциональной зависимости, фобиям, тревожности

и, как следствие, к проблемам в построении взрослой пары. Особенно важно отметить стадию воссоединения, на которой формируется навык баланса между близостью и дистанцией – критически значимый элемент любых отношений [24].

Особое внимание исследователи уделяют стадии возобновления отношений. В этот период ребёнок уже делает первые шаги к самостоятельности, но одновременно испытывает потребность в подтверждении близости. Сочетание противоречивых тенденций – стремления к независимости и сохранению эмоциональной связи с матерью – становится ключевым моментом, определяющим будущую способность к балансу между личными границами и привязанностью. Именно здесь закладывается модель, которая в дальнейшем отражается на построении супружеских отношений.

Таким образом, этапы, выделенные М. Малер, позволяют проследить не только процесс взросления ребёнка, но и истоки трудностей, которые могут возникнуть во взрослой жизни при нарушении сепарации. Зрелое прохождение всех стадий обеспечивает формирование устойчивого «Я», готового к созданию близких, но при этом равноправных отношений [24].

С точки зрения теории привязанности Дж. Боулби, сепарация невозможна без надёжной базовой привязанности. Лишь ощущая эмоциональную безопасность, ребёнок способен «отделиться», не испытывая катастрофического чувства утраты. Если же привязанность была ненадёжной или нарушенной, сепарация часто протекает в форме эмоционального отвержения, избегания, тревоги или протеста [8].

Чем выше уровень интеграции «Я», тем успешнее индивид справляется с задачей отделения от родителя. В противном случае возникает регрессия, инфантильная зависимость, сложности с принятием решений, страх перед жизненными изменениями [24].

В концепции «Дифференциации Я» теории семейных систем Мюррей Боуэн [5] отмечает, что низкий уровень сепарации ведёт к переплетению границ между поколениями, что затрудняет создание автономной

семейной ячейки. Именно в этом контексте сепарация приобретает значимость для понимания проблем в браке.

Для оценки степени сепарации используются как качественные методы (глубинное интервью, биографический анализ), так и количественные (опросники, шкалы). Наиболее распространённые методы:

- опросник психологической сепарации от родителей (PSI) Хоффмана;
- опросник привязанности к матери IPPA;
- опросник сепарации-индивидуации (SIS) от Блоса.

Ниже представлена таблица 1.2, иллюстрирующая соотношение между степенью сепарации и потенциальными рисками в межличностных отношениях на разных жизненных этапах.

Таблица 1.2 – Влияние уровня сепарации на жизненные отношения

Уровень сепарации от матери		
Низкий	Средний	Высокий
Эмоциональная зависимость	Эмоциональная нестабильность	Эмоциональная зрелость
Нарушение границ	Колебания	Четкие границы
Созависимость	Неуверенность	Автономия
Конфликты, тревожность	Стресс, напряжение	Конструктивность
Низкая удовлетворенность	Умеренная удовлетворенность	Высокая удовлетворенность

Таблица 1.2 демонстрирует два полярных сценария развития личности в зависимости от успешности сепарационного процесса. Первый путь отражает нарушение сепарации: эмоциональную или поведенческую зависимость от матери, невозможность выстроить самостоятельную семью. Второй путь –

трудности, возникающие при не полном прохождении сепарации. Третий путь показывает позитивное влияние зрелой сепарации – способность к доверию, саморегуляции, открытости и формированию устойчивых отношений с партнёром.

Особый интерес в контексте сепарации вызывает рассмотрение её связи с так называемыми возрастными кризисами. Как известно, в психологии развития традиционно выделяют кризис трёх лет, подростковый кризис и кризис юности, каждый из которых связан с обострением потребности в автономии. На каждом из этих этапов ребёнок как бы «пробует» отделиться от матери и закрепляет новые формы взаимодействия с ней.

Кризис трёх лет выражается в стремлении ребёнка к самостоятельности: он хочет делать выбор, проявлять волю, отстаивать свои желания. Нередко это сопровождается протестным поведением, конфликтами с родителями и эмоциональной нестабильностью. Однако именно в этот период формируются первые зачатки психологической автономии, которые впоследствии будут иметь огромное значение для сепарации. Если мать предоставляет ребёнку возможность проявлять инициативу, но при этом остаётся эмоционально доступной, процесс сепарации идёт гармонично. При избыточном контроле или, напротив, равнодушии может формироваться зависимая или тревожная модель поведения.

Подростковый возраст традиционно считается временем наиболее интенсивной сепарации. Именно здесь обостряются конфликты между подростком и матерью: ребёнок требует права на собственное мнение, свободное время, выбор друзей. Подросток стремится разорвать эмоциональное «слияние» с родителями, что иногда воспринимается ими как неблагодарность или даже предательство. На самом деле это естественный этап становления личности, и его успешноехождение во многом определяет способность подростка в будущем строить зрелые интимные отношения.

Кризис юности связан с выбором профессии, жизненного пути и партнёра. Здесь сепарация приобретает новые формы: уже не только эмоциональная и

поведенческая, но и социально-ценностная. Молодой человек осознаёт себя как отдельного субъекта со своими целями и взглядами, что требует от матери перестройки привычной роли. Если в этот момент сохраняется чрезмерное материнское влияние, возникает риск формирования созависимости, которая затем переносится и на супружеские отношения.

Не менее важным аспектом является культурное своеобразие процесса сепарации. В западных обществах, ориентированных на индивидуализм, самостоятельность ребёнка поощряется с раннего возраста. Здесь сепарация воспринимается как естественная и неизбежная часть взросления. В странах с коллективистской культурой, включая Россию, отношение к сепарации более противоречивое: с одной стороны, ценится самостоятельность, с другой – сохраняется традиция тесной связи с родительской семьёй. Это нередко приводит к тому, что взрослые дети, даже создавшие собственную семью, продолжают зависеть от мнения матери и не могут полностью реализовать автономию.



Рисунок 1.1 – Культурные особенности процесса сепарации

Схема, представленная на рисунке 1.1 показывает, что культура задаёт рамки для развития личности. Там, где ценится независимость, сепарация

проходит быстрее и полнее. В обществах с ориентацией на коллективизм автономия часто воспринимается как угроза семейным связям, что создаёт почву для незавершённой сепарации. Для изучения супружеских отношений это имеет особое значение: супруги, выросшие в разных культурных условиях, могут иметь совершенно разные представления о допустимой близости и автономии [35].

Дополнительно важно рассмотреть практику психологов, которые сталкиваются с последствиями нарушенной сепарации в консультативной работе. Так, семейные терапевты отмечают, что многие конфликты между супругами на самом деле связаны не с бытовыми или финансовыми проблемами, а с тем, что один из партнёров эмоционально «привязан» к матери. Например, муж может принимать ключевые решения, ориентируясь не на интересы семьи, а на мнение своей матери. В другом случае жена может требовать от супруга постоянного внимания и заботы, воспроизводя детскую модель отношений с родительской фигурой.

Такие случаи показывают: сепарация от матери – это не только теория, но и реальный фактор, определяющий устойчивость брака. Задача психолога – помочь супругам осознать, где проходит граница между здоровой близостью и зависимостью, а также научить их строить отношения на основе автономии и равенства.

Таким образом, процесс сепарации от матери – это важный элемент психоэмоционального взросления, от которого зависит способность личности к построению зрелых отношений. Этапы, компоненты и механизмы сепарации исследованы в психологии достаточно глубоко, но влияние степени сепарации на дальнейшие аспекты жизни, включая супружеские отношения, остаётся актуальной темой.

Особенно важным является понимание того, что незавершённая сепарация не только затрудняет эмоциональное взаимодействие в браке, но и способна породить внутренние конфликты, ведущие к неудовлетворённости совместной жизнью.

Таким образом, вопросы, связанные с незавершённой сепарацией, должны играть важную роль в работе семейного психолога. Понимание и проработка подобных скрытых процессов зачастую выступают тем внутренним ресурсом, благодаря которому супружеские пары способны перейти от постоянных споров и упреков к формированию зрелого, основанного на равноправии партнёрства.

1.2 Удовлетворённость браком как психологический феномен

Семейная жизнь традиционно рассматривается как важнейшая сфера человеческого существования, где реализуются базовые потребности в близости, поддержке и принадлежности. Однако сама по себе регистрация брака не гарантирует его успешности. Именно поэтому центральным предметом исследований психологов становится не сам факт брачного союза, а уровень удовлетворённости им. Удовлетворённость браком отражает то, насколько отношения соответствуют ожиданиям супругов, обеспечивают им эмоциональное равновесие и чувство гармонии.

Современные исследования показывают, что удовлетворённость браком – это динамический феномен, зависящий от множества переменных: личностных особенностей супругов, условий их совместной жизни, особенностей культуры и даже социально-экономической ситуации в обществе. Она формируется постепенно, меняется в разные периоды семейного цикла и во многом определяет устойчивость брака. Таким образом, изучение удовлетворённости браком даёт возможность выявить глубинные механизмы супружеского взаимодействия и понять, какие условия способствуют его гармонизации.

Удовлетворённость браком – один из ключевых показателей качества супружеских отношений. Этот феномен изучается в рамках различных направлений психологии: социальной, семейной, клинической, психологии развития. Он выступает не только как отражение субъективного восприятия

человеком своей семейной жизни, но и как комплексный индикатор эмоционального благополучия, зрелости партнёрства, устойчивости взаимоотношений и личностной реализации.

Вопрос удовлетворённости браком приобретает особую значимость в контексте современных социокультурных изменений: рост количества разводов, снижение интереса к традиционной модели семьи, смещение приоритетов в сторону личностного роста и самореализации делают семью не просто социальным институтом, а ареной психологического выбора, компромиссов и глубокого взаимодействия между двумя автономными личностями [34].

Удовлетворённость браком, по сути, представляет собой субъективную оценку супругом или супругой степени соответствия текущих брачных отношений личным ожиданиям, потребностям и жизненным установкам. Она формируется под влиянием множества факторов: от личных психологических особенностей и ценностных ориентаций до внешних условий совместной жизни.

В научной литературе удовлетворённость браком часто трактуется как:

- эмоциональное состояние стабильного благополучия, возникающее в результате совместной жизни с партнёром;
- степень положительного восприятия брака как жизненного выбора;
- ощущение удовлетворения от удовлетворения потребностей в любви, поддержке, признании и безопасности;
- психологический комфорт, возникающий в процессе взаимодействия с супругом.

Среди факторов, влияющих на уровень удовлетворённости браком, выделяются как внутренние (личностные качества, эмоциональная зрелость, уровень привязанности, коммуникативные навыки), так и внешние (социально-экономические условия, наличие детей, давление семьи или общества и т.д.).

Ниже представлена таблица 1.3, обобщающая основные компоненты удовлетворённости браком и их психологическое содержание, на основе обобщения трудов отечественных и зарубежных исследователей.

Таблица 1.3 – Компоненты удовлетворённости браком и их содержание

Компонент	Психологическое содержание	Примеры проявлений
Эмоциональный	Чувства любви, привязанности, принятия, эмоциональной поддержки	Ощущение близости, доверия, эмоциональной безопасности
Когнитивный	Рациональная оценка партнёрства, уровень соответствия ожиданиям	Удовлетворённость ролями, ощущение справедливости
Поведенческий	Реальное взаимодействие, совместная деятельность, распределение обязанностей	Совместный досуг, согласование обязанностей
Мотивационный	Удовлетворение потребностей, желание сохранить союз	Осознанное стремление быть с партнёром, ценность семьи
Ценностный	Совпадение жизненных установок и целей	Согласие в вопросах воспитания, материальных целей и традиций

Из приведённой таблицы 1.3 видно, что удовлетворённость браком – это не одно измерение, а целый спектр взаимосвязанных компонентов. Эмоциональный уровень может быть высоким при низкой когнитивной удовлетворённости, и наоборот.

Именно такая многослойная структура объясняет, почему супруги могут испытывать амбивалентные чувства – сочетание любви и раздражения, близости и разочарования. Комплексный подход позволяет учитывать динамику

отношений и глубину партнёрства. Существует множество моделей, объясняющих природу и структуру удовлетворённости браком. Среди них можно выделить следующие:

– Теория социального обмена (Дж. Хоманс). Эта модель рассматривает отношения как систему обмена, где партнёры получают и отдают ресурсы – внимание, заботу, деньги, эмоции. Удовлетворённость достигается, когда обмен воспринимается как справедливый.

– Теория семейных систем (М. Боуэн). Семья здесь – целостная система, в которой удовлетворённость зависит от уровня дифференциации каждого члена семьи, способности сохранять «Я» в условиях «мы». Чем выше личностная зрелость – тем устойчивее брак [5].

– Теория привязанности (Дж. Боулби), согласно этой концепции, взрослые отношения строятся на основе стилей привязанности, сформированных в детстве. Люди с надёжной привязанностью склонны к более стабильным и удовлетворяющим бракам [8].

Для диагностики удовлетворённости применяются разнообразные методики: опросники, интервью, дневниковые записи. Наиболее распространённые – Шкала взаимной адаптации в паре (DAS), Опросник удовлетворённости браком В. В. Столина и Т. Л. Романовой и др.

Следует особо отметить, что уровень удовлетворённости браком не является статичной величиной – он способен трансформироваться под воздействием как внешних факторов (рождение детей, финансовые сложности), так и внутренних процессов, происходящих у партнёров. Поэтому ключевым становится анализ этого показателя с учётом индивидуальных особенностей людей и характера их взаимодействий. Особенно значимым становится рассмотрение стратегий, которыми супружеская пара пользуется для выхода из кризисных ситуаций и адаптации к меняющимся обстоятельствам семейной жизни. Основные связи, обобщающие рассмотренные выше теоретические положения, между личностными характеристиками, стилем взаимодействия, определяющие удовлетворённость браком, представлены на рисунке 1.2, где они

наглядно отражены.



Рисунок 1.2 – Факторы, влияющие на удовлетворённость браком

Рисунок 1.2 иллюстрирует логическую взаимосвязь между внутренними характеристиками личности и поведенческими аспектами взаимодействия. Именно совокупность эмоциональных и коммуникативных факторов формирует итоговую оценку брака супругами. При этом личностные особенности, такие как высокая тревожность, низкий уровень саморефлексии, или дефицит эмпатии, могут стать препятствием на пути к удовлетворённости, даже при внешне стабильном браке.

Исследования показывают, что мужчины и женщины могут по-разному воспринимать удовлетворённость браком. Мужчины чаще связывают её с стабильностью и отсутствием конфликтов, женщины – с эмоциональной насыщенностью, поддержкой и открытостью партнёра. Также значительную роль играют культурные установки: в традиционных культурах удовлетворённость может интерпретироваться как исполнение роли, тогда как в

индивидуалистических – как самореализация в отношениях [34].

Уровень удовлетворённости браком не является статичным. Он изменяется по мере прохождения семьёй различных этапов жизненного цикла:

- «медовый месяц» – высокая удовлетворённость;
- рождение ребёнка – снижение из-за перераспределения ролей;
- подростковый возраст детей – возможный рост напряжения;
- «опустевшее гнездо» – либо восстановление близости, либо отчуждение.

Одним из ключевых направлений исследований в области психологии семьи является анализ динамики удовлетворённости браком на протяжении жизненного цикла семьи. Брак не является статичной конструкцией: он изменяется вместе с партнёрами, отражая их личностный рост, социальные обстоятельства и опыт совместной жизни. Поэтому изучение удовлетворённости браком в разные периоды супружеской жизни позволяет глубже понять её природу.

В первые годы совместной жизни удовлетворённость браком обычно достигает пика. Этот период часто называют «медовым месяцем». Супруги испытывают новизну отношений, романтические чувства, стремятся максимально поддерживать друг друга. Конфликты на этом этапе либо воспринимаются как незначительные, либо разрешаются достаточно быстро.

Однако уже через несколько лет после свадьбы, особенно с рождением детей, уровень удовлетворённости браком может снижаться. Причина в том, что партнёры сталкиваются с новыми обязанностями, распределением ролей и бытовыми трудностями. Исследования показывают: наиболее напряжённым для семей является период первых 5–7 лет брака. Именно в это время наблюдается пик разводов, что подтверждается и статистикой ЗАГС.

В зрелых семьях (10–15 лет совместной жизни) удовлетворённость браком зависит от способности партнёров адаптироваться к новым условиям, выстраивать баланс между личной и семейной жизнью. На этом этапе романтическая составляющая снижается, но возрастает ценность партнёрства, поддержки и совместных целей.

В семьях со стажем более 20 лет удовлетворённость браком вновь может возрастать. Супруги уже прошли через множество кризисов, воспитали детей, наладили привычный образ жизни. Они ценят стабильность и предсказуемость, а отношения становятся более спокойными и дружескими.

Ниже приведена таблица 1.4, которая отражает изменения факторов удовлетворённости браком на разных стадиях семейного цикла.

Таблица 1.4 – Факторы удовлетворённости браком на разных этапах семейного цикла

Стаж брака	Основные факторы удовлетворённости	Характерные трудности
До 5 лет	Романтика, сексуальная близость, новизна, совместные планы	Нереалистичные ожидания, адаптация к совместной жизни
5–10 лет	Поддержка, сотрудничество, совместное воспитание детей	Бытовые конфликты, снижение романтики, усталость
10–20 лет	Совместные цели, взаимопомощь, доверие	Роль родительских обязанностей, кризис «середины жизни»
Более 20 лет	Дружеская близость, стабильность, привычный уклад	Эмоциональная дистанция, риск рутинности

Данные таблицы 1.4 показывают, что удовлетворённость браком является переменной категорией, которая изменяется в зависимости от этапа жизни семьи. Если в начале брака основу составляет романтическое влечение и сексуальная близость, то со временем всё большее значение приобретают доверие, поддержка, совместные ценности и привычный ритм жизни. Таким образом, зрелая супружеская удовлетворённость связана не столько с интенсивностью

эмоций, сколько с глубиной партнёрских отношений.

Особое внимание в исследованиях уделяется сравнительному анализу традиционного и современного брака. В традиционной модели главным источником удовлетворённости выступает исполнение социальных ролей: мужчина обеспечивает семью, женщина ведёт хозяйство и воспитывает детей. Здесь удовлетворённость браком во многом определяется социальной оценкой – «правильная» семья воспринимается как успешная.

Современная модель брака строится на принципах равенства, взаимного уважения и личностного роста. Удовлетворённость в таких семьях во многом зависит от психологических факторов: эмоциональной близости, уважения личных границ, совместных интересов. Супруги рассматривают друг друга не только как партнёров по хозяйству, но и как личностей, с которыми они могут развиваться и реализовывать свои планы.

Интересно, что в переходных обществах, к которым относится и Россия, обе модели сосуществуют. В одних семьях ещё сильны традиционные установки, в других акцент делается на партнёрстве. Это приводит к тому, что критерии удовлетворённости браком также различаются: для одних важнее материальное обеспечение, для других – эмоциональная гармония.

Удовлетворённость браком представляет собой сложную, многокомпонентную конструкцию, включающую эмоциональные, когнитивные, поведенческие и ценностные элементы. На её формирование влияют как внутренние особенности личности, так и межличностная динамика взаимодействия супругов. Глубинное понимание этого феномена имеет практическую значимость в консультировании пар, профилактике супружеских кризисов и формировании гармоничных отношений.

Особое внимание заслуживает анализ удовлетворённости браком не в отрыве, а во взаимосвязи с историей формирования личности, в том числе с её сепарацией от родительских фигур, что будет рассмотрено в следующем пункте работы.

1.3 Анализ проблемы влияния сепарации от матери на удовлетворённость браком

Рассмотрев сущность сепарации и феномен удовлетворённости браком, необходимо перейти к анализу взаимосвязи этих явлений. В научной литературе всё больше внимания уделяется тому, каким образом характер отношений с родительской семьёй отражается на брачном союзе. Особенно значимой оказывается фигура матери, с которой ребёнок устанавливает первую и наиболее глубокую эмоциональную связь.

Незавершённая сепарация от матери может стать источником трудностей в браке, поскольку зависимость от родительской фигуры препятствует формированию зрелой автономной личности. В то же время успешная сепарация создаёт условия для гармоничных и равноправных отношений между супругами.

В связи с этим изучение влияния степени сепарированности на удовлетворённость браком имеет не только теоретическую, но и практическую значимость. Оно позволяет лучше понять природу супружеских конфликтов и найти пути их конструктивного разрешения [29].

Феномен сепарации от матери, как было показано в предыдущих разделах, представляет собой ключевой элемент личностного взросления. Однако его значение выходит далеко за пределы детско-родительских отношений. Психологическая наука всё чаще рассматривает степень сепарации как предиктор успешности, зрелости и устойчивости интимных партнёрских отношений, включая брак.

Существует обоснованное мнение, что незавершённая сепарация от матери может прямо или косвенно влиять на удовлетворённость браком, опосредуя уровень эмоциональной близости, автономии, способность к привязанности и устойчивость к конфликтам.

В различных психологических школах и концепциях описаны механизмы,

связывающие детско–родительскую динамику с особенностями взрослого партнёрства. Рассмотрим наиболее значимые подходы, демонстрирующие логику этой взаимосвязи.

1. Теория привязанности (Дж. Боулби, М. Эйнсворт). Классическая теория привязанности утверждает, что стиль эмоциональной привязанности, сформированный в детстве по отношению к матери, переносится на будущие отношения, включая брак. Надёжная привязанность предполагает завершённую сепарацию, при которой ребёнок ощущает себя любимым, но автономным [8].

Напротив, тревожный или избегающий стиль нередко сопровождается эмоциональной зависимостью, трудностями в выражении чувств, страхом отвержения, что снижает удовлетворённость отношениями.

2. Теория семейных систем (М. Боуэн). Мюррей Боуэн разработал концепцию дифференциации «Я» – разные люди обладают разной степенью зависимости от семьи. Люди с низкой дифференциацией склонны к слиянию с родителями, эмоциональной реактивности, трудностям в отстаивании границ.

В браке такие индивиды чаще испытывают страх потери, избегают конфликтов ценой собственных потребностей, зависят от мнения матери. Высокая сепарированность позволяет супругу действовать автономно, выстраивать зрелые границы и повышать удовлетворённость браком [5].

3. Объектные отношения (М. Малер). С точки зрения объектных отношений, незавершённая сепарация от материнской фигуры формирует внутренний конфликт между потребностью в зависимости и стремлением к автономии. В браке это проявляется в постоянных эмоциональных колебаниях, нестабильности привязанности, идеализации или обесценивании партнёра, что приводит к неудовлетворённости [24].

Ниже представлена сравнительная таблица 1.5, в которой отображено, как различные уровни сепарированности от матери отражаются на ключевых аспектах супружеской жизни. Изучение приведённых в таблице показателей позволит глубже осмыслить, какие именно стороны брачных отношений становятся наиболее уязвимыми в условиях незавершённой сепарации от

материнской фигуры.

Таблица 1.5 – Влияние степени сепарации от матери на супружеские отношения

Уровень сепарации	Эмоциональная близость	Принятие решений	Конфликты	Удовлетворённость браком
Высокая сепарация	Умеренная, с сохранением личных границ	Самостоятельное принятие решений, гибкость	Конструктивное разрешение	Высокая, стабильная
Частичная сепарация	Колебания между близостью и отчуждённостью	Неуверенность, частые сомнения	Избегание конфликтов	Средняя, нестабильная
Низкая сепарация	Зависимость от одобрения, страх отвержения	Перекалывание ответственности на партнёра или родителей	Подавленные конфликты, пассивная агрессия	Низкая, сопровождается тревожностью

Данные таблицы 1.5 иллюстрируют, что зрелая сепарация позволяет партнёрам строить отношения на основе взаимного уважения и диалога. Личностная автономия при этом не разрушает близость, а наоборот – укрепляет её, создавая пространство для роста. Напротив, низкий уровень сепарации сдерживает развитие партнёрства, вызывает зависимость, инфантилизацию поведения и снижает общее удовлетворение браком. В парах, где оба партнёра демонстрируют высокий уровень сепарации, конфликты разрушительного

характера случаются гораздо реже, а эффективность совместного решения трудных ситуаций повышается.

Для наглядного представления механизма влияния сепарации от матери на брак приведен рисунок 1.3, иллюстрирующий, как незавершённая сепарация может запускать цепочку психологических последствий.



Рисунок 1.3 – Психологическая цепочка: от незавершённой сепарации к неудовлетворённости

Схема подчёркивает, что сепарация – это не изолированное событие, а отправная точка формирования способности к зрелой любви. Если этот процесс не завершён, человек попадает в замкнутый круг зависимых паттернов, не способен выстроить равноправные отношения, боится одиночества, конфликтов и самостоятельных решений. Все эти факторы напрямую влияют на удовлетворённость браком и его стабильность.

Интересным аспектом является способность брака компенсировать дефицит сепарации. Некоторые партнёры вступают в отношения с надеждой «перерасти» свою зависимость или найти в супруге «замещающего родителя». В краткосрочной перспективе это может приносить эффект близости, но в долгосрочной – ведёт к перегрузке отношений, потере взаимности, появлению

хронических конфликтов.

Другие партнёры, наоборот, компенсируют болезненную сепарацию через эмоциональное избегание. Они стремятся к полной независимости, избегают сближения, боятся утраты контроля. Такой стиль взаимодействия делает брак формальным, но лишённым эмоциональной насыщенности.

Мужчины и женщины по-разному переживают сепарацию от матери, и это отражается в их супружеских установках:

– мужчины с незавершённой сепарацией часто демонстрируют пассивность, низкую инициативу, «ориентацию на материнское мнение», что вызывает напряжение в паре;

– женщины с аналогичной проблемой склонны к гиперконтролю, ревности, стремлению к слиянию, что снижает уровень взаимного доверия.

Исследование влияния сепарации от матери на супружеские отношения требует не только анализа зарубежных концепций, но и обращения к отечественным эмпирическим данным. В последние десятилетия российские психологи активно изучают проблемы автономии личности, трансформации семейных ценностей и их влияние на качество брака. Эти исследования подтверждают, что уровень сепарации действительно является важным предиктором брачного счастья.

Латышева А. С., Овсяникова Е. А., Худаева М. Ю. в своём исследовании молодых семей выявили, что супруги, сохраняющие психологическую зависимость от матери, часто демонстрируют пассивную позицию в браке. Это выражалось в склонности к уступкам, избегании открытого обсуждения противоречивых позиций, поиска решений, непоследовательности суждений. В результате снижалась удовлетворённость отношениями и возрастала вероятность конфликтов [29].

Особый интерес представляют различия в том, как сепарация от матери сказывается на браке у мужчин и женщин. Для мужчин незавершённая сепарация чаще выражается в зависимости от мнения матери и неготовности к принятию самостоятельных решений. В браке это может проявляться в так называемой

«треугольной» динамике, когда мать продолжает активно вмешиваться в жизнь семьи. Для женщин же характерно другое проявление: они нередко воспроизводят с партнёром модель отношений «мать – ребёнок», требуя постоянного внимания, заботы и эмоционального слияния. Такая установка ведёт к перегрузке брака, а мужчины в ответ начинают дистанцироваться, что снижает удовлетворённость обеих сторон.

Таким образом, хотя механизмы проявления различны, и для мужчин, и для женщин незавершённая сепарация становится фактором риска для устойчивости брака. Сепарация играет роль не только в формировании индивидуальности, но и в построении равноправных и эмоционально насыщенных отношений в браке.

Сепарация – не просто возрастной этап, а ключевая переменная, определяющая зрелость личности и её способность к долговременному партнёрству. Именно поэтому важно уделять внимание детско-родительским отношениям при работе с семейными проблемами и кризисами брака. В дальнейших главах работа будет сосредоточена на возможностях коррекции последствий нарушенной сепарации и путях повышения удовлетворённости браком.

II ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ СЕПАРАЦИИ ОТ МАТЕРИ НА УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ БРАКОМ У СУПРУГОВ

2.1 Организация и методы исследования

Эмпирическое исследование направлено на исследование влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. Актуальность данной темы обусловлена необходимостью более глубокого понимания внутренних причин неудовлетворённости браком, которые не всегда осознаются самими супругами, но зачастую уходят корнями в детско-родительские отношения.

Для проверки рабочей гипотезы нами использовалась совокупность специально подобранных методов и методик, среди которых особое место занимают следующие диагностические (тестовые) процедуры:

1. Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI) (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой);
2. Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко.

Опросник психологической сепарации (Psychological Separation Inventory, PSI) (адаптация В.П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой) представляет собой методику, предназначенную для исследования уровня сепарации от родителей у людей, входящих в выборку. Главное преимущество методики заключается в её комплексном подходе, позволяющем оценить сепарацию по четырем независимым направлениям и получить детализированный «портрет» сепарации вместо общей оценки.

Цель данного исследования заключалась в выявлении количественного и качественного уровня сепарации взрослого человека в эмоциональной, поведенческой, ценностной и конфликтной сферах отношений с каждым

родителем.

Методика разработана на основе современных концепций психологии развития и семейной психологии, рассматривающих сепарацию как сложный, многогранный процесс, а не однократное событие. Стимульные материалы опросника включают в себя утверждения описывающие отдельно отношения с матерью и отцом, позволяющие отдельно оценить отношения с матерью и отцом (по 62 вопросам на каждого родителя), учитывая их разное влияние на процесс сепарации.

Методика состоит из 4 шкал, каждая из которых оценивает отдельные типы сепарации от отца и от матери:

1. Эмоциональная сепарация – отсутствие потребности человека в одобрении родителей и постоянной поддержке.

2. Функциональная сепарация – способность человека самостоятельно, без помощи близких, принимать решения.

3. Аттitudная сепарация – позволяет судить о наличие собственных, независимых от родителей взглядов на различные стороны реальности.

4. Конфликтологическая сепарация подразумевает отсутствие неразрешенных противоречий в отношениях с матерью и отцом.

Супружеским парам были предложены бланки опросника, содержащие 124 вопроса, на которые они должны были ответить, выбрав один из пяти вариантов ответов, что позволяет получить количественную оценку каждой шкалы. Оценка вариантов ответов осуществляется следующим образом:

- совсем не обо мне – 1 балл;
- скорее нет, чем да – 2 балла;
- отчасти да, отчасти нет – 3 балла;
- скорее да, чем нет – 4 балла;
- точно обо мне – 5 баллов.

Подсчет баллов по каждой шкале осуществляется, согласно ключу:

1. Конфликтологическая независимость от матери: $(144 - (\text{№}1 + \text{№}5 + \text{№}6 + \text{№}7 + \text{№}11 + \text{№}14 + \text{№}15 + \text{№}18 + \text{№}19 + \text{№}22 + \text{№}23 + \text{№}24 + \text{№}27 + \text{№}30 + \text{№}32$

+ №36 + №40 + №42 + №46 + №50 + №52 + №56 + №59 + №61))/24.

2. Конфликтологическая независимость от отца: $(144 - (\text{№}63 + \text{№}67 + \text{№}68 + \text{№}69 + \text{№}73 + \text{№}76 + \text{№}77 + \text{№}80 + \text{№}81 + \text{№}84 + \text{№}85 + \text{№}86 + \text{№}89 + \text{№}92 + \text{№}94 + \text{№}98 + \text{№}102 + \text{№}104 + \text{№}108 + \text{№}112 + \text{№}114 + \text{№}118 + \text{№}121 + \text{№}123)) / 24$.

3. Эмоциональная независимость от матери: $(66 - (\text{№}2 + \text{№}10 + \text{№}31 + \text{№}35 + \text{№}37 + \text{№}41 + \text{№}45 + \text{№}47 + \text{№}51 + \text{№}55 + \text{№}60)) / 11$.

4. Эмоциональная независимость от отца: $(66 - (\text{№}64 + \text{№}72 + \text{№}93 + \text{№}97 + \text{№}99 + \text{№}103 + \text{№}107 + \text{№}109 + \text{№}113 + \text{№}117 + \text{№}122)) / 11$.

5. Аттitudная независимость от матери: $(84 - (\text{№}3 + \text{№}8 + \text{№}12 + \text{№}16 + \text{№}20 + \text{№}25 + \text{№}28 + \text{№}33 + \text{№}38 + \text{№}43 + \text{№}48 + \text{№}53 + \text{№}57 + \text{№}62)) / 14$.

6. Аттitudная независимость от отца: $200 (84 - (\text{№}65 + \text{№}70 + \text{№}74 + \text{№}78 + \text{№}82 + \text{№}87 + \text{№}90 + \text{№}95 + \text{№}100 + \text{№}105 + \text{№}110 + \text{№}115 + \text{№}119 + \text{№}124)) / 14$.

7. Функциональная независимость от матери: $(78 - (\text{№}4 + \text{№}9 + \text{№}13 + \text{№}17 + \text{№}21 + \text{№}26 + \text{№}29 + \text{№}34 + \text{№}39 + \text{№}44 + \text{№}49 + \text{№}54 + \text{№}58)) / 13$.

8. Функциональная независимость от отца: $(78 - (\text{№}66 + \text{№}71 + \text{№}75 + \text{№}79 + \text{№}83 + \text{№}88 + \text{№}91 + \text{№}96 + \text{№}101 + \text{№}106 + \text{№}111 + \text{№}116 + \text{№}120)) / 13$.

Основной принцип обработки результатов «Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI)»: чем выше итоговый балл по каждой шкале, тем успешнее прошел процесс сепарации от соответствующего родителя:

– высокие баллы отражают зрелую автономию личности. Ему не требуется постоянное одобрение, утешение или подтверждение значимости со стороны родителя для поддержания самооценки и эмоционального равновесия. Отношения носят взрослый, а не детско–зависимый характер;

– низкие баллы свидетельствуют о незавершенности или затрудненности сепарации, что проявляется в сохранении сильной психологической зависимости от родителей. Сильная эмоциональная связь с родителем. Настроение, самочувствие и самооценка респондента чрезмерно зависят от мнения, внимания и реакции родителя. Наблюдается потребность в постоянном подтверждении любви и принятия.

Важно учесть следующие моменты при интерпретации:

– важное значение имеет не просто общая сумма баллов, а анализ профиля – сравнение показателей по всем четырем шкалам. Возможно, например, что человек демонстрирует автономность в практических вопросах (высокий балл во второй шкале), однако все еще находится в тесной эмоциональной или напряженной связи с родителем (низкие баллы в первой и четвертой шкалах);

– дифференциация роли отца и матери: необходимо проводить сопоставление профилей, выстроенных отдельно относительно каждого родителя. Как правило, отделение от одного родителя происходит эффективнее, чем от другого, что предоставляет важную информацию для диагностики;

– ориентированный на рост взгляд: низкие результаты сигнализируют об областях, требующих внимания и возможностях для улучшения в рамках терапевтической работы или личностного развития. Это не дефекты, а задачи развития, которые остаются нерешёнными и могут оказывать влияние на нынешнее состояние человека, особенно в контексте близких взаимоотношений, являющихся объектом изучения.

Опросник удовлетворенности браком (ОУБ), разработанный В. В. Столиным, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко – это валидный и надежный инструмент диагностики эмоционального состояния, характеризующего супружеские отношения, предназначен для экспресс-диагностики степени удовлетворенности/неудовлетворенности браком. При разработке опросника авторы исходили из тезиса о том, что супружеские союзы скрепляются эмоциональными узами. В соответствии с этим они предположили, что удовлетворенность/неудовлетворенность браком является обобщенной эмоцией, генерализованным переживанием, нежели следствием рациональной оценки успешности брака по тем или иным параметрам.

Супружеским парам были предложены бланки, содержащими 24 утверждения, относящиеся к различным сферам: восприятия себя и партнера, мнения, оценки, установки и т.д., что позволило выявить общее эмоциональное отношение к браку, не анализируя его по отдельным параметрам. Каждому утверждению соответствуют три варианта ответа:

- А – верно;
- Б – трудно сказать;
- В – неверно (или их семантические аналоги).

Сами утверждения содержат как положительные, так и отрицательные характеристики брака и сформулированы как в позитивной, так и в негативной форме.

Подсчет баллов осуществляется в соответствии с ключом к тесту: 1В, 2В, 3А, 4В, 5В, 6В, 7А, 8А, 9В, 10В, 11В, 12А, 13В, 14В, 15А, 16В, 17А, 18В, 19В, 20В, 21В, 22А, 23А, 24В.

За ответ, совпадающий с ключом, присваивается 2 балла, за промежуточный – 1 балл, за не совпадающий с ключом, – 0 баллов. Таким образом, возможный диапазон суммарных «сырых» баллов - от 48 до 0.

Результаты, попадающие в определенный диапазон, позволяют определить степень удовлетворенности/неудовлетворенности браком:

- 0–16 баллов – абсолютно неблагополучная семья;
- 17–22 баллов – неблагополучная;
- 23–26 баллов – скорее, неблагополучная;
- 27–28 баллов – переходная;
- 29–32 баллов – скорее, благополучная;
- 33–38 баллов – благополучная;
- 39–48 баллов – абсолютно благополучная.

Таким образом, выбранный диагностический комплекс позволяет оценить и сопоставить два основных фактора исследования: уровень психологической сепарации от родителей, прежде всего от матери, рассматриваемый как возможный фактор возникновения проблемы, и общий уровень удовлетворенности браком как результат этого влияния. Это создает основу для эмпирической проверки гипотезы о влиянии незавершенной сепарации на качество супружеских отношений. Таким образом, структура диагностического комплекса полностью соответствует цели и задачам настоящего исследования.

2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования

Для проверки гипотезы о наличии взаимосвязи уровня удовлетворенности браком со степенью сепарации от матери были использованы методики: Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI) (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой) и Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко. Исходные данные, представленные в таблице 1. п. 1 (см. Приложение 1), включают индивидуальные результаты респондентов, полученные по опросникам.

В рамках настоящего исследования для анализа использовались шкалы из методики «Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI)» (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой):

- конфликтологическая независимость от матери;
- эмоциональная независимость от матери;
- аттитюдная независимость от матери;
- функциональная независимость от матери.

С целью выявления взаимосвязи между уровнем сепарации от матери и удовлетворенностью браком у супругов применялся коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Данный метод позволяет оценить степень зависимости между двумя порядковыми переменными – чем выше сепарация от матери, тем выше удовлетворённость браком.

Анализ проводился по следующим переменным:

Переменная 1 – уровень сепарации от матери (среднее по 4 шкалам: конфликтологической, эмоциональной, аттитюдной, функциональной независимости от матери); Переменная 2 – оценка удовлетворенности браком, преобразованная в порядковую шкалу следующим образом:

- абсолютно неблагополучная семья – 1;
- неблагополучная – 2;

- скорее, неблагополучная – 3;
- переходная – 4;
- скорее, благополучная – 5;
- благополучная – 6;
- абсолютно благополучная – 7.

На основе первичных данных был рассчитан средний уровень сепарации от матери. Результаты представлены ниже на рисунке 2.1.

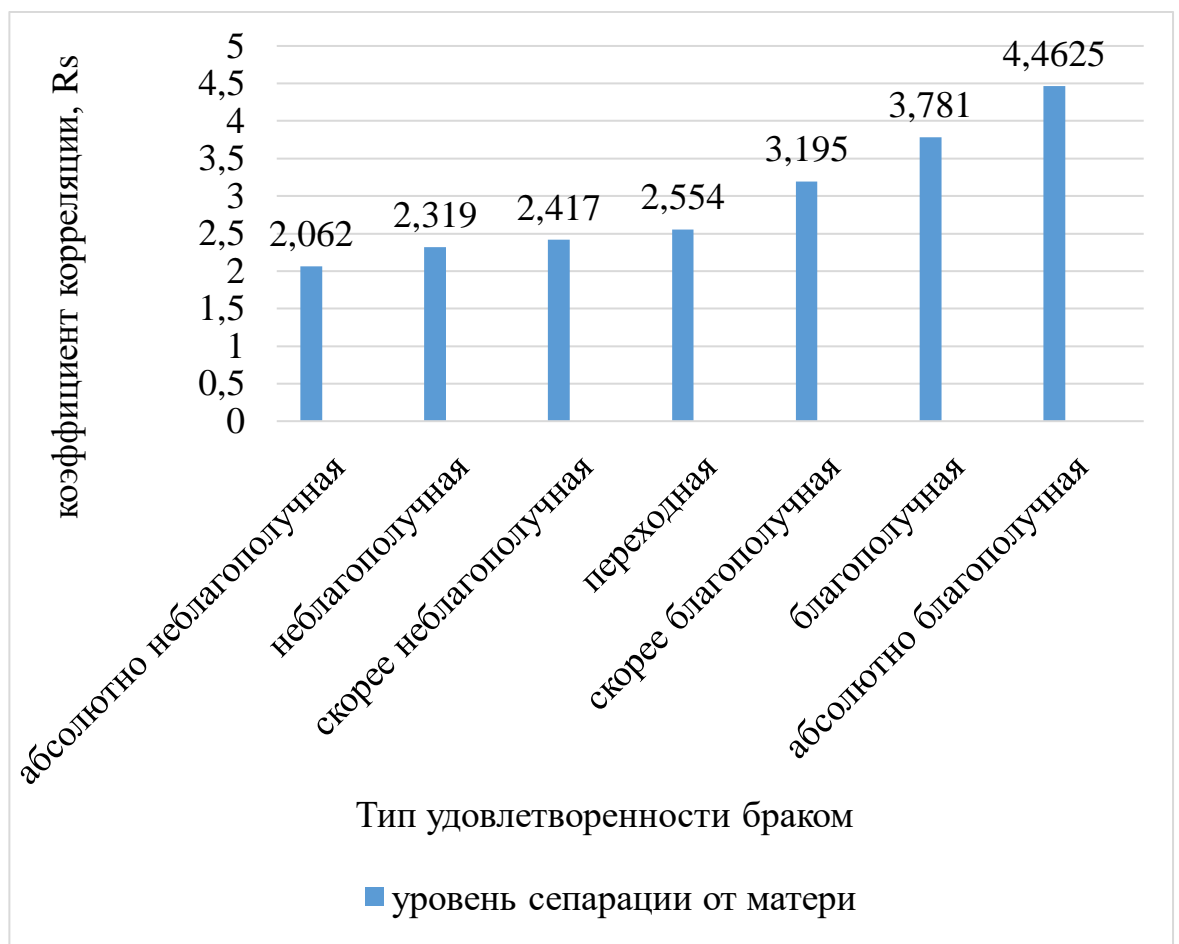


Рисунок 2.1 – Средний уровень сепарации от матери в зависимости от типа удовлетворенности браком

Как видно из диаграммы, самый высокий уровень сепарации от матери наблюдается у супругов в благополучных семьях, самый низкий уровень сепарации – у супругов в неблагополучных семьях.

Для вычисления коэффициента Спирмена используется следующая

формула:

$$R_s = 1 - 6 \cdot d^2 / (N \cdot (N^2 - 1)), \quad (2.1)$$

где d^2 – сумма квадратов разностей между рангами;

N – количество испытуемых или признаков, участвовавших в ранжировании.

Объем выборки составил 30 человек (15 пар). В результате вычислений получено значение коэффициента Спирмена: $R_s = 0,73$.

Коэффициент корреляции Спирмена $R_s = 0,73$ указывает на положительную связь между уровнем сепарации от матери и удовлетворённостью браком, что означает – чем выше уровень психологической сепарации от матери, тем выше удовлетворённость браком. Это подтверждает гипотезу исследования.

Для углубленного понимания связи между сепарацией и удовлетворённостью браком был выполнен не только общий анализ показателя сепарации, но и детальный расчёт по четырём шкалам «Опросника психологической сепарации Хоффмана (PSI)» (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой) – конфликтной, эмоциональной, направленной на установление позиции и функциональной независимости от матери. Такой подход позволил зафиксировать различия в характере сепарационных процессов среди участников с различными уровнями удовлетворённости брачной жизнью.

На основе данных, представленных в Приложении 1, были рассчитаны средние значения по каждой из четырех шкал сепарации для трех укрупненных групп: «неблагополучные семьи» (сумма баллов «неблагополучные» 0–26), «переходные/средние» (27–32) и «благополучные» (33–48).

Таблица 2.1 – Средние показатели сепарации от матери в зависимости от уровня удовлетворенности браком (N=30)

Шкала сепарации	Неблагополучные (n = 15)	Переходные (n = 6)	Благополучные (n = 9)
Конфликтологическая	1,68	2,54	3,68
Эмоциональная	2,14	2,44	3,63
Аттitudная	2,35	2,41	3,46
Функциональная	2,58	2,70	4,18
Интегральный уровень	2,19	2,52	3,74

Как видно из таблицы 2.1 наибольшее расхождение между группами выявлено по шкалам конфликтологической и функциональной независимости.

1. Конфликтологическая сепарация. У пар, живущих в благополучных семьях, этот показатель примерно в 2,2 раза превышает аналогичный параметр в неблагополучных. Такое различие говорит о том, что супруги, довольные своим союзом, реже сталкиваются с недостаточно разрешёнными спорами с матерью, не втягивают её в личные ссоры и не испытывают при этом чувства вины. Напротив, в неблагополучных семьях взаимоотношения с родителями, особенно с матерью, часто носят эмоционально незавершённый характер – сдерживаемыми обидами, напряжением, которое впоследствии отражается на супружеской паре.

2. Функциональная сепарация. На этой шкале лишь в благополучных семьях среднее значение превысило 4 – крайне высокий уровень. Участники этой группы самостоятельно решают вопросы, касающиеся финансов и домашнего хозяйства, не требуют постоянного согласования с матерью, способны взять на себя ответственность за свою семью. В неблагополучных семьях проявляется

умеренная степень зависимости, что свидетельствует о сохранении детских моделей поведения даже в зрелом возрасте.

3. Эмоциональная сепарация. Различия между группами также существенны: супруги из стабильных семей реже обращаются к матери за одобрением, поддержкой или подтверждением собственной ценности. Их эмоциональное равновесие и уверенность в себе менее зависят от реакций матери.

4. Аттitudная сепарация. Наиболее слабое отличие между группами наблюдается именно на этой шкале. Вероятно, это связано с тем, что основные взгляды (религиозные, политические, философские) закладываются ещё в детстве под влиянием семьи, а в зрелой жизни они редко вызывают острые столкновения. Тем не менее, даже здесь прослеживается устойчивая закономерность: чем выше удовлетворённость брачными отношениями, тем больше автономия супругов в вопросах убеждений.

Установленные закономерности свидетельствуют о различной степени воздействия сепарационных процессов на различные сферы совместной жизни супружеских пар. Наиболее выраженным этот дисбаланс становится при сопоставлении крайних категорий – абсолютно благополучных и неблагополучных семей.

Таким образом, анализ данных показывает, что главными показателями, отличающими благополучные браки от неблагополучных, являются конфликтологическая и функциональная автономия по отношению к материнской фигуре. Уровни сепарации от матери у супругов с разным уровнем удовлетворенности браком продемонстрированы на рисунке 2.2.

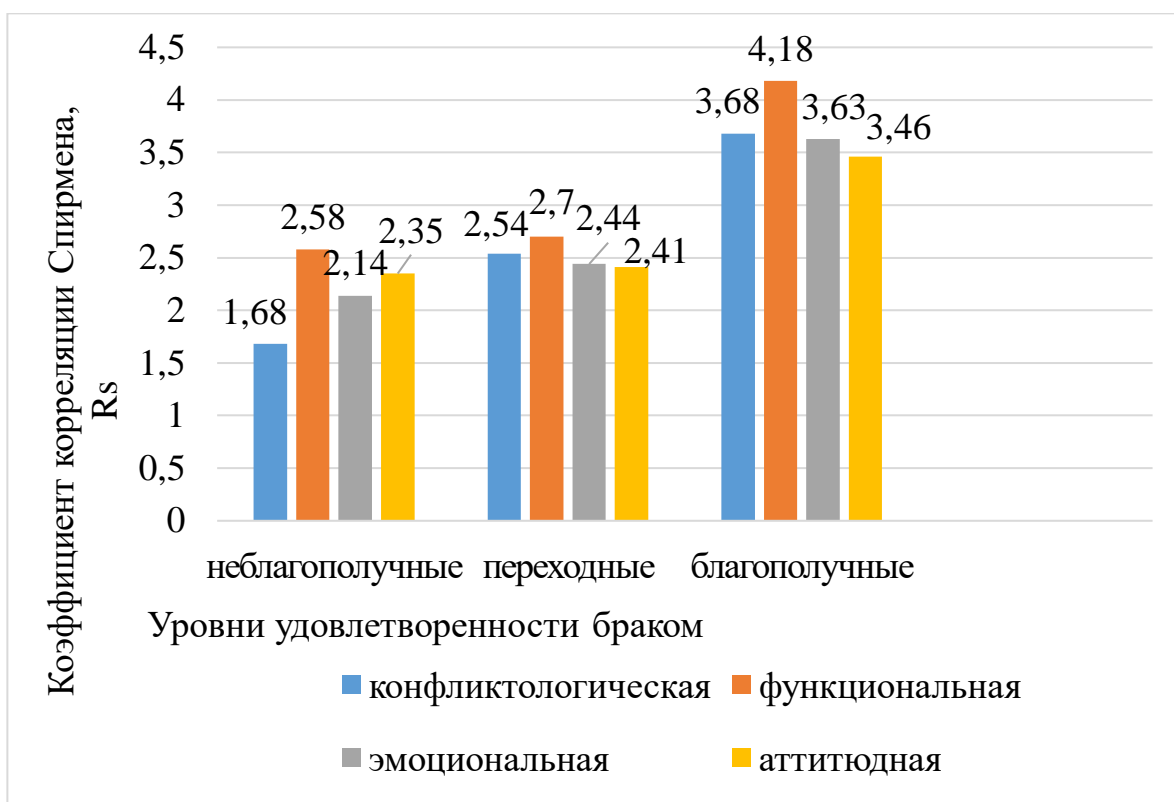


Рис. 2.2 – Уровни сепарации у супругов с разным уровнем удовлетворенности браком

Анализ результатов по гендерному признаку (15 мужчин, 15 женщин), представленный в таблице 2.2 выявил отличия в структуре сепарации от матери.

Таблица 2.2 – Средние показатели сепарации от матери у мужчин и женщин

Шкала сепарации	Мужчины (n = 15)	Женщины (n = 15)
Конфликтологическая	2,28	2,31
Эмоциональная	2,57	2,59
Аттитюдная	2,67	2,73
Функциональная	3,12	3,01

На рисунке 2.3 продемонстрированы уровни сепарации от матери у

мужчин и женщин.

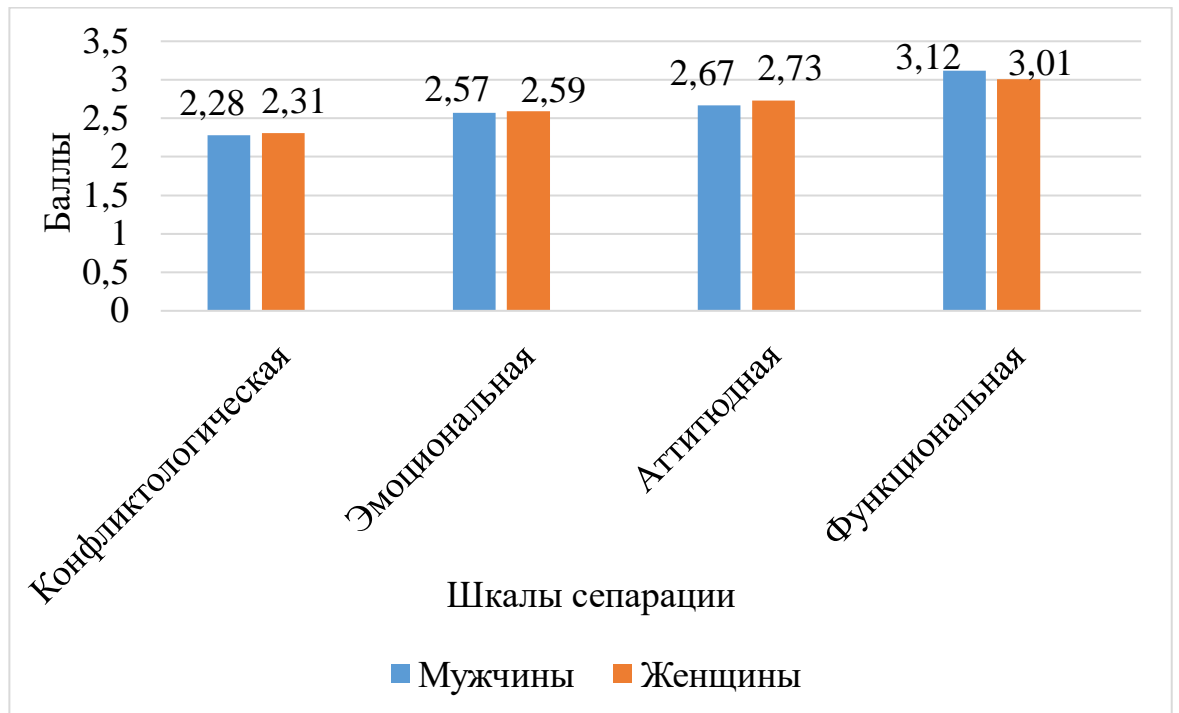


Рис. 2.3 – Уровни сепарации от матери у мужчин и женщин

У мужчин уровень функциональной сепарации оказался немного выше (3,12 против 3,01), что соответствует традиционным представлениям о роли полов, где от мужчин ожидают более высокой автономии в решении бытовых вопросов и обеспечении семьи.

Эмоциональная и конфликтологическая сепарация у обоих полов почти одинакова; одновременно качественный разбор указывает, что снижение этих показателей у мужчин чаще связано с подавленной обидой и эмоциональной отстранённостью, тогда как у женщин – с повышенной тревожностью, склонностью к слиянию и зависимости от партнёра.

В группе лиц из семей с выраженной неудовлетворенностью (n=6) присутствуют участники обоего пола, но у мужчин низкая степень сепарации связана со склонностью избегать споров и занимать пассивную позицию, тогда как у женщин – с проявлениями чрезмерного контроля и ревности. Такие

особенности в проявлениях незавершенной сепарации важно при составлении психологических программ коррекции для супружеских пар.

Для определения влияния каждой из шкал «Опросника психологической сепарации Хоффмана (PSI)» на итоговый уровень удовлетворенности браком проведён корреляционный анализ (коэффициент Спирмана, R_s) между четырьмя параметрами сепарации и уровнем удовлетворённости браком, значения коэффициентов корреляции по каждой шкале отражены в таблице 2.3.

Таблица 2.3 – Взаимосвязь шкал сепарации и удовлетворенности браком

Шкала сепарации	Коэффициент корреляции Спирмена (R_s)
Конфликтологическая	0,71
Эмоциональная	0,68
Аттitudная	0,59
Функциональная	0,41

Самая высокая степень взаимосвязи зафиксирована по шкале конфликтологической независимости ($R_s = 0,71$), что свидетельствует о том, что отсутствие разногласий с матерью служит важнейшим показателем удовлетворённости брачной жизнью. Пара, сумевшая установить с матерью зрелые, уважительные контакты, лишённые скрытых обид, гораздо чаще считает свой брак успешным.

Высокая корреляция наблюдается и по шкале функциональной сепарации ($R_s = 0,68$): самостоятельность в решении повседневных и финансовых вопросов тесно связана с восприятием парой собственной зрелости и минимальным вмешательством со стороны родителей.

Эмоциональная сепарация проявляет умеренно выраженную зависимость ($R_s = 0,59$). Такое значение обусловлено тем, что сохранение эмоциональной

близости к матери даже во взрослом возрасте не обязательно ведёт к снижению личной автономии супругов.

Показатель аттитудной независимости – $R_s = 0,41$ – указывает на умеренную положительную связь. Различия в мировоззрении с матерью редко становятся источником супружеских разногласий, особенно когда пара достигла согласия по фундаментальным вопросам.

Каждый из четырёх аспектов сепарации оказывает определённое влияние на уровень удовлетворённости брачной жизнью:

– наибольшее значение среди них имеет конфликтологическая независимость, что свидетельствует об особой роли сформированного, уважительного отношения к матери;

– функциональная сепарация также тесно связана с благополучием супружеской пары, демонстрируя способность партнёров к самостоятельному ведению быта;

– эмоциональная независимость при умеренной корреляции указывает на то, что наличие тёплых отношений с матерью не обязательно ограничивает автономность супругов;

– что же касается аттитудной независимости – она характеризуется минимальным вкладом, однако может быть скомпенсирована согласованностью позиций между супругами.

Таким образом, каждый из четырёх элементов сепарации оказывает определённое влияние на уровень удовлетворённости браком, причём наибольшую предиктивную значимость представляют показатели конфликтной и функциональной независимости.

На основе данных по четырём шкалам сепарации (как независимым параметрам) и степени удовлетворённости браком (в качестве зависимости) можно визуально проанализировать взаимосвязи между каждым аспектом сепарации и уровнем удовлетворённости браком у супругов, что отражено в таблице 2.4. Исследование проводилось на выборке из 30 участников (см. Приложение 1), с применением коэффициента корреляции Спирмена (R_s).

Таблица 2.4 – Корреляционная матрица взаимосвязи показателей сепарации и удовлетворенности браком

Показатели	Конфликтологическая сепарация	Эмоциональная сепарация	Аттитюдная сепарация	Функциональная сепарация	Удовлетворенность браком
Конфликтологическая сепарация	1,00				
Эмоциональная сепарация	0,52	1,00			
Аттитюдная сепарация	0,48	0,44	1,00		
Функциональная сепарация	0,61	0,53	0,41	1,00	
Удовлетворенность браком	0,71	0,59	0,41	0,68	1,00

Матрица корреляции демонстрирует умеренные положительные связи во всех парах шкал сепарации.

Наибольшая степень согласованности зафиксирована между конфликтологической и функциональной независимостью ($R_s = 0,61$). Такое соотношение вполне ожидаемо – отсутствие конфликтов с матерью снижает психологическое напряжение, что упрощает формирование самостоятельности в повседневных и финансовых вопросах.

Связь между эмоциональной и конфликтологической независимостью ($R_s = 0,52$) указывает на то, что преодоление внутренних переживаний – чувства

вины и обиды – способствует более прочному эмоциональному равновесию вне семейной среды родителей.

Наименее выраженной является связь аттитюдной независимости с остальными шкалами, особенно с функциональной ($R_s = 0,41$). Это свидетельствует о возможном разрыве между формированием собственных ценностей и практической автономией – человек может принимать самостоятельные решения, но сохранять эмоциональную или поведенческую зависимость.

Результаты подтверждают основную гипотезу исследования:

1. Высокий уровень корреляции выявлен между конфликтологической независимостью и удовлетворённостью браком ($R_s = 0,71$), это наиболее мощная зависимость в матрице – отсутствие нереализованных обид, чувства вины и нерешенных конфликтов с матерью, которое служит ключевым предиктором удовлетворённости супружеской жизнью. Когда эмоциональные связи с матерью устойчиво завершены и не носят деструктивный характер, личность не переносит внутренний дискомфорт в новые отношения.

2. Функциональная автономия ($R_s = 0,68$) – второе по значимости влияние. Умение управлять собственным финансовым планом, принимать повседневные решения без участия матери напрямую связано с высокой стабильностью брака. Пара, где каждый из партнёров освоил самостоятельность в быту, меньше подвержена давлению со стороны родителей и избегает конфликтов, вызванных чрезмерным вмешательством.

3. Эмоциональная автономия ($R_s = 0,59$) – значительная, хотя и немного уступающая по силе. Способность независеть от оценки матери, а также способность сохранять стабильное эмоциональное состояние вне её влияния играют важную роль. Тем не менее, эти недостатки можно частично компенсировать за счёт прочных, основанных на доверии отношений внутри пары.

4. Аттитюдная независимость ($R_s = 0,41$) – наименее сильная, но всё ещё существенная связь. Различие в мировоззрении, особенно по вопросам

вероисповедания или политики, редко становится источником серьёзных разногласий в браке, если супруги находят общее решение. Этот показатель демонстрирует, что взгляды могут меняться, адаптироваться и пересматриваться именно в рамках совместной жизни.

Таким образом, детальный анализ подтвердил исходную гипотезу о прямой зависимости между уровнем сепарации и удовлетворённостью браком, а также дал возможность точно определить её природу: наибольшее влияние на качество брака оказывает конфликтологическая независимость – способность поддерживать с матерью конструктивные отношения без накопления обид и избегать её участия в внутрисемейных спорах. На втором месте по важности стоит уровень функциональной независимости – способность к самообслуживанию и самостоятельному принятию решений.

Установлено, что незавершённая сепарация по-разному проявляется у представителей разных полов: у мужчин она часто связана с пассивностью и стремлением уйти от ответственности, у женщин – с чрезмерным контролем и состоянием тревожного сближения. Эти результаты были положены в основу создания индивидуализированных практических рекомендаций, учитывающих особенности нарушений по каждой из четырёх шкал и половые характеристики пациентов. Таким образом, можно сделать вывод, чем выше уровень сепарации от матери, тем выше удовлетворенность браком у супругов. Данный результат подтверждает выдвинутую гипотезу и соответствует теоретическим положениям о связи завершённой сепарации от матери с уровнем удовлетворенности браком у супругов.

2.3 Практические рекомендации по работе с влиянием сепарации от матери

на удовлетворенность браком у супругов

По результатам данного эмпирического исследования и подтвержденной гипотезы о существенной взаимосвязи между уровнем сепарации от матери и удовлетворенностью браком, сформулированы практические рекомендации для специалистов – психологов, консультантов и социальных работников, помогающих семьям.

1. Психолого-просветительская работа с семейными парами.

Цель: формирование у супругов базовых знаний о сепарации от родителей, как о психологическом процессе, ее влиянии на супружеские отношения, а также развитие навыков осознанного формирования здоровых границ в семье.

Форма реализации: комплексная программа, сочетающая очные и дистанционные форматы встреч, вебинаров.

Примерное содержание программы:

– Цикл тематических вебинаров «Сепарация и семья: от зависимости к партнерству»: онлайн-вебинары 1 раз в неделю по 1,5–2 часа; живые выступления психологов с возможностью задавать вопросы в чате.

– Практические мини-группы «Диалоги о границах»: очные и онлайн-встречи в группах 4–6 пар для работы с кейсами участников.

– Интерактивные онлайн-материалы и самодиагностика, представленные в чатах или на психологических сайтах, еженедельные рассылки с материалами, тестами, упражнениями.

2. Диагностическая и консультативная работа с семейными парами.

Цель: определение проблемных зон сепарации и возможных шагов для формирования зрелых отношений в паре.

Форма реализации: обследование психологической сепарации, удовлетворенности браком и проблемных зон у супругов, особенно если они обращаются с претензиями на наличие разногласий, эмоциональной зависимостью и сложностями в разделении обязанностей.

Важно оценивать не только общее состояние сепарации, но и характеристики по четырем шкалам: эмоциональная, функциональная, аттитюдная и конфликтологическая независимость от матери. Следует принимать во внимание различия между мужчинами и женщинами: отделение от матери у представителей разных полов может происходить по-разному (например, у мужчин чаще встречаются сложности функционального подчинения, у женщин – эмоционального).

3. Психокоррекционная работа с незавершенной сепарацией от родителей.

Цель: завершение процесса психологической сепарации от родителей и формирование навыков выстраивания зрелых, партнерских отношений в супружеской паре.

Задачи:

- осознание и проработка непрожитых эмоций, связанных с отношениями с матерью;
- формирование здоровых психологических границ между супругами и их родительскими семьями;
- развитие эмоциональной и функциональной независимости;
- коррекция дисфункциональных убеждений и установок, перенесённых из родительской семьи;
- обучение навыкам коммуникации и разрешения конфликтов в паре без вмешательства родительских фигур.

Форма реализации:

- индивидуальная психотерапия методами гештальттерапии, когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), схематерапии, психоанализа;
- системная семейная терапия с составлением генограммы и выделением паттернов зависимости;
- если супруги демонстрируют низкий уровень сепарации, организовывать личные встречи, направленные на понимание моделей зависимости от родителей;
- если обе стороны пары испытывают трудности с сепарацией,

осуществлять совместные занятия с анализом переноса родительских черт характера на супруга.

4. Групповая терапия для взрослых.

Цель: психологическая помощь взрослым с незавершенной сепарацией.

Форма реализации: групповые сессии с применением методов группанализа, арттерапии, телесно-ориентированных практик.

5. Тренинг для супружеских пар.

Цель: формирование и развитие навыков построения зрелых партнерских отношений у супругов.

Форма реализации: психологический тренинг по 3 часа 1 раз в неделю в течении 8 недель.

Программа тренинга:

Занятие 1. «Карта наших семей».

Знакомство и создание безопасной среды.

Упражнение «Генограмма в паре». Участники в парах совместно составляют карты семейных связей, выделяют повторяющиеся сценарии.

Обсуждение: что мы переносим из родительской семьи в свой брак.

Занятие 2. «Границ: где заканчиваюсь я и начинается мама/папа?».

Упражнение «Скульптура границ». Партнеры расставляют друг друга в пространстве, обозначая дистанцию с родительскими фигурами.

Групповое обсуждение: ситуациями, когда родители неявно влияют на решения пары, формулирование личных границ в отношениях с родителями.

Занятие 3. Эмоциональная автономия.

Упражнение «Эмоции, которые связывают». Участники выбирают метафорические карты, символизирующие их образ себя и матери.

Групповая рефлексия: обсуждение чувств, связанными с отношениями с мамой.

Занятие 4. «Тело как ресурс».

Упражнение «Встреча двух пространств»: партнеры медленно сближаются, отмечая моменты дискомфорта и обнаруживая внутреннюю

устойчивость через телесные якоря.

Обсуждение телесных реакций и ощущений.

Занятие 5. «Языки любви без оглядки на прошлое».

Упражнение «Проявляем любовь по-новому». Участники создают ритуалы для пары, не повторяющие родительские модели, пробуют выражать признательность без чувства обязанности.

Обсуждение новых моделей поведения.

Занятие 6. «Конфликт как путь к близости».

Упражнение «Конфликт без третьих сторон». Участники проигрывают сценки с ссорами без привлечения родительских аргументов.

Обсуждение правил взаимодействия в паре при решении конфликтов.

Занятие 7. «Планирование будущего без страха повторения сценариев».

Упражнение «Наш путь». Участники визуализируют желаемое будущее семьи, привлекая ресурсы в родительских семьях без копирования дисфункций.

Обсуждение новых стратегий поведения при планировании будущего семьи.

Занятие 8. Интеграция и завершение.

Упражнение «От детства к взрослости». Участники символически прощаются с детскими ролями и составляют карту ресурсов пары.

Групповая рефлексия о проделанной работе, изменениях, произошедших за 8 недель прохождения тренинга.

Методическое сопровождение: каждый этап ведет и сопровождает семейный психолог, создается атмосфера психологической безопасности и взаимоуважения.

Перечисленные выше рекомендации представляют собой целостный подход и ориентирован на: индивидуальную и парную помощь для устранения последствий незавершенной сепарации от матери; профилактику посредством образования и осведомленности населения; учёт влияния предыдущего поколения на текущие события в терапии; подготовку специалистов к решению данных вопросов. Внедрение этих рекомендаций в практику МО ООО «РКК» и

других психологических организаций поможет улучшить поддержку семей, укрепить отношения супругов и сформировать позитивные модели взаимодействия между родителями и детьми в будущем.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В ходе проведенного исследования было изучено влияние сепарации от матери на удовлетворённость браком у супругов. Теоретический анализ показал, что сепарация от матери представляет собой многослойный психоэмоциональный процесс, затрагивающий чувства, поведение, установки и способы разрешения противоречий. Удачное прохождение данного этапа развития способствует формированию самостоятельной, зрелой личности, способной формировать прочные и гармоничные партнерские отношения. В то же время неоконченная или нарушенная сепарация провоцирует склонность к зависимостям, постоянные взаимные конфликты, нарушения личных границ и, как результат – снижение удовлетворённости браком.

Эмпирическое исследование, проведенное на выборке 15 пар, подтвердило выдвинутую гипотезу. Корреляционный анализ (коэффициент Спирмана, $R_s = 0,73$) показал наличие статистически значимой положительной взаимосвязи между степенью эмоциональной сепарации от матери и уровнем удовлетворённости браком у супругов. При этом повышение автономии партнёров по отношению к матери прямо ассоциировалось с большей оценкой благополучия брака.

Подробный разбор данных по шкалам опросника «Опросника психологической сепарации Хоффмана (PSI)» (адаптация В.П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой) позволил уточнить природу этой зависимости:

1. Наиболее существенный вклад в уровень удовлетворённости браком вносит конфликтологическая независимость ($R_s = 0,71$). Ключевым фактором успешных брачных отношений становится отсутствие нерешённых конфликтов и обид с матерью.

2. Значительную роль играет функциональная независимость ($R_s = 0,68$) – умение самостоятельно управлять личными делами, принимать решения и организовывать быт.

3. Эмоциональная независимость ($R_s = 0,59$) тоже оказывает влияние, однако её недостаток может быть частично скомпенсирован высокой степенью доверия и сплочённости в паре.

4. Аттitudная независимость ($R_s = 0,41$) продемонстрировала умеренную, но статистически значимую связь.

Также было зафиксировано наличие гендерных особенностей: у мужчин незавершённая сепарация часто выражается в пассивности и стремлении избежать контактов, тогда как у женщин – в чрезмерном контроле и повышенной тревожности, связанной со слиянием.

Полученные результаты согласуются с положениями теории привязанности (Дж. Боулби), теории семейных систем (М. Боуэн) и концепции сепарации-индивидуации (М. Малер). Они подтверждают, что детско-родительские отношения, и в частности отношения с матерью, выступают важным предиктором качества последующих интимных отношений во взрослом возрасте.

Теоретическая значимость работы заключается в систематизации современных научных представлений о взаимосвязи сепарации от родительской фигуры (матери) и супружеского благополучия, что вносит вклад в развитие психологии семьи и психологии развития.

Практическая значимость исследования определяется возможностью применения его результатов в консультативной и психокоррекционной работе. На основе выводов разработан комплекс практических рекомендаций, включающий:

- психологическое просвещение супругов о роли сепарации;
- диагностику уровня сепарации и удовлетворённости браком в рамках консультирования;
- психокоррекционные программы (индивидуальные, парные, групповые), направленные на завершение процесса сепарации, формирование здоровых границ и развитие навыков зрелого партнёрского взаимодействия;
- тренинги для супружеских пар и образовательные программы для

родителей (матерей), способствующие здоровому отделению взрослых детей.

Таким образом, исследование подтверждает, что процесс психологической сепарации от матери является существенным внутренним ресурсом для построения удовлетворяющих, стабильных и равноправных супружеских отношений. Помощь супругам в осознании и проработке проблем, связанных с незавершённой сепарацией, может стать ключевым направлением в работе по укреплению семьи, профилактике супружеских кризисов и повышению психологического благополучия партнёров.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреева, Т. В. Семейная психология. Учебное пособие / Т. В. Андреева. – Санкт–Петербург : Речь, 2004. – 244 с.
2. Арбатская, Е. С. Диагностика выявления проблем в детско-родительских отношениях. Методическое пособие / Е. С. Арбатская, Н. Ю. Дичина. – Ангарск–Иркутск : УМЦ РСО, 2017. – 104 с.
3. Артамонова, Е. И. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. Под редакцией Силяевой Е. Г. / Е. И. Артамонова, Е. В. Екжанова, Е. В. Зырянова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2005. – 192 с.
4. Ачинович, Т. И. Семейное консультирование и психотерапия / Т. И. Ачинович. – Минск : БГУ, 2022. – 200 с.
5. Бейкер, К. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. Новое издание / К. Бейкер, А. Я. Варга. – Москва : Когито-центр, 2022. – 496 с.
6. Биктагирова, Г. Ф. Психология и педагогика семьи Учебное пособие / Г. Ф. Биктагирова, Э. И. Муртазина. – Казань : Издательство «Бриг», 2015. – 232 с.
7. Бодалев, А. А. Семья в психологической консультации. Опыт и проблемы психологического консультирования / А. А. Бодалев, В. В. Столин, Е. Т. Соколова, А. С. Спиваковская, А. Г. Шмелев, А. Я. Варга, Г. П. Бутенко, Е. В. Новикова, В. А. Смехов, О. В. Баженова. – Москва : Педагогика, 1989. – 208 с.
8. Боулби, Дж. Привязанность / Дж. Боулби. – Москва : Когито–центр, 2016. – 396 с.
9. Боуэн, М. Теория семейных систем Мюррея Боуэна. Основные понятия, методы и клиническая практика / М. Боуэн, К. Бейкер, М. Керр. – Москва : Когито–центр, 2022. – 496 с.
10. Бриш, К. Х. Терапия нарушений привязанности. От теории к практике

/ К. Х. Бриш. – Москва : Когито-центр, 2012. – 321 с.

11. Варга, А. Я. Введение в системную семейную психотерапию / А. Я. Варга. – Москва : Когито-центр, 2017. – 182 с.

12. Варга А. Я. Системная психотерапия супружеских пар / А. Я. Варга. – Москва : Когито–центр, 2017. – 342 с.

13. Герхардт, С. Как любовь формирует мозг ребенка? / С. Герхардт. – Москва : Этерна, 2013. – 320 с.

14. Горбуля, Е. В. Психология семьи: семейные кризисы. Учебник для ВУЗов / Е. В. Горбуля. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 280 с.

15. Гуткевич, Е. В. Психолого-генетические технологии выявления факторов психической дезадаптации семейных систем. Учебное пособие / Е. В. Гуткевич, М. Н. Каткова. – Томск : Издательский дом ТГУ, 2015. – 120 с.

16. Доманецкая, Л. В. Психология семьи и семейного воспитания. Учебное пособие / Л. В. Доманецкая. – Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2013. – 198 с.

17. Захарова, Г. И. Психология семейных отношений Учебное пособие / Г. И. Захарова. – Челябинск : Издательство ЮУрГУ, 2009. – 63 с.

18. Каишева, Э. Н. Проблема удовлетворенности супружескими отношениями в молодой семье / Э. Н. Каишева, А. С. Великанова // Общество: социология, психология, педагогика: портал – Краснодар, 2025. – № 6 – С. 60–68

19. Карбанова, О. А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. Учебное пособие для ВУЗов / О. А. Карбанова. – Москва : Издательство «Гардарики», 2007. – 320 с.

20. Карпова, Е. А. Функциональные и дисфункциональные брачно–семейные отношения / Е. А. Карпова, Т. Г. Кукулите // Ученые записки Санкт–Петербургского университета технологий управления и экономики: портал – Санкт–Петербург, 2017. – № 4 – С. 70–75.

21. Коренная, А. В. Психологическая сепарация от родителей в юношеском возрасте в контексте ценностных и смысловых ориентаций /

А. В. Коренная, И. А. Ральникова // Психологический журнал: портал – Москва, 2024. – Т. 32 – № 1 – С. 122–138.

22. Луговский, В. А. Теоретические подходы к анализу проблемы сепарации в отечественной и зарубежной психологии / В. А. Луговский, Т. В. Петренко, Л. В. Сысоева // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета: портал – Краснодар, 2016. № 119 – С. 539-552 .

23. Малыгина, А. П. Взаимосвязь ролевых ожиданий и притязаний супругов с удовлетворенностью браком / А. П. Малыгина, Д. В. Иванов // Бюллетень науки и практики: портал – Нижневартовск, 2020. – № 6 – С. 386–394.

24. Маргарет, М. Психологическое рождение человеческого младенца. Симбиоз и индивидуация / М. Малер, А. Бергман, Ф. Пайн. – Москва : Когито-центр, 2011. – 410 с.

25. Минухин, С. Техники семейной терапии / С. Минухин, Ч. Фишман. – Москва : Независимая фирма «Класс», 1998. – 199 с.

26. Нейпир, О. Семья в кризисе. Опыт терапии одной семьи, преобразивший всю ее жизнь / О. Нейпир, К. Витакер. – Москва : Когито-центр, 2005. – 344 с.

27. Нижегородова, Л. А. Психология супружества: теория и практика. Учебно-методическое пособие. / Л. А. Нижегородова. – Челябинск : ООО «РЕКПОЛ», 2009. – 153 с.

28. Новак, Н. Г. Психология семейных кризисов / Н. Г. Новак. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2023. – 192 с.

29. Овсянникова, Е. А. Особенности взаимодействия молодых супругов с разной степенью сепарации от родительской семьи / Е. А. Овсянникова, М. Ю. Худаева, А. С. Латышева // Научный результат. Педагогика и психология образования: портал – Белгород, 2024. – Т. 10 – № 1 – С. 94–108.

30. Олифирович, Н. И. Психология семейных кризисов / Н. И. Олифирович, Т. А. Зинкевич–Куземкина, Т. Ф. Велента. – Санкт–Петербург

: Речь, 2006. – 360 с.

31. Петренко, Т. В. Возрастные этапы процесса сепарации от родителей / Н. С. Петренко, Л. В. Сысоева // Акмеология: портал – Москва, 2016. – № 4 – С. 180–184.

32. Пушкарева, Т. В. Семья, брак и родительство в современной России / Т. В. Пушкарева, М. Н. Шевцова, К. Б. Зуева. – Москва : Когито-центр, 2014. – 280 с.

33. Сатир, В. Психотерапия семьи / В. Сатир. – Санкт–Петербург : Речь, 2000. – 283 с.

34. Смелянская, В. А. Удовлетворенность браком молодых семей / В. А. Смелянская // Научные труды Московского гуманитарного университета: портал – Москва, 2021. – № 5 – С. 63–69.

35. Сысоева, Л. В. Проблема сепарации от родителей в русской семье: социокультурный и психологический аспекты / Л. В. Сысоева, Т. В. Петренко // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: портал – Новосибирск, 2016. – № 3 – С. 126–134.

36. Харламенкова, Н. Е. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы / Н. Е. Харламенкова, Е. В. Кумыкова, А. К. Рубченко. – Москва : Издательство «Институт психологии РАН», 2015. – 368 с.

37. Чеботарева, Е. Ю Психологическое благополучие женщин среднего возраста с разным брачным статусом. Роль сепарации от родительской семьи / Е. Ю. Чеботарева, Е. В. Королева // Психология и психотерапия семьи: портал – Москва, 2019. – № 3 – С. 19– 43.

38. Черников, А. В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики / А. В. Черников. – Москва : Независимая фирма «Класс», 2001. – 203 с.

39. Шнейдер, Л. Б. Психология супружеских отношений. Учебник для вузов / Л. Б. Шнейдер. – Москва : Юрайт, 2023. – 195 с.

40. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – Санкт–Петербург : Издательство «Питер»,

2001. – 672 с.

41. Якиманская, И. С. Удовлетворенность браком, особенности личности супругов и выбор стратегий выхода из семейных конфликтов / И. С. Якиманская // Психолог: портал – Москва, 2024. – № 1 – С. 39– 46.

Сводные данные

Таблица 1, п. 1 Сводные данные по методикам «Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI)» (адаптация В. П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой), «Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко»

№	Группа (1 - супруг, 2 - супруга)	Конфликтологическая независимость	Степень удовлетворенности браком	Порядковый номер
1	2	3	4	5
1	1	2,325	Абсолютно неблагополучная	1
2	2	2,8625	Неблагополучная	2
3	1	2,425	Скорее, неблагополучная	3
4	2	2,65	Неблагополучная	2
5	1	2,3875	Переходная	4
6	2	2,4875	Скорее, неблагополучная	2
7	1	1,8125	Абсолютно неблагополучная	1
8	2	2,5625	Неблагополучная	2
9	1	2,1625	Переходная	4
10	2	2,1375	Скорее, неблагополучная	3
11	1	3,525	Благополучная	6
12	2	3,625	Скорее, благополучная	5
13	1	1,975	Неблагополучная	2
14	2	2,1875	Неблагополучная	2
15	1	2,05	Неблагополучная	2
16	2	2,0625	Абсолютно неблагополучная	1
17	1	2,6375	Скорее, благополучная	5
18	2	3,275	Благополучная	6
19	1	1,8375	Абсолютно неблагополучная	1
20	2	2,1875	Абсолютно неблагополучная	1
21	1	1,775	Неблагополучная	2
22	2	2,15	Абсолютно неблагополучная	1

1	2	3	4	5
23	1	1,8875	Скорее, неблагоприятная	3
24	2	2,3875	Скорее, неблагоприятная	3
25	1	4,4625	Абсолютно благополучная	7
26	2	4,5375	Благополучная	6
27	1	3,325	Скорее, благополучная	5
28	2	3,7875	Благополучная	6
29	1	3,1125	Переходная	4
30	2	3,25	Скорее, неблагоприятная	3

Таблица 2, п. 1 – Сводные данные по всем шкалам по методикам «Опросник психологической сепарации Хоффмана (PSI)» (адаптация В.П. Дзукаевой, Т. Ю. Садовниковой), «Опросник удовлетворенности браком В. В. Столина, Т. А. Романовой, Г. П. Бутенко»

№	Группа (1 - супруг, 2 - супруга)	Конфликтологическая независимость	Эмоциональная независимость	Аттитюдная независимость	Функциональная независимость	Количество баллов	Степень удовлетворенность браком
1	2	3	4	5	6	7	8
1	1	1,7	2,1	3,3	2,2	12	Абсолютно неблагополучная
2	2	1,9	2,6	3,15	3,8	20	Неблагополучная
3	1	2,1	1,9	2,6	3,1	24	Скорее, неблагополучная
4	2	1,8	2,3	2,9	3,6	21	Неблагополучная
5	1	2,4	2,65	2,1	2,4	27	Переходная
6	2	2,1	2,2	2,9	2,75	25	Скорее, неблагополучная

Окончание приложения 1

Окончание таблицы 2, п. 1

1	2	3	4	5	6	7	8
7	1	1,6	1,85	2,25	1,55	14	Абсолютно неблагополучная
8	2	1,9	2,45	2,7	3,2	18	Неблагополучная
9	1	2,1	2,2	2,45	1,9	28	Переходная
10	2	1,9	1,95	2,1	2,6	23	Скорее, неблагополучная
11	1	3,25	3,8	3,1	3,95	34	Благополучная
12	2	3,1	4,1	2,85	4,45	30	Скорее, благополучная
13	1	1,6	1,9	2,1	2,3	20	Неблагополучная
14	2	1,4	2,3	2,6	2,45	17	Неблагополучная
15	1	1,55	1,8	2,2	2,65	18	Неблагополучная
16	2	1,3	2,1	1,95	2,9	11	Абсолютно неблагополучная
17	1	1,3	1,9	3,1	4,25	30	Скорее, благополучная
18	2	2	2,7	3,7	4,7	35	Благополучная
19	1	1,35	1,65	2,4	1,95	12	Абсолютно неблагополучная
20	2	1,5	2,8	1,9	2,55	14	Абсолютно неблагополучная
21	1	1,4	2,2	1,8	1,7	17	неблагополучная
22	2	1,35	2,45	2,35	2,45	15	абсолютно неблагополучная
23	1	1,45	1,85	2,15	2,1	23	Скорее, неблагополучная
24	2	1,4	2,7	2,65	2,8	25	Скорее, неблагополучная
25	1	4,75	4,25	4,35	4,5	46	Абсолютно благополучная
26	2	4,25	4,65	4,5	4,75	39	Благополучная
27	1	3,9	2,7	2,8	3,9	32	Скорее, благополучная
28	2	4	3,2	3,5	4,45	36	Благополучная
29	1	3,65	2,9	2,4	3,5	28	Переходная
30	2	2,2	3,7	3,3	3,8	24	Скорее, неблагополучная



СПРАВКА

о результатах проверки текстового документа
на наличие заимствований

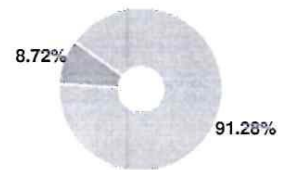
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
"СИБИРСКИЙ ИНСТИТУТ БИЗНЕСА,
УПРАВЛЕНИЯ И ПСИХОЛОГИИ"

ПРОВЕРКА ВЫПОЛНЕНА В СИСТЕМЕ АНТИПЛАГИАТ.ЭКСПЕРТ

Автор работы: Буянова Наталья Петровна
Самоцитирование
рассчитано для: Буянова Наталья Петровна
Название работы: ВКР Буянова Н.П.
Тип работы: Не указано
Подразделение:

РЕЗУЛЬТАТЫ

СОВПАДЕНИЯ	8.72%
ОРИГИНАЛЬНОСТЬ	91.28%
ЦИТИРОВАНИЯ	0%
САМОЦИТИРОВАНИЯ	0%
ИИ-КОНТЕНТ	0%



ДАТА ПОСЛЕДНЕЙ ПРОВЕРКИ: 16.02.2026

Структура документа: Проверенные разделы: основная часть с.2-3, 10-52, титульный лист с.1, приложение с.61-65, введение с.4-9, выводы с.53-55

Модули поиска: Перефразирования по Коллекции открытых публикаций международных издательств; Перефразирования по коллекции IEEE; Публикации eLIBRARY; Публикации РГБ; Шаблонные фразы; Рувикс; Коллекция НБУ; Переводные заимствования по коллекции Гарант: аналитика; Перефразирования по СПС ГАРАНТ: аналитика; Переводные заимствования по коллекции Интернет в английском сегменте; ИПС Адилет; Публикации РГБ (переводы и перефразирования); Переводные заимствования по базе публикаций открытого доступа PubMed; Цитирование; IEEE; PubMed; Патенты СССР, РФ, СНГ; Коллекция открытых публикаций международных издательств; Перефразированные заимствования по коллекции Интернет в английском сегменте; Переводные заимствования; Перефразирования по базе публикаций открытого доступа PubMed; Профе...

Работу проверил: Самарина Анастасия Сергеевна

ФИО проверяющего

Дата подписи: 16.02.2026


Подпись проверяющего



Чтобы убедиться
в подлинности справки, используйте QR-код,
который содержит ссылку на отчет.

Ответ на вопрос, является ли обнаруженное заимствование
корректным, система оставляет на усмотрение проверяющего.
Предоставленная информация не подлежит использованию
в коммерческих целях.

Буянова Н. П. Н. Буянов 16.02.2026

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Согласие

выпускника на размещение выпускной квалификационной работы в электронно-библиотечной системе АНО ВО СИБУП

1. Я, Буенкова Наталья Петровна

(фамилия, имя, отчество полностью)

студент (ка) группы 351-17к факультета психологии Автономной некоммерческой организации высшего образования «Сибирский институт бизнеса, управления и психологии» (далее – АНО ВО СИБУП), разрешаю АНО ВО СИБУП воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме написанную мною в рамках выполнения образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра на тему

Влияние сексуации от матери на удовлетворенность браком у супругов

(наименование работы)

в открытом доступе в электронно-библиотечной системе, таким образом, чтобы любой пользователь данного портала мог получить доступ к выпускной квалификационной работе из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на выпускную квалификационную работу.

2. Я подтверждаю, что выпускная квалификационная работа написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает авторских прав иных лиц.

«02» 03 2026г.

Буенкова
(подпись)

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы Психологическое консультирование

Выпускающая кафедра психологии

ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу

Студента(ки) Буяновой Натальи Петровны группы 351-пк

на тему «Влияние сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов»

Выпускная квалификационная работа бакалавра выполнена на 62 страницах, содержит приложение(ия) на 3 страницах.

1. Актуальность и значимость темы:

Актуальность исследования психологической сепарации от матери в контексте удовлетворенности браком у супругов – это важнейший механизм для обретения индивидуальности личности, пространственной, функциональной и психологической автономии человеком. Завершённая психологическая сепарация отличается положительным влиянием на формирование личности через саморегуляцию и проявление волевых качеств, что крайне необходимо для самостоятельной и успешной жизни. Значимость исследования обусловлена необходимостью более глубокого понимания внутренних причин неудовлетворённости браком, которые не всегда осознаются самими супругами, но зачастую уходят корнями в детско-родительские отношения. В условиях кризиса института брака, высокой распространённости разводов и нестабильности семейных союзов, выявление психологических оснований, формирующих зрелое супружеское взаимодействие, приобретает особую значимость как для практики консультирования, так и для профилактики дисфункциональных отношений.

2. Логическая последовательность:

В первой главе автором рассматриваются теоретические аспекты проблемы изучения сепарации от матери и ее влияния на удовлетворенность браком. Описано понятие сепарации: психологическая природа, этапы и механизмы формирования, удовлетворённости браком как психологический феномен. Представлен анализ проблемы влияния сепарации от матери на удовлетворённости браком..

Во второй главе представлено описание эмпирическое исследование влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. Организация и методы исследования, анализ и интерпретация результатов

исследования. Практические рекомендации по работе с влиянием сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. заключение, список использованной литературы и приложения.

3. Аргументированность и конкретность выводов и предложений:

Автором в заключении глав и работы аргументированно и конкретно сформулированы выводы. В качестве предложений разработаны и описаны практические рекомендации по работе с влиянием сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. заключение, список использованной литературы и приложения.

4. Полнота проработки литературных источников:

Список литературы включает в себя 41 источник. Все источники подобраны в соответствии с темой исследования и актуальностью.

5. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций, приложений, графиков:

Общее оформление работы, таблиц, иллюстраций, приложений, графиков соответствует ГОСТУ.

6. Положительные стороны работы:

Работа выполнена на актуальную тематику современной психологии. Теоретическая значимость исследования заключается в обобщении и систематизации научных данных о взаимосвязи сепарации и брачной удовлетворённости, что может способствовать более полному пониманию механизмов, влияющих на стабильность и благополучие супружеских отношений.

Практическая значимость работы заключается в возможности применения полученных результатов в консультативной и психокоррекционной работе с семейными парами, в том числе - при подготовке к браку и в работе с проблемами адаптации супругов.

7. Уровень самостоятельности при работе над темой выпускной квалификационной работы:

Работа демонстрирует владение выпускницы основными квалификационными навыками, умение самостоятельно использовать полученные теоретические знания в практической деятельности, формулировать задачи, устанавливать взаимосвязи, анализировать и диагностировать причины появления проблем. Необходимо отметить качественную проработку тематики и её основных проблем.

8. Недостатки работы:

Существенных недостатков в дипломной работе не выявлено.

9. Оценка сформированности компетенций УК-1, УК-2, УК-3, УК-4, УК-5, УК-7, УК-10, УК-11, ОПК-2, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-8, ОПК-9, ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7 отработанных обучающимся при работе над темой выпускной квалификационной работы:

10. Выпускная квалификационная работа соответствует установленным требованиям к выпускным квалификационным работам и может быть рекомендована к защите на заседании Государственной экзаменационной

комиссии. Работа заслуживает оценки «отлично».

Руководитель выпускной квалификационной работы Живаева Юлия Валерьяновна, доцент кафедры психологии, кандидат психологических наук

«25» 02 2026г.



(подпись руководителя)

С отзывом ознакомлена
Буллова Н.П. Буллова
02.03.2026

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Сибирский институт бизнеса, управления и психологии»

Факультет психологии

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы Психологическое
консультирование

Выпускающая кафедра психологии

РЕЦЕНЗИЯ

на выпускную квалификационную работу

Студентки Буяновой Наталье Петровне группы 351-пк

на тему «Влияние сепарации от матери на удовлетворенность браком у
супругов»

Выпускная квалификационная работа бакалавра выполнена на 62 страницах,
содержит приложения на 3 страницах.

1. Актуальность, новизна и практическая значимость темы:

Современные исследователи указывают, что степень сепарированности от матери способна оказывать прямое и опосредованное влияние на качество брачных отношений. Однако, несмотря на существующие труды в области психологии семьи, вопрос о том, как именно и в каких аспектах проявляется это влияние, остаётся предметом активного научного интереса. Особенно важным становится изучение этой связи в условиях изменений традиционного уклада семьи, трансформации ролей супругов и роста значимости психологической зрелости партнёров в браке.

2. Логическая последовательность:

В первой главе автором рассматриваются теоретические аспекты проблемы изучения сепарации от матери и ее влияния на удовлетворенность браком. Описано понятие сепарации: психологическая природа, этапы и механизмы формирования, удовлетворённость браком как психологический феномен. Представлен анализ проблемы влияния сепарации от матери на удовлетворённость браком..

Во второй главе представлено описание эмпирическое исследование влияния сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. Организация и методы исследования, анализ и интерпретация результатов исследования. Практические рекомендации по работе с влиянием сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. заключение, список использованной литературы и приложения.

3. Аргументированность и конкретность выводов и предложений:

Автором в заключении глав и работы аргументированно и конкретно сформулированы выводы. В качестве предложений разработаны и описаны практические рекомендации по работе с влиянием сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов. заключение, список использованной литературы и приложения.

4. Полнота проработки литературных источников:

Список литературы включает в себя 41 источник. Все источники подобраны в соответствии с темой исследования и актуальностью.

5. Качество общего оформления работы, таблиц, иллюстраций, приложений, графиков:

Общее оформление работы, таблиц, иллюстраций, приложений, графиков соответствует ГОСТУ.

6. Положительные стороны работы:

Работа выполнена на актуальную тематику современной психологии. Теоретическая значимость исследования заключается в обобщении и систематизации научных данных о взаимосвязи сепарации и брачной удовлетворённости, что может способствовать более полному пониманию механизмов, влияющих на стабильность и благополучие супружеских отношений.

Практическая значимость работы заключается в возможности применения полученных результатов в консультативной и психокоррекционной работе с семейными парами, в том числе - при подготовке к браку и в работе с проблемами адаптации супругов.

7. Недостатки работы:

Существенных недостатков в дипломной работе не выявлено.

8. Оценка сформированности компетенций УК-1, УК-2, УК-3, УК-4, УК-5, УК-7, УК-10, УК-11, ОПК-2, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-8, ОПК-9, ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7, отработанных обучающимся при работе над темой выпускной квалификационной работы:

9. Какие предложения целесообразно внедрить в практику:

Считаю целесообразным внедрить в практику разработанные автором практические рекомендации по работе с влиянием сепарации от матери на удовлетворенность браком у супругов.

10. Выпускная квалификационная работа соответствует всем установленным требованиям к выпускным квалификационным работам и может быть рекомендована к защите на заседании Государственной экзаменационной комиссии.

Работа заслуживает оценки «отлично», а ее автор заслуживает присвоения квалификации бакалавр.

Рецензент выпускной квалификационной работы Василькова Жанна Геннадьевна. Доцент, к.псх.н, доцент кафедры клинической психологии и педагогики с курсом ПО, ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России

«27» 02 2026г.



С рецензией ознакомлена
 Буянова Н. П. *Н. П. Буянова*
 02.03.2026