

Психологическая сепарация от родителей как условие развития целеполагания студентов

Литвинова А.В.

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6783-3144>, e-mail: annaviktorovna@mail.ru

Обосновывается актуальность изучения психологической сепарации как условия, детерминирующего развитие целеполагания в студенческом возрасте. Гипотеза исследования заключается в том, что существуют различные по характеру взаимосвязи компонентов психологической сепарации и целеполагания у юношей (N=23) и девушек (N=42) из полных семей. В исследовании применялись опросник Psychological Separation Inventory (PSI), адаптация В.П. Дзукаева, Т.Ю. Садовникова; методика «Ценностные ориентации» М. Рокича; тест «Смыслжизненные ориентации» Д.А. Леонтьева (адаптированная версия теста «Цель в жизни» Дж. Крамбо и Л. Махолика); опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой. Представлены результаты исследования, подтверждающего наличие специфических различий компонентов психологической сепарации от родителей и целеполагания у юношей и девушек. Юношей отличает опережающий характер отделения от родителей. Психологическая сепарация от родителей, в свою очередь, тесным образом связана с ценностно-смысловыми и операционными характеристиками целеполагания у студентов.

Ключевые слова: эмоциональная, функциональная, аттитюдная, конфликтная сепарация, целеполагание, ценностно-смысловой уровень целеполагания, операционный уровень целеполагания.

Для цитаты: Литвинова А.В. Психологическая сепарация от родителей как условие развития целеполагания студентов [Электронный ресурс] // Психолого-педагогические исследования. 2020. Том 12. № 1. С. 59—71. DOI:10.17759/psyedu.2020120105

Psychological Separation from Parents as a Condition for the Development of Students' Goal-Setting

Anna V. Litvinova

Moscow State University of Psychology & Education (MSUPE), Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6783-3144>, e-mail: annaviktorovna@mail.ru

The relevance of studying psychological separation as a condition determining the development of goal setting in students is substantiated. The features of the relationship of psychological separation from parents with goal setting for boys (N=23) and girls (N=42) from complete families are revealed. The study used the

questionnaire Psychological Separation Inventory (PSI), an adaptation by V.P. Dzukaeva, T.Yu. Sadovnikov, “Value Orientations” technique by M. Rokich, “Life-Oriented Orientations” test D.A. Leontiev (adapted version of the test “Purpose in life” by J. Krambo and L. Makholik), questionnaire “Style of self-regulation of behavior” V.I. Morosanovoy. The results of a study confirming the presence of specific differences in the components of psychological separation from parents and goal-setting in boys and girls are presented. Boys are distinguished by the leading nature of separation from parents. Psychological separation from parents, in turn, is closely connected with the value-semantic and operational characteristics of goal-setting in boys and girls.

Keywords: emotional, functional, attitive, conflict separation, goal setting, value-semantic level of goal setting, operational level of goal setting.

For citation: Litvinova A.V. Psychological Separation from Parents as a Condition for the Development of Students' Goal-Setting. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya=Psychological-Educational Studies*, 2020. Vol. 12, no. 1, pp. 59—71. DOI:10.17759/psyedu.2020120105 (In Russ.).

Введение

Стремительные изменения и рост напряженности в общественной жизни повышают интерес зарубежных и отечественных исследователей к изучению психологической сепарации от родителей. В широком смысле под психологической сепарацией от родителей понимают процесс дифференциации, разъединения с ними. Психологическая сепарация как интрапсихический процесс направлена на раскрытие возможности полноценного психического функционирования независимо от близких людей. В более узком смысле психологическая сепарация от родителей является сложным, нелинейным процессом перестройки детско-родительских отношений, изменяющих функционирование всей семейной системы. Психологическая сепарация от родителей как отделение значимого другого происходит на эмоциональном, функциональном, аттитюдном и конфликтологическом уровнях [1; 13; 17].

Основанием для исследования психологической сепарации выступила структурная модель Дж. Хоффмана, включающая четыре компонента сепарации: конфликтный, эмоциональный, аттитюдный и функциональный [17]. Конфликтная независимость понимается как свобода от чрезмерных чувств вины, тревоги, недоверия, ответственности, заторможенности, негодования и гнева по отношению к родителям. Эмоциональная независимость рассматривается как уменьшение зависимости от родительского одобрения или неодобрения. Аттитюдная независимость раскрывает способность молодых людей оценивать окружающий мир с помощью своих собственных категорий, а не родительских, вырабатывать собственные суждения, позицию, основанную на собственном опыте. Функциональная самостоятельность предполагает возможность жить отдельно от родительской семьи, финансовую независимость личности, умение своими силами обеспечивать себя, а со временем и свою семью [13].

Переход к взрослости связан с переживанием «кризиса юности» (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, А.В. Петровский, К.Н. Поливанова, В.К. Шабельников, Л.Б. Шнейдер и др.) и «отрывом от родительских корней», предполагающим переструктурирование взаимоотношений с родителями. Завершение психологической сепарации от родителей

соотносится со становлением в юношеском возрасте зрелости, ответственности, постановкой жизненных целей, выходом в самостоятельную жизнь. По мнению исследователей, критерием завершения процесса психологической сепарации от родителей в юношеском возрасте является достижение молодыми людьми эмоциональной автономии [2; 6; 16].

В семье как детерминирующей системе формирования личности возникают напряжения, стремление к снятию которых является механизмом развития личности [5; 14]. Напряжения в отношениях с родителями, возникающие в процессе психологической сепарации, являются исходными для развертывания ориентировки, определения юношами и девушками своего жизненного пути, места во взрослом мире и постановки ими жизненных целей. Понимание того, как развертывается целеполагание в процессе психологической сепарации от родителей, позволяет раскрыть специфику осознания юношами и девушками своих потенциальных возможностей в организации жизнедеятельности и решении проблем взрослой жизни.

Целеполагание в современной психологии рассматривается как мотивационная основа профессиональной стратегии студентов [3], фактор развития субъективности студентов [10], изучаются основы эффективного целеполагания [7], целевая структура личности [9], влияние на целеполагание согласования/рассогласования образов родителей [5], саморегуляции [11; 12], удовлетворенности жизнью [15]. В данном исследовании целеполагание изучается в единстве ценностно-смысловой (ценности-цели, ценности-средства, смысложизненные ориентации) и операционной (система саморегуляции произвольной активности) составляющих, определяющих специфику целеполагания юношей и девушек из полных семей.

Программа эмпирического исследования

Цель исследования состоит в выявлении особенностей и характера взаимосвязи психологической сепарации от родителей и целеполагания студентов из полных семей.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что существуют различные особенности и взаимосвязи компонентов психологической сепарации (конфликтная, эмоциональная, функциональная, аттитюдная) от родителей с характеристиками целеполагания (ценностно-смысловые и операционные) у юношей и девушек из полных семей.

В связи с выдвинутыми предположениями были проведены непараметрические сравнения для определения значимых различий компонентов психологической сепарации и характеристик целеполагания; корреляционный анализ для выявления значимых взаимосвязей между компонентами психологической сепарации (конфликтная, эмоциональная, функциональная, аттитюдная) от родителей и ценностно-смысловыми, операционными характеристиками целеполагания у юношей и девушек из полных семей.

В исследовании участвовали 65 студентов из полных семей, из них 23 юноши (средний возраст 18,8 лет) и 42 девушки (средний возрасте 18,9 лет). Для изучения психологической сепарации (конфликтная, эмоциональная, функциональная, аттитюдная) использовался опросник Psychological Separation Inventory (PSI) (J. Hoffman, 1984), адаптация В.П. Дзукаевой, Т.Ю. Садовниковой [1]. Для выявления ценностно-смысловых характеристик целеполагания применялись методика «Ценностные ориентации» (ЦО) М. Рокича (ценности-цели, ценности-средства), тест «Смысложизненные ориентации» (СЖО) Д.А. Леонтьева (цели жизни (целепостановка), процесс жизни (смысл, интерес,

мотивация, творчество), результативность жизни (целесоуществование, локус контроля – Я (активность), локус контроля жизни (ответственность)) [4]. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой [8] применялся для выявления операционных характеристик целеполагания (регуляторные процессы и регуляторно-личностные качества). Статистическая обработка полученных данных осуществлялась с помощью описательной статистики, непараметрического критерия U Манна–Уитни и критерия корреляции Спирмена.

Результаты и их обсуждение

Полученные значимые различия с помощью критерия U Манна–Уитни (табл. 1) по Опроснику PSI раскрывают, что для юношей более характерна эмоциональная сепарация от отца и матери, а также аттитюдная и функциональная сепарация от матери, юноши демонстрируют большую психологическую независимость от родителей и прежде всего от матери. Полученные результаты подтверждают выводы зарубежных и отечественных исследователей [6; 12; 16] о гендерных различиях в протекании процесса сепарации, склонность девушек проявлять большую психологическую зависимость от родителей.

Таблица 1

Различия компонентов психологической сепарации, ценностно-смысловых и операционных характеристик целеполагания у юношей и девушек

Параметры	юноши n=23 (M)	девушки n=42 (M)	достоверность различий
психологическая сепарация (опросник PSI)			
мать – сепарация эмоциональная	3,49	2,78	116,0**
отец – сепарация эмоциональная	3,48	3,14	221,5*
мать – сепарация аттитюдная	3,41	2,96	216,0*
мать – сепарация функциональная	3,49	3,11	201,5*
ценности-цели (методика «Ценностные ориентации»)			
любовь	7,67	4,49	204,5*
продуктивная жизнь	6,78	9,64	189,5*
счастливая семейная жизнь	7,94	5,11	221,0*
ценности-средства (методика «Ценностные ориентации»)			
аккуратность	11,83	9,04	213,0*
непримиримость	13,67	15,49	240,0*
эффективность	10,17	11,69	221,0*
смыслоразностные ориентации (методика СЖО)			
результативность жизни (целесоуществование)	22,11	19,15	68,5*
регуляторные шкалы (опросник «Стиль саморегуляции поведения»)			
оценивание результатов	4,73	6,23	207,5*

Условные обозначения: * различия достоверны при $p \leq 0,05$; ** различия достоверны при $p \leq 0,01$.

В соответствии с полученными значимыми различиями (табл. 1) у юношей, по

сравнению с девушками, более выражены ценность-цель самореализации — «продуктивная жизнь», ценность-средство общения «непримиримость» и ценность-средство самоутверждения «эффективность». Девушек отличают ценности-цели личной жизни «любовь», «счастливая семейная жизнь» и ценность-средство «аккуратность». Отметим, что юношам свойственна направленность на самореализацию и самоутверждение в организации жизнедеятельности, девушкам — на реализацию традиционных целей личной жизни.

Важно отметить, что средние значения по субшкалам методики СЖО ниже нормативных. Полученные данные можно объяснить не только изменением социокультурной ситуации, размытостью ценностей современного общества, но и незавершенностью процесса психологической сепарации, личностного самоопределения, переоценки отношений с близкими людьми, окружающими, с обществом в целом. Установлены статистически значимые различия по субшкале «результативность жизни» (целеосуществление), юноши более удовлетворены самореализацией, что согласуется с данными по приоритетности соответствующих ценностей-целей.

У студентов выявлен средний уровень по всем шкалам опросника «Стиль саморегуляции поведения». При этом у девушек значимо выражен регуляторный процесс оценивания результатов, позволяющий им более адекватно оценивать наличие рассогласования полученного результата с целью деятельности и гибко изменять условия.

Далее проанализируем значимые взаимосвязи конфликтной сепарации и характеристик целеполагания у юношей и девушек (табл. 2). У юношей выявлены положительные взаимосвязи конфликтной сепарации от матери и ценности-средства общения «чуткость», результативности жизни, раскрывающей их удовлетворенность целеосуществлением и самореализацией. Конфликтная сепарация от матери снижает важность для юношей ценности-средства самоутверждения «образованность». У юношей отсутствуют взаимосвязи конфликтной сепарации от отца и характеристик целеполагания.

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа между конфликтной сепарацией от родителей и характеристиками целеполагания у юношей и девушек

	юноши		девушки
конфликтная сепарация от матери			
ценности-средства (ЦО)		ценности-цели (ЦО)	
образованность	-,603**	любовь	-,417**
чуткость	,514*	ценности-средства (ЦО)	
смыслжизненные ориентации (СЖО)		воспитанность	-,402**
результативность жизни (целеосуществление)	,451*	высокие запросы	,356*
		чуткость	-,354*
регуляторные шкалы (ССПМ)			
		гибкость	,405**
конфликтная сепарация от отца			
		ценности-цели (ЦО)	
		свобода	,320*
		ценности-средства (ЦО)	

		чуткость	-,492**
--	--	----------	---------

Условные обозначения: * корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$; ** корреляция значима на уровне $\leq 0,01$.

У девушек выявлены отрицательные взаимосвязи конфликтной сепарации от матери и ценности-цели личной жизни «любовь», ценностей-средств общения «воспитанность» и «чуткость». Диагностированы положительные взаимосвязи с ценностью-средством самоутверждения «высокие запросы» и регуляторно-личностным свойством «гибкость». Именно конфликтная сепарация от матери позволяет девушкам при возникновении расхождения полученных результатов с принятой целью своевременно перестраивать планы и программы их достижения. Конфликтная сепарация от отца положительно взаимосвязана с ценностью-целью самореализации «свобода» и отрицательно — с ценностью-средством общения «чуткость». Конфликтная сепарация от отца позволяет девушкам приобрести независимость в суждениях и поступках, но снижает значимость проявления чуткости и заботы.

Значимые взаимосвязи эмоциональной сепарации и характеристик целеполагания у юношей и девушек представлены в табл. 3. Положительные взаимосвязи эмоциональной сепарации от матери выявлены у юношей с ценностью-целью «творчество» и локусом контроля жизни. Отрицательные взаимосвязи эмоциональной сепарации от матери наблюдаются у юношей с ценностью-целью «счастье других» и ценностью-средством «непримиримость». Эмоциональная сепарация от отца положительно взаимосвязана с ценностью-целью самореализации «свобода» и с устойчивыми субъективными критериями оценки результатов своих действий и поведения. Как видим, стремление к независимости от эмоциональной поддержки родителей позволяет юношам более активно реализовывать себя в творчестве, принимать ответственность за свои решения в различных жизненных ситуациях и адекватно оценивать результаты своей деятельности.

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа между эмоциональной сепарацией от родителей и характеристиками целеполагания у юношей и девушек

	юноши		девушки
эмоциональная сепарация от матери			
ценности-цели (ЦО)		ценности-цели (ЦО)	
счастье других	-,570*	счастливая семейная жизнь	-,331*
творчество	,688**	ценности-средства (ЦО)	
ценности-средства (ЦО)		ответственность	,305*
непримиримость	-,524*	смысложизненные ориентации (СЖО)	
смысложизненные ориентации (СЖО)		результативность жизни (целеосуществление)	,405*
локус контроля – жизнь (ответственность)	,440*	регуляторные шкалы (ССПМ)	
		программирование	-,415**
		общий уровень	-,422**
эмоциональная сепарация от отца			
ценности-цели (ЦО)		ценности-цели (ЦО)	
свобода	,610**	здоровье	,313*
регуляторные шкалы (ССПМ)		ценности-средства (ЦО)	
оценивание результатов	,501*	образованность	,410**

Условные обозначения: * корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$; ** корреляция значима на уровне $\leq 0,01$.

У девушек эмоциональная сепарация от матери положительно взаимосвязана с ценностью-средством «ответственность», результативностью жизни. Эмоциональная сепарация девушек от матери отрицательно взаимосвязана с ценностью-целью «счастливая семейная жизнь», программированием и уровнем сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности в жизненных ситуациях. Обретение девушками эмоциональной независимости от матери ведет к снижению значимости ценности-цели «счастливая семейная жизнь», импульсивным действиям, получению результатов, неадекватных целям деятельности. При этом они руководствуются чувством долга и удовлетворены целеосуществлением личных планов. Эмоциональная сепарация девушек от отца положительно взаимосвязана с ценностью-целью личной жизни «здоровье», с ценностью-средством самоутверждения «образование».

Обратимся к значимым взаимосвязям аттитудной сепарации и характеристик целеполагания у юношей и девушек (табл. 4). У юношей выявлены положительные взаимосвязи аттитудной сепарации от матери с ценностями-средствами самоутверждения «высокие запросы» и «эффективность»; положительные взаимосвязи аттитудной сепарации юношей от отца — с ценностью-средством самоутверждения «эффективность» и программированием. Аттитудная сепарация от отца отрицательно связана с ценностью-целью самореализации «продуктивная жизнь», раскрывает неумение юношей

мобилизовывать свои внутренние ресурсы для выполнения важной деятельности. Положительные взаимосвязи аттитюдной сепарации от родителей с ценностями-средствами самоутверждения позволяют юношам самостоятельно разрабатывать программы своих действий, гибко изменять их в новых жизненных обстоятельствах, но несформированность собственных позиций и суждений не позволяет им в полной мере использовать свои возможности.

Таблица 4

Результаты корреляционного анализа между аттитюдной сепарацией от родителей и характеристиками целеполагания у юношей и девушек

	юноши		девушки
аттитюдная сепарация от матери			
ценности-средства (ЦО)		ценности-средства (ЦО)	
высокие запросы	,567*	твердая воля	,316*
эффективность	,516*	смыслжизненные ориентации (СЖО)	
		результативность жизни (целеосуществление)	,449*
		регуляторные шкалы (ССПМ)	
		оценивание результатов	-,410**
		общий уровень	-,459**
аттитюдная сепарация от отца			
ценности-цели (ЦО)		ценности-цели (ЦО)	
продуктивная жизнь	-,438*	продуктивная жизнь	,342*
ценности-средства (ЦО)		любовь	
эффективность	,613**	ценности-средства (ЦО)	
регуляторные шкалы (ССПМ)		терпимость	
программирование	,552*	смыслжизненные ориентации (СЖО)	
		результативность жизни (целеосуществление)	,440*

Условные обозначения: * корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$; ** корреляция значима на уровне $\leq 0,01$.

Положительные взаимосвязи аттитюдной сепарации девушек от матери наблюдаются с ценностью-средством самоутверждения «твердая воля» и результативностью жизни. Аттитюдная сепарация от матери отрицательно связана с оцениванием результатов и уровнем сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности в жизненных ситуациях. Аттитюдная сепарация девушек от отца положительно связана с ценностью-целью самореализации «продуктивная жизнь», ценностью-целью личной жизни «любовь» и результативностью жизни. Отрицательная взаимосвязь выявлена с ценностью-средством общения «терпимость». С одной стороны, формирующиеся у девушек в процессе аттитюдной сепарации собственные суждения ведут к самореализации и самоутверждению, раскрытию своих возможностей, удовлетворенности целеосуществлением и осмысленностью жизни. С другой стороны, недостаточное развитие общего уровня саморегуляции, внутренних критериев оценки результатов приводит к возникновению

высокой тревожности, низкой эффективности в преодолении трудных жизненных ситуаций.

Проанализируем значимые взаимосвязи функциональной сепарации и характеристик целеполагания у юношей и девушек (табл. 5). Функциональная сепарация юношей от матери положительно взаимосвязана с ценностью-целью личной жизни «развлечения», приятным времяпрепровождением, отсутствием обязанностей и ценностью-средством «рационализм», умением логично мыслить, отрицательно — с осознанным планированием своей деятельности. Функциональная сепарация от отца положительно взаимосвязана с процессом жизни. Отрицательная взаимосвязь выявлена с ценностью-целью личной жизни «любовь», ценностью-средством общения «жизнерадостность». Несмотря на то, что планирование у юношей малореалистично, поставленные цели редко достигаются, они стремятся обрести смысл, интерес к жизни, обдуманно принимать решения.

Таблица 5

Результаты корреляционного анализа между функциональной сепарацией и характеристиками целеполагания у юношей и девушек

	юноши	девушки
функциональная сепарация от матери		
ценности-цели (ЦО)		
развлечения	,640**	
ценности-средства (ЦО)		
рационализм	,492*	
регуляторные шкалы (ССПМ)		
планирование	-,454*	
функциональная сепарация от отца		
ценности-цели (ЦО)		
любовь	-,479*	
ценности-средства (ЦО)		
жизнерадостность	-,483*	
смыслжизненные ориентации (СЖО)		
процесс жизни (смысл, мотивация, творчество)	,460*	

Условные обозначения: * корреляция значима на уровне $p \leq 0,05$; ** корреляция значима на уровне $\leq 0,01$.

У девушек не обнаружены значимые взаимосвязи характеристик целеполагания с функциональной сепарацией от матери.

Выводы

Для юношей более характерна эмоциональная сепарация от матери и отца, а также аттитудная и функциональная сепарация от матери, юноши демонстрируют большую эмоциональную независимость, принятие ответственных решений, самостоятельность в повседневной жизни. Юношам свойственна ценность-цель самореализации «продуктивная жизнь», ценность-средство общения «непримиримость» и ценность-средство самоутверждения «эффективность». Они более удовлетворены целеосуществлением и

результативностью жизни.

Девушки проявляют большую психологическую зависимость от родителей, стремятся сохранять эмоционально близкие, поддерживающие отношения с матерью, руководствуются мнением, советами родителей в принятии важных решений. Направлены на реализацию традиционных ценностей-целей личной жизни «любовь», «счастливая семейная жизнь» и ценности-средства «аккуратность». Сформированность субъективных критериев оценивания результатов позволяет девушкам адекватно оценивать наличие рассогласования полученного результата с целью деятельности и гибко изменять условия достижения поставленной цели.

Взаимосвязи психологической сепарации от родителей с ценностно-смысловыми и операционными характеристиками целеполагания у девушек и юношей отличаются большой вариативностью и противоречивостью. У юношей преобладают положительные взаимосвязи психологической сепарации от родителей, у девушек — от отца. Отцы больше поддерживают отделение как юношей, так и девушек, поощряют достижение ими независимости от родительского одобрения, суждений и позиции.

В процессе сепарации юноши более удовлетворены насыщенностью жизни, результативностью целеосуществления самореализации и принимают ответственность за свои действия, девушки удовлетворены только результативностью целеосуществления личных планов. Однако у юношей и девушек отсутствуют взаимосвязи психологической сепарации и целей жизни, устремленности в будущее.

Юноши более успешно продумывают способы своих действий, у них сформированы собственные критерии оценки результатов. Девушки более гибко перестраивают планы и программы своих действий, но страх потери эмоционального одобрения матери и стремление следовать ее советам определяют их ориентированность на внешние критерии оценки результатов и слабо выраженное стремление строить планы на будущее.

Заключение

Психологическая сепарация — сложный длительный процесс реструктурирования отношений с родительской семьей — протекает у юношей и девушек из полных семей по-разному. Опережающий характер психологической сепарации свойственен юношам. Для юношей приоритетны ценности-цели самореализации и ценности-средства самоутверждения, для девушек — ценности-цели личной жизни и ценности-средства общения. Установлены значимые взаимосвязи компонентов психологической сепарации от родителей с ценностно-смысловыми и операционными характеристиками целеполагания, отличающиеся вариативностью у юношей и девушек из полных семей, позволяющие заключить, что психологическая сепарация от родителей является важным условием развития целеполагания в студенческом возрасте.

Дальнейшими направлениями исследования может стать изучение психологической сепарации как ресурса развития целеполагания у студентов из неполных семей и студентов, создавших свои семьи, у студентов гуманитарных и технических специальностей.

Раскрытая специфика психологической сепарации юношей и девушек из полных семей вносит вклад в теоретическое осмысление психологических закономерностей и путей становления личности в студенческом возрасте. Знание особенностей

психологической сепарации и ее вклада в становление ценностно-смысловой и операционной сферы целеполагания студентов позволяет разрабатывать научно обоснованные программы дифференцированной психологической помощи в обретении юношами и девушками самостоятельности в постановке и реализации жизненных целей, планов и перспектив, становлении личности как субъекта жизнедеятельности.

Литература

1. Дзукаева В.П., Садовникова Т.Ю. Адаптация опросника PSI (Psychological Separation Inventory) на российской выборке // Семейная психология и семейная психотерапия. 2014. № 1. С. 3–15.
2. Дитюк А.А. Психологическое содержание понятия «сепарация»: история изучения и близкие понятия // Современные проблемы психологии семьи: феномены, методы, концепции. 2013. № 7. С. 49–59.
3. Лежнева Е.А. Развитие навыков целеполагания в процессе формирования мотивационной основы профессиональной стратегии студентов-педагогов-психологов // Новая наука: От идеи к результату. 2016. № 8-2 (96). С. 86–90.
4. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.
5. Литвинова А.В. Ценностно-мотивационная сфера целеполагания студентов в зависимости от согласования/рассогласования образов родителей // Психологические проблемы современной семьи. Сборник тезисов VI-ой Международной научной конференции / Под ред. О.А. Карабановой, Е.И. Захаровой, С.М. Чурбановой, Н.Н. Васягина 2015. С. 336–346.
6. Маленова А.Ю., Потапова Ю.В. Эмоциональное благополучие студентов и их родителей в ситуации сепарации [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2018. Том 7. № 2. С. 83–96. DOI:10.17759/psyclin.2018070206
7. Маркова М.Ю. Осознание и структурирование жизненных целей студентов в процессе тренинга «Основы эффективного целеполагания» // Образование и саморазвитие. 2011. № 3 (25). С. 145–150.
8. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции в произвольной активности человека // Психологический журнал. 1995. № 4. С. 26–35.
9. Невструева Т.Х., Помченко М.А., Резанова Н.В. Категориальная структура личных стремлений в контексте целевой системы личности (на примере студентов вуза) // Высшее образование сегодня. 2016. № 8. С. 49–54.
10. Новикова З.Н. Целеполагание как фактор развития субъективности студента // Актуальные направления научных исследований XXI века: теория и практика. 2013. № 5. С. 476–480.
11. Прима А.К. Особенности представлений о жизненном пути студентов с разным уровнем саморегуляции // Известия ЮФУ. Технические науки. 2013. № 10 (147). С. 199–204.
12. Харитонова А.С. Специфика целеполагания у студентов с разными типами субъектной регуляции // Казанский педагогический журнал. 2012. № 4 (94). С. 131–138.
13. Харламенкова Н.Е., Кумыкова Е.В., Рубченко А.К. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. С. 149–192.
14. Шабельников В.К. Функциональная психология. М.: Академический проект, 2004. С. 462–510 с.
15. Azizli N., Atkinson B.E., Vaughman H.M., Giammarco E.A. Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction // Personality and Individual Differences.

2015. Vol. 82. P. 58–60. DOI:10.1016/j.paid.2015.03.006

16. Dzukaeva V. Family characteristics of Psychological Separation from parents during late adolescence // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2014. Vol. 146 (25). P. 346–352.
17. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from their parents // *Journal of Counseling Psychology*. 1984. Vol. 31. P. 170–178.

References

1. Dzukaeva V.P., Sadovnikova T.Yu. Adaptatsiya oprosnika PSI (Psychological Separation Inventory) na rossiiskoi vyborke [Adaptation of the PSI (Psychological Separation Inventory) questionnaire on the Russian sample]. *Semeinaya psikhologiya i semeinaya psikhoterapiya*, 2014, no. 1, pp. 3–15. (In Russ.).
2. Dityuk A.A. Psikhologicheskoe sodержanie ponyatiya «separatsiya»: istoriya izucheniya i blizkie ponyatiya [Psychological content of the concept of "separation": the history of the study and close concepts]. *Sovremennye problemy psikhologii sem'i: fenomeny, metody, kontseptsii*, 2013, no. 7, pp. 49–59. (In Russ.).
3. Lezhneva E.A. Razvitie navykov tselepolaganiya v protsesse formirovaniya motivatsionnoi osnovy professional'noi strategii studentov–pedagogov–psikhologov [Development of goal-setting skills in the process of forming the motivational basis of the professional strategy of students–teachers–psychologists]. *Novaya nauka: Ot idei k rezul'tatu*, 2016, no. 8–2 (96), pp. 86–90. (In Russ.).
4. Leont'ev D.A. Test smyslozhiznennykh orientatsii (SZhO) [Test the meaning of life orientation (LSS)]. 2–e izd. Moscow: Publ. Smysl, 2000. 18 p. (In Russ.).
5. Litvinova A.V. Tsennostno–motivatsionnaya sfera tselepolaganiya studentov v zavisimosti ot soglasovaniya/rassoglasovaniya obrazov roditelei [The value–motivational sphere of the goal-setting of students depending on the coordination / mismatch of the images of parents]. *Shestaya Mezhdunarodnaya nauchnaya konferentsiya «Psikhologicheskie problemy sovremennoi sem'i»: Sbornik tezisov «Psikhologicheskie problemy sovremennoi sem'i»* (g. Moskva–Zvenigorod, 30 sentyabrya – 4 oktyabrya 2015 g.) [Sixth International Scientific Conference "Psychological Problems of the Modern Family"]. Moskva–Zvenigorod, 2015, pp. 336–346. (In Russ.).
6. Malenova A.Yu., Potapova Yu.V. Emotsional'noe blagopoluchie studentov i ikh roditelei v situatsii separatsii [Elektronnyi resurs] [Emotional well-being of students and their parents in a situation of separation]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya=Clinical and special psychology*, 2018. Vol. 7, no. 2, pp. 83–96. DOI:10.17759/psyclin.2018070206 (In Russ.).
7. Markova M.Yu. Osoznanie i strukturirovanie zhiznennykh tselei studentov v protsesse treninga «Osnovy effektivnogo tselepolaganiya» [Awareness and structuring of life goals of students in the process of training "Basics of effective goal-setting."]. *Obrazovanie i samorazvitie*, 2011, no. 3 (25), pp. 145–150. (In Russ.).
8. Morosanova V.I. Individual'nyi stil' samoregulyatsii v proizvol'noi aktivnosti cheloveka [Individual style of self-regulation in arbitrary human activity]. *Psikhologicheskii zhurnal*, 1995, no. 4, pp. 26–35. (In Russ.).
9. Nevstrueva T.Kh., Pomchenko M.A., Rezanova N.V. Kategorial'naya struktura lichnykh stremlenii v kontekste tselevoi sistemy lichnosti (na primere studentov vuza) [Categorical structure of personal aspirations in the context of the target system of the individual (on the example of university students)]. *Vysshee obrazovanie segodnya*, 2016, no. 8, pp. 49–54. (In Russ.).

10. Novikova Z.N. Tselepolaganie kak faktor razvitiya sub"ektivnosti studenta [Goal setting as a factor in the development of student subjectivity]. *Aktual'nye napravleniya nauchnykh issledovaniy XXI veka: teoriya i praktika*, 2013, no. 5, pp. 476–480. (In Russ.).
11. Prima A.K. Osobennosti predstavlenii o zhizennom puti studentov s raznym urovnem samoregulyatsii [Features ideas about the life course of students with different levels of self-regulation]. *Izvestiya YuFU. Tekhnicheskie nauki*, 2013, no. 10 (147), pp. 199–204. (In Russ.).
12. Kharitonova A.S. Spetsifika tselepolaganiya u studentov s raznymi tipami sub"ektnoi regulyatsii [The specificity of goal setting among students with different types of subject regulation]. *Kazanskii pedagogicheskii zhurnal*, 2012, no. 4 (94), pp. 131–138. (In Russ.).
13. Kharlamenkova N.E., Kumykov E.V., Rubchenko A.K. Psikhologicheskaya separatsiya: podkhody, problemy, mekhanizmy [Psychological separation: approaches, problems, mechanisms]. Moscow: Publ. Institut psikhologii RAN, 2015, pp. 149–192. (In Russ.).
14. Shabel'nikov V.K. Funktsional'naya psikhologiya [Functional psychology]. Moscow: Publ. Akademicheskii proekt, 2004. 592 p. (In Russ.).
15. Azizli N., Atkinson B.E., Baughman H.M., Giammarco E.A. Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 2015. Vol. 82, pp. 58–60. DOI:10.1016/j.paid.2015.03.006
16. Dzukaeva V. Family characteristics of Psychological Separation from parents during late adolescence. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 2014. Vol. 146 (25), pp. 346–352.
17. Hoffman J.A. Psychological separation of late adolescents from their parents. *Journal of Counseling Psychology*, 1984. Vol. 31, pp. 170–178.

Информация об авторах

Литвинова Анна Викторовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры научных основ экстремальной психологии, ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6783-3144>, e-mail: annaviktorovna@mail.ru

Information about the authors

Anna V. Litvinova, PhD in Psychology, Associate professor at the department of scientific bases of extremal psychology, Moscow State University of Psychology & Education (MSUPE), Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6783-3144>, e-mail: annaviktorovna@mail.ru

Получена 06.02.2019

Принята в печать 24.03.2020

Received 06.02.2019

Accepted 24.03.2020