

# Границы Я и психологическое благополучие детей 2–10 лет<sup>1</sup>

**Силина О.В.,**

*магистр психологии, психолог МОУ «Гимназия», Переславль-Залесский, Россия, otela333@yandex.ru*

В статье рассматривается феномен психологического здоровья через такие интегративные понятия как «психологическое благополучие» и «границы Я». Теоретический анализ показывает оппозиционный характер изучаемых понятий. Границы Я обеспечивают контакты с окружающим миром, в то время как психологическое благополучие является ресурсным состоянием, позволяющим сохранить стабильность внешней среды и собственной личности. Целью исследования стало выявление статистически значимых взаимосвязей между благополучием и психологическими границами. Контроль и регуляция границ Я обратно взаимосвязаны с психологическим благополучием, что можно объяснить следующим образом: границы Я в своем феноменологическом смысле предполагают присутствие другого человека с его желаниями и потребностями, которые могут быть диаметрально противоположными; психологическое благополучие, напротив, предполагает отсутствие жестких правил и необходимость следовать требованиям. Способы защиты границ Я (помощь взрослого и использование речи) и психологическое благополучие положительно коррелируют друг с другом. Практический смысл исследования состоит в подтверждении тезиса о том, что ребенку необходимы личное время и пространство, которые бы принимались и охранялись взрослыми. Таким образом, поддержание психологического здоровья в детском возрасте предполагает баланс между взаимоотношениями с окружающей средой и в то же время возможность уединения.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье, психологическое благополучие, границы Я, контроль, регуляция, способы защиты границ Я.

## Для цитаты:

Силина О.В. Границы Я и психологическое благополучие детей 2–10 лет [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2016. Том 5. № 3. С. 116–129. doi: 10.17759/psyclin.2016050308

<sup>1</sup> Работа выполнена при финансовой поддержке Российского гуманитарного научного фонда (проект №16-06-00239).

**For citation:**

Silina, O.V. The "I" Boundaries and the Psychological Well-Being of Children Aged 2–10 Years Old [Elektronnyi resurs]. Clinical Psychology and Special Education [Klinicheskaiia i spetsial'naia psikhologiiia], 2016, vol. 5, no. 3, pp. 116–129. doi: 10.17759/psycljn.2016050308 (In Russ., abstr. in Engl.)

**Введение**

Важным аспектом современной жизни человека является его психологическое здоровье, которое позволяет успешно решать возникающие задачи и сохранять оптимальный уровень жизнедеятельности. О.В. Хухлаева определяет психологическое здоровье как «динамическую совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества и являющихся предпосылкой ориентации индивида на выполнение своей жизненной задачи, самоактуализацию» [13, с. 12]. В.Э. Пахальян говорит о том, что психологическое здоровье – это «динамическое состояние внутреннего благополучия (согласованности), которое позволяет человеку актуализировать свои индивидуальные и возрастно-психологические возможности на любом этапе» [11, с. 30]. Приведенные определения затрагивают два интегральных феномена – границы Я как обеспечение контакта с окружающим миром, а также психологическое благополучие как ресурсное состояние, позволяющее сохранить стабильность внешней среды и собственной личности. Исходя из вышесказанного, психологическое здоровье можно определить, как некую динамическую совокупность свойств человека, обеспечивающих полноценное его существование за счет внутренней и внешней гармонии. Таким образом, **целью** нашего исследования является ответ на вопрос: связаны ли между собой границы Я и психологическое благополучие личности, обеспечивающие достаточный уровень психологического здоровья?

Обратимся к **методологическим основам** нашего исследования. Теоретическое обоснование психологического благополучия заложили исследования Н. Брэдбурна, который ввел данное понятие в науку и определил его как субъективное ощущение счастья и общую удовлетворенность жизнью. Подчеркивая, что существуют некоторые взаимосвязи между психологическим благополучием и самоактуализацией, самооценкой, силой эго и автономией, он все-таки разводил эти понятия. Н. Брэдбурн предложил модель изучаемого феномена, в которой механизм психологического благополучия объяснялся балансом между постоянным взаимодействием двух видов аффекта – позитивного и негативного. Таким образом, разница между ними является показателем психологического благополучия и отражает общее ощущение удовлетворенности жизнью [2].

Наибольшей популярностью в настоящее время пользуется теория психологического благополучия К. Рифф [4]. Она пересматривает взгляд Н. Брэдбурна на психологическое благополучие как на баланс между позитивным и негативными аффектами и создает собственную теорию, в основу которой легли основные концепции, так или иначе связанные с понятием психологического

благополучия и относящиеся к проблеме позитивного психологического функционирования (А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К.Г. Юнга, Э. Эриксона, Ш. Бюлер, Б. Ньюгартена, М. Яходы, Д. Биррена) [12]. В результате аналитической работы ею были выделены шесть компонентов психологического благополучия.

1. *Самопринятие* отражает позитивную самооценку себя и своей жизни в целом, осознание и принятие не только своих положительных качеств, но и недостатков.
2. *Позитивные отношения с окружающими* интерпретируется как умение сопереживать и как способность быть открытым для общения, а также как наличие навыков, помогающих устанавливать и поддерживать контакты с другими людьми. Данный компонент, кроме того, включает в себя желание быть гибким во взаимодействии с окружающими, умение прийти к компромиссу.
3. *Автономия* сводится к способности быть независимым, к возможности противопоставить свое мнение мнению большинства; к нестандартности мышления и поведения; к оценке себя исходя из собственных предпочтений.
4. *Управление окружающей средой* подразумевает наличие качеств, которые обуславливают успешное овладение различными видами деятельности, способность добиваться желаемого, преодолевать трудности на пути реализации собственных целей.
5. *Цель в жизни* – компонент, сопряженный с чувством осмысленности существования, ощущением ценности того, что было в прошлом, происходит в настоящем и будет происходить в будущем.
6. *Личностный рост* раскрывает стремление развиваться, учиться и воспринимать новое, а также наличие ощущения собственного прогресса.

Краткий анализ сущности психологического благополучия позволяет сделать предположение о том, что оно есть равновесие между собственными стремлениями личности и возникающими требованиями среды.

Обратимся к теоретическому обзору феномена границ Я. По словам А.Ф. Лосева, «личность есть максимально конкретное, максимально реальное, очевиднейшее и выразительнейшее. Личность и общество, личное и социальное бытие вмещает в себя и логически-идеальное бытие, и физически-материальное, и животное-органическое, и индивидуально-психологическое» [цит. по 6, с. 48]. Однако это определение не сводит личность к сумме указанных частей: личность представляет собой уникальную категорию, синтезирующую все перечисленные компоненты и проявляющуюся в максимальной наполненности бытия. Для детского возраста это особенно актуально, так как одна из задач этого периода – выделение себя из среды, понимание и принятие собственных границ Я, а также установление устойчивых отношений с окружающим миром. Другой заслуживающей внимания особенностью детства являются каждодневные изменения – как физиологические (рост, развитие

ловкости, скорости, меткости и прочие), так и психологические (совершенствование навыков общения, приобретение нового жизненного опыта и другие). Следуя этой логике, ребенку приходится каждый день изучать свои особенности и заново устанавливать границы себя. Как отмечал М. Фуко, человек «...занимает то место, которое от него ускользает» [цит. по 6, с. 49]. Ребенок находится в неопределенности каждый день и каждую минуту, что делает понимание границ Я весьма актуальным знанием [6]. Практики в области психологии подчеркивают значимость стабильности и понятности внешнего мира для детей как факторов, поддерживающих благополучие [3]. Границы Я выступают как «точка зрения самой жизни» [цит. по 6, с. 53], вмещающая в себя пересечение разных сторон бытия (от материальной до мировоззрения другого человека) и способствующая расширению горизонта сознания, развитию личности.

Подытоживая вышесказанное, отметим, что психологическое здоровье представляет собой динамическую систему, поддерживаемую, с одной стороны, психологическим благополучием, а с другой – психологическими границами личности. Можно отметить следующие моменты: психологическое благополучие подразумевает стабильность, в то время как границы Я предполагают выход за пределы себя, собственного мира. Таким образом, психологическое здоровье личности балансирует между двумя крайними позициями: уединенности и вовлеченности в социальную жизнь. Однако это положение нуждается в эмпирическом изучении и имеет важный практический смысл для детской психологии.

Теоретический анализ дает возможность предположить, что взаимосвязи двух феноменов – границ Я и психологического благополучия – действительно существуют. Мы предприняли эмпирическое исследование, чтобы проверить нашу теоретическую гипотезу о том, что у детей 2–10 лет психологическое благополучие и границы Я взаимосвязаны, а также чтобы проинтерпретировать возможные взаимосвязи.

### **Методы и материалы исследования**

Эмпирическое исследование проводилось на базе гимназии «Виктория» Московской области на протяжении трех лет (2009–2012 гг.). Психологические границы исследовались при помощи качественного метода (чтения сказки «Три медведя», «Мой дом» и «Пирог») [10; 12]. Единицей статистической обработки данных стала трансакция, или акт взаимодействия между детьми. Уровень психологического благополучия оценивался посредством прямых вопросов родителям и воспитателям или учителям (например, «Оцените уровень благополучия вашего ребенка по пятибалльной шкале, где 1 – отсутствие благополучия, а 5 – полнейшее благополучие»). Далее вычислялся средний балл, который был принят нами как показатель психологического благополучия (1-2 – дети группы риска 3-4 – средний уровень благополучия, 5 – ярко выраженное благополучие). В результате дети группы риска по уровню психологического благополучия составили 21% от общего числа респондентов, дети со средним

уровнем ощущения благополучия – 68%, а дети с выраженным психологическим благополучием – 11%.

Наблюдения показывают, что имеются серьезные различия между психологически благополучными и неблагополучными детьми. Например, в конфликтных ситуациях у детей группы риска наиболее типичные реакции – уход или же открытая агрессия. Так, мальчик Т., 6 лет, в любой проблемной ситуации (толкнули, не получилось выполнить задание) обвинял других в случившемся, пронзительно кричал и бросался на реального или мнимого обидчика. Другой пример: девочка Ю., 10 лет, в конфликтной ситуации замыкалась, терялась, не могла закончить начатую фразу, покидала место происшествия.

Поведение и отношения благополучных детей зависят от многих факторов: настроения, условий ситуации, окружения и других. Отметим, что психологически неблагополучные дети не меняли своего поведения после замечаний, обучение новым формам поведения происходило с большим трудом, чувство стыда или неловкости, как правило, не возникало, а основная особенность поступка состояла в его определенности, предсказуемости. Такие отношение и поведение не были предусмотрены правилами и нормами, но закрепились у ребенка как единственно возможный выход из любой конфликтной ситуации. Благополучные дети, напротив, легко усваивали новые способы отношений, учитывали мнения окружающих, испытывали чувства неловкости и стыда. В одной и той же ситуации (например, толкнули) благополучные дети пытались найти различные варианты ее решения (попросить помощи у старшего, уйти, обговорить эту ситуацию с обидчиком, толкнуть в ответ), то есть главные критерии поведения в данном случае – новизна и непредсказуемость поступка. Безусловно, данные закономерности применимы к детям в возрасте от 5-6 лет: до этого момента защитная реакция у большинства детей подчиняется принципу «бей или беги». Группа детей со средним уровнем благополучия демонстрировала реакции в конфликте аналогичные реакциям из двух других групп: как гибкие стратегии, так и ригидные. Основная особенность детей данной группы заключалась в том, что уязвимые для ребенка темы (внешность, наличие или отсутствие ценных предметов и другие) актуализировали ригидные установки; в ситуации, которая не затрагивала значимые для ребенка вопросы, отмечалась гибкость поведения. Сила эмоций и переключение с одной формы реагирования на другую у детей данной группы требовали бóльшего количества времени, нежели у полностью благополучных детей. Анализируя перечисленные выше наблюдения, мы можем подвести итог: главное различие между психологически благополучными и неблагополучными детьми на уровне наблюдений состоит в *способности к развитию*.

Как мы упоминали в теоретическом обзоре, одна из функций психологических границ – поддержание благополучия личности. Нами был проведен корреляционный анализ с применением непараметрического критерия (коэффициент Спирмена), что оправдано объемом выборки (N=46) и использованием ранговой шкалы при оценке выраженности признака. Целью

исследования является выявление значимых взаимосвязей между двумя феноменами, что обладает несомненной прогностической ценностью для развития эмпирической личности. Обратимся к таблице 1, в которой показаны значимые взаимосвязи между компонентами границ Я и уровнем благополучия ребенка.

Границы Я описывались следующими характеристиками: регуляция, контроль, чувство/понимание, активность и способы защиты [12; 10]. Каждая характеристика была проранжирована экспертами по пятибалльной шкале (где 1 – способность не выражена, а 5 – ярко проявляется).

Таблица 1

**Взаимосвязь компонентов границ Я  
и психологического благополучия (N=46)**

Компоненты границ Я	Проявления границ Я	Психологическое благополучие	
		Коэффициент корреляции	Знч. (2-сторон)
Способы защиты границ Я	Использование помощи взрослого при защите границ Я	0,338*	0,021
	Совпадение декларируемого и демонстрируемого поведения при защите границ Я	-0,457**	0,001
	Физические – вербальные способы защиты границ Я	0,336*	0,022
	Конструктивность способов защиты границ Я	-0,479**	0,001
	Социальное одобрение способов защиты границ Я	-0,323*	0,029
Регуляция границ Я	Гибкость границ Я в процессе их регуляции	-0,472**	0,001
	Инициация нарушения границ Я другого человека	-0,308*	0,038
Контроль границ Я	Границы Я проницаемы	-0,419**	0,004
	Константность границ Я как способность удерживать границы Я во время конфликта в неизменном состоянии	-0,476**	0,001

*Примечание.* Представлены только значимые корреляционные взаимосвязи. \* –  $p \leq 0,05$ ; \*\* –  $p \leq 0,01$ .

Перейдем к анализу полученных результатов. Сразу же бросается в глаза отсутствие взаимосвязей между психологическим благополучием и такими компонентами как активность и чувство/понимание границ Я. Это интересный факт, который позволяет предположить, что уединение и приватность несут для детей ресурсные функции, позволяющие наслаждаться жизнью и испытывать положительные эмоции [9]. Данный вывод обладает огромной практической ценностью, так как показывает возможный способ восстановления и интеграции детской личности. Психологическое благополучие – это состояние, не зависящее от присутствия другого субъекта взаимодействия, который тем не менее необходим для развития и становления границ Я. Выявление взаимосвязей между рассматриваемыми эмпирическими конструктами поможет ответить на вопрос о «золотой середине» между степенью вовлеченности в социальную жизнь и стремлением к уединению и приватности у ребенка. Таким образом, можно предположить, что психологическое благополучие и границы Я являются антагонистическими феноменами, так как в основе понимания психологических границ лежат столкновение, конфликт, противостояние; в основе благополучия – отсутствие негативных импульсов. Парадокс благополучия заключается в том, что оно достигается через усилия и трудности, так как любое развитие и изменения несут в себе достаточно негативного опыта и стрессовых ситуаций. Здесь же возникает вопрос о том, каким образом сохраняется чувство Я и почему не происходит постоянного разрушения личности. Вероятно, за счет психологических границ, которые позволяют адаптироваться к новым условиям.

Однако проведенный статистический анализ показывает, что некоторые взаимосвязи все же имеются. Выяснилось, что психологическое благополучие коррелирует с такими компонентами психологических границ, как способы защиты границ Я и способность к регуляции и контролю. Проанализируем взаимосвязь между регуляцией границ Я и психологическим благополучием. Феноменологический смысл регуляции психологических границ состоит в способности изменения пространственной составляющей границ Я, обеспечивающей взаимодействие с окружающей средой. Психологическое благополучие в детском возрасте проявляется в ощущениях собственной «уместности», счастья и свободы выбора (деятельности, места пребывания и прочего). Обратим внимание на отрицательный характер этих связей, что представляется нам интересным и требует более пристального изучения. На данный момент прокомментировать выявленную взаимосвязь можно следующим образом. Как мы уже обсуждали, психологическое благополучие – это некий конечный итог действия различных сил (особенностей личности, ситуации общения); границы Я – это момент самого взаимодействия, столкновения. Таким образом, данная взаимосвязь отражает динамическую сторону соотношения изучаемых феноменов: чем интенсивнее процесс общения и взаимодействия, тем сильнее гипотетический риск снижения уровня психологического благополучия. Компоненты регуляции границ Я (гибкость и выход за пределы установленных границ) отрицательно коррелируют с психологическим благополучием ( $p \leq 0,05$ ), что говорит о том, что стабильность границ Я и отсутствие необходимости предпринимать какие-либо действия по решению задач взаимодействия с внешним миром формируют

ощущение благополучия. У детей дошкольного и младшего школьного возраста благополучие связано со стабильностью ситуации, уединенностью или отношениями в паре (85% наблюдений). Однако есть дети (15% выборки), у которых регуляция границ Я обладает рядом особенностей (инертностью, жесткостью, ригидностью или, напротив, подвижностью, подчиняемостью любому средовому воздействию). Ощущение благополучия для таких детей находится в диаметрально противоположных плоскостях – от аутоподобного состояния (изоляция в замкнутом пространстве, отсутствие реакции у детей на внешние воздействия) до чрезмерно активного, шумного, хаотичного поведения и подвижных игр без выраженных правил. Основной вывод, который можно сделать на основе этих наблюдений, следующий: в переживании благополучия у детей превалирует эмоциональная составляющая – субъективное ощущение счастья и радости. Регуляция границ предполагает некоторое осознание ситуации, собственного состояния, задействования когнитивных процессов. Дети ощущают благополучие как полное отсутствие конфликта, не чувствуя границ Я, которые феноменологически предполагают напряжение. Проиллюстрировать это можно следующей ситуацией. Девочка А., 8 лет, тревожная, застенчивая, с трудом идет на контакт; крайне негативно относится к тому, что другие дети берут ее вещи; пытается защищать свое пространство; на любое замечание одноклассников реагирует агрессивно («они должны знать, что меня не так-то просто задеть, а обижать меня запрещается») и продолжительно. На вопрос психолога, когда она ощущает собственное благополучие, А. отвечает, что «только перед сном, когда ее никто не трогает». Мальчик М., 6 лет, активный, подвижный, постоянно ищет соперника, «чтобы силами померяться»; во время спокойных и тихих занятий испытывает скуку, недовольство. Драки, шумные подвижные игры без правил – это его стихия, счастье и благополучие «написаны на лице». Таким образом, отсутствие необходимости подстраиваться под ситуацию повышает психологическое благополучие ребенка.

Следующий компонент границ Я – контроль, который понимается как способность к сохранению статичных границ Я, обеспечивающая сохранность чувства Я. Если обратиться к статистической обработке, то мы видим, что значимость корреляций между контролем границ Я и психологическим благополучием высоко достоверна ( $p \leq 0,01$ ), однако взаимосвязь снова отрицательная. Контроль границ Я изначально предполагает стрессовую, нестабильную, конфликтную ситуацию, где существует угроза благополучию ребенка. Эта связь имеет важное практическое значение: для поддержания психологического благополучия необходима безопасная ситуация, которая не требует контроля границ Я от внешних воздействий.

Обратимся к взаимосвязи между психологическим благополучием и способами защиты границ Я, которые определяются как конкретные маркеры, отделяющие психологические пространства субъектов взаимодействия. Результаты демонстрируют наличие достоверных ( $p \leq 0,05$ ) отрицательных связей между совпадением декларируемого и демонстрируемого поведения при защите границ Я, конструктивностью способов защиты границ Я и социально одобряемыми

способами защиты границ Я. Данные компоненты границ Я содержательно раскрывают меру адекватности поведения (аутентичность и в то же время ориентация поведения на систему социальных норм и правил). Однако специфика детского возраста заключается в примате «Я хочу» над «Я должен». Поэтому мы видим следующую картину: психологическое благополучие ребенка взаимосвязано с возможностью не соблюдать нормы и правила поведения, а действовать в соответствии со своими интересами, то есть солипсическое мировоззрение ребенка позволяет ему ощущать себя удовлетворенным жизнью (мальчик А., 8 лет: «Мне все говорят: “детство – это такое счастливое время”. Но все командуют: делай так, делай так, а я не хочу, хочу по-другому, а как я хочу – нельзя. Разве детство – это счастье?»). Вероятно, это объясняет, почему многие дети видят удовлетворенность жизнью и счастье в уединенности или же, напротив, в шумных играх без правил (то есть в крайних состояниях): не нужно соответствовать требованиям общества, защищать границы Я, противопоставлять себя другим. Этот вывод может быть подспорьем при решении воспитательной задачи: как сохранить самость ребенка с учетом требований общества.

Статистический анализ также позволяет говорить о том, что существуют значимые положительные взаимосвязи ( $p \leq 0,05$ ) между психологическим благополучием и использованием помощи взрослого при защите границ Я, а также физическим или вербальным способами защиты границ Я. Значимость взрослого как носителя социокультурных норм и речи в качестве наиболее эффективного метода отстоять свои желания и намерения – важные ориентиры в практической работе. Наличие авторитетного взрослого как гаранта чувства безопасности и надежности, а также достаточный уровень развития вербальных умений можно рассматривать как механизмы формирования психологического благополучия ребенка. На вопрос психолога о том, как стать благополучным, счастливым и довольным человеком, дети (с 5 лет) отвечали: «нужно быть добрым, хорошо и спокойно со всеми разговаривать, не кричать и не драться». Далее был задан вопрос: «кто так обычно себя ведет?» Дети отвечали, что кто-то старший, взрослый. На вопрос «бываешь ли ты таким?» большинство опрошенных отвечали, что да, бывают, когда их никто не обижает, не задевает, не раздражает. Таким образом, возникает интересный парадокс детского восприятия мира: благополучным и счастливым можно быть только в будущем, когда вырастешь.

Итак, мы рассмотрели основные взаимосвязи между двумя интегральными феноменами – границами Я и психологическим благополучием у детей 2–10 лет. Были выявлены взаимозависимости между психологическим благополучием и такими компонентами границ Я, как контроль, регуляция и способы защиты. В нашем исследовании феномен благополучия понимается детьми, а также подтверждается эмпирически как некая зона комфорта, существующая либо в состоянии уединенности, либо, напротив – в окружении большого количества людей при полном отсутствии правил взаимодействия. Контроль и регуляция границ Я отрицательно взаимосвязаны с психологическим благополучием, что, предположительно, указывает на то, что эти два феномена находятся в оппозиционных отношениях: границы Я в своем феноменологическом смысле

предполагают присутствие другого человека с его желаниями и потребностями, которые могут быть диаметрально противоположными; в то время как психологическое благополучие предполагает отсутствие жестких правил и необходимости следовать требованиям. Однако есть моменты, которые сближают эти явления субъективной жизни человека: присутствие взрослого и речь как средство коммуникации являются важными условиями развития обоих феноменов. Психологическое благополучие в детском возрасте предстает перед нами как ситуация, исключающая необходимость учета позиции другого человека. Возможно, это продиктовано спецификой детского возраста и обилием воспитательных воздействий, направленных на формирование личности. Практический смысл нашего исследования состоит в подтверждении тезиса о том, что ребенку необходимы личное время и пространство, которые бы принимались и охранялись взрослыми [5; 7: 8]. Таким образом, поддержание психологического здоровья в детском возрасте предполагает баланс между взаимоотношениями с окружающей средой и в то же время возможность уединения.

## Литература

1. Бессонова Ю.В. О структуре психологического благополучия // Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве: сб. статей / сост. Ю.В. Братчикова. Екатеринбург: изд-во Уральского гос. пед. ун-та. 2013. С. 30–35.
2. Бондаренко М.В. Теоретические подходы к пониманию психологического благополучия личности // Молодежь и наука: материалы VI Всерос. науч.-техн. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых / отв. ред. О.А. Краев. Красноярск. 2011. URL: [http://conf.sfu-kras.ru/sites/mn2010/pdf/15/601\\_1.pdf](http://conf.sfu-kras.ru/sites/mn2010/pdf/15/601_1.pdf) (дата обращения: 12.06.2016).
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? М.: ЧеРо, Сфера, 2005. 240 с.
4. Жуковская Л.В., Трошихина Е.Г. Шкала психологического благополучия К. Рифф // Психологический журнал. 2011. Т. 32. №. 2. С. 82–93.
5. Ктениду М.Д. Потребность личности в приватности в различные возрастные периоды и влияние на нее окружающей среды // Материалы всероссийской научно-практической конференции «Человек. Сообщество. Управление: взгляд молодого исследователя (Психология)» / отв. ред. С.Д. Некрасов, Е.В. Улько. Краснодар: изд-во КубГУ, 2008. С. 53–55.
6. Куликова Т.В. Феномен границы // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. 2010. №. 6. С. 381–387.
7. Нартова-Бочавер С.К. Понятие «психологическое пространство личности»: обоснование и прикладное значение // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 6. С. 27–36.

8. *Нартова-Бочавер С.К.* Развитие жизненного пространства ребенка в онтогенезе // Материалы научно-практической конференции «Стратегия дошкольного образования в XXI веке: проблемы и перспективы». Москва: МПГУ, 2001. С. 280.

9. *Нартова-Бочавер С.К.* Теория приватности как направление зарубежной психологии // Психологический журнал. 2006. Т. 27. №. 5. С. 28–39.

10. *Нартова-Бочавер С.К., Силина О.В.* Динамика развития психологических границ на протяжении детства // Актуальные проблемы психологического знания. 2014. №. 3. С. 13–28.

11. *Пахальян В.Э.* Развитие и психологическое здоровье. СПб: Питер, 2006. 237 с.

12. *Силина О.В.* Границы Я в раннем, дошкольном и младшем школьном возрасте. Дисс. ... магистра. М.: МГППУ, 2012. 150 с.

13. *Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушин И.М.* Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников. М.: Генезис. 2004. 175 с.

# The "I" Boundaries and the Psychological Well-Being of Children Aged 2–10 Years Old<sup>1</sup>

Silina, O.V.,

*Master of psychology, Psychologist at preschool educational institution "Gimnazium of Pereslavl Zaleski city", Pereslavl-Zaleski, Russia, omela333@yandex.ru*

---

The article discusses the phenomena of a psychological health through such integrative concepts as "the psychological well-being" and "the "I" boundaries". Theoretical analysis shows the oppositional nature of the studied concepts. The "I" boundaries provide contacts with the outside world, while the psychological well-being is a resource state, which allows to preserve stability of the environment and a self-stability. The aim of the study is to identify statistically significant relationships between a well-being and psychological boundaries. Control and regulation of the "I" boundaries have backward correlation with psychological well-being, which can be explained as follows: the boundaries of I in its phenomenological sense suggests the presence of another man with his desires and needs, which may be diametrically opposite; psychological well-being, on the other hand, suggests a lack of strict rules and needs to follow the requirements. The "I" boundaries protection methods (with adult's help and the use of speech) and psychological well-being have positive correlation. The practical meaning of the study is to confirm the thesis that a child needs private time and space, which would be accepted and protected by adults. Thus, in order to maintain mental health in childhood it is presupposed to have a balance between the relationships with environment and at the same time, the possibility of privacy.

**Keywords:** psychological health, psychological well-being, the "I" boundaries, control, regulation, methods of the "I" boundaries" protection.

---

## References

1. Bessonova, Yu.V. O strukture psikhologicheskogo blagopoluchiya [The Structure of Psychological Well-being]. In Yu.V. Bratchikova (ed.) *Psikhologicheskoe blagopoluchie lichnosti v sovremennom obrazovatel'nom prostranstve: sb. statei [Psychological Well-being of the Individual in a Modern Educational Space: a Collection of Articles]*. Ekaterinburg: publ. Ural. gos. ped. un-t, 2013, pp. 30–35.

---

<sup>1</sup> This work was supported by the Russian Humanitarian Science Foundation (project 16-06-00239).

2. Bondarenko, M.V. Teoreticheskie podhody k ponimaniyu psihologicheskogo blagopoluchija lichnosti [Theoretical Approaches to Understanding the Psychological Well-being]. In Craev O.A. (ed.) *Molodezh' i nauka: mat-ly VI Vseros. nauch.-tehn. konf. studentov, aspirantov i molodyh uchenyh [Youth and Science: Proceedings of VI All-Russian Scientific and Technical Conference of Students, Graduate Students and Young Scientists]*. Krasnojarsk. 2011. URL: [http://conf.sfu-kras.ru/sites/mn2010/pdf/15/601\\_1.pdf](http://conf.sfu-kras.ru/sites/mn2010/pdf/15/601_1.pdf) (Accessed: 12.06.2016).
3. Gippenrejter, Ju.B. Obshhat'sja s rebenkom. Kak? [Communication with a Child. How?]. Moscow: CheRo, Sfera, 2005. 240 p.
4. Zhukovskaja, L.V., Troshihina, E.G. Shkala psihologicheskogo blagopoluchija K. Riff [The Scale of a Psychological Well-being K. Riff]. *Psihologicheskij zhurnal [Psychological Journal]*, 2011, vol. 32, no. 2, pp. 82–93.
5. Ktenidu, M.D. Potrebnost' lichnosti v privatnosti v razlichnye vozrastnye periody i vliyanie na nee okruzhayushchei sredy [The Need of the Individual to Have a Privacy in Different Ages and the Influence of the Environment]. In S.D. Nekrasov, E.V. Ulko (ed.) *Materialy vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «Chelovek. Soobshchestvo. Upravlenie: vzglyad molodogo issledovatelya (Psikhologiya)» [Materials of All-Russian Scientific-Practical Conference "The Man. Community. Management: A View of a Young Researcher (Psychology)"]*. Krasnodar: publ. KubGU, 2008, vol. 1, pp. 53–55.
6. Kulikova, T.V. Fenomen granitsy [The Boundaries Phenomenon]. *Vestnik Nizhegorodskogo universiteta im. N.I. Lobachevskogo [Bulletin of the Nizhny Novgorod University of N.I. Lobachevsky]*, 2010, no. 6, pp. 381–387.
7. Nartova-Bochaver, S.K. Ponyatie «psihologicheskoe prostranstvo lichnosti»: obosnovanie i prikladnoe znachenie [The Concept of a "Psychological Space of the Individual": Rationale and Practical Value]. *Psikhologicheskii zhurnal [Psychological journal]*, 2003, vol. 24, no. 6, pp. 27–36.
8. Nartova-Bochaver, S.K. Razvitie zhiznennogo prostranstva rebenka v ontogeneze [The Development of the Child's Living Space on Ontogeny]. *Materialy nauchno-prakticheskoi konferentsii «Strategiya doskol'nogo obrazovaniya v XXI veke: problemy i perspektivy» [Materials of Scientific-Practical Conference "Strategy of Preschool Education in XXI Century: Problems and Prospects"]*. Moscow: publ. MPGU, 2001, pp. 280.
9. Nartova-Bochaver, S.K. Teoriya privatnosti kak napravlenie zarubezhnoi psikhologii [The Theory of Privacy as the Direction of Foreign Psychology]. *Psikhologicheskii zhurnal [Psychological journal]*, 2006, vol. 27, no. 5, pp. 28–39.
10. Nartova-Bochaver, S.K., Silina, O.V. Dinamika razvitiya psikhologicheskikh granits na protyazhenii detstva [Dynamics of Psychological Boundaries during Childhood]. *Aktual'nye problemy psikhologicheskogo znaniya [Actual Problems of Psychological Knowledge]*, 2014, no. 3, pp. 13–28.
11. Pakhal'yan, V.E. Razvitie i psikhologicheskoe zdorov'e [The Development and Mental Health]. St. Petersburg: Piter, 2006. 237 p.

*Силина О.В.* Границы Я и психологическое благополучие детей 2–10 лет  
Клиническая и специальная психология  
2016. Том 5. № 3. С. 116–129.

*Silina, O.V.* The “I” Boundaries and the Psychological Well-Being of Children Aged 2–10 Years Old  
Clinical Psychology and Special Education  
2016, vol. 5, no. 3, pp. 116–129.

12. Silina, O.V. Granitsy Ya v rannem, doshkol'nom i mladshem shkol'nom vozraste Diss. ... magistra [The Boundaries of I in Early, Pre-School and Primary School Age. Diss. ... Master]. Moscow: publ. MGPPU, 2012. 150 p.

13. Huhlaeva, O.V., Huhlaev, O.E., Pervushin I.M. Tropinka k svoemu Ja: kak sohranit' psihologicheskoe zdorov'e doshkol'nikov [The Path to Yourself: How to Keep Psychological Health of Preschool Children]. Moscow: Genezis, 2004. 175 p.