

КРИТИКА И БИБЛИОГРАФИЯ

Отдаление без отделения

Рецензия на книгу Н.Е. Харламенковой, Е.В. Кумыковой,
А.К. Рубченко «Психологическая сепарация.
Подходы, проблемы, механизмы».
М.: Институт психологии РАН, 2015. 367 с.

С.К. НАРТОВА-БОЧАВЕР*,
Москва, Россия, s-nartova@yandex.ru

В рецензии анализируется системное исследование феномена психологической сепарации, предпринятое авторами книги. Очерчена актуальность исследования, удачно дополняющего обширный спектр работ, посвященных идентичности личности. Отмечаются основные повороты мысли авторов, обоснование впервые представленной теоретической модели сепарации, описание типов гармоничной и дисгармоничной сепарации, новый взгляд на внутрисемейную динамику. Особое внимание уделяется новым фактам в малоисследованной области отношений взрослых детей со своими родителями.

Наука не развивается симметрично и равномерно, уделяя поровну внимания всем своим «детям». Пристальное внимание к одному явлению нередко сужает сознание исследователя, приучая его не замечать тот фон, на котором строится и расцветает любимая научная фигура. Так и получилось, что психология личности на протяжении многих десяти-

летий упорно изучает процесс развития идентичности, поиск объектов идентификации, смены моделей идентичности, но совершенно упускает из виду простой вопрос — а что происходит с теми объектами, которые утратили свою актуальность, с людьми, которые перестали быть значимыми, и вообще — с опытом, который изжил себя? Как и почему меняется

Для цитаты:

Нартова-Бочавер С.К. Отдаление без отделения. Рецензия на книгу Н.Е. Харламенковой, Е.В. Кумыковой, А.К. Рубченко «Психологическая сепарация. Подходы, проблемы, механизмы». М.: Институт психологии РАН, 2015. 367 с. // Социальная психология и общество. 2016. Т.7. № 2. С. 162–167. doi:10.17759/sps.2016070212

* *Нартова-Бочавер Софья Кимовна* — доктор психологических наук, профессор, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия, s-nartova@yandex.ru

место всех этих феноменов в жизненном пространстве личности?

Психологической сепарации посвящена новая книга коллектива авторов под руководством Н.Е. Харламенковой, завершившая цикл исследований, направленных на разные аспекты этого явления. Ее выход оказался очень своевременным и дал ответ на многие вопросы современной академической и практической психологии личности.

Удивительным образом феномен психологической сепарации редко рассматривался как достойный отдельного исследования, несмотря на то, что многие классики психологии личности — У. Джеймс, Д.Н. Узнадзе, Р. Ассаджиоли — отмечали неизбежность и необходимость встречных процессов отождествления и отчуждения. Диалектика этого взаимодействия обусловлена временностью пребывания человека в мире, в силу чего он не может лишь присваивать и интериоризировать, он должен также возвращать миру, экстериоризировать, отказываться. Повседневность наполнена и тем и другим и очевидна для обывателя: перефразируя кота Матроскина, чтобы купить что-нибудь ненужное, надо сначала продать что-нибудь ненужное. Однако в современной психологии личности явление сепарации либо обесценивается, либо, напротив, драматизируется, а попыток его понимания как нормативного адаптивного явления практически не предпринималось.

Сепарация в психологии имеет узкое и широкое значение. В узком смысле сепарация обычно означает внешнее событие, обычно просто расставание — развод, прекращение романтических отношений, переезд от родителей. Авторы рецензируемой книги рассматривают сепарацию в широком смысле, как явление,

в первую очередь, внутреннее, однако связанное и с внешним ходом жизни — как «постоянное совершенствование себя, как путь к себе в системе отношений с другим человеком, другими людьми и миром в целом» [1, с. 8]. И ниже: «В нашем понимании сепарация — это не только отделение, *отдаление* от людей, сколько процесс становления себя, своей самобытности *в кругу* людей, в тесном взаимодействии с ними» [Там же]. Т.е. сепарация — это момент индивидуации. На наш взгляд, таким образом авторы поясняют мудрую мысль о том, что невозможно убежать от себя, лишь внешне меняя свою жизнь, истинная дистанция всегда устанавливается внутри, однако обстоятельства могут все же этому способствовать или препятствовать.

Книга фундаментальна, имеет большой объем, включает предисловие, тринадцать глав, заключение и обширный список источников.

В соответствии с традицией классического исследования, первая глава посвящена методологии и содержит изложение того, как далее применяются в изучении феномена сепарации личностный принцип, принципы развития, субъекта, единства человека и его бытия. Методологическое введение в проблему написано неформально и сразу задает высокий уровень обсуждаемого далее. Вторая глава посвящена истории исследования феномена сепарации. Анализируются подходы, которые авторы считают ценными для своего исследования — психоаналитический взгляд на явление сепарации, рассмотрение сепарации внутри теории привязанности, в бихевиоризме и гештальтпсихологии, активно использующей понятие границ, а также в отечественной традиции субъектно-бытийного подхода к психологии личности.

Отдав дань заслугам предшественников и соратников, авторы переходят к собственным результатам, и среди них впечатляет первый — теоретическая модель психологической сепарации. Рассматривая сепарацию как необходимую составляющую пути к внутренней независимости и автономии, авторы отмечают, что она пронизывает весь жизненный путь человека, однако можно выделить «слои» бытия — начало сепарации лежит в области детско-родительских отношений, но она детерминируется также возрастными кризисами, трудными и повседневными жизненными ситуациями. В случае дисгармоничной сепарации человек теряет свою целостность, склоняясь либо к симбиотическим отношениям с людьми и миром, либо к преувеличенно отчужденным. Топология источника дисгармоничной сепарации, заданная моделью, технологично помогает терапии, направленной на восстановление адаптивной силы этого процесса. При этом модель высокоэкологична: неоднократно на протяжении книги высказывается мысль о том, что сепарация должна происходить постепенно, и ее эффективность подготавливается на предшествующей стадии жизненного пути. Таким образом, любящие родители понимают, как долго им нужно держать своего ребенка «под колпаком», чтобы затем он мог безбоязненно из-под него выбраться, принимая за это решение личную ответственность.

Следующие несколько глав посвящены эмпирической верификации теоретической модели на разных группах испытуемых и в разных ситуациях. Нужно отметить, что авторы книги сумели удивительным образом объединить свой опыт и прежние научные интересы — Н.Е. Харламенкова исследовала фено-

мен самоутверждения человека, акцентируя его особенности у подростков, а также изучала особенности отцовства и отношений дочери с матерью, Е.В. Кумыкова специализировалась в области изучения становления женской независимости, А.К. Рубченко — специалист в области изучения разного рода семейных деприваций и их последствий. Феномен сепарации позволил продолжить исследования, задав им новый ракурс.

Четвертая глава посвящена особенностям процесса сепарации в детстве, включая и подростковый возраст. Анализируются особенности сепарации на разных стадиях, связанные с подготовкой к решению новых жизненных задач. Пятая глава содержит изучение дисгармоничной сепарации, происходящей при нарушенном развитии подростка. Очерчиваются типичные и атипичные способы внутренней и внешней сепарации в подростковом возрасте; результаты могут быть полезны в уточнении норм развития, выделении факторов риска и осуществлении психологической поддержки подросткам и их семьям.

Шестая глава посвящена психологической сепарации в юности, ключевом периоде перехода к взрослой жизни, когда взрослеющие люди необыкновенно вариативны в своей дистанции по отношению к миру и близким — от привязанности до конфликтной независимости и собственно сепарации. Описаны рискованные проявления внешней сепарации — эпатажирующая дружба с теми, кого не одобряют родители, алкоголизация, ранние сексуальные отношения. Авторская интерпретация этих широко исследованных негативных феноменов позволяет открыть их смысл как неуклюжей попытки сепарации, что, конечно же, изменяет их корректировку.

Седьмая глава посвящена тому, как сепарация соотносится и связана с депривацией. Высказывается интересная, подтвержденная эмпирическими данными мысль о том, что внешняя принудительная сепарация (в частности, разлука с родителями) затрудняет процесс внутренней сепарации, препятствуя установлению гармоничной дистанции человека по отношению к миру и самому себе. С новой точки зрения описан известный практикам феномен зависимости или реактивного отчуждения при низком самосознании у людей, переживших травматические разлуки.

Восьмая глава описывает процесс сепарации во взрослом возрасте. Нужно отметить качественное своеобразие этого явления, поскольку оно уже не обслуживает задачи взросления, помогая оторваться от прошлого, но служит скорее поддержанию душевного равновесия и благополучия и направлено на освобождение от разрушительных связей, обычно созданных самим человеком, а не полученных им от рождения, как это было с родителями. Обсуждаются нюансы привязанности взрослых ко взрослым, их риски и способы корректировки, в том числе посредством сепарации.

Девятая глава посвящена исключительно актуальной теме, всегда вызывающей отклик в женской аудитории, а именно, сепарации дочери от матери. Показано, что бытовые и ментальные отношения матери с дочерью исключительно сильны, практически неистребимы, и это делает их как ресурсом, так и фактором риска. Однако неожиданные результаты говорят о том, что, судя по всему, более автономные девушки (по результатам опроса дочерей) менее успешны и счастливы в отношениях с мужчинами. Возможно, сохранение зависимости от ма-

тери оказывается для них протектором, «зонтиком» в построении романтических отношений.

Десятая глава посвящена изучению психологических механизмов сепарации дочери от матери с обращением к данным обоих членов диады. Получены типологические исключительно интересные данные о том, как мать и дочь устанавливают отношения друг с другом и миром в случае нормальной сепарации и при зависимости друг от друга. Показано, что зависимость способствует уходу от контакта с миром, сближению личностных черт матери и дочери, сужению репертуара их социальных ролей. Разбираются достаточно распространенные случаи односторонней психологической зависимости матери от дочери или дочери от матери при отсутствии симметрии в отношениях. Материалы этой главы прекрасно сочетаются с данными практических психологов и могут быть весомым подтверждением их интуиций относительно личностного развития членов диады мать-дочь.

Одиннадцатая глава содержит результаты исследования сепарации (в основном травматической) от отца, уточняющие функции отца в семье и в развитии личности ребенка. Интересно, что авторы различают эмоциональную травматическую сепарацию, проявляющуюся в нежелании сопереживать отцу и иметь с ним общий опыт, и просто внешнюю. По данным разных исследований, более разрушительны последствия эмоциональной депривации, в то время как просто физическое отсутствие отца может быть для ребенка вполне переносимым.

В двенадцатой главе изучаются психологические механизмы нормативной сепарации от отца, и демонстрируется, как меняется способ реализации ос-

новых отцовских функций (защиты и дифференциации) по отношению к взрослому ребенку с учетом потребности последнего в сепарации. Выделяется три варианта динамики — прогресс, регресс и стагнация функций. Если отец не меняет своих родительских стереотипов, сепарация может происходить дисгармонично, и желаемая цель, достижение автономии достигнута не будет.

Тринадцатая глава резко отличается по своей идее и замыслу. Если все изложенные исследования в целом отвечали на вопрос, какой сепарация бывает и к чему приводит, то здесь авторы задумываются о том, что же делать, если все идет не самым лучшим образом. Исследуется одно из наиболее интересных и эвристических явлений психологии — компенсация. Что происходит, если се-

парация затруднена или несовершенна, при разных типах привязанности, как она может смягчать последствия и как мы, психологи, можем воссоздать картину жизненного пути человека, опираясь на опыт наблюдения практикуемых им компенсаций.

Таким образом, поставив проблему, описав феномен и варианты его проявлений, задав оптимистичные перспективы жизни для тех, кому (как и почти всем) не повезло пережить опыт гармоничных сепараций, авторы логично подошли к задаче выявления ресурсов адаптации и развития личности. А также дали обещание — изучить сепарацию в межпоколенном взаимодействии, в триаде, в соотноении с синтонностью или дистонностью эмоционального фона личности.

Итак, будем ждать новых исследований и книг.

ЛИТЕРАТУРА

1. Харламенкова Н.Е., Кумыкова Е.В., Рубченко А.К. Психологическая сепарация. Подходы, проблемы, механизмы. М.: Институт психологии РАН, 2015. 367 с.

Distance without Dividing.

Book review of: N.E. Kharlamenkova, E.V. Kумыkova, F.K. Rubchenko.
Psychological separation. Approaches, problems, techniques.
M.: Psychology Institute RAS, 2015. 367 p.

S.K. NARTOVA-BOCHAYER*,
Moscow, Russia, s-nartova@yandex.ru

The review analyzes systematic studies of the psychological separation phenomenon. The high relevance of the study is outlined because it stays in addition to the vast range of works devoted to the personal identity. Major authors' ideas, a theoretical model of separation presented for the first time, a description of the types of harmonious and disharmonious separation, a new look at family dynamics are marked. Special attention is paid to new facts in a little researched area of the relationship of adult children with their parents.

REFERENCES

1. Kharlamenkova N.E., Kумыkova E.V., Rubchenko F.K. Psychological separation. Approaches, problems, techniques. M.: Psychology Institute RAS, 2015. 367 p.

For citation:

Nartova-Bochaver S.K. Distance without Dividing. Book review of: N.E. Kharlamenkova, E.V. Kумыkova, F.K. Rubchenko. Psychological separation. Approaches, problems, techniques. M.: Psychology Institute RAS, 2015. 367 p. *Sotsial'naiia psikhologiya i obshchestvo* = *Social Psychology and Society*, 2016. Vol. 7, no. 2, pp. 162–167 (In Russ., abstr. in Engl.). doi:10.17759/sps.2016070212

* *Nartova-Bochaver Sofiya K.* — Doctor in Psychology, professor, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia, s-nartova@yandex.ru