

УДК 159.923:316.356.2

DOI 10.31654/2663-4902-2026-PP-3-309-316

Хараджи М. В.

кандидат психологічних наук
старший викладач кафедри практичної психології
Університету Григорія Сковороди в Переяславі
marina_vh@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0003-0454-7620>

Кучиренко В. І.

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності «Психологія» кафедри практичної психології
Університету Григорія Сковороди в Переяславі
kuchyrenko.veronika.lyceum93@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-9323-8046>

**СУПЕРВІЗІЙНИЙ АСПЕКТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СЕПАРАЦІЇ
В ДОЧІРНЬО-МАТЕРИНСЬКИХ СТОСУНКАХ**

У статті теоретично обґрунтовано психологічні особливості сепарації в дочірньо-материнських стосунках як багатовимірного процесу формування автономії зі збереженням емоційно значущого зв'язку. Проаналізовано вікову динаміку формування дочірньо-материнської діади та визначено функціональний, емоційний, атитюдний і конфліктний компоненти сепарації. Виявлено основні форми її порушення: псевдосепарацію, конфліктну псевдосепарацію, парентифікацію та емоційний розрив. Визначено, що критерієм успішної сепарації є якісна трансформація взаємин у формат «дорослий – дорослий», а не розрив контакту. Обґрунтовано супервізійне значення проблематики через необхідність усвідомлення психологом перенесення, контрпереносних реакцій та професійних меж. Окреслено перспективи подальшого емпіричного дослідження.

Ключові слова: сепарація, дочірньо-материнські стосунки, психологічна автономія, емоційна незалежність, диференціація, парентифікація, психологічні межі, супервізія.

Постановка проблеми. Сепарація доньки від матері є одним із психологічно складних процесів становлення дорослої особистості. Її незавершеність пов'язана з підвищеним ризиком тривожної симптоматики та труднощів у побудові близьких стосунків. Юнацький вік, зокрема період завершення здобуття вищої освіти, є сенситивним для цього процесу: попри фізичне й соціальне відокремлення від батьківської родини, психологічна автономія може залишатися недостатньо сформованою, що загострює неузгодженість між різними компонентами сепарації.

Попри значну кількість досліджень дитячо-батьківських стосунків, специфіка дочірньо-материнської діади залишається вивченою фрагментарно. Гендерно зумовлена ідентифікація доньки з матір'ю може сприяти формуванню менш чітких і триваліших психологічних меж, тому загальні моделі сепарації не завжди адекватно описують цей процес. Водночас у вітчизняній психології бракує досліджень сепарації як багатовимірного процесу, що охоплює функціональний, емоційний, атитюдний і конфліктний компоненти, які можуть розвиватися асинхронно. Це ускладнює діагностику труднощів та розробку адресної психологічної допомоги.

Актуальність проблеми посилюється сучасним суспільним контекстом. Умови війни, пов'язані з вимушеними розлуками, підвищеною тривогою та потребою в безпеці, можуть посилювати материнську гіперопіку навіть за умов зростання фізичної дистанції між матір'ю й донькою, ускладнюючи процес психологічного відокремлення. Це зумовлює потребу в комплексному дослідженні психологічних особливостей сепарації в дочірньо-материнських стосунках.

Окремого значення набуває супервізійний аспект цієї проблематики. Робота психолога з клієнтами, які переживають труднощі сепарації від матері, може супроводжуватися процесами перенесення й контрперенесення, актуалізацією власного досвіду дочірньо-материнських стосунків та ризиком втягнення у поляризовану позицію «мати – донька». Супервізія в цьому контексті є засобом професійної рефлексії, що допомагає диференціювати особистий досвід психолога від матеріалу клієнтки, усвідомлювати емоційне залучення та підтримувати професійні межі. Відтак дослідження має теоретичне, практичне й супервізійне значення для підвищення професійної компетентності психолога у роботі з труднощами автономізації та диференціації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні дослідження психологічної сепарації від батьків демонструють поступове розширення розуміння цього феномену: від його трактування як процесу відокремлення до розгляду як багатовимірної перебудови взаємин, у межах якої формування автономії поєднується зі збереженням емоційно значущого зв'язку. У сучасних емпіричних дослідженнях сепарація пов'язується зі становленням ідентичності, суб'єктивної дорослості, психологічного благополуччя та здатності особистості функціонувати незалежно від батьків, не втрачаючи з ними значущих стосунків.

Одним із важливих напрямів сучасних досліджень є вивчення співвідношення емоційної сепарації та довіри до батьків. К. Сугімура, С. Хіхара, К. Хатано, Р. Накама, С. Саїга, М. Цудзукі [10] дослідили профілі взаємин молоді з батьками, сформовані на основі рівня емоційної сепарації та батьківської довіри. Автори встановили, що найбільш адаптивним є поєднання емоційної автономії зі збереженням довіри до батьків. Такий профіль був пов'язаний із вищим рівнем сформованості ідентичності, а також із більшою задоволеністю життям і нижчим рівнем ідентифікаційної плутанини. Отримані результати свідчать, що психологічна сепарація не повинна розглядатися як протилежність близькості: її конструктивним результатом є здатність особистості бути автономною, зберігаючи емоційно значущий зв'язок із батьками.

Безпосередньо специфіки материнсько-дочірньої взаємодії стосується дослідження науковців Л. Голднер, К. Д. Якобі, С. Шорр, С. Дакак та Н. Шавахне [8]. Автори вивчали взаємозв'язок материнської парентифікації, труднощів сепарації-індивідуалізації та формування автентичного «Я» доньки. Було встановлено, що материнська парентифікація пов'язана з труднощами сепарації-індивідуалізації, які, своєю чергою, пов'язані зі зниженням автентичності та посиленням самозамовчування. Отже, результати цього дослідження демонструють, що характер материнсько-дочірньої взаємодії може впливати не лише на ступінь автономності доньки, а й на її здатність усвідомлювати та виражати власне «Я».

Подальше дослідження специфіки взаємин матері та дорослої доньки представлено у роботі С. Чон [9]. Авторка проаналізувала зв'язок між диференціацією у материнсько-дочірній діаді та психологічним благополуччям. Було встановлено позитивний зв'язок рівня диференціації як матерів, так і дорослих доньок із їхнім власним психологічним благополуччям. Дослідження є важливим для розуміння сепарації в дорослому віці, оскільки розглядає диференціацію не як одноразове досягнення підліткового періоду, а як процес, що продовжується упродовж життєвого циклу та передбачає можливість одночасного збереження зв'язку й психологічної автономії.

В українській психологічній науці проблема сепарації також набуває подальшого теоретичного та емпіричного розвитку. А. В. Желавська та Л. М. Лисенко [4] досліджували взаємозв'язок сепарації від батьків і психологічного благополуччя дорослих дітей, акцентуючи увагу на процесах дорослішання, набуття самостійності та трансформації дитячо-батьківських взаємин.

І. Кучманич [5] розглядає сепарацію як складний, поетапний і багатокомпонентний процес у дитячо-батьківській підсистемі. Авторка виокремлює різні компоненти сепарації та звертає увагу на патерни батьківської поведінки, які можуть перешкоджати ефективному відокремленню дитини. У межах системного підходу сепарація

тракується як процес диференціації, у результаті якого формуються усвідомлення власного «Я», самостійність та автономія особистості.

Теоретичне узагальнення сучасних підходів до психологічної сепарації представлено також у праці К. М. Болгарчук та І. М. Кучманич [1]. Авторки розглядають психологічну сепарацію як багатовимірний процес, пов'язаний із формуванням автономності, особистісної незалежності та Я-концепції, і розмежовують її внутрішні та зовнішні аспекти. Такий підхід є важливим для переходу від розуміння сепарації як самого факту фізичного або соціального відокремлення до аналізу її психологічного змісту.

Таким чином, сучасні дослідження започаткували розгляд сепарації як багатовимірного процесу, у якому автономія особистості не протиставляється емоційній близькості з батьками [9–10]. Водночас результати досліджень, присвячених безпосередньо материнсько-дочірнім стосункам, засвідчують особливу роль характеру цього зв'язку у становленні автономії, диференціації та автентичності доньки [8–9]. Українські дослідники доповнюють цей напрям положеннями про поетапність, багатокомпонентність і системну природу сепараційного процесу [1; 4–5].

Разом із тим у сучасній літературі недостатньо інтегровано представлено взаємозв'язок між особливостями формування та розвитку дочірньо-материнських стосунків і специфікою подальшої сепарації доньки. Зокрема, потребують подальшого вивчення психологічні особливості становлення та трансформації зв'язку між матір'ю і донькою на різних етапах розвитку, співвідношення емоційної близькості та психологічної автономії, а також особливості прояву окремих компонентів сепарації в дочірньо-материнській діаді. Недостатньо розкритим залишається й питання про те, чому досягнення донькою формальної або функціональної самостійності не завжди супроводжується відповідним рівнем емоційної, атитюдної та конфліктної незалежності від матері. Це зумовлює необхідність подальшого психологічного аналізу та розкриття психологічних особливостей формування та розвитку дочірньо-материнських стосунків.

Метою статті є виявити та проаналізувати психологічні особливості сепарації в дочірньо-материнських стосунках та визначити її супервізійне значення для професійної діяльності психолога.

Виклад основного матеріалу. Стосунки між матір'ю і дитиною є першими й найбільш значущими стосунками в житті людини, на основі яких закладаються базова довіра до світу, здатність до емоційної саморегуляції та подальший стиль побудови близьких стосунків. Розгортання дочірньо-материнських стосунків у часі проходить через кілька якісно відмінних етапів. У ранньому дитинстві провідним є формування прив'язаності й первинна тілесна злитість, у дошкільному й молодшому шкільному віці – статево-рольова ідентифікація, у підлітковому та юнацькому віці – формування ідентичності, що вимагає психологічного дистанціювання від батьків. У ранній дорослості відбувається перехід стосунків у формат «дорослий – дорослий» [3].

На відміну від моделей вікового розвитку, де сепарація розглядається як кульмінаційна подія підліткового віку, у дочірньо-материнських стосунках вона постає як наскрізний процес, що розпочинається вже на етапі статево-рольової ідентифікації. Якщо в дошкільному й молодшому шкільному віці мати не залишає доньці психологічного простору для часткової відмінності від себе, то до підліткового віку діада підходить із сформованою звичкою до злиття, а сепарація переживається значно гостріше й конфліктніше [2].

На етапі раннього дитинства (0–3 роки) провідним завданням є формування надійної прив'язаності: мати виступає для доньки «безпечною базою», з якої дитина здійснює перші спроби дослідження світу і до якої повертається за емоційною підтримкою. Порушення цього процесу, зокрема непослідовна чи емоційно недоступна материнська турбота, може сприяти формуванню тривожного або уникаючого типу прив'язаності, що надалі ускладнює сепарацію.

На етапі дошкільного й молодшого шкільного віку (3–10 років) провідним стає завдання статево-рольової ідентифікації: донька усвідомлює власну гендерну ідентичність через порівняння себе з матір'ю, наслідування її поведінки, інтонацій,

ставлення до власного тіла. Саме тут може формуватися специфічна дифузність меж, характерна для жіночої діади: донька не лише ідентифікується з матір'ю як зі значущим дорослим, а й вчиться бути схожою на неї. Мати, яка не залишає доньці психологічного простору для відмінності, наприклад знецінює прояви несхожості, може поглиблювати цю дифузність.

На етапі підліткового та юнацького віку (11–20 років) головним завданням стає формування ідентичності, яке вимагає психологічного дистанціювання від батьків. Підліток починає протиставляти власні погляди, смаки й цінності батьківським, апробує альтернативні джерела авторитету, а мати має витримати цей процес, не сприймаючи його як особисту загрозу чи зраду. Якщо попередні етапи пройшли зі значними порушеннями, конфлікт може набувати особливої гостроти, накладаючись на нормативну кризу ідентичності.

На етапі ранньої дорослості (від 18–20 років) відбувається перехід стосунків у формат «дорослий - дорослий»: колишня ієрархічна структура поступається місцем партнерській взаємодії, у якій донька самостійно приймає рішення щодо власного життя, а мати поступово переходить від ролі опікунки до підтримувальної, але вже не визначальної фігури.

Порушення нормативного перебігу цих етапів має характерні наслідки. Рівень психологічної сепарації дівчат-студенток пов'язаний із типом функціонування батьківської родини, що узгоджується з висновками дослідження [5]. Автори зазначають, що здатність жінки поступово «відпускати» дитину значною мірою відтворює отриманий нею досвід сепарації від власної матері. Отже, патерн дочірньо-материнської сепарації має тенденцію до міжпоколінного відтворення.

Розглянута вікова логіка формування дочірньо-материнських стосунків дає підстави перейти до аналізу психологічних характеристик сепарації в діаді «мати – донька». Одним із найбільш операціоналізованих підходів є модель Дж. Хоффмана, яка виокремлює функціональну, емоційну, атитюдну та конфліктну незалежність. Ці компоненти не є синхронними: людина може бути функціонально незалежною, але залишатися емоційно й атитюдно злитою з матір'ю. Тому формальна сепарація часто випереджає психологічну: донька може жити окремо, але залишатися психологічно «неповнолітньою» стосовно матері [2].

Функціональна незалежність описує здатність доньки самостійно вирішувати практичні питання власного життя – фінансові, побутові, організаційні. Це найбільш «видимий» компонент, який може формально досягатися через фізичне проживання окремо від батьків, але сам по собі не свідчить про внутрішню психологічну автономію [4].

Емоційна незалежність стосується здатності доньки регулювати власний емоційний стан, не покладаючись постійно на материнське схвалення чи присутність. Саме цей компонент часто відстає від функціонального, оскільки емоційна регуляція пов'язана з раннім досвідом прив'язаності та сформованими моделями взаємодії.

Атитюдна незалежність позначає здатність мати власні, відмінні від материнських погляди, цінності й переконання, не переживаючи це як зраду чи загрозу стосункам. Порушення цього компонента може маскуватися під зовнішню слухняність, коли донька формально погоджується з материнською позицією, не дозволяючи собі думати інакше.

Конфліктна незалежність – це здатність приймати самостійні рішення й діяти всупереч очікуванням матері за потреби, не переживаючи надмірного почуття провини чи тривоги. За даними подальшого емпіричного розділу цього дослідження, саме цей компонент виявляється найбільш пов'язаним із материнським стилем виховання та чутливим до цілеспрямованої психологічної роботи.

Це явище описується в літературі як псевдосепарація, або формальна сепарація, – стан, за якого зовнішні ознаки дорослішання досягнуті, тоді як внутрішня психологічна відокремленість відсутня [4]. Протилежним, але також дисфункціональним варіантом є конфліктна псевдосепарація, коли донька демонструє зовнішній бунт і різке дистанціювання від матері, однак це свідчить радше про приховану залежність,

ніж про справжню автономію. Третьою формою порушеної сепарації є парентифікація, за якої донька виконує функцію емоційної опори для матері. Четвертим дисфункційним способом може виступати емоційний розрив – поняття, введене М. Боуеном для позначення ситуації, коли донька досягає формальної незалежності шляхом повного, часто демонстративного припинення контакту. За логікою М. Боуена, це свідчить про низький рівень диференціації Я, за якого особистість не здатна витримувати емоційну близькість із матір'ю без втрати власних меж і тому обирає радикальне уникнення контакту. Таким чином, парентифікація та емоційний розрив є двома полюсами одного порушення – нездатності поєднати автономію зі збереженням стосунків [5].

Отже, психологічно найбільш адаптивним варіантом є успішна сепарація, за якої основні компоненти незалежності сформовані узгоджено, тоді як форми порушеної сепарації відображають різні варіанти дисбалансу між ними. Практичне значення цієї типології полягає у можливості відійти від бінарного розуміння сепарації та визначити, у якому саме компоненті й у який спосіб діада «мати - донька» «застрягла» на шляху до психологічної зрілості [2].

Критерієм успішності сепарації в межах українських досліджень цієї проблематики є не розрив стосунків, а їх якісна трансформація. Зокрема, К. Болгарчук та І. Кучманіч визначають психологічну сепарацію як етап стосунків, на якому комунікація, що базувалася на співзалежності, реорганізується, а взаємодія переходить на паритетні засади [1].

Таким чином, ключова відмінність між успішною та порушеною сепарацією полягає не у формальних маркерах, а у психологічній якості зв'язку з матір'ю – його добровільності, стабільності й незалежності емоційного стану доньки від материнської оцінки.

Порушена сепарація має віддалені наслідки для дорослого життя жінки, зокрема для побудови романтичних стосунків і власної родини. Незавершена сепарація може підвищувати ризик міжпоколінного відтворення гіперопіки, парентифікації або емоційного розриву у стосунках із власною донькою. Це обґрунтовує важливість психодіагностичного та корекційного дослідження цієї проблематики [3].

З супервізійної точки зору міжпоколінний характер сепараційних патернів має особливе значення, оскільки клієнтка може актуалізувати у психотерапевтичних стосунках способи взаємодії, сформовані в її дочірньо-материнській діаді [6]. Залежно від характеру порушення це може проявлятися у прагненні отримати від психолога постійне схвалення, труднощах із незгодою та встановленням меж, залежності від думки фахівця або, навпаки, демонстративному опорі його рекомендаціям. У терапевта при цьому можуть виникати бажання надмірно підтримувати клієнтку, брати відповідальність за її рішення, переконувати її у необхідності змін або, навпаки, дистанціюватися у відповідь на опір. Супервізійна робота дозволяє розглядати такі реакції як можливе відображення сепараційної динаміки клієнтки, зберігати терапевтичну позицію, не займаючи місце «нової матері», не підтримуючи залежність і не відтворюючи сценарій емоційного розриву [7].

Отже, психологічні особливості сепарації в дочірньо-материнських стосунках виявляються насамперед у нерівномірності та асинхронності розвитку її компонентів – функціонального, емоційного, атитюдного та конфліктного, що зумовлено гендерно специфічною логікою материнсько-дочірньої ідентифікації. Порушення узгодженості цих компонентів набуває різних форм і має власні віддалені наслідки, включно з ризиком міжпоколінного відтворення.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Теоретичний аналіз наукової літератури засвідчив, що сепарація є багатовимірним психологічним феноменом, який не зводиться до одноразової події, а постає як тривалий процес, його результативний стан і суб'єктивне переживання, що може мати різну інтенсивність для дитини та батьків. Встановлено, що дочірньо-материнські стосунки мають специфічні закономірності розвитку, зумовлені особливостями первинного материнського зв'язку та гендерно специфічним характером ідентифікації доньки з матір'ю. Якість

первинного зв'язку є передумовою подальшої сепарації, тоді як його порушення може ускладнювати формування психологічної автономії. Ідентифікація доньки з матір'ю сприяє формуванню більш тривалих і менш чітких психологічних меж, унаслідок чого сепарація постає як наскрізний процес, що розпочинається задовго до підліткового віку.

Обґрунтовано, що психологічні особливості сепарації в дочірньо-материнських стосунках доцільно розглядати через співвідношення її функціонального, емоційного, атитюдного та конфліктного компонентів. Порушення їх узгодженого розвитку може набувати форм псевдосепарації, конфліктної псевдосепарації, парентифікації та емоційного розриву. Критерієм успішної сепарації є не припинення стосунків із матір'ю, а їх якісна трансформація у взаємодію на основі автономії, добровільності та взаємної поваги за формату «дорослий – дорослий».

Виявлені теоретичні положення мають безпосереднє супервізійне значення. Розуміння сепарації як процесу диференціації за збереження значущого зв'язку допомагає психологу уникати як надмірної опіки клієнтки, так і передчасного заохочення до дистанціювання від матері. Супервізійний супровід спрямований на усвідомлення контрпереносних реакцій психолога, підтримання професійних меж і запобігання формуванню залежності клієнтки від терапевтичних стосунків, водночас створюючи умови для розвитку її автономії та диференціації Я.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в емпіричному вивченні сепарації на більших і різновікових вибірках із уточненням вікової динаміки її основних компонентів. Важливим є дослідження взаємозв'язку сепарації зі стилем материнського виховання, типом прив'язаності, рівнем диференціації Я та міжпоколінним відтворенням сепараційних патернів. Перспективним є порівняння дочірньо-материнських і дочірньо-батьківських стосунків, застосування якісних методів для вивчення суб'єктивного досвіду сепарації, а також дослідження впливу кризових і воєнних умов та цифрової комунікації на психологічні межі між дорослими доньками й матерями. Окремим напрямом є подальша емпірична перевірка ефективності розробленої психологічної програми.

Список використаних джерел

1. Болгарчук К. М., Кучманич І. М. Психологічна сепарація: феномен, поняття, концепція. *Габітус*. 2024. Вип. 67. С. 114–119. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.67.16>
2. Ветрова В., Мітіна С. Проблема психологічної сепарації від батьків у період ранньої дорослості в умовах цифрової культури. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2025. Вип. 8. С. 16–21. DOI: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2025-2.03>
3. Гришук Т. Тривога і едіпів комплекс. Незавершена сепарація. *Український психологічний журнал*. 2024. № 2(3). С. 14–30. DOI: <https://doi.org/10.32782/upj/2024-2-3-3>
4. Желавська А. В., Лисенко Л. М. Сепарація від батьків та психологічне благополуччя дорослих дітей. *Грааль науки*. 2023. № 32. С. 363–365. DOI: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.13.10.2023.068>
5. Кучманич І. Компоненти та етапи сепараційного процесу в дитячо-батьківських відносинах. *Наука і освіта*. 2024. № 4. С. 51–55. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-4-7>
6. Мушкевич М. І. *Супервізія* : навч. посіб. / за заг. наук. ред. М. І. Мушкевич. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 188 с.
7. Хараджи М. В., Іващенко А. І. Супервізія як метод професійного зростання психолога. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 1. С. 23–26. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.4>
8. Goldner L., Jakobi C. D., Schorr S., Dakak S., Shawahne N. Keep it quiet: Mother-daughter parentification and difficulties in separation-individuation shaping daughters' authentic/true self and self-silencing: A mediation model. *Psychoanalytic Psychology*. 2022. Vol. 39, No. 2. P. 165–174. DOI: <https://doi.org/10.1037/pap0000352>
9. Jeon S. Aging mother–adult daughter differentiation, psychological well-being, and parental status. *Healthcare*. 2023. Vol. 11, No. 13. Article 1865. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare11131865>
10. Sugimura K., Hihara S., Hatano K., Nakama R., Saiga S., Tsuzuki M. Profiles of emotional separation and parental trust from adolescence to emerging adulthood: Age differences and associations with identity and life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*. 2023. Vol. 52, No. 3. P. 475–489. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01716-z>

References

1. Bolharchuk, K. M. & Kuchmanych, I. M. (2024). Psykholohichna separatsiia: fenomen, poniattia, kontseptsii [Psychological separation: Phenomenon, concept, conception]. *Habitus*, 67, 114–119. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.67.16> [in Ukrainian].
2. Vetrova, V. & Mitina, S. (2025). Problema psykholohichnoi separatsii vid batkiv u period rannoi doroslости v umovakh tsyfrovoy kultury [The problem of psychological separation from parents in early adulthood in the context of digital culture]. *Naukovyi visnyk Vinnytskoi akademii bezperervnoi osvity. Seriya: Pedagogika. Psykholohiia – Scientific Bulletin of Vinnytsia Academy of Continuing Education. Series: Pedagogy. Psychology*, 8, 16–21. <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2025-2.03> [in Ukrainian].
3. Hryshchuk, T. (2024). Tryvoha i edipiv kompleks. Nezavershena separatsiia [Anxiety and the Oedipus complex. Unfinished separation]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal – Ukrainian Psychological Journal*, 2(3), 14–30. <https://doi.org/10.32782/upj/2024-2-3-3> [in Ukrainian].
4. Zhelavska, A. V. & Lysenko, L. M. (2023). Separatsiia vid batkiv ta psykholohichne blahopoluchchia doroslykh ditei [Separation from parents and psychological well-being of adult children]. *Hraal nauky – Grail of Science*, 32, 363–365. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.13.10.2023.068> [in Ukrainian].
5. Kuchmanych, I. (2024). Komponenty ta etapy separatsiinoho protsesu v dytiachy-batkiyskykh vidnosynakh [Components and stages of the separation process in child-parent relationships]. *Nauka i osvita – Science and Education*, 4, 51–55. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-4-7> [in Ukrainian].
6. Mushkevych, M. I. (Ed.). (2022). *Superviziia [Supervision]: Navchalnyi posibnyk*. Lutsk: Vezha-Druk [in Ukrainian].
7. Kharadzhii, M. V. & Ivashchenko, A. I. (2022). Superviziia yak metod profesiinoho zrostantia psykholoha [Supervision as a method of professional growth of a psychologist]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia – Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology*, 1, 23–26. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.4> [in Ukrainian].
8. Goldner, L., Jakobi, C. D., Schorr, S., Dakak, S. & Shawahne, N. (2022). Keep it quiet: Mother-daughter parentification and difficulties in separation-individuation shaping daughters' authentic/true self and self-silencing: A mediation model. *Psychoanalytic Psychology*. 39(2), 165–174. <https://doi.org/10.1037/pap0000352> [in English].
9. Jeon, S. (2023). Aging mother–adult daughter differentiation, psychological well-being, and parental status. *Healthcare*. 11(13), 1865. <https://doi.org/10.3390/healthcare11131865> [in English].
10. Sugimura, K., Hihara, S., Hatano, K., Nakama, R., Saiga, S. & Tsuzuki, M. (2023). Profiles of emotional separation and parental trust from adolescence to emerging adulthood: Age differences and associations with identity and life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*. 52(3), 475–489. <https://doi.org/10.1007/s10964-022-01716-z> [in English].

Kharadzhii M.

Candidate of Psychological Sciences
 Senior Lecturer Department of Practical Psychology
 Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav,
 Marina_vh@ukr.net,
<https://orcid.org/0000-0003-0454-7620>

Kuchyrenko V.

Master's student in Psychology
 Department of Practical Psychology
 Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav
 kuchyrenko.veronika.lyceum93@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-9323-8046>

THE SUPERVISORY ASPECT OF THE PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SEPARATION IN DAUGHTER-MOTHER RELATIONSHIPS

Relevance of the study. Psychological separation in daughter–mother relationships is a complex developmental process involving the formation of personal autonomy while preserving an emotionally significant bond. Its specificity is determined by psychological boundaries,

identification processes, and interaction patterns within the female parent–child dyad. From a supervisory perspective, understanding these processes is important for preventing both therapeutic dependence and premature distancing from the mother.

Main objective of the study. The study aims to theoretically analyze the psychological features of separation in daughter–mother relationships and substantiate their supervisory implications for psychological practice, focusing on its structure, developmental dynamics, disturbances, and criteria of adaptive separation.

Methodology. The study employed analysis, synthesis, comparison, systematization, generalization, and interpretation of psychological literature. Approaches to psychological separation, attachment, self-differentiation, parent–child relationships, and intergenerational transmission were integrated to identify the specific characteristics of separation and its functional, emotional, attitudinal, and conflict components. A supervisory perspective was applied to examine implications for therapeutic relationships, professional boundaries, and countertransference.

Results and conclusions. Psychological separation was conceptualized as a multidimensional and prolonged process, its resulting state, and a subjective experience rather than a rupture of the parent–child bond. The quality of the primary maternal bond may provide a basis for autonomy, while daughter's identification with her mother may contribute to less differentiated and more enduring psychological boundaries. Asynchronous development of the functional, emotional, attitudinal, and conflict components may manifest as pseudoseparation, conflictual pseudoseparation, parentification, or emotional cutoff, potentially contributing to intergenerational reproduction of maladaptive patterns. Successful separation is defined by the transformation of the relationship toward autonomy, voluntariness, mutual respect, and an "adult–adult" mode of interaction.

The supervisory perspective emphasizes separation as differentiation rather than relational rupture. This approach helps psychologists maintain appropriate therapeutic boundaries, recognize countertransference reactions, prevent therapeutic dependency, and support the client's gradual development of autonomy and self-differentiation while preserving a meaningful relationship with the mother.

Significance. The findings contribute to the theoretical understanding of psychological separation in daughter–mother relationships and provide a basis for psychological counseling, psychotherapy, and supervision. Further research should examine separation in larger and age-diverse samples, its associations with parenting styles, attachment, self-differentiation, and intergenerational patterns, as well as the influence of war-related crises and digital communication. Empirical evaluation of psychological programs aimed at optimizing separation is also needed.

Keywords: separation; daughter–mother relationships; psychological autonomy; emotional independence; differentiation; parentification; psychological boundaries; supervision.

Отримано редколегією / Received: 24.08.2026

Прорецензовано / Revised: 01.09.2026

Опубліковано / Published: 30.09.2026