

УДК 159.9

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АВТОНОМИИ***Волкова Татьяна Геннадьевна***

*Кандидат психологических наук, доцент, Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия
e-mail: v.t.g@mail.ru*

Милина Александра Сергеевна

*Старший преподаватель, Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия
e-mail: milina406@mail.ru*

Данная статья посвящена изучению актуального феномена современной психологии – «самостоятельности». Целью исследования являлось выявление психологических личностных качеств подростков с высоким и низким уровнями развития самостоятельности. Выборку составили 60 обучающихся в возрасте от 14 до 16 лет, из них 30 юношей и 30 девушек. Данные были получены при помощи методики «Опросник автономии» О.А. Карабановой и Н.Н. Поскребышевой, «Тест определения самооценки» С.А. Будасси, математико-статистического анализа (U Манн–Уитни, t-критерий Стьюдента) показал достоверные различия компонентов автономии испытуемых с высоким и низким уровнями развития самостоятельности, установлена прямая взаимосвязь шкал «общая автономия» и «когнитивная автономия» с самооценкой подростков. Полученные результаты могут быть применены для составления индивидуальных образовательных маршрутов в психолого-педагогическом сопровождении личностного самоопределения обучающихся.

Ключевые слова: личностная автономия, когнитивная автономия, самостоятельность, самооценка, подростковый возраст, подросток.

THE AUTONOMY OF ADOLESCENTS: A COMPARATIVE ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL INDEPENDENCE ACROSS VARYING LEVELS***Volkova Tatiana Gennadievna***

*Candidate of psychological sciences, Associate Professor, Head of the Department of General and Applied Psychology, Altai State University, Barnaul, Russia
e-mail: v.t.g@mail.ru*

Milina Alexandra Sergeevna

*Senior Lecturer, Altai State University, Barnaul, Russia
e-mail: milina406@mail.ru*

This article is dedicated to the examination of the contemporary psychological phenomenon of "independence." The primary objective of this study was to identify the psychological traits

associated with adolescents exhibiting both high and low levels of independence development. The research sample comprised 60 students, aged 14 to 16, evenly divided between 30 boys and 30 girls. Data were collected utilizing the "Questionnaire of Autonomy" developed by O.A. Karabanova and N.N. Poskrebysheva, as well as the "Self-Assessment Test" by S.A. Budassi. A comprehensive mathematical and statistical analysis, employing the Mann-Whitney U test and Student's t-test, revealed significant differences in the autonomy components between subjects with varying levels of independence development. Furthermore, a direct correlation was established between the general autonomy and cognitive autonomy scales and the self-esteem of adolescents. The findings of this study hold potential for informing the development of individualized educational pathways within the framework of psychological and pedagogical support aimed at fostering students' personal self-determination.

Keywords: personal autonomy, cognitive autonomy, independence, self-esteem, adolescence, teenager.

Самостоятельность как стремление и умение индивида решать задачи независимо от внешней помощи, мобилизуя имеющиеся знания и опыт, является важным фактором социально-личностного созревания. Самостоятельность – одно из ведущих личностных качеств и компетенций: умение ставить перед собой цели и добиваться их достижения; ответственное отношение к своему поведению, способность проявлять инициативу в ситуациях, требующих принятия осознанных решений.

В подростковом возрасте происходит трансформация детской зависимости в автономию: подросток рассматривает себя в качестве объекта самопознания и самооценивания. Личностная реализация младшего подростка требует опоры на представления о себе, о своих потребностях, ценностях и способностях, то есть на положительный «образ Я». Самостоятельность подростка выражается в независимости своих действий, как потребность самостоятельно мыслить, оценивать, действовать и осуществлять рефлексию результатов и своего эмоционального состояния.

Вследствие действия негативных социальных факторов, включая проживание в зоне военных конфликтов, приграничной территории, неэффективной педагогической позиции взрослых (родителей и педагогов) в поведении обучающихся чаще проявляются пассивность и инфантильность,

нежелание нести ответственность за свои решения и поступки, неразвитая саморегуляция.

В отечественной психологии понятие «самостоятельность» рассматривается как способность индивида к независимому мышлению и действиям. Эта компетенция включает в себя умение принимать решения, брать на себя ответственность за свои поступки и проявлять инициативу [4; 5; 7; 9].

Отечественные психологи подчеркивают важность самостоятельности в жизни индивида, рассматривая ее как ключевой фактор личностного развития и социальной адаптации. Например, в работах Л.С. Выготского и А.Н. Леонтьева указана важность самостоятельности в деятельности человека.

Обозначим аспекты, на которые обращают внимание отечественные исследователи:

– *развитие личности*: самостоятельность как важный аспект формирования личностной зрелости. Н.В. Антонова, В.В. Белоусова, Н.Н. Поскребышева, Р.А. Дрожжин, Н.Ф. Круглова показывают, что самостоятельность способствует развитию критического мышления, креативности и способности к саморегуляции эмоционального состояния и активности;

– *обучение и воспитание*: самостоятельность является важной целью педагогической деятельности. А.Н. Леонтьев, А.С. Макаренко, В.В. Давыдов, О.А. Доронцова, Ю.Ф. Липовка, С.В. Молчанов подчеркивают, что развитие самостоятельности у детей и подростков способствует их успешной социализации и формированию жизненных навыков;

– *социальная адаптация*: Т.И. Власова, А.А. Жилина, И.Ф. Муханова, Г.С. Прыгин подтверждают, что способность принимать самостоятельные решения и брать на себя ответственность за свои действия помогает лучше справляться с жизненными вызовами и выстраивать взаимодействия с окружающими;

– *эмоциональное благополучие*: С.К. Нартова-Бочавер, М.В. Рагулина, О.Е. Хухлаева, Т.С. Кирилина, Е.А. Шерешкова результатами исследований подтверждают факт, что высокий уровень самостоятельности коррелирует с высоким уровнем удовлетворенности жизнью. Самостоятельные индивиды гораздо меньше подвержены стрессу и более уверены в себе, что подчеркивает значимость самостоятельности для психологического здоровья;

– *произвольная волевая регуляция*: сознательное регулирование индивидом собственного поведения и деятельности отражено в работах Л.И. Божович, А.Г. Ковалева, А.Н. Леонтьева, А.С. Макаренко В.Н. Мясищева, В.И. Селиванова, Ю.Н. Дмитриевой, Д.И. Фельдштейна, У.В. Ульенкова, И.И. Чесноковой, С.Г. Якобсона, А.М. Прихожан, З.Я. Горностаевой. На деятельностном уровне самосознания первостепенную роль играет саморегуляция поведения и деятельности, здесь проявлен функционально-поведенческий компонент самосознания [3, с. 49]. С позиции развития самостоятельности волевой акт можно охарактеризовать целеустремленностью, сознательной направленностью индивида на результат деятельности [6]. Развитие отдельных составляющих самостоятельности происходит неравномерно. В первую очередь подростки переживают поведенческую сепарацию, больше всего отстает в скорости формирования ценностная автономия [1]. Для современных подростков, в условиях моратория на взросление, очень важна эмоциональная и когнитивная поддержка родителей [4, 5, 9, 11].

В моделях сепарации М. Боуэн, А.Я. Варга представлено, как происходит разделение «родитель – ребенок», насколько долго сохраняется эмоциональная связь (или даже зависимость) от оценок, суждений, ценностей матери и отца. Сепарация в онтогенезе происходит постепенно, начиная от биологической сепарации в раннем возрасте [5, с. 307]:

– *двигательная сепарация*: ребенок начинает самостоятельно передвигаться в пространстве, манипулировать предметами, познавать окружающий мир;

– *коммуникативная сепарация* выражается в способности устанавливать контакты и общаться со сверстниками и взрослыми людьми в дошкольном и младшем школьном возрасте;

– *когнитивная сепарация* окончательно формируется в подростковом возрасте, когда дети самостоятельно принимают решения, независимо от мнения взрослых и давления большинства (в противовес конформизму);

– *социальная сепарация* наступает при выходе из родительской семейной среды, самостоятельном проживании, создании собственной семьи – в юности.

Именно механизм сепарации дает подростку ощущение обретения своего Я на всех уровнях осознания. Эмоциональная связь, в принципе, необходима и во взрослости для сохранения семейных ценностей, поддержки и заботы друг о друге, как безусловная любовь на протяжении всей последующей жизни. Эмоциональная сепарация не прекращается даже после смерти родителей, сохраняется у многих людей в памяти как бесценный образ.

Итак, в психологической науке и воспитательной практике развитие самостоятельности как личностного качества подростков обусловлено, с одной стороны, ключевыми психическими новообразованиями, а, с другой – взаимодействиями и отношениями ребенка со значимыми взрослыми. Личностная автономия является многомерным феноменом, развивается на протяжении всей жизни человека. При изучении показателей следует анализировать уровень развития поведенческого, когнитивного, эмоционального и ценностного компонентов.

Можно сказать, что ориентация на растущие возможности современных подростков, поощрение положительной направленности их стремлений и

активности позволяют смягчить протекание подросткового кризиса и сформировать достаточный уровень самостоятельности.

Мы разделяем определение самостоятельности, данное О.А. Доронцовой, которая конкретизирует данное личностное качество, как выражающееся в планировании и реализации замыслов, принятия персональной ответственности за свои выборы и их последствия, способности к самоуправлению и сознательной саморегуляции всех форм активности в ходе взаимодействия с внешним миром [2; 3].

Совершенствование произвольности поведения подростков связано с развитием регуляторной функции психики. Н.Ф. Круглова более подробно представила показатели произвольности поведения в подростковом возрасте:

- выдержка и настойчивость в достижении поставленной цели;
 - высокий уровень общей и познавательной мотивации;
 - развитая способность к сознательному совладанию с трудностями;
 - усидчивость при выполнении учебной задачи;
 - способность к целеполаганию и прогнозированию результатов действий;
 - способность к волевому самоконтролю эмоций и внутренних порывов, умение не отвлекаться на полевые раздражители и соблазны от поставленной задачи;
- произвольность психических процессов [6, с. 108].

Результаты проведенных исследований подтверждают, что подростковый возраст – это основной этап становления самостоятельности, формирования Я-концепции, адекватной самооценки и чувства собственного достоинства. Эти психические новообразования выражают потребность в детей в самоопределении и самоутверждении. В диссертации О.А. Доронцовой представлены описания трех уровней развития самостоятельности у подростков [2, с. 112]:

– «локально-капризный», когда младшие подростки в 10–11 лет стремятся получить признание у взрослых, которое основано на значимости выполнения конкретных дел и временных поручений;

– «право-значимый», характерный для обучающихся в 12–13 летнем возрасте, когда они не удовлетворены одним лишь участием в выполнении общественно значимых дел и поручений. Им важно получить права в семье, классе, школе, системе общественных отношений. Стремление к взрослости выражается не из позиции «хочу», как это было свойственно на предыдущем этапе, а через «я могу» и «я должен»;

– на «утверждающе-действенном уровне» в 14–15 лет подростки намерены проявить себя, показать свои сильные стороны в проектной деятельности, получить признание большинства.

Можно сказать, что в стремлении к автономии наблюдается поступательный переход от внешней сепарации к обретению внутренней степени свободы и ответственности. Динамика самостоятельности связана с самоотношением в подростковом возрасте [8]. А оно напрямую сопоставимо с социальной и межличностной позицией, с объемом и значимостью тех действий, за которые они берут ответственность.

На основе анализа существующих к настоящему времени научных подходов к развитию автономии обучающихся подросткового возраста, Н.Ф. Круглова перечисляет следующие психолого–педагогические условия эффективности произвольной саморегуляции деятельности:

– иерархия мотивов в сторону социально значимого поведения;

– наличие ограничительных целей;

– разделение сложной, большой по объему и значимости деятельности на более мелкие элементы (шаги);

– наличие внешней опоры на этапах овладения новой моделью поведения [6, с. 120].

При единстве обозначенных психолого-педагогических условий внешний план действий переходит во внутренний. Подросток осуществляет свой замысел на основе замотивированных целей и следованию определенному алгоритму (планированию).

К. Фопель в работе с подростками предлагает взрослому ориентироваться на последовательность этапов становления и развития самостоятельности [10, с. 227]: возникновение актуальной потребности; активизация желания удовлетворить потребность доступными для индивида средствами; оценка результатов действий, направленных на удовлетворение потребности; учет последствий выполненных действий для индивида и социального окружения.

Успешность развития самостоятельности подростков во многом определяются тем обстоятельством, насколько развиты механизмы самодетерминации, которые покажут уровень зрелости личности.

Противоречие между необходимостью развития самостоятельности у детей подросткового возраста и недостаточной разработанностью данной проблемы в научно-методической литературе и в практике работы психологической службы

Цель данного исследования – охарактеризовать психологические особенности видов самостоятельности у подростков с разным уровнем автономности и самооценки. Выборку исследования составили 60 обучающихся в возрасте от 14 до 16 лет, из них 30 юношей и 30 девушек. Сбор данных проведен психологом О. И. Ткачёва в гимназии города Грозный (Россия).

В исследовании были использованы следующие диагностические методики: «Опросник автономии» О.А. Карабановой и Н.Н. Поскребышевой, «Тест определения самооценки» С.А. Будасси, Математико-статистическая обработка данных (критерий U Манн–Уитни и r-Спирмена) проводилась при помощи компьютерной программы IBM SPSS Statistics Version 23.0.

Представим результаты проведенного анализа данных.

Согласно полученным данным среди компонентов автономии подростков на первом месте – когнитивная автономия ($10,69 \pm 1,96$), на втором месте в равной степени выражены поведенческая, эмоциональная и ценностная автономия ($9,97 \pm 1,96$), ($9,85 \pm 20,9$), ($9,93 \pm 1,91$). Общий показатель личностной автономии составил $41,43 \pm 5,6$, что соответствует среднему уровню развития самостоятельности. Распределение испытуемых по уровням каждого компонента автономии графически отражено на диаграмме (рис. 1).

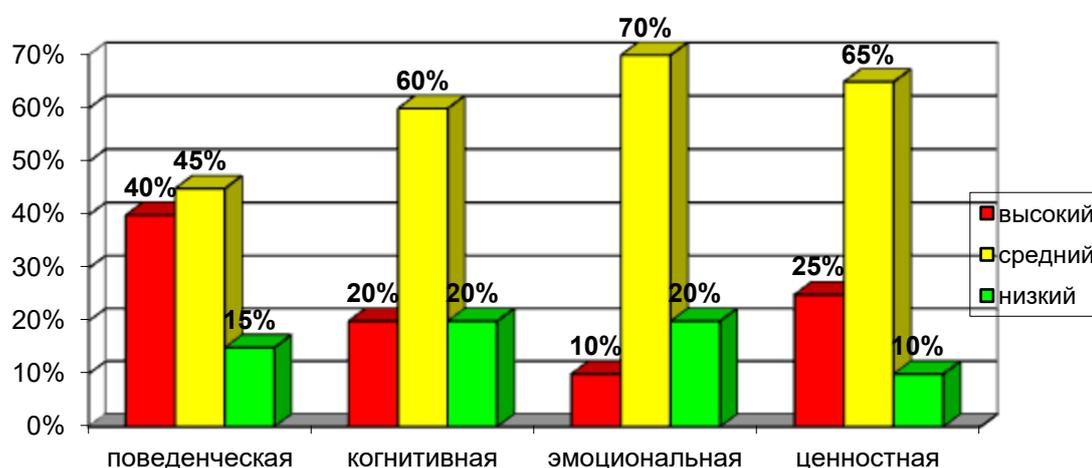


Рис. 1. Распределение испытуемых по уровням поведенческой, когнитивной, эмоциональной и ценностной автономии (составлено авторами)

В группе преобладают испытуемые со средним (45%) и высоким (40%) уровнями поведенческой автономии. Большая часть подростков обладают определенным уровнем независимости в реализации конкретных действий.

Распределение подростков по уровням когнитивной автономии, группа со средним уровнем (60%), показывает, что обучающиеся проявляют самостоятельность в области умственных и познавательных действий. Выраженность данного компонента указывает на уверенность в своих знаниях и убежденность большинства подростков в том, что они сами контролируют свою жизнь. Они ощущают свою познавательную компетентность, могут

самостоятельно совершать сложные мыслительные операции без внешнего контроля.

В выборке больше всего испытуемых со средним уровнем эмоциональной автономии (70%). Это означает, что подростки могут открыто выражать свои эмоции и чувства.

Распределение по уровням ценностной автономии следующее: больше всего обучающихся со средним уровнем (65%). Следовательно, в подростковом возрасте у обучающихся формируются принципиальные убеждения, мотивация и ценности. Испытуемые склонны оценивать себя более высоко, хотят видеть себя более самостоятельными в выборе взглядов, убеждений, жизненных установок.

Поскольку в группе преобладает средний уровень личностной автономии, можно предположить, что процесс становления автономии в целом протекает благополучно. Подростки чувствуют себя относительно самостоятельными, способными ставить цели, осуществлять планирование деятельности и решать познавательные задачи, открыто выражать свои чувства, без внешнего давления. Они ощущают достаточно уверенности в выполнении дел без регулярной помощи других людей. Испытуемые, для которых характерна эмоциональная и когнитивная зависимость от мнения и идей сверстников и компетентных взрослых, могут часто проявлять конформизм, боятся выразить свою точку зрения, часто не совпадающую с популярной и доминирующей в референтной группе или в ученическом коллективе.

Полученные данные позволили нам выделить в общей выборке испытуемых двух категорий: с выраженной автономностью («самостоятельные») и с несформированной автономностью («зависимые»).

«Самостоятельные» проявляют высокую степень автономности в отношениях, для них характерны низкий уровень требовательности со стороны родителей, отцовского контроля. Проявления автономии в большей степени

соответствует «право-значимому» уровню самостоятельности, когда им мало быть просто участником дела, они желают получить права в семье, в классе, в школе, в системе общественных отношений. Они активно отстаивают свои права.

«Зависимые» испытуемые имеют явные затруднения в общении со сверстниками, редко идут на контакт со взрослыми, у них не сформированы навыки сотрудничества и партнерства. Их поведение в основном соответствует «локально-капризному» уровню самостоятельности. Они редко проявляют активность, но при этом стремятся получить признание у взрослых. Обижаются, когда их не замечают и игнорируют. Пассивная позиция приводит к изолированности в группе и в ученическом коллективе. Им чаще отводят роль исполнителей менее привлекательных заданий. Часто они сами готовы «пересидеть» в стороне, наблюдая за активной деятельностью своих сверстников.

Была подтверждена наша гипотеза о том, что показатели поведенческой, когнитивной, эмоциональной и ценностной автономии «самостоятельных» подростков будут отличаться от показателей автономии «зависимых» испытуемых. Результаты проведенного нами сравнительного анализа по всем шкалам методики «Опросник автономии» О.А. Карабановой и Н.Н. Поскребышевой с целью определения статистически достоверных отличий показателей автономии с помощью U-критерия Манн–Уитни приведены в таблице 1.

По следующим шкалам: «поведенческая автономия» $U_{эмп} = 9$ ($U_{кр} = 26$) при 0,01; «Когнитивная автономия» $U_{эмп} = 2$ ($U_{кр} = 26$) при 0,01; «Эмоциональная автономия» $U_{эмп} = 13$ ($U_{кр} = 26$) при 0,01; «Ценностная автономия» $U_{эмп} = 8,5$ ($U_{кр} = 26$) при 0,01. Различия по шкале «Общая личностная автономия» составили $U_{эмп} = 1$ ($U_{кр} = 26$) при 0,01. Можно сделать вывод о наличии статистически значимых отличий всех компонентов

автономии испытуемых с высоким и низким уровнями развития самостоятельности. Показатели Uэмп всех шкал оказались в зоне значимости при $p \geq 0,01$.

Таблица 1. Сравнительные результаты исследования подростков по методике «Опросник автономии» О.А. Карabanовой и Н.Н. Поскребышевой

Шкала	«Самостоятельные» подростки		«Зависимые» подростки		U	P≥
	среднее значение	стандартное отклонение	среднее значение	стандартное отклонение		
Поведенческая автономия	11,42	1,94	7,56	1,51	9	0,01
Когнитивная автономия	12,21	1,31	7,57	2,07	2	0,01
Эмоциональная автономия	11,5	1,83	7,55	2,60	13	0,01
Ценностная автономия	12,14	1,35	8,22	2,38	8,5	0,01
Общая личностная автономия	47,28	3,29	32	6,44	1	0,01

Результаты исследования испытуемых по методике «Тест определения самооценки» С.А. Будасси. приведены в таблице 2.

Таблица 2. Результаты исследования по методике «Тест определения самооценки» С.А. Будасси (n=60)

Испытуемые	Среднее значение	Стандартное отклонение
«Самостоятельные» подростки	0,56	0,13
«Зависимые» подростки	0,13	0,39
В целом по выборке	0,43	0,44

В подростковой выборке среднее значение самооценки ($0,43 \pm 0,44$) соответствует среднему уровню. В группе «самостоятельных» подростков среднее значение самооценки ($0,56 \pm 0,13$), в группе «зависимых» подростков – $0,13 \pm 0,39$. «Самостоятельные» испытуемые уверены в себе, их самооценка в целом адекватная. У «зависимых» испытуемых преобладает низкая самооценка.

Распределение испытуемых по уровням самооценки графически представлено на диаграмме (рис. 2).

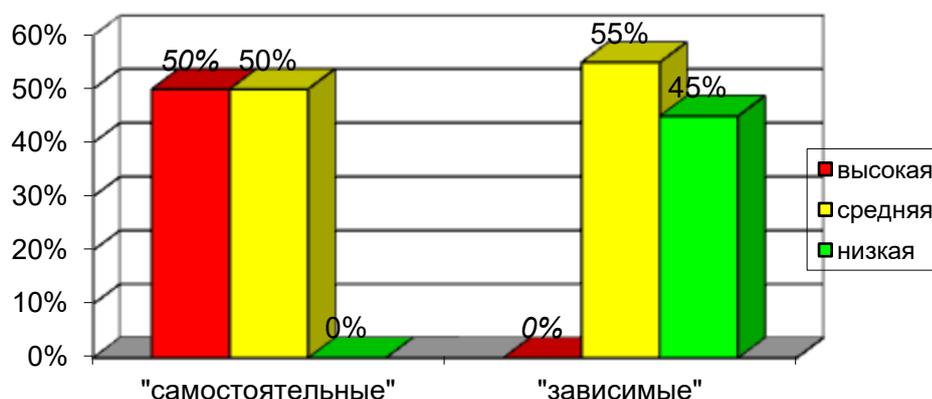


Рис. 2. Распределение «самостоятельных» и «зависимых» испытуемых по уровню самооценки

Из рисунка 2 видно, у подростков с высоким уровнем самостоятельности в равной мере свойственна высокая и средняя самооценка, испытуемых с низким уровнем самооценки не выявлено. У подростков с низким уровнем самостоятельности на первом месте – средняя самооценка, на втором – низкая. Испытуемых с высоким уровнем самооценки не выявлено.

Был проведен корреляционный анализ с использованием критерия r -Спирмена. Определены достоверные взаимосвязи самостоятельности подростков и их самооценки между показателями переменных: «когнитивная автономия» и «самооценка» ($r = 0,196$ при $p \leq 0,05$), «общая автономия» и «самооценка» ($r=0,155$ при $p \leq 0,05$) коэффициент корреляции положительный, зависимость переменных прямо пропорциональная, корреляция значима на уровне 0,05.

Можно сделать выводы на основе выявленных корреляционных связей, что развитие автономии как способности к независимому мышлению без ожидания подтверждения большинством легче достигается при высокой самооценке, сложнее достигается у испытуемых с направленностью на

внутренний мир. Робкие обучающиеся с заниженной самооценкой, восприимчивые к происходящим изменениям в жизни, выдвигают повышенные требования к себе. Им сложно проявлять свою активность и отстаивать свои права. Таким образом, развитию когнитивной автономии у подростков способствует адекватная высокая самооценка.

Психологически самостоятельный подросток устойчив к внешнему влиянию, обладает высокой самооценкой, ответственности за свою деятельность и поведение. Вера в собственные силы и адекватное реагирование на внешнюю критику способствуют успешной личностной автономии и самоутверждению подростков среди сверстников и самореализации.

Проблема изучения проявления самостоятельности у детей подросткового возраста в настоящее время является актуальной и важной с точки зрения взаимоотношений с социумом. По нашему мнению, в условиях проживания рядом с военными конфликтами процесс формирования психологической самостоятельности подростков проходит более активно, включая высокую автономию подростка. Высокий уровень когнитивной, поведенческой, ценностной и эмоциональной самостоятельности способствует эффективности освоения социализации, безболезненного вхождения во взрослую социальную жизнь и самоидентификации подростков.

Список литературы:

1. Горлова Н.В. Разрешение конфликтов автономии: подход к исследованию личностной автономии подростков // Национальный психологический журнал. 2019. № 1(33). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razreshenie-konfliktov-avtonomii-podhod-k-issledovaniyu-lichnostnoy-avtonomii-podrostkov>
2. Доронцова О.А. Потенциал системы межличностного взаимодействия в процессе формирования автономии подростков // Национальный психологический журнал. 2015. № 4(20). С. 111–118.
3. Доронцова О.А. Психолого-педагогические детерминанты развития автономии подростков в образовательном процессе: дис. ... канд. пс. наук. Смоленск : Смоленский государственный университет, 2019. 258 с.

4. Дроздикова-Зарипова А.Р., Латыпов Н.Р., Соколова Н.Л., Хусаинова Р.Р. Позитивная Я–концепция подростков, воспитывающихся в приемных семьях: условия формирования // Перспективы науки и образования. 2023. № 3 (63). С. 506–520.
5. Жихарева Л.В., Кольчик Е.Ю. Психологическая суверенность подростков в контексте детско-родительских отношений // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2024. №3 (76). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-suverennost-podrostkov-v-kontekste-detsko-roditelskih-otnosheniy>
6. Круглова Н.Ф. Психологические особенности саморегуляции подростков в учебной деятельности // Психологический журнал. 1994. Т. 15, № 2. С. 66–74.
7. Магомедова М. Феномен автономии личности в возрастной психологии // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. 2022. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-avtonomii-lichnosti-v-vozzrastnoy-psihologii>
8. Нартова-Бочавер С.К. Психология суверенности: десять лет спустя. М. : Смысл, 2025. 200 с.
9. Поскребышева Н.Н., Бабкина А.Ю. Семейные факторы развития автономии и сепарационных процессов у подростков // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2020. № 3. С. 120–146. <https://doi.org/10.11621/vsp.2020.03.06>
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Ч. 1–4. М. : Генезис, 2006. 542 с.
11. Шинина Т.В., Морозова И.Г. Подростки и пандемия: профиль самостоятельности // Психологические исследования. 2021. Т. № 14 (80). URL: <https://doi.org/10.54359/ps.v14i80.111>

References:

1. Gorlova N.V. Razreshenie konfliktov avtonomii: podhod k issledovaniju lichnostnoj avtonomii podrostkov. Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal. 2019. No 1(33). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razreshenie-konfliktov-avtonomii-podhod-k-issledovaniyu-lichnostnoy-avtonomii-podrostkov>
2. Doroncova O.A. Potencial sistemy mezhlichnostnogo vzaimodejstvija v processe formirovanija avtonomii podrostkov. Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal. 2015. No 4(20). P. 111–118.
3. Doroncova O.A. Psihologo–pedagogicheskie determinanty razvitija avtonomii podrostkov v obrazovatel'nom processe: diss... kand. ps. nauk. Smolensk : FGBOU VO «Smolenskij gosudarstvennyj universitet», 2019. 258 p.
4. Drozdikova–Zaripova A.R., Latypov N. R., Sokolova N. L., Husainova R. R. Pozitivnaja Ja–konceptija podrostkov, vospityvajushhihsja v priemnyh sem'jah: uslovija formirovanija. Perspektivy nauki i obrazovanija. 2023. No 3 (63). P. 506–520.

5. Zhihareva L. V., Kol'chik E. Ju. Psihologicheskaja suverennost' podrostkov v kontekste detsko-roditel'skih otnoshenij. Uchenye zapiski Krymskogo federal'nogo universiteta imeni V. I. Vernadskogo. Sociologija. Pedagogika. Psihologija. 2024. № 3(76). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-suverennost-podrostkov-v-kontekste-detsko-roditelskih-otnosheniy>
6. Kruglova N.F. Psihologicheskie osobennosti samoreguljarii podrostkov v uchebnoj dejatel'nosti. Psihologicheskij zhurnal. 1994. Vol. 15, No 2. P. 66–74.
7. Magomedova M. Fenomen avtonomii lichnosti v vozrastnoj psihologii. Vestnik LGU im. A.S. Pushkina. 2022. No 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-avtonomii-lichnosti-v-vozrastnoy-psihologii>
8. Nartova–Bochaver S.K. Psihologija suverennosti: desjat' let spustja. Moscow : Smysl, 2025. 200 p.
9. Poskrebysheva N.N., Babkina A. Ju. Semejnye faktory razvitija avtonomii i separacionnyh processov u podrostkov. Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 14. Psihologija. 2020. No 3. P. 120–146. <https://doi.org/10.11621/vsp.2020.03.06>
10. Fopel' K. Kak nauchit' detej sotrudnicat'? Ch. 1–4. Moscow : Genezis, 2006. 542 p.
11. Shinina T.V., Morozova I.G. Podrostki i pandemija: profil' samostojatel'nosti. Psihologicheskie issledovanija. 2021. Vol. No 14 (80). URL: <https://doi.org/10.54359/ps.v14i80.111>