

УДК 159.92

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА ПОДРОСТКОВ
С РАЗНЫМИ ВИДАМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ И АВТОНОМИИ****Волкова Татьяна Геннадьевна**

*Кандидат психологических наук, доцент,
заведующая кафедрой общей и прикладной психологии
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный медицинский университет»,
г. Барнаул, Россия
e-mail: v.t.g@mail.ru*

Милина Александра Сергеевна

*Магистр психологии, старший преподаватель кафедры общей и
прикладной психологии ФГБОУ ВО
Алтайский государственный университет,
г. Барнаул, Россия
e-mail: milina406@mail.ru*

Старчикова Маргарита Валерьевна

*Кандидат социологических наук, магистр психологии, доцент
кафедры общей и прикладной психологии
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный медицинский университет»,
г. Барнаул, Россия
e-mail: margarita104@yandex.ru*

В данной статье представлены результаты изучения феномена «самостоятельность» в старшем подростковом возрасте. Цель исследования: выявление психологических личностных качеств подростков с высоким и низким уровнями развития самостоятельности. Выборка: 30 юношей и 30 девушек от 14 до 16 лет. Эмпирические данные собраны психодиагностическими методиками «Опросник автономии» О.А. Карабановой и Н.Н. Поскребышевой, «Тест определения самооценки» С.А. Будасси, «Индивидуально-типологический опросник» Л.Н. Собчик. Математико-статистический анализ (U Манн–Уитни, критерия г-Спирмена) показал достоверные различия испытуемых с высоким и низким уровнями развития самостоятельности по шкале «тревожность», достоверные взаимосвязи компонентов автономии (общая автономия, поведенческая, эмоциональная, ценностная и когнитивная автономия) с самооценкой подростков, с индивидуально-типологическими особенностями личности подростков. Полученные результаты исследования могут быть использованы для формирования индивидуальных образовательных маршрутов подростков, для работы психолога в сфере диагностики, развития и коррекции личностного самоопределения обучающихся в старшем подростковом возрасте.

Ключевые слова: психологическая автономия, психологическая самостоятельность, подросток, самооценка, индивидуальные особенности.

**INDIVIDUAL QUALITIES OF TEENAGERS
WITH A DIFFERENT KIND OF PSYCHOLOGICAL
INDEPENDENCE AND AUTONOMY**

Volkova Tatiana Gennadievna

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

Milina Alexandra Sergeevna

*Master's Degree in Psychology,
Senior Lecturer at the Department of General and Applied Psychology
Altai State University
Barnaul, Russia
e-mail: milina406@mail.ru*

Starchikova Margarita Valeryevna

*Candidate of Sociological Sciences, Master's Degree in Psychology, Associate
Professor of the Department of General and Applied Psychology
Altai State Medical University,
Barnaul, Russia
e-mail: margarita104@yandex.ru*

This article presents the results of studying the phenomenon of "independence" in older adolescence. The purpose of the study: to identify the psychological personal qualities of adolescents with high and low levels of independence development. Sample: 30 boys and 30 girls from 14 to 16 years old. Empirical data were collected by the psychodiagnostic methods "Questionnaire of autonomy" by O.A. Karabanova and N.N. Poskrebysheva, "Self-assessment test" by S.A. Budassi, "Individual typological questionnaire" by L.N. Sobchik. Mathematical and statistical analysis (Mann-Whitney U, Spearman r criterion) showed significant differences between subjects with high and low levels of independence development on the "anxiety" scale, significant interrelations of autonomy components (general autonomy, behavioral, emotional, value and cognitive autonomy) with adolescent self-esteem, with individual typological personality traits of adolescents. The obtained research results are relevant for the formation of individual educational routes of adolescents, in the work of a psychologist on the diagnosis, development and correction of personal self-determination of students in older adolescence.

Key words: psychological autonomy, psychological independence, teenager, self-esteem, individual characteristics.

Важной составляющей психологического сопровождения подростков является помощь им в осознании ими своей самостоятельности. Самостоятельность подростка выражается в независимости действий, как потребность самостоятельно мыслить, оценивать, действовать и осуществлять

рефлексию результатов и своего эмоционального состояния. Проблема самостоятельности в подростковом возрасте взаимосвязана с осознанием своей идентичности и автономии.

Становление самостоятельности подростков связано в первую очередь с формированием адаптационных механизмов личности. Исследователи психологии подростка (А.Г. Асмолов, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Д.И. Фельдштейн и др.) считают, что данный возраст является гибким и особенно восприимчивым для формирования самостоятельности, автономии, ценностно–смысловых образований.

Согласно мнению ряда авторов (К.А. Абульханова-Славская, Н.В. Казаринова, Б.Ф. Ломов, В.Н. Мясищев, Н.Н. Обозов, Л.Н. Ожигова, Б.Д. Парыгин, А.В. Петровский), понятие автономии связано с выделением себя из социума, со «вторым рождением» личности, личностной зрелостью, самоуправлением, возникновением чувства взрослости [1, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12].

В зарубежной психологии понятие самостоятельности анализируется с позиций автономии как ступени развития личности (Д. Винникотт, М. Малер, С. Силверберг, Л. Стейнберг, Г. Мюррей, Э. Эриксон), как сепарации от родителей (П. Блос, Дж. Боулби, А. Фрейд и другие), как самодетерминации (Э. Деси, Дж. Веллборн, Р. Райн, Э. Скиннер, М. Тернер, Д. Шапиро) [3, 6, 16, 17, 18, 19].

Э. Эриксон в теории психосоциального развития рассматривает автономию как важный этап в процессе формирования идентичности. По Э. Эриксону, в природе автономии изначально заложена сила воли, самоконтроля и способности делать личный выбор [17]. М. Селигман понимает автономию как важный аспект личностного роста и счастья, автономные индивиды чаще проявляют инициативу и находят смысл в своей жизни [2]. К. Двек показал, что автономная позиция прямо пропорционально коррелирует с мотивацией достижения успеха, индивиды с «установкой на личностное развитие» в большей степени прибегают к автономным действиям как к эффективной стратегии достижения успеха [5]. Ф. Райс пишет о необходимости преодоления

конформизма, о важности своевременного предоставления автономии детям и подросткам, большей свободы от влияния взрослых [17].

Автономность – ключевое условие формирования у подростков индивидуалистических черт характера и свободы самовыражения. Преодоление кризиса автономии в детстве и юности требуется для дальнейшего развития личности и социальной адаптации. Самостоятельность – это интегральное личностное качество, выражающееся в способности планировать и действовать по собственному замыслу, обладая навыком самоуправления, самоконтроля и саморегуляции эмоций, в соответствии со своими ценностями и убеждениями, независимо от мнения окружающих. Самостоятельность как продукт самосознания формируется параллельно с такими качествами, как произвольность, целеполагание, целеустремленность, ответственность, инициативность и другие.

Отечественные исследователи выделяли важную роль самостоятельности с позиции субъектности (К.А. Абульханова–Славская, А.Г. Асмолов, А.В. Брушлинский, Е.И. Исаев, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, В.А. Петровский, В.И. Слободчиков). Истинной личностью становится индивид, обладающий ответственностью за принятые решения перед самим собой и миром.

Можно выделить несколько направлений изучения самостоятельности: эмансипация, или взросление; ориентация на личные ценности и убеждения; как потребность; как индивидуальная особенность (стремление быть ответственным за решения и поступки [1, 7, 8, 12, 13, 15, 18].

В психологических исследованиях выделяют личностные детерминанты (волевой потенциал, эмоциональный интеллект, достаточный уровень осознанности, психологическая готовность к организации и управлению своей деятельностью, социальная зрелость, умение принимать решение и нести ответственность за собственный выбор) и средовые факторы (характер детско-родительских отношений и стиль воспитания в семье, педагогического

руководства, уровень доверия и моральная поддержка активности и инициативности обучающихся) автономии у подростков.

На наш взгляд, изучение показателей психологической самостоятельности (в терминологии зарубежной психологии личностной автономии) включает анализ уровня развития поведенческого, когнитивного, эмоционального и ценностного компонентов. Наиболее продуктивно процесс развития самостоятельности проходит в подростковом возрасте, когда индивид способен к самопознанию и самопониманию. Подростки стремятся быть независимыми от мира взрослых, иметь свою точку зрения по всем жизненным вопросам. Развитие самостоятельности как личностного качества подростков обусловлено, с одной стороны, ключевыми психическими новообразованиями, а с другой, особенностями взаимодействия со значимыми взрослыми.

Вслед за Л.С. Выготским и С.Л. Рубинштейном можно сказать, что возникновение самосознания связано с выделением ребенком своего «Я» из остального мира. Внешняя реализация обозначенного психологического конструкта возможна в процессе общения и предметной деятельности подростка как субъекта.

В подростковом возрасте происходит смена ведущего вида деятельности с учебной на интимно-личностное общение со сверстниками. Социальная ситуация развития в подростковом возрасте подвигает подростков к независимости, эмансипации и сепарации от мира взрослых. Будучи длительно зависимыми от мнений и волеизъявления родителей и педагогов, переходя черту подросткового этапа онтогенеза, они желают применить накопленные знания в самостоятельной деятельности и общении в кругу сверстников [7].

Психологическая автономия взаимосвязана с индивидуальными личностными характеристиками подростков, такими как активная позиция в построении собственной картины мира, в стремлении отстаивать собственное мнение в обществе, в самостоятельном приобретении новых знаний и их дальнейшей интеграции в личностный опыт.

Психолого-педагогические детерминанты развития самостоятельности определяются социальным окружением, с которым подростки взаимодействуют. Т.Н. Гущина [3] и О.А. Доронцова [5] описали подсистемы субъектов образовательных отношений, принимающих непосредственное участие в развитии самостоятельности подростков: «подросток – родители», «подросток – педагог», «подросток – подросток (сверстники)», «психолог – подросток», «психолог – родитель», «психолог – педагог (учитель, воспитатель, тренер)». Потенциал каждого из обозначенных информационных каналов взаимодействия важно учитывать при построении содержания и форм психолого-педагогического сопровождения в условиях образовательной организации.

В нашем исследовании использованы диагностические методики: «Опросник автономии» О.А. Карабановой и Н.Н. Поскребышевой, «Тест определения самооценки» С.А. Будасси, «Индивидуально-типологический опросник» Л.Н. Собчик. Выборку исследования составили 60 обучающихся в возрасте от 14 до 16 лет: 30 юношей и 30 девушек. Сбор данных проведен психологом О.И. Ткачёвой в гимназии г. Грозный.

Анализ полученных результатов исследования проходил в два этапа.

Целью первого этапа было охарактеризовать психологические особенности видов самостоятельности у подростков с разным уровнем самооценки. Анализ результатов эмпирических данных первого этапа определения особенностей самостоятельности у подростков с разным уровнем автономности и самооценки был представлен в нашей статье ранее [4].

В данной статье приведены результаты второго этапа исследования, где целью было составить психологические профили индивидуальных личностных особенностей подростков с разным уровнем автономности.

В исследовании второго этапа были использованы методики: «Опросник автономии» О.А. Карабановой и Н.Н. Поскребышевой, «Индивидуально-типологический опросник» Л.Н. Собчик. Математико-статистическая обработка

данных (критерий U Манна-Уитни, критерий г-Спирмена) проводилась при помощи компьютерной программы IBM SPSS Statistics Version 23.0.

Анализ личностных особенностей подростков проведен с помощью методики «Индивидуально-типологический опросник» (ИТО) Л.Н. Собчик. Мы соотнесли результаты опросника по всем шкалам методики с целью определения статистически достоверных отличий показателей личностных качеств испытуемых с помощью U-критерия Манна-Уитни. Результаты исследования приведены в таблице 1.

Наше предположение о том, что показатели личностных качеств «самостоятельных» подростков будут отличаться от показателей личностных качеств «зависимых» подростков, подтвердилось.

Таблица 1. Результаты исследования по методике «Индивидуально-типологический опросник» (ИТО) Л.Н. Собчик (n = 60) (сост. автором)

Шкала	«Самостоятельные» подростки		«Зависимые» подростки		U	P $\geq$
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение		
Экстраверсия	5,6	2,31	4,8	2,91	56	0,05
Интроверсия	4,6	1,95	5,9	2,42	41	0,05
Спонтанность	6,1	1,73	6,1	2,37	55	0,05
Сензитивность	5,3	1,38	6,1	2,09	39	0,05
Агрессивность	5,4	1,87	5,6	1,33	61,5	0,05
Тревожность	4,9	1,33	6,1	1,45	35	0,05
Ригидность	5,3	1,38	5,8	1,72	47	0,05
Лабильность	5,6	1,74	5,9	2,09	59	0,05

Согласно данным таблицы 1, у подростков двух групп одинаково проявляются спонтанность, агрессивность как акцентуации в межличностном взаимодействии со сверстниками и взрослыми. Среднее значение в целом по

выборке по этим шкалам составило: «Спонтанность» ($6,1 \pm 2,29$), «Агрессивность» ($5,5 \pm 1,62$).

В группе «самостоятельных» подростков выявлены акцентуированные черты личности по шкалам: «Спонтанность» ($6,1 \pm 1,73$), «Экстраверсия» ($5,6 \pm 2,31$), «Лабильность» ($5,6 \pm 1,74$), «Агрессивность» ($5,4 \pm 1,87$), «Сензитивность» ($5,3 \pm 1,38$), «Ригидность» ($5,3 \pm 1,38$). В пределах возрастной нормы находятся показатели по шкалам «Тревожность» ($4,9 \pm 1,33$) и «Интроверсия» ($4,6 \pm 1,95$). Графически личностный профиль «самостоятельных подростков» представлен на диаграмме (Рис. 1).

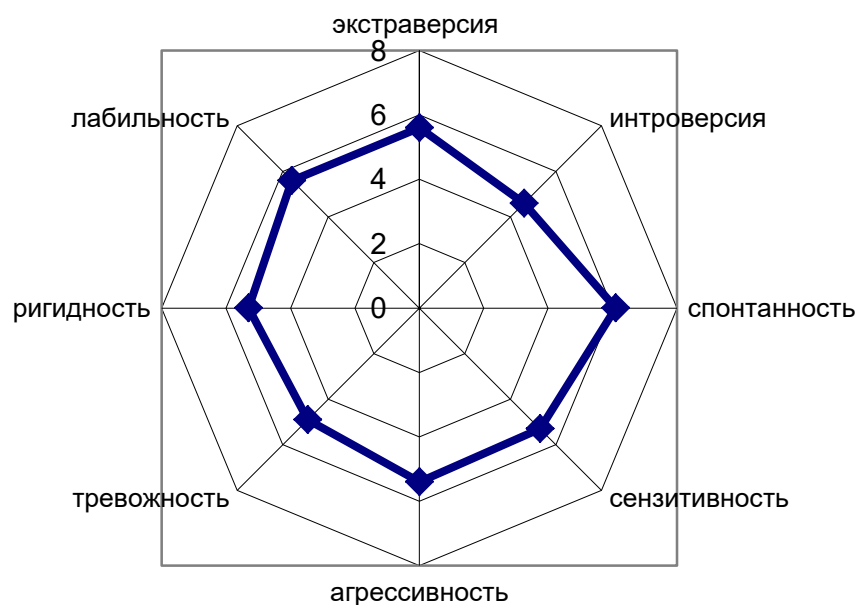


Рис. 1. Личностный профиль «самостоятельных» подростков (сост. автором)

В группе «зависимых» подростков выявлены акцентуированные черты личности по шкалам: «Спонтанность» ($6,1 \pm 2,37$), «Сензитивность» ($6,1 \pm 2,09$), «Тревожность» ($6,1 \pm 1,45$), «Интроверсия» ($5,9 \pm 2,42$), «Лабильность» ($5,9 \pm 2,09$), «Ригидность» ($5,8 \pm 1,72$), «Агрессивность» ($5,6 \pm 1,33$). В пределах возрастной нормы – показатели по шкале «Экстраверсия» ($4,8 \pm 2,91$).

Графически личностный профиль «зависимых подростков» представлен на диаграмме (Рис. 2).

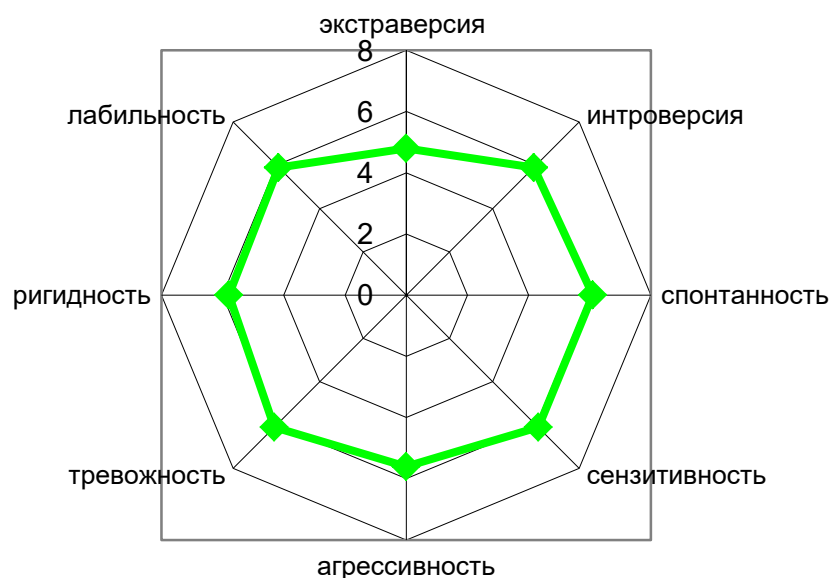


Рис. 2. Личностный профиль «зависимых» подростков (сост. автором)

При сравнительном анализе профилей испытуемых можно заметить их сходство.

Статистически достоверные различия испытуемых с высоким и низким уровнями развития самостоятельности установлены только по шкале «Тревожность» составили $U_{\text{эмп}} = 35$ ($U_{\text{кр}} = 36$) при $p \geq 0,05$. Показатели $U_{\text{эмп}}$ остальных шкал не достигли статистической значимости при $p \geq 0,05$. Высокий уровень тревожности затрудняет обучающимся проявления поведенческой, когнитивной, эмоциональной и ценностной автономии.

Для проверки гипотезы о наличии взаимосвязи показателей зависимой и независимой переменных был проведен корреляционный анализ с использованием критерия r -Спирмена. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2. Результаты исследования взаимосвязи самостоятельности и личностных особенностей подростков (сост. автором)

г- Спирмена	Самооценка	Экстраверсия	Спонтанность	Агрессивность	Ригидность	Лабильность	Тревожность	Сензитивность	Интроверсия
Поведенческая	,180	– ,237*	–,046	–,003	–,059	–,155*	–,159*	–,187*	–,060
Когнитивная	,196**	,123	–,154	–,053	–,069	,183*	–,088	–,032	–,203*
Эмоциональная	,139	,192*	,052	–,023	–,061	–,108	–,188*	–,178*	–,218
Ценностная	,067	–,042	–,141	–,017	– ,342*	,039	–,126	–,136	,303
Общая автономия	,155**	,043	– ,143*	–,062	–,111	,038	–,156*	–,152*	–,140*

* Корреляция значима на уровне 0,05

** Корреляция значима на уровне 0,01

Структура корреляционных связей представлена взаимосвязями на уровне тенденции. Взаимосвязи образованы параметрами самостоятельности (шкалы автономии) и индивидуально-типологическими личностными особенностями подростков. Зафиксировано 18 умеренных по силе взаимосвязей, из которых 5 положительных и 13 отрицательных. Так, установлены слабые, но значимые отрицательные коэффициенты корреляции между показателями:

«Поведенческая автономия» и шкалами «Экстраверсия» ($r = -0,237$ при $p \leq 0,05$), «Лабильность» ($r = -0,155$ при $p \leq 0,05$), «Тревожность» ($r = -0,159$ при $p \leq 0,05$) и «Сензитивность» ($r = -0,187$ при $p \leq 0,05$);

«Когнитивная автономия» и шкалой «Интроверсия» ($r = -0,203$ при $p \leq 0,05$);

«Эмоциональная автономия» и шкалами «Тревожность» ($r = -0,188$ при $p \leq 0,05$), «Сензитивность» ($r = -0,178$ при $p \leq 0,05$), и «Интроверсия» ($r = -0,218$ при $p \leq 0,05$);

«Ценностная автономия» и шкалой «Ригидность» ($r = -0,342$ при $p \leq 0,05$);

«Общая автономия» и шкалами «Спонтанность» ($r = -0,143$ при $p \leq 0,05$), «Тревожность» ($r = -0,156$ при $p \leq 0,05$), «Сензитивность» ($r = -0,152$ при $p \leq 0,05$), «Интроверсия» ($r = -0,140$ при $p \leq 0,05$).

Также установлены слабые, но значимые положительные между показателями:

«Когнитивная автономия» и шкалами «Самооценка» ($r = 0,196$ при $p \leq 0,01$), «Лабильность» ($r = 0,188$ при $p \leq 0,05$);

«Эмоциональная автономия» и шкалой «Экстраверсия» ($r = 0,192$ при $p \leq 0,05$);

«Ценностная автономия» и шкалой «Интроверсия» ($r = 0,303$ при $p \leq 0,05$);

«Общая автономия» и шкалой «Самооценка» ($r = 0,155$ при $p \leq 0,01$).

На основе выявленных корреляционных связей между зависимой и независимой переменными сделан вывод, что акцентуированная экстраверсия способна усложнять процесс развития поведенческой автономии подростков. Можно объяснить это некоторым расхождением между стремлением к свободе выбора собственной модели поведения у подростков и исключительной направленностью на нормы поведения, привычки референтной группы.

Подростковая неустойчивость, выражающаяся в быстрой смене и неадекватности реакций, мешает обретению независимости в принятии самостоятельных решений без внешнего руководства. Способность к независимому мышлению без ожидания подтверждения большинством сложнее достигается у испытуемых с направленностью на внутренний мир.

Чем выше уровень тревожности подростков, тем ниже уровень поведенческой автономии и наоборот. Робкие и застенчивые обучающиеся, восприимчивые к происходящим изменениям в жизни, выдвигают повышенные требования к себе. Им сложно проявлять свою активность и отстаивать свои права. Чем больше тревоги, страхов, чувствительности, неуверенности в себе, дискомфорта испытывает подросток в общении с окружающими людьми, тем более низкий уровень эмоциональной автономии он демонстрирует.

Таким образом, выявлена взаимосвязь автономии и тревожности в старшем подростковом возрасте: у подростков с высоким уровнем личностной

автономии благоприятно складываются отношения со сверстниками, они менее тревожны, проявляют уверенность в межличностном взаимодействии.

Для самоутверждения необходимы способность к эмоциональной близости, социально-коммуникативная компетентность, ориентация на сотрудничество, базовое доверие к миру, высокая самооценка. А когда подростки не умеют приспосабливаться к нормам в группе и гибко реагировать на изменения социального окружения, их ценности и установки не принимаются сверстниками. Возникает «стена непонимания»: они конфликтуют с окружением, не усваивают нормы и ценности группы и учебного коллектива.

Таким образом, чтобы самостоятельно принимать решения, жить независимо, обладать таким качеством, как автономность, необходимо контролировать собственную импульсивность и инфантильность, уважая личностные границы других людей, управлять своими эмоциями и проявлять их «здесь и сейчас».

Такая личностная черта, как интроверсия, переводит фокус внимания от событий в мире внутрь себя и затрудняет процесс обретения самостоятельности мышления, действий, эмоций и ценностей. Оптимальной в большей мере будет экстравертная ориентация, или амбиверсия. Чем выше уровень экстраверсии обучающихся, тем легче им проявлять эмоции и чувства, эмоционально-волевую регуляцию своего поведения и деятельности. Потребность иметь и отстаивать свои взгляды на жизнь и ценности выражена у индивидов с внутренней ориентацией (интравертов). Вера в собственные силы и адекватное реагирование на внешнюю критику способствуют успешной личностной автономии и самоутверждению подростков среди сверстников и самореализации.

Когнитивной автономии способствуют адекватная самооценка, быстрая реакция, гибкость и хорошая ориентация в событиях, происходящих в ближайшем социальном окружении и в мире. Чем выше уровень экстраверсии

обучающихся, тем легче им проявлять эмоции и чувства, эмоционально-волевую регуляцию своего поведения и деятельности. Потребность иметь и отстаивать свои взгляды на жизнь и ценности выражена у индивидов с внутренней ориентацией (интравертов). Вера в собственные силы и адекватное реагирование на внешнюю критику способствуют успешной личностной автономии и самоутверждению подростков среди сверстников и самореализации. Таким образом, самостоятельный подросток устойчив к внешнему влиянию, обладает самокритичностью и чувством личной ответственности за свою деятельность и поведение.

Приобретенный подростками позитивный опыт свободного и ответственного поведения в условиях психолого-педагогического сопровождения личностного развития обеспечивает достаточно высокий уровень психологической готовности обучающихся к саморегулируемому и самостоятельному поведению в многообразных ситуациях личной и социальной жизни. Критериями результативности системы такой работы являются: оптимизация показателей психического здоровья обучающихся, снижение тревожности и нормализация самооценки (положительные изменения в адаптации) в переходные периоды; правильный выбор образовательных маршрутов; повышение авторитета образовательного учреждения.

Проблема подбора недирективных психолого-педагогических средств воздействия на личность в настоящее время остается актуальной. Знание и учет психологических особенностей самостоятельности в старшем подростковом возрасте позволит в рамках психологическом сопровождении учебной и внеурочной деятельности целенаправленно руководить процессом развития всех детерминант личностной автономии.

Список литературы:

1. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека. Москва:Смысл, 2007.
2. Гутова Т.С., Попова Ю.И., Марухно В.М. Основные методологические подходы к изучению образа я в отечественной и зарубежной психологии // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2020. №11. С. 40–43. 10.37882/2500-3682.2020.11.06
3. Гущина Т.Н. Развитие социальной компетентности личности в процессе социально-педагогического сопровождения = Development of Social Competence of the Individual in the Process of Social and Pedagogical Support // Инновации в образовании. 2020. № 3. С. 96–106. 10.37882/2500-3682.2020.11.06
4. Волкова Т.Г., Милина А.С. Самостоятельность подростков с разным уровнем психологической автономии // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. 2025. № 1. С. 16–31.
5. Доронцова О.А. Психолого–педагогические детерминанты развития автономии подростков в образовательном процессе: диссертация канд. психол. наук. Саратов, 2019. 258 с.
6. 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. 10.32744/pse.2023.3.30
7. Ларина Г. Н. Роль семьи в формировании свободы личности подростков // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2025. №1 (73). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-semi-v-formirovanii-svobody-lichnosti-podrostkov>
8. 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>
9. Михайлова Н.Н., Юсфин С.М., Касицина Н.В. Педагогика поддержки: третье пространство образования: в 2 кн. Книга 1. Приближения к теме. Четыре тактики / под ред. А.С. Русакова. Санкт-Петербург: Образовательные проекты, 2023. 208 с. URL: <https://asmolovpsy.ru/wp-content/uploads/2023/03/pedagogika-podderzhki.pdf>
10. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения целей и разрешения проблем жизнедеятельности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2021. Т. 44, № 1. С. 4–37. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osoznannaya-samoregulyatsiya-kak-metaresurs-dostizheniya-tseley-i-razresheniya-problem-zhiznedeyatelnosti>

11. Моросанова В.И., Фомина Т.Г., Филиппова Е.В. Осознанная саморегуляция, школьная вовлеченность, качество преподавания как ресурсы субъективного благополучия и успеваемости обучающихся // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2025. Т. 48, №1. С. 55–77. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osoznannaya-samoregulyatsiya-shkolnaya-vovlechnost-kachestvo-prepodavaniya-kak-resursy-subektivnogo-blagopoluchiya-i-uspevaemosti>
12. Нартова–Бочавер С.К. Психология суверенности: десять лет спустя. Москва : Смысл, 2017. 199 с.
13. Прыгин Г.С. Психология самостоятельности: Монография. Ижевск, Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2009. 408 с.
14. Психология самосознания : учебное пособие для вузов. 2 изд / сост. Т. Г. Волкова. Барнаул : Изд-во АлтГУ, 2014. 342 с.
15. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. 12-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2010. 816 с.
16. Слабая Д.Н. Динамика идентичности личности, на примере социализации подростков // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 9А. С. 202–207.
17. Estévez I., Rodríguez-Llorente C., Piñeiro I., González-Suárez R., Valle A. School engagement, academic achievement, and self-regulated learning // Sustainability. 2021. Vol. 13. № 6. P. 3011.10.3390/su13063011
18. Guay F. Applying self-determination theory to education: Regulations types, psychological needs, and autonomy supporting behaviors // Canadian Journal of School Psychology. 2022. Vol. 37(1).P. 75–92. URL: <https://doi.org/10.1177/08295735211055355>
19. Rodríguez S., González-Suárez R., Vieites T., Piñeiro I., Díaz-Freire F.M. Self-regulation and student well-being: A systematic review 2010–2020 // Sustainability. 2022. Vol. 14. № 4. P. 2346. 10.3390/su14042346

References:

1. Asmolov A.G. Psihologija lichnosti. Kul'turno-istoricheskoe ponimanie razvitiya cheloveka. Moskva : Smysl, 2007.
2. Gutova T.S., Popova Ju.I., Maruhno V.M. Osnovnye metodologicheskie podhody k izucheniju obraza ja v otechestvennoj i zarubezhnoj psihologii. Sovremennaja nauka: aktual'nye problemy teorii i praktiki. Serija: Poznanie. 2020. No 11. P. 40–43. 10.37882/2500-3682.2020.11.06
3. Gushhina T.N. Razvitie social'noj kompetentnosti lichnosti v processe social'no-pedagogicheskogo soprovozhdenija = Development of Social Competence of the Individual in the Process of Social and Pedagogical Support. Innovacii v obrazovanii. 2020. No 3. P. 96–106. 10.37882/2500-3682.2020.11.06

4. Volkova T.G., Milina A.S. Samostojatel'nost' podrostkov s raznym urovnem psihologicheskoy avtonomii. Vestnik psihologii i pedagogiki Altajskogo gosudarstvennogo universiteta. 2025. No 1. P. 16–31.
5. Doroncova O.A. Psihologo–pedagogicheskie determinanty razvitija avtonomii podrostkov v obrazovatel'nom processe: dissertacija kand. psihol. Nauk. Saratov, 2019. 258 p.
6. Drozdikova-Zaripova A.R., Latypov N.R., Sokolova N.L., Husainova R.R. Pozitivnaja Ja-koncepcija podrostkov, vospityvajushhihsja v priemnyh sem'jah: uslovija formirovanija. Perspektivy nauki i obrazovanija. 2023. No 3 (63). P. 506–520. 10.32744/pse.2023.3.30
7. Larina G.N. Rol' sem'i v formirovanii svobody lichnosti podrostkov. Uchenye zapiski. Jelektronnyj nauchnyj zhurnal Kurskogo gosudarstvennogo universiteta. 2025. No 1(73). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-semi-v-formirovanii-svobody-lichnosti-podrostkov>
8. 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-vozrastnoj-psihologii>
9. Mihajlova N.N., Jusfin S.M., Kasicina N.V. Pedagogika podderzhki: tret'e prostranstvo obrazovanija: v 2 kn. Kniga 1. Priblizhenija k teme. Chetyre taktiki. Pod red. A.S. Rusakova. Sankt-Peterburg : Obrazovatel'nye proekty, 2023. 208 p. URL: <https://asmolovpsy.ru/wp-content/uploads/2023/03/pedagogika-podderzhki.pdf>
10. Morosanova V.I. Osoznannaja samoreguljacija kak metaresurs dostizhenija celej i razreshenija problem zhiznedejatel'nosti. Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 14. Psihologija. 2021. Vol. 44, No 1. P. 4–37. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osoznannaya-samoregulyatsiya-kak-metaresurs-dostizheniya-tseley-i-razresheniya-problem-zhiznedejatel'nosti>
11. Morosanova V.I., Fomina T.G., Filippova E.V. Osoznannaja samoreguljacija, shkol'naja vovlechnost', kachestvo prepodavanija kak resursy sub#ektivnogo blagopoluchija i uspevaemosti obuchajushhihsja. Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 14. Psihologija. 2025. Vol. 48, No 1. P. 55–77. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osoznannaya-samoregulyatsiya-shkolnaya-vovlechnost-kachestvo-prepodavaniya-kak-resursy-subektivnogo-blagopoluchiya-i-uspevaemosti>
12. Nartova–Bochaver S.K. Psihologija suverennosti: desjat' let spustja. Moskva : Smysl, 2017. 199 p.
13. Prygin G.S. Psihologija samostojatel'nosti: Monografija. Izhevsk, Naberezhnye Chelny : Izd-vo Instituta upravlenija, 2009. 408 p.
14. Psihologija samosoznaniya : uchebnoe posobie dlja vuzov. 2 izd. Sost. T. G. Volkova. Barnaul : Izd-vo AltGU, 2014. 342 p.
15. Rajs F., Doldzhin K. Psihologija podrostkovogo i junosheskogo vozrasta. 12-e izd. Sankt-Peterburg : Piter, 2010. 816 p.

16. Slabkaja D.N. Dinamika identichnosti lichnosti, na primere socializacii podrostkov. Psihologija. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovanija. 2024. Vol. 13. No 9A. P. 202–207.

17. Estévez I., Rodríguez-Llorente C., Piñeiro I., González-Suárez R., Valle A. School engagement, academic achievement, and self-regulated learning. Sustainability. 2021. Vol. 13. No 6. P. 3011.10.3390/su13063011

18. Guay F. Applying self-determination theory to education: Regulations types, psychological needs, and autonomy supporting behaviors. Canadian Journal of School Psychology. 2022. Vol. 37(1). P. 75–92. URL: <https://doi.org/10.1177/08295735211055355>

19. Rodríguez S., González-Suárez R., Vieites T., Piñeiro I., Díaz-Freire F.M. Self-regulation and student well-being: A systematic review 2010–2020. Sustainability. 2022. Vol. 14. № 4. P. 2346. 10.3390/su14042346