



УДК 159.9.07:316

## СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОСОБНОСТЕЙ САМОУПРАВЛЕНИЯ И САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ АВТОНОМИИ



М. Ю. Бурыкина, О. А. Доронцова

Бурыкина Марина Юрьевна – доктор психологических наук, профессор, кафедра педагогики и психологии детства, Брянский государственный университет имени академика И. Г. Петровского, Россия  
E-mail: mabur03@yandex.ru

Доронцова Ольга Александровна – аспирант, Брянский государственный университет имени академика И. Г. Петровского, Россия  
E-mail: olimpiada1502@yandex.ru

Представлены результаты исследования сформированности способности самоуправления и саморегуляции поведения у подростков с различным уровнем автономии ( $N = 117$ ; 13–15 лет), выполненного с применением психодиагностического инструментария: «Опросник автономности-зависимости» (Г. С. Прыгина), методика «Стилевая саморегуляция поведения человека» (В. И. Моросановой) и «Способность самоуправления» (Н. М. Пейсахова). Цель исследования – выявление различий в способности самоуправления и саморегуляции поведения подростков, отличающихся разным уровнем автономии. Предположительно, автономия подростков детерминирована способностями самоуправления и саморегуляции поведения, выступающих психологическими составляющими, что позволяет осуществлять ее формирование посредством данных характеристик. Установлено, что подростки, обладающие более высоким уровнем автономии, имеют более высокий уровень развития способностей анализа ситуации, прогнозирования, целеполагания, планирования, моделирования, программирования, продумывания критериев для оценки качества намеченного плана, принятия решений, самоконтроля, коррекции и гибкости, и как следствие обладают более совершенными способностями самоуправления и регуляции своего поведения, по сравнению с подростками с более низким уровнем автономии. Полученные данные позволяют рассматривать способности самоуправления и саморегуляции поведения в качестве детерминант формирования автономии подростков.

**Ключевые слова:** автономия, подростки, способность самоуправления, саморегуляция поведения, сравнение.

DOI: 10.18500/2304-9790-2017-6-3-239-243

### К постановке проблемы

Подростковый возраст оценивается как чрезвычайно важный в становлении личности. Происходящие в этом возрасте изменения самосознания, самооценки, самоутверждения, волевых качеств и способностей, позволяющих самостоятельно выбирать направления жизненного пути, нести ответственность за свой выбор, обеспечение возможностей для самоуправления и саморегуляции, создают благоприятную основу для формирования автономии.

В настоящее время проблема автономии личности вызывает большой интерес у психологов и педагогов. Сегодня необходимо учитывать произошедшие преобразования во всех сферах жизнедеятельности общества, которые привели к изменениям требований к личности. Интенсивность социально-исторических процессов побуждает человека самостоятельно ставить цели и принимать решения, управлять собой и своей жизнью, регулировать свое поведение, деятельность, эмоции, т.е. обладать автономией.

Д. Шапиро утверждает, что автономия человека – это признак его здорового состояния, ее ослабление является источником психопатологии. Автор рассматривает проблему автономии с точки зрения психиатрии, отождествляя понятия автономии и самоуправления, и отмечает, что автономии «присуще собственное развитие, в процессе которого она сама может стать источником и причиной конфликта и подвергнуться определенным искажениям в своем развитии» [1, с. 32]. В подростковом возрасте становлению автономии способствует стремление подростков иметь собственные взгляды, идти своим путем и отвечать за себя, требуя признания собственного авторитета со стороны взрослых. Таким образом, формирование автономии подростков можно рассматривать как личностную и общегосударственную задачу.

Д. А. Леонтьев определяет автономию как ориентацию на собственный закон развития [2, с. 33]. Автономная личность характеризуется способностью осуществлять свободный выбор, она не только руководствуется своими жизненными ценностями, но способна творчески преодолевать трудности, создавать и перестраивать свой мир, вносить в него новые значения [3]. Согласно Д. А. Леонтьеву и Е. Р. Калитеевской, формирование автономии происходит благодаря ценностному наполнению и развитию духовности, свободы, ответственности, где ответственность понимается как высшая форма саморегуляции, заключающаяся в осознании и применении себя как причины изменений в себе и во внешнем мире [3, 4]. По мнению Д. А. Леонтьева, сущность подросткового кризиса заключается в конфликте между стремлением к автономии и недостаточным развитием психологических механизмов автономной регуляции поведения. Во время подросткового кризиса может родиться зрелая, автономная, самодетерминируемая личность, однако это происходит не со всеми [2].



Г. С. Прыгин считает автономность синонимом эффективной самостоятельности. В своих работах автор описывает комплекс качеств, названный им «эффективной самостоятельностью» в выполнении деятельности, это – склонность к самостоятельной работе без внешнего контроля, настойчивость в достижении поставленных целей, адекватная самооценка, уверенность в себе и результатах своего труда, ответственность, склонность к систематическому планированию своей деятельности, умение заставить себя сосредоточиться на выполнении задания в случае необходимости, легкость переключения с одной работы на другую, внутренняя потребность всегда доводить доверенную работу до конца; развитый самоконтроль и рефлексия, развитая способность к антиципации; умение применять как внешнюю, так и внутреннюю информацию для достижения поставленной цели, способность критически оценивать свой успех или неудачу в деятельности и правильно анализировать их причины [5].

Анализ литературы по проблеме автономии позволяет рассматривать ее как интегративную характеристику личности, проявляющуюся в самостоятельном планировании и реализации задуманного, в способности согласовывать свою активность с требованиями действительности для достижения поставленных целей, характеризующую ответственностью за свои решения.

Изучение компонентов автономии важно в теории и практике, что подчеркивает Д. А. Леонтьев, отмечая, что это изучение в настоящее время – одно из приоритетных направлений научных исследований [6].

В статье ставится задача показать, что автономия подростков детерминирована способностями самоуправления и саморегуляции поведения, являющихся её психологическими составляющими, что позволяет осуществлять формирование автономии посредством данных характеристик.

### **Выборка, методики и методы исследования**

В исследовании приняли участие школьники-подростки 13–15 лет средней общеобразовательной школы № 53 г. Брянска, 117 человек. 13-летние подростки составили 53% (62 человека), 14-летние – 43,6% (51 человек), 15-летние – 3,4% (4 человека) общей выборки.

*Цель исследования* – изучение и сравнительная характеристика способностей самоуправления и саморегуляции поведения подростков с разными уровнями автономии. *Гипотеза исследования:* подростки, имеющие более высокий уровень автономии, обладают более высокими способностями самоуправления и саморегуляции поведения.

В качестве диагностической методики для исследования уровня автономии использовался специальный тестовый «Опросник автономно-

сти–зависимости» Г. С. Прыгина для подростков (12–15 лет) [5]: он применялся для распределения на группы по уровню автономности, были выделены три группы – автономных, смешанных и зависимых. Чтобы определить уровень сформированности индивидуальной саморегуляции поведения, была использована методика «Стилевая саморегуляция поведения человека» (ССПЧ) В. И. Моросановой и Е. М. Коноз [7]. Результаты её применения позволяют определить не только общий уровень сформированности осознанной саморегуляции, но и степень выраженности ее компонентов – планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, гибкости, самостоятельности. Способность самоуправления проверялась с помощью методики «Способность самоуправления» (СС), разработанной под руководством Н. М. Пейсахова [8].

Самоуправление нужно отличать от саморегуляции: первое – процесс творческий, связанный с созданием нового, встречей с необычной ситуацией или противоречием, необходимостью постановки новых целей, поиском новых решений и средств достижения целей; вторая – изменения, совершаемые в рамках имеющихся правил, норм, стереотипов. Функция саморегуляции – закрепить то, что приобретено в процессе самоуправления [8]. Самоуправление – целенаправленное изменение, когда человек ставит себе цель и сам управляет своими формами активности: общением, поведением, деятельностью и переживаниями. Цикл самоуправления включает этапы: 1) анализа противоречий, или ориентировки в ситуации, 2) прогнозирования, 3) целеполагания, 4) планирования, 5) критериев оценки качества намеченного плана, 6) принятия решения, 7) самоконтроля, 8) коррекции.

### **Результаты и их обсуждение**

При диагностике подростков с помощью методики «Опросник автономности–зависимости» получены следующие результаты: 29% испытуемых (34 человека из 117) обладают низким уровнем автономии, в дальнейшем, мы будем называть их «зависимыми». Большинство, 47,2% исследуемых подростков (56 человек из 117) обладают средним уровнем автономии, назовем их «смешанными», и оставшиеся 24,8% подростков (29 человек из 117) обладают высоким уровнем автономии – «автономные».

Для выявления различий показателей по методикам СС и СПЧ в выделенных группах подростков было проведено статистическое сравнение с помощью *U*-критерия Манна–Уитни (выделены значения, превышающие уровень значимости  $p < 0,05$ ) (таблица).

Средние значения всех показателей автономных подростков выше, чем смешанных, а у них,



**Сравнительный анализ показателей способностей самоуправления и саморегуляции поведения подростков, обладающих различным уровнем автономии**

**Comparative analysis of indicators of self-management and self-regulation of behavior adolescents with different levels of autonomy**

Показатели	Автономные	Смешанные	Зависимые	Сравнение автономных и смешанных		Сравнение смешанных и зависимых		Сравнение автономных и зависимых	
				<i>U</i>	<i>p</i>	<i>U</i>	<i>p</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Планирование	5,69	5,32	4,88	1934,0	,401	2113,5	,216	1830,5	<b>,014</b>
Моделирование	5,76	5,2	4,29	1579,0	<b>,045</b>	1762,0	<b>,009</b>	1385,5	<b>,000</b>
Программирование	6,22	5,66	4,66	1811,5	,154	1587,5	<b>,000</b>	1176,0	<b>,000</b>
Оценка результатов	5,45	5,02	4,4	1778,0	,113	1874,5	<b>,024</b>	1598,5	<b>,000</b>
Гибкость	6,68	6	5,59	1604,5	<b>,016</b>	2075,5	,158	1534,0	<b>,000</b>
Самостоятельность	4,51	5,07	4,95	1876,0	,267	2385,0	,933	2138,5	,257
Саморегуляция поведения	29,8	27,6	24,9	1531,5	<b>,008</b>	1711,0	<b>,003</b>	1118,0	<b>,000</b>
Анализ противоречий	4,02	3,72	2,84	1805,0	<b>,142</b>	1587,0	<b>,000</b>	1239,0	<b>,000</b>
Прогнозирование	4,09	3,62	3,16	1660,0	<b>,031</b>	2015,5	<b>,093</b>	1520,0	<b>,000</b>
Целеполагание	4,03	3,37	3,05	1520,0	<b>,004</b>	2028,5	<b>,097</b>	1217,5	<b>,000</b>
Планирование	3,05	2,84	2,04	1828,0	<b>,159</b>	1678,5	<b>,001</b>	1406,5	<b>,000</b>
Критерии оценки	3,43	3,08	2,47	1849,5	<b>,205</b>	1730,0	<b>,003</b>	1425,0	<b>,000</b>
Принятие решения	4,22	3,31	2,69	1471,0	<b>,002</b>	1799,0	<b>,009</b>	861,0	<b>,000</b>
Самоконтроль	3,88	3,42	2,85	1670,0	<b>,033</b>	1832,5	<b>,013</b>	1393,0	<b>,000</b>
Коррекция	3,74	3,02	2,81	1365,0	<b>,000</b>	2183,5	<b>,321</b>	1296,0	<b>,000</b>
Способность самоуправления	30,4	26,3	22,1	1329,0	<b>,000</b>	1375,5	<b>,000</b>	615,0	<b>,000</b>

Примечание. Полужирным шрифтом выделены значимые отличия.

в свою очередь, выше, чем у зависимых. Исключение составляет лишь показатель самостоятельности, однако необходимо проследить значимость различий данных показателей.

При сравнении автономных и смешанных подростков по методике ССПЧ значимые различия выявлены в показателях моделирования, гибкости и общей саморегуляции поведения. Можно отметить, что у автономных подростков более развиты индивидуальные представления о внешних и внутренних значимых условиях, об их детализированности и адекватности, по сравнению со смешанными подростками. Такие подростки в большей степени способны перестраиваться, вносить коррективы в систему саморегуляции при изменении внешних и внутренних условий, у них более развита степень осознанной саморегуляции поведения. По методике СС значимые различия у автономных и смешанных подростков обнаружены в показателях: прогнозирования, целеполагания, принятия решения, самоконтроля, коррекции, способности самоуправления, т.е. у автономных подростков более развита способность прогнозировать ситуацию и поэтому ставить значимые цели. Такие подростки решительны, уверены в себе и своих действиях; в

большей степени обладают способностью контролировать свое поведение, деятельность и в случае если что-то идет не так, как задумано, способны внести изменения в реальные действия, поведение, общение, в результате у них более развита способность управлять собой, по сравнению со смешанными и с зависимыми группами.

Сравнение смешанных и зависимых подростков по методике СС выявляет различия в показателях моделирования, программирования, оценки результатов и саморегуляции поведения. У подростков первой группы более развито умение определять внешние и внутренние значимые условия, степень их осознанности и конкретности; они в большей степени способны продумывать различные варианты своих действий и поведения для достижения намеченных целей, по сравнению с зависимыми подростками. Кроме того, этих подростков характеризует развитая и адекватная оценка результатов своей деятельности, поведения, а также более сформированная способность саморегуляции поведения, по сравнению с зависимыми. По методике ССПЧ у подростков этих групп обнаружены различия в показателях анализа противоречий, планирования, критериев оценки качества, принятия решения, самокон-



троля и общей способности самоуправления, т.е. подростки первой группы, по сравнению с зависимыми, лучше ориентируются в происходящей ситуации, более способны обдумывать средства для достижения целей и последовательность их применения. Такие подростки в большей степени осознают критерии для оценивания качества результата, они решительнее, более способны контролировать себя и в целом обладают наиболее развитой системой самоуправления, по сравнению с зависимыми подростками.

При сравнении автономных и зависимых подростков выявлены значимые различия во всех шкалах обеих методик, за исключением показателя самостоятельности. Это позволяет сделать вывод о большей сформированности каждого показателя и общего уровня способностей самоуправления и саморегуляции поведения у автономных подростков, по сравнению с зависимыми.

Показатель самостоятельности во всех группах подростков не имеет статистически значимых различий. Это подтверждает результаты исследования Г. С. Прыгина и И. М. Захаровой, в которых отмечается, что самостоятельность в методике ССПЧ не имеет ничего общего с понятием автономии [5].

## Заключение

Результаты статистического анализа подростков, имеющих различный уровень автономии, раскрывает тенденцию уменьшения значений показателей способностей самоуправления и саморегуляции поведения от автономных к зависимым.

Таким образом, выявленные в результате проведенного эмпирического исследования отличия подростков с различным уровнем автономии свидетельствуют о том, что подростки, обладающие более высоким уровнем автономии, имеют более высокий уровень развития способностей анализа ситуации, прогнозирования, целеполагания, продумывания критериев оценки качества

намеченного плана, планирования, моделирования, программирования, принятия решения, самоконтроля, оценки результатов, коррекции и гибкости. Соответственно, обладают более совершенными способностями самоуправления и регуляции поведения, по сравнению с подростками с более низким уровнем автономии. Переход подростков на более высокий уровень сформированности самоуправления и саморегуляции поведения порождает более высокий уровень автономии, что позволяет выделить способности самоуправления и саморегуляции поведения в качестве детерминант формирования автономии. Полученные данные важно учитывать при разработке и организации работы психологической службы по формированию автономии подростков.

## Библиографический список

1. Шаниро Д. Автономия и ригидная личность. М., 2009. 160 с.
2. Леонтьев Д. А. От симбиоза и адаптации к автономии и трансценденции // Личность в современном мире : от стратегии выживания к стратегии жизнетворчества / под ред. Е. И. Яцуты. Кемерово, 2002. С. 3–34.
3. Леонтьев Д. А. Психология смысла : природа, строение и динамика смысловой реальности. М., 2007. 511 с.
4. Калитеевская Е. Р., Леонтьев Д. А. Пути становления самодетерминации личности в подростковом возрасте // Вопр. психологии. 2006. № 3. С. 49–55.
5. Прыгин Г. С. Психология самостоятельности. Набережные Челны, 2009. 408 с.
6. Леонтьев Д. А. Личностный потенциал как объект изучения // Личностный потенциал : структура и диагностика / под ред. Д. А. Леонтьева. М., 2011. С. 6–12.
7. Моросанова В. И., Коноз Е. М. Стиливая саморегуляция поведения человека // Вопр. психологии. 2000. № 2. С. 118–127.
8. Основы психологии : практикум / ред.-сост. Л. Д. Столяренко. 7-е изд. Ростов н/Д, 2006. 704 с.

## Образец для цитирования:

Бурькина М. Ю., Доронцова О. А. Сравнительная характеристика способностей самоуправления и саморегуляции поведения подростков с различным уровнем автономии // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2017. Т. 6, вып. 3 (23). С. 239–243. DOI: 10.18500/2304-9790-2017-6-3-239-243.

## Comparative Analysis of Behavior Self-Management and Self-Regulation in Adolescents with Different Levels of Autonomy

Marina Yu. Burykina

Bryansk State University  
14, Bezhitskaya str., Bryansk, 241036, Russia  
E-mail: mabur03@yandex.ru

## Olga A. Dorontsova

Bryansk State University  
14, Bezhitskaya str., Bryansk, 241036, Russia  
E-mail: olimpiada1502@yandex.ru

The article presents the results of a study in the formation of the ability to self-manage and self-regulate behavior in adolescents with different levels of autonomy ( $N = 117$ , aged 13–15), performed with



the use of the following psychodiagnostic instruments: Autonomy-Dependence Questionnaire (G. S. Prygin), Style Self-Regulation of Human Behavior (V. I. Morosanova), and Self-Management Ability (N. M. Peisakhov). The purpose of the study presented in this article is to identify differences in the ability of behavior self-management and self-regulation of adolescents with different levels of autonomy. It is presumed that the autonomy of adolescents is determined by the abilities of self-management and self-regulation of behavior that act as psychological components, which allows it to be formed through these characteristics. It was established that adolescents with a higher level of autonomy have a higher level of development of the abilities of situation analysis, predicting, goal-setting, planning, modeling, programming, thinking of criteria for quality assessment, decision-making, self-control, correction, and flexibility; and as a result, they have better abilities of self-management and regulation of their behavior as compared to adolescents with a lower level of autonomy. The obtained data helps to consider the ability of self-management and self-regulation of behavior as determinants of the formation of adolescent autonomy.

**Key words:** autonomy, adolescents, self-management, self-regulation of behavior, comparison.

## References

1. Shapiro D. *Avtonomiya i rigidnaya lichnost'* (Autonomy and rigid personality). Moscow, 2009. 160 p. (in Russian).
2. Leont'ev D. A. Ot simbioza i adaptatsii k avtonomii i transtsendentsii (From symbiosis and adaptation to autonomy and transcendence). In: *Lichnost' v sovremennom mire: ot strategii vyzhivaniya k strategii zhiznetvorchestva* (Personality in modern world: from survival strategy to strategy of creativity). Ed. by E. I. Yatsuta. Kemerovo, 2002, pp. 3–34 (in Russian).
3. Leont'ev D. A. *Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi real'nosti* (Psychology of sense: nature, structure and dynamics of semantic reality). Moscow, 2007. 511 p. (in Russian).
4. Kaliteevskaya E. R., Leont'ev D. A. Puti stanovleniya samodeterminatsii lichnosti v podrostkovom vozraste (Ways of formation of personality's self-determination in adolescence). *Voprosy Psikhologii* (Voprosy Psikhologii), 2006, no. 3, pp. 49–55 (in Russian).
5. Prygin G. S. *Psikhologiya samostoyatel'nosti* (Psychology of self-sufficiency). Naberezhnye Chelny, 2009. 408 p. (in Russian).
6. Leont'ev D. A. Lichnostnyy potentsial kak ob'ekt izucheniya (Personal potential as a learning object). In: *Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika* (Personal potential: Structure and diagnostics). Ed. by D. A. Leont'ev. Moscow, 2011, pp. 6–12 (in Russian).
7. Morosanova V. I., Konoz Ye. M. Stilevaya samoregulyatsiya povedeniya cheloveka (Style self-regulation of human behavior). *Voprosy Psikhologii* (Voprosy Psikhologii), 2000, no. 2, pp. 118–127 (in Russian).
8. *Osnovy Psikhologii: praktikum* (Fundamentals of psychology: workshop). Ed. by L. D. Stolyarenko. 7d ed. Rostov-on-Don, 2006. 704 p. (in Russian).

## Cite this article as:

Burykina M. Yu., Dorontsova O. A. Comparative Analysis of Behavior Self-Management and Self-Regulation in Adolescents with Different Levels of Autonomy. *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2017, vol. 6, iss. 3 (23), pp. 239–243 (in Russian). DOI: 10.18500/2304-9790-2017-6-3-239-243.