

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ/GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY AND HISTORY OF PSYCHOLOGY**DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.168.76> EDN: TSLVAC**ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РЕАГИРОВАНИЯ И СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЛИЧНОСТНОЙ АВТОНОМИИ**

Научная статья

Зинова И.М.¹, Шайдукова Л.Д.^{2,*}, Черникова Т.А.³² ORCID : 0000-0003-1074-3708;³ ORCID : 0000-0002-3888-4863;^{1,2,3} Бирский филиал Уфимского университета науки и технологий, Бирск, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (lianagulina[at]mail.ru)

Предложена: 18.05.2026; Принята: 10.06.2026; Опубликовано: 17.06.2026

Аннотация

В статье представлен сравнительный анализ особенностей эмоционального реагирования и стратегий поведения подростков 14-15 лет (N = 100) с высоким, средним и низким уровнем личностной автономии (по методике «Опросник автономии» О.А. Карабановой, Н.Н. Поскребышевой). Установлены статистически значимые различия (U-критерий Манна-Уитни) между группами подростков с разным уровнем автономии по следующим параметрам: типы эмоциональной реакции (В.В. Бойко), фрустрационные реакции (С. Розенцвейг), стратегии преодоления стресса (Д. Амирхан), стили поведения в конфликте (К. Томас, Н.В. Гришина). Методом ранговой корреляции Спирмена выявлена прямая взаимосвязь между уровнем автономии и конструктивностью эмоционально-поведенческих реакций ($r_s = 0,79-0,98$). Выделены три специфических паттерна эмоционально-поведенческого реагирования: конструктивно-активный (высокая автономия), противоречиво-защитный (средняя автономия), пассивно-избегающий или агрессивно-обвиняющий (низкая автономия). Результаты могут быть использованы в психолого-педагогическом сопровождении подростков, при разработке коррекционно-развивающих программ и в консультировании родителей.

Ключевые слова: личностная автономия, подростковый возраст, типы эмоционального реагирования, фрустрационные реакции, копинг-стратегии в стрессовых ситуациях, стили поведения в конфликте.

FEATURES OF EMOTIONAL RESPONSE AND BEHAVIOR STRATEGIES IN ADOLESCENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PERSONAL AUTONOMY

Research article

Zinova I.M.¹, Shaidukova L.D.^{2,*}, Chernikova T.A.³² ORCID : 0000-0003-1074-3708;³ ORCID : 0000-0002-3888-4863;^{1,2,3} Birk branch of the Ufa University of Science and Technology, Birk, Russian Federation

* Corresponding author (lianagulina[at]mail.ru)

Suggested: 18.05.2026; Accepted: 10.06.2026; Published: 17.06.2026

Abstract

The article presents a comparative analysis of the features of emotional response and behavior strategies in adolescents aged 14–15 (N = 100) with high, medium and low levels of personal autonomy (using the methodology of the «Autonomy Questionnaire» by O.A. Karabanova, N.N. Poskrebysheva). Statistically significant differences (Mann-Whitney U-test) have been established between groups of adolescents with different levels of autonomy in the following parameters: types of emotional reaction (V.V. Boyko), frustration reactions (S. Rosenzweig), strategies for coping with stress (D. Amirkhan), styles of behavior in conflict (K. Thomas, N.V. Grishina). Spearman's rank correlation method revealed a direct relationship between the level of autonomy and the constructiveness of emotional and behavioral reactions ($r_s = 0.79-0.98$). Three specific patterns of emotional-behavioral response are identified: constructively active (high autonomy), contradictory-protective (medium autonomy), passive-avoiding or aggressively accusing (low autonomy). The results can be used in the psychological and pedagogical support of adolescents, in the development of correctional and developmental programs and in counseling parents.

Keywords: personal autonomy, adolescence, types of emotional response, frustration reactions, coping strategies in stressful situations, styles of behavior in conflict.

Введение

Проблема личностной автономии имеет устойчивую традицию изучения в зарубежной и отечественной психологии и сохраняет исследовательскую актуальность на современном этапе развития научного знания. Российское общество и система образования ориентированы на становление независимой личности, которая отличается уверенностью в себе, способностью к самостоятельному целеполаганию, принятию стратегических жизненных решений, осуществлению осознанного выбора и готовностью нести за него ответственность.

Подростковый возраст является сензитивным периодом для решения таких возрастных задач, как сепарация от родительской семьи, формирование образа и чувства взрослости, становление самостоятельности во всех сферах



жизнедеятельности. В процессе обретения автономии подросток овладевает умением независимо мыслить, рефлексировать, принимать жизненно важные решения, аргументированно отстаивать собственные убеждения и осознавать себя в качестве суверенного субъекта. В условиях неопределенности и множественности выборов способность к автономному функционированию становится не просто желательным качеством, а необходимым условием успешной социализации.

В контексте задач развития особую значимость приобретает изучение связи личностной автономии с эмоциональным реагированием и поведенческими стратегиями. Эмоциональная сфера в подростковом возрасте отличается повышенной лабильностью, напряженностью и чувствительностью к внешним воздействиям. Поведенческие же паттерны являются инструментом реализации самостоятельности в конкретных жизненных обстоятельствах, включая совладание с трудностями и разрешение конфликтов. Понимание того, как уровень автономии соотносится с особенностями эмоциональных реакций и выбираемыми моделями поведения, открывает возможности для прогнозирования рисков дезадаптации и разработки адресных программ психолого-педагогического сопровождения.

В психологии отсутствует единое понимание феномена «автономия», что обусловлено многообразием теоретических подходов к его изучению. Анализ данной категории осуществляется в различных контекстах: в рамках теории самодетерминации (Р. Райан, М. Линч, Д.А. Леонтьев); в русле психоаналитической традиции сепарации и индивидуализации (А. Фрейд, П. Блос); сквозь призму детско-родительских отношений (Р. Райан, М. Линч, О.А. Карабанова, Н.Н. Поскребышева); а также в возрастно-психологическом ключе — через становление самостоятельности и чувства взрослости (Д.Б. Эльконин, Т.В. Драгунова).

В концепции самодетерминации Э. Деси и Р. Райана автономия трактуется как базовая психологическая потребность наряду с компетентностью и связанностью с другими [17]. Ее удовлетворение обеспечивает психологическое благополучие и внутреннюю мотивацию. В рамках данного подхода подчеркивается, что это понятие не тождественно независимости от окружающих, а предполагает действие в согласии с собственными ценностями и интересами.

Проведя масштабный тридцатилетний анализ исследований развития автономии, У. Бейерс, В. Соененс и М. Ванстенкисте переосмысливают независимость подростков с позиции теории самодетерминации. В их работе проводится обоснованное различие между автономией как независимостью и автономией как волевым функционированием. Они описывают, как микросоциальные (прежде всего, родители) и макросоциальные, включая культурные, факторы формируют автономию подростков, а также как траектории отделения от родителей различаются в разных культурах [16].

В.Г. Ерофеева, А.А. Бочавер и Е.М. Цыганова, опираясь на психологические теории сепарации-индивидуации и самодетерминации, также рассматривают самостоятельность как независимость и волевое функционирование. В своём эмпирическом исследовании они установили, что у большинства подростков ведущую роль играет независимость, тогда как волевое функционирование только начинает проявляться. Постепенно, с возрастом, подростки движутся к более высоким уровням интеграции, демонстрируя больше волевых функций. Это выражается в соотношении проживаемого опыта со своими ценностями, интересами и предпочтениями [4].

Исследование П. Алонсо-Стайка, Х. Закареса и А. Ферререса внесло важный вклад в эмпирическое понимание автономии через построение типологии профилей. Авторы объединили два измерения: эмоциональную сепарацию от родителей и независимость в принятии решений. Они экспериментально доказали, что наиболее благоприятным для психосоциального развития является профиль «автономный в решениях», сочетающий низкую эмоциональную сепарацию с независимым поведением при принятии решений [15].

В отечественной возрастной психологии формирование автономии традиционно рассматривается сквозь призму социальной ситуации развития подростка. Этот процесс связывается с обретением личностной зрелости, самоуправлением, выделением себя из социума («второе рождение личности») и возникновением чувства взрослости (Л.С. Выготский, Т.В. Драгунова, О.А. Карабанова, Д.А. Леонтьев, О.П. Макушина, А.А. Реан, Д.Б. Эльконин). Категория «чувство взрослости» наиболее детально разработана Д.Б. Эльconiным и Т.В. Драгуновой, а понятие «автономия» — Д.А. Леонтьевым, который определяет автономию как овладение собственным поведением и формирование системы внутренней регуляции, обеспечивающей субъекту возможность ставить цели, следовать им и достигать их [9]. В своих работах О.А. Карабанова и Н.Н. Поскребышева описали возрастно-психологическую модель личностной автономии подростка, включающую когнитивный, эмоциональный, поведенческий и ценностный компоненты, а также доказали, что её становление напрямую зависит от социальной ситуации развития [10], [12]. Н.В. Горлова предлагает подход к изучению личностной автономии через анализ способов разрешения конфликтов автономии (между желанием независимости и потребностью в поддержке), описывает конструктивные и неконструктивные стратегии поведения подростков в таких конфликтах [3].

Эмпирические работы демонстрируют связь автономии с различными аспектами функционирования подростков. Установлено, что ее уровень соотносится с самостоятельностью [2], самооценкой [2], [15], [18], индивидуально-типологическими особенностями личности [2], способностью к самостоятельному профессиональному самоопределению [1], коммуникативными и организаторскими способностями [8], цифровым поведением [5], социальной ситуацией, семейными и культурными факторами развития [11], [12] и др.

Так, Т.Г. Волкова, А.С. Милина и М.В. Старчикова определили достоверные различия испытуемых с высоким и низким уровнями развития самостоятельности по шкале «тревожность», описали взаимосвязи компонентов автономии с самооценкой и индивидуально-типологическими особенностями личности подростков (экстраверсия — интроверсия, сензитивность, спонтанность, лабильность, тревожность) [2].



В работе Н.Н. Поскребышевой и А.Ю. Бабкиной выявлено, что обусловленные культурным контекстом различия в семейной системе отражаются в представлениях подростков о самостоятельности, допустимых границах автономии и формах обращения за поддержкой [11].

Л.В. Жихарева, У.А. Бекирова и В.Г. Римский установили значимые различия в цифровом поведении подростков в зависимости от уровня автономии, подтверждающие, что автономность — важный психологический фактор цифровой социализации. Подростки с высокой автономией демонстрируют более осознанное поведение в интернете: выше цифровая компетентность и позитивное отношение к сети. Подростки с низкой автономией, напротив, много времени проводят в социальных сетях, но чувствуют себя неуверенно в цифровой среде [5].

Исследование Н.И. Исмаиловой и А.Р. Хасанова А.Р. показывает: низкая автономия и сниженное психологическое благополучие у подростков 13–14 лет — это не дефицит, а возрастная норма, обусловленная незрелостью префронтальной коры, поиском идентичности и становлением автономии. Результаты подтверждают необходимость целенаправленной поддержки саморегуляции, целеполагания и укрепления автономии для гармоничного развития подростков [6].

Несмотря на наличие многочисленных исследований, посвященных отдельным аспектам рассматриваемого феномена, сравнительный анализ эмоционального реагирования и поведенческих стратегий у подростков с разным уровнем личностной автономии остается недостаточно разработанной областью. Комплексное сопоставление эмоциональных и поведенческих проявлений у подростков с различной степенью автономии позволит углубить представления о психологическом содержании данного феномена и его роли в личностном развитии.

Цель данной работы является выявление и сравнительный анализ особенностей эмоционального реагирования и стратегий поведения у подростков с высоким, средним и низким уровнем личностной автономии.

Практическая значимость работы состоит в том, что её результаты могут найти применение в деятельности педагогов-психологов и социальных педагогов при диагностике и сопровождении подростков с разным уровнем личностной автономии; в разработке адресных программ, нацеленных на развитие самостоятельности и эмоционально-поведенческой компетентности учащихся; в консультировании родителей по вопросам поддержки детской независимости и эмоционального благополучия; в системе повышения квалификации педагогических работников; а также при подготовке учебных курсов по возрастной, педагогической психологии и психологии развития.

Исследование носит теоретико-прикладной характер, поскольку выявленные паттерны эмоционального реагирования и стратегий поведения, характерные для подростков с разным уровнем автономии, позволят конкретизировать мишени психологической коррекции и разработать дифференцированные рекомендации для специалистов, работающих с подростками.

Методы и принципы исследования

Для решения поставленных задач и проверки гипотез мы использовали комплекс методов: 1) теоретические методы: анализ психологической литературы по проблеме исследования, систематизация, обобщение; 2) эмпирические методы: тестирование и опрос; 3) количественный и качественный методы обработки результатов исследования: описательная статистика, U-критерий Манна-Уитни для выявления различий между выборками, корреляционный анализ по Спирмену для выделения паттернов эмоционально-поведенческих характеристик.

Для диагностики уровня личностной автономии использовалась методика «Опросник автономии» (О.А. Карабанова, Н.Н. Поскребышева); для изучения эмоционального реагирования методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды В.В. Бойко и методика изучения фрустрационных реакций С. Розенцвейга; для исследования поведенческих стратегий: методика диагностики стресс-совладающего поведения «Индикатор стратегий преодоления стресса» (Д. Амирхан), опросник К. Томаса «Стиль поведения в конфликте» (адаптация Н.В. Гришиной).

Исследование проводилось на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 2» г. Чернушки Чернушинского района Пермского края и Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 7» г. Бирска Бирского района Республики Башкортостан. Общий объём выборки составил 100 подростков в возрасте 14–15 лет (учащиеся 8–9 классов), равномерно распределённых по полу (по 50 представителей мужского и женского пола). Из них 46 учащихся — из МАОУ «СОШ № 2» г. Чернушки, 54 школьника — из МБОУ «СОШ № 7» г. Бирска.

Основные результаты

Для оценки общего уровня личностной автономии подростков применялся «Опросник автономии» (О.А. Карабанова, Н.Н. Поскребышева). На основании полученных данных были сформированы три экспериментальные группы, различающиеся по степени выраженности изучаемого признака: с высокой, средней и низкой автономией.

В таблице 1 представлены обобщённые показатели исследования эмоционального реагирования и поведенческих стратегий (по результатам четырех методик) у подростков с разным уровнем личностной автономии.

Таблица 1 - Доминирующие показатели эмоционального реагирования, стилей поведения в конфликте, фрустрационных реакций и копинг-стратегий у подростков с разным уровнем личностной автономии

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.168.76.1>

Методика/параметр	Высокий уровень автономии (\bar{x})	Средний уровень автономии (\bar{x})	Низкий уровень автономии (\bar{x})
Тип эмоциональной	Эйфорические — 7,2;	Рефрактные — 6,2	Дисфорические — 6,0

Методика/параметр	Высокий уровень автономии (\bar{x})	Средний уровень автономии (\bar{x})	Низкий уровень автономии (\bar{x})
реакции (В.В. Бойко)	Дисфорические — 0,8		
Стиль поведения в конфликте (К. Томас)	Сотрудничество — 10,0	Компромисс — 9,0; Приспособление — 8,0	Избегание — 10,0; Соперничество — 8,5
Фрустрационные реакции (С. Розенцвейг)	Интропунитивные реакции — 14,6; Фиксация на удовлетворении потребностей — 9,5	Экстрапунитивные реакции — 9,5; Фиксация на самозащите — 11,7	Экстрапунитивные реакции — 14,3; Фиксация на удовлетворении потребностей — 9,4
Копинг-стратегии (Д. Амирхан)	Разрешение проблем — 27,8	Поиск социальной поддержки — 28,0	Избегание — 25,0

Примечание: средние значения, \bar{x}

Сравнительный анализ эмоционального реагирования, проведённый с помощью методики В.В. Бойко, обнаружил отчётливые различия между подростками с разным уровнем личностной автономии. Для группы с высоким уровнем автономии доминирующим типом реакций на положительные, амбивалентные и негативные стимулы выступает эйфорический ($\bar{x} = 7,2$), тогда как дисфорические реакции выражены минимально ($\bar{x} = 0,8$). Это свидетельствует о преимущественной ориентации таких подростков на позитивное восприятие событий и сохранение оптимистического настроя даже в затруднительных обстоятельствах, а также о низкой вероятности возникновения у них устойчивых негативных переживаний. Преобладание эйфорических реакций у высокоавтономных подростков при минимуме дисфорических согласуется с данными о связи удовлетворённой потребности в автономии с позитивной аффективностью и психологическим благополучием [18]. Подростки со средним уровнем автономии демонстрируют преобладание рефрактных реакций ($\bar{x} = 6,2$) вне зависимости от характера стимула, что указывает на склонность к фиксации на собственных переживаниях, длительному обдумыванию негативных исходов и тенденцию к накоплению обид на участников событий. Низкий уровень автономии сопряжён с доминированием дисфорических реакций ($\bar{x} = 6,0$), отражающих выраженную настроенность на негативные аспекты происходящего и общее тяготение к отрицательно окрашенному переживанию жизненных ситуаций.

В работе Р. Райана и Э. Деси отмечается, что удовлетворение потребности в автономии напрямую связано с адаптивной регуляцией эмоций. В отличие от подавления чувств, успешная регуляция строится на интеграции — принятии и осмыслении эмоций. Поддерживающее воспитание помогает подросткам интернализировать это отношение и зрело справляться со стрессом. Автономная регуляция предполагает интеграцию эмоций и конструктивное реагирование. Контролирующая среда, напротив, ведёт к эмоциональной дисрегуляции (подавление, вспышки, избегание) [18].

Интересно сопоставить наши результаты с данными Е.Ю. Кольчик и В.Р. Ушаковой: рефрактерный тип эмоциональной реакции преобладает у подростков с самоповреждающим поведением, а дисфорический — у подростков с агрессией [7]. Это позволяет рассматривать уровень автономии как детерминанту, задающую качество эмоционального реагирования и направленность деструктивного поведения. Так, низкий уровень автономии, для которого характерна неспособность к произвольной модуляции аффекта, закономерно проявляется дисфорическим типом реагирования и внешне направленной агрессией. Напротив, средний уровень автономии, предполагающий частичный, но неустойчивый контроль над эмоциональной сферой, сопряжён с рефрактерным типом реагирования — притуплением внешнего отклика и уходом переживаний внутрь, что создаёт риск самоповреждающего поведения. Высокий же уровень автономии, обеспечивая полноценную эмоциональную саморегуляцию, способствует эйфорическому типу реагирования и, вероятно, выполняет протективную функцию в отношении любых форм деструктивности.

Анализ стилей поведения в конфликте, выявленных с помощью опросника К. Томаса, показал, что подросткам с высоким уровнем личностной автономии присущ стиль «сотрудничество» ($\bar{x} = 10,0$). Такая стратегия проявляется в высокой активности при столкновении с оппозиционной стороной, готовности к доброжелательному контакту, принятии на себя ответственности за разрешение конфликта и стремлении находить конструктивные решения с учётом интересов всех участников, что во многом обусловлено важностью сохранения межличностных отношений. Доминирование «сотрудничества» в конфликте у этой группы подтверждает выводы о том, что зрелая автономия сопряжена с децентрацией и ориентацией на сохранение отношений [9], [11]. У респондентов со средним уровнем автономии зафиксировано преобладание стилей «компромисс» ($\bar{x} = 9,0$) и «приспособление» ($\bar{x} = 8,0$). Их фокус смещён с поддержания отношений на обеспечение совместной деятельности, при этом они стремятся удовлетворить либо потребности всех сторон, либо преимущественно одной из них; такая противоречивость может объясняться недостаточной сформированностью отдельных компонентов автономии.

В группе с низким уровнем автономии ведущим стилем выступает «избегание» ($\bar{x} = 10,0$), а на втором плане находится «соперничество» ($\bar{x} = 8,5$). Подобное сочетание отражает стремление к скорейшему выходу из конфликтной ситуации, что выражается либо в уклонении от удовлетворения собственных и чужих потребностей, либо в жёстком отстаивании исключительно личных интересов. Характерно, что в отличие от высокоавтономных сверстников, эти подростки склонны избегать ответственности за урегулирование конфликта или вовсе устраниваться от него.

Учитывая связь автономии с саморегуляцией поведения, в контексте нашей работы интересны данные Л.С. Самсоненко и С.А. Комлева. Авторы установили, что подростки с высоким уровнем саморегуляции чаще используют в конфликтах активные стратегии — сотрудничество и компромисс — направленные на конструктивное развитие отношений. Напротив, у подростков с низким уровнем саморегуляции преобладают стратегии избегания и приспособления: они не формулируют самостоятельно цели, не планируют действия и действуют неосознанно [13].

Можно сделать вывод о том, что конструктивные формы поведения в конфликтных ситуациях у подростков детерминированы уровнем развития общей саморегуляции. Низкий уровень развития общей саморегуляции у подростков способствует формированию неэффективных моделей поведения в конфликтных ситуациях, тогда как при высоком уровне саморегуляции подростки способны успешно разрешать сложные ситуации.

При изучении фрустрационных реакций (методика С. Розенцвейга) было обнаружено, что у носителей высокого уровня автономии доминируют интропунитивные реакции ($\bar{x} = 14,6$) с фиксацией на удовлетворении потребностей ($\bar{x} = 9,5$). Это говорит о том, что фрустрирующая ситуация воспринимается ими в целом как приемлемая, а ответственность за её конструктивное разрешение принимается на себя при одновременном стремлении реализовать собственные потребности. Интропунитивные реакции с фиксацией на удовлетворении потребностей у высокоавтономных подростков соответствуют пониманию автономии как способности принимать ответственность и действовать исходя из внутренних ценностей [9]. Подростки со средним уровнем автономии чаще демонстрируют экстрапунитивные реакции ($\bar{x} = 9,5$) с фиксацией на самозащите ($\bar{x} = 11,7$): источник затруднений усматривается вовне, сопровождаясь обвинениями в адрес окружающих и перекладыванием ответственности на других, при этом центральной задачей становится защита собственного «Я». Для низкого уровня автономии характерен экстрапунитивный тип реагирования ($\bar{x} = 14,3$) также с фиксацией на удовлетворении потребностей ($\bar{x} = 9,4$). Такие подростки склонны обвинять окружение в возникновении фрустрирующих обстоятельств и одновременно пытаться извлечь из ситуации личную выгоду.

Экстрапунитивные тенденции с фиксацией на самозащите (средний уровень автономии) или на удовлетворении потребностей (низкий уровень) укладываются в представления о том, что при недостаточной сформированности автономии преобладает внешний локус каузальности: причины затруднений приписываются окружению, а мотивация строится либо вокруг защиты самооценки, либо вокруг извлечения непосредственной выгоды [18].

Сравнение копинг-стратегий (методика Д. Амирхана) выявило, что у высокоавтономных подростков преобладает стратегия разрешения проблем ($\bar{x} = 27,8$). Этой группе свойственна активная поведенческая позиция, при которой задействуются все доступные личностные ресурсы для поиска эффективных способов преодоления трудностей, что согласуется с их готовностью принимать ответственность за решение проблемных ситуаций. Ведущая проблемно-ориентированная копинг-стратегия прямо перекликается с данными о том, что автономная мотивация способствует активному, преобразующему совладанию [18], [19]. Наши результаты также находят подтверждение в исследовании Л.В. Шишмаревой, где была обнаружена положительная взаимосвязь между уровнем автономии подростков и такими стратегиями совладания, как «планирование» и «активное совладание». Более автономные подростки глубже и осознаннее анализируют возникшую проблему, выявляют возможные пути её решения и выстраивают планы действий, учитывая имеющиеся условия и ресурсы [14].

Подростки со средним уровнем автономии отдают предпочтение поиску социальной поддержки ($\bar{x} = 28,0$): ориентируясь на продуктивное разрешение проблем, они, однако, опираются не столько на собственные ресурсы, сколько на помощь друзей, родителей и других значимых лиц.

В группе с низкой автономией доминирует стратегия избегания ($\bar{x} = 25,0$), проявляющаяся в стремлении уклоняться от взаимодействия с окружающими, не принимать на себя ответственность за разрешение трудностей и минимально участвовать в проблемных ситуациях, что контрастирует с поведением их более автономных сверстников, нацеленных на активное совладание. Доминирование «избегания» у низкоавтономных учащихся согласуется с данными о том, что неудовлетворённая потребность в автономии коррелирует с пассивными и отстранёнными формами копинга, а также с нежеланием принимать ответственность за решение проблем [18], [19], [20]. По данным Л.В. Шишмаревой, чем ниже автономия, тем чаще проявляются пассивно-избегающие реакции, зависимость от чужого мнения, религиозные ограничения, самоустранение от ответственности, уход в фантазии и импульсивные способы снятия напряжения (переедание, раздражение, алкоголь) [14].

Применение U-критерия Манна-Уитни показало, что выявленные различия межгрупповых сопоставлений статистически обоснованы.

Для выявления взаимосвязи между уровнем автономии и показателями эмоционально-поведенческих характеристик подростков использовали вычисление коэффициента ранговой корреляции по Спирмену, результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Результаты корреляционного анализа между уровнем автономии и показателями эмоционально-поведенческого реагирования

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.168.76.2>

Показатель	Коэффициент ранговой корреляции (r_s)	Уровень значимости (p)
Тип эмоционального реагирования	0,91	0,009**
Стратегия поведения в	0,87	0,014*

Показатель	Коэффициент ранговой корреляции (r_s)	Уровень значимости (p)
конфликте		
Направленность фрустрационной реакции	0,79	0,031*
Копинг-стратегии в стрессовой ситуации	0,94	0,006**

Примечание: Примечание: * – $p < 0,05$ (статистически значимо); ** – $p < 0,01$ (статистически высоко значимо); по Спирмену

Обнаружена прямая положительная связь ($r_s > 0,8-0,9$) между уровнем автономии и всеми анализируемыми параметрами — с ростом уровня автономии увеличивается выраженность конструктивных, ресурсных и просоциальных паттернов реагирования. Подростки с более высокой автономией достоверно чаще демонстрируют эйфорический тип восприятия, сотрудничество в конфликте, интропунитивную фрустрационную реакцию и активные проблемно-ориентированные копинги. Наиболее тесная связь выявлена для интегрального паттерна конструктивности ($r_s = 0,98$), что подтверждает внутреннюю согласованность описанных поведенческих кластеров.

Обсуждение

Полученные результаты свидетельствуют о закономерной связи уровня личностной автономии с характером эмоционального реагирования, способами поведения в конфликте, типом фрустрационных реакций и предпочитаемыми копинг-стратегиями.

Подростки с высоким уровнем автономии демонстрируют конструктивный и ресурсный тип реагирования. Они ориентированы на позитивное восприятие даже негативных стимулов (эйфорический тип), что позволяет им сохранять оптимизм в трудных ситуациях. В конфликтах они выбирают сотрудничество, берут ответственность на себя и стремятся к учету интересов всех сторон ради сохранения отношений. При фрустрации они склонны принимать вину или ответственность на себя (интропунитивность), воспринимая ситуацию как возможность для удовлетворения потребностей. В стрессовой ситуации они активно используют личностные ресурсы для решения проблем, не избегая ответственности.

Подростки со средним уровнем автономии отличаются противоречивостью и нестабильностью реакций, что обусловлено недостаточным развитием компонентов автономии. Эмоционально они склонны «застревать» на переживаниях (рефракция), долго размышляя над происшедшим и тая обиды. В конфликтах они идут на компромисс или приспособление, ориентируясь скорее на совместную деятельность, чем на поддержание отношений. При фрустрации они ищут причину вовне (экстрапунитивность) и сосредоточены на защите своего «Я». В стрессовой ситуации они предпочитают искать социальную поддержку, а не полагаться исключительно на себя.

Подростки с низким уровнем автономии демонстрируют деструктивный и зависимый паттерн. Они настроены на негативное переживание событий (дисфория). В конфликтах они либо избегают решения, либо агрессивно отстаивают только свои интересы (соперничество), уходя от ответственности. При фрустрации они обвиняют окружающих (экстрапунитивность), но при этом стремятся извлечь собственную выгоду из ситуации. В стрессовых условиях они выбирают стратегию избегания, отказываясь от взаимодействия и ответственности.

Заключение

По результатам проведенного исследования установлены значимые различия в эмоциональном реагировании и поведенческих стратегиях подростков в зависимости от уровня личностной автономии: высокоавтономные подростки отличаются большей эмоциональной позитивностью, устойчивостью и фрустрационной толерантностью, а также чаще прибегают к продуктивным копинг-стратегиям (решение проблем, поиск социальной поддержки) и конструктивным стилям поведения в конфликте, в то время как их сверстники с низким уровнем автономии склонны к избеганию и использованию непродуктивных стратегий.

Полученные в исследовании данные свидетельствуют о существовании специфических психологических паттернов эмоционально-поведенческого реагирования, характерных для групп подростков с разным уровнем личностной автономии: конструктивно-активный (высокая автономия); противоречивый и защитный (средний уровень); пассивно-избегающий или агрессивно-обвиняющий (низкая автономия).

Перспективы дальнейших исследований в контексте темы проведенного исследования нам видятся в расширении и углублении анализа взаимосвязи личностной автономии с аффективно-поведенческой сферой подростков. Наиболее информативным представляется включение в анализ дополнительных психологических конструктов, таких как: тип привязанности к родителям и значимым взрослым (как предиктор способности к саморегуляции); специфика семейной системы (стили воспитания, семейные сценарии), опосредующая связь между автономией и выбором деструктивных стратегий поведения; гендерные и возрастные различия в структуре взаимосвязей автономии с эмоциональной сферой. На основе полученных результатов практико-ориентированным направлением является создание и апробация психокоррекционных и развивающих программ, учитывающих уровень сформированности автономии.

**Конфликт интересов**

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Бекирова У.А. Психологические особенности профессионального самоопределения подростков с различным уровнем личностной автономии / У.А. Бекирова // Научный аспект. — 2024. — Т. 29. — № 6. — С. 3526–3533.
2. Волкова Т.Г. Индивидуальные качества подростков с разными видами психологической самостоятельности и автономии / Т.Г. Волкова, А.С. Милина, М.В. Старчикова // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. — 2025. — № 2. — С. 17–33.
3. Горлова Н.В. Разрешение конфликтов автономии: подход к исследованию личностной автономии подростков / Н.В. Горлова // Национальный психологический журнал. — 2019. — Т. 1. — № 1 (33). — С. 47–57. — DOI: 10.11621/npj.2019.0105.
4. Ерофеева В.Г. Нарративы о независимости и волевом функционировании: от подросткового возраста к «становящейся взрослости» / В.Г. Ерофеева, А.А. Бочавер, Е.М. Цыганова // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. — 2023. — № 4. — С. 239–261. — DOI: 10.14515/monitoring.2023.4.2414
5. Жихарева Л.В. Психологические особенности погруженности в цифровую среду подростков с различным уровнем личностной автономии / Л.В. Жихарева, У.А. Бекирова, В.Г. Римский // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. — 2025. — № 218. — С. 230–241.
6. Исмаилова Н.И. Произвольная регуляция и психологическое благополучие обучающихся подросткового возраста / Н.И. Исмаилова, А.Р. Хасанова // Проблемы современного педагогического образования. — 2026. — № 90-4. — С. 291–294.
7. Кольчик Е.Ю. Особенности эмоционального реагирования подростков, склонных к отклоняющемуся поведению / Е.Ю. Кольчик, В.Р. Ушакова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2020. — № 6.
8. Косикова Л.В. Особенности коммуникативных и организаторских способностей старших подростков с разным уровнем личностной автономии / Л.В. Косикова. // Перспективы развития науки в современном мире: Сборник научных статей по материалам XIX Международной научно-практической конференции, Уфа, 19 декабря 2025 года; — Уфа: Вестник науки, 2025. — С. 141–145.
9. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности / Д.А. Леонтьев // Психологический журнал. — 2000. — Т. 21. — № 1. — С. 15–25.
10. Поскребышева Н.Н. Возрастно-психологический подход в исследовании личностной автономии подростка / Н.Н. Поскребышева, О.А. Карабанова // Национальный психологический журнал. — 2014. — № 1 (13). — С. 72–83. — DOI: 10.11621/npj.2014.0108
11. Поскребышева Н.Н. Семейные и культурные факторы развития автономии / Н.Н. Поскребышева, А.Ю. Бабкина // Психологическая наука и образование. — 2026. — Т. 31. — № 2. — С. 83–97. — DOI: 10.17759/pse.2026310206
12. Поскребышева Н.Н. Исследование личностной автономии подростка в контексте социальной ситуации развития / Н.Н. Поскребышева, О.А. Карабанова // Национальный психологический журнал. — 2014. — № 4 (16). — С. 34–41.
13. Самсоненко Л.С. Особенности саморегуляции у старших подростков с различными стратегиями поведения в конфликте / Л.С. Самсоненко, С.А. Комлева // Письма в Эмиссия. Оффлайн (The Emissia.Offline Letters): электронный научный журнал. — 2024. — № 2.
14. Шишмарева Л.В. Эмпирическое исследование субъективного благополучия и копинг-стратегий подростков / Л.В. Шишмарева // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 2.
15. Alonso-Stuyck P. Emotional separation, autonomy in decision-making, and psychosocial adjustment in adolescence: A proposed typology / P. Alonso-Stuyck, J.J. Zacarés, A. Ferreres // Journal of Child and Family Studies. — 2018. — Vol. 27. — № 5. — P. 1373–1383.
16. Beyers W. Autonomy in adolescence: a conceptual, developmental and cross-cultural perspective / W. Beyers, B. Soenens, M. Vansteenkiste // European Journal of Developmental Psychology. — 2025. — Vol. 22. — № 2. — P. 121–141. — DOI: 10.1080/17405629.2024.2330734
17. Ryan R.M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / R.M. Ryan, E.L. Deci // American Psychologist. — 2000. — Vol. 55. — № 1. — P. 68–78. — DOI: 10.1037//0003-066x.55.1.68
18. Ryan R.M. Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development, and wellness / R.M. Ryan, E.L. Deci. — New York: Guilford Press, 2017. — 756 p. doi: 10.7202/1041847ar
19. Skinner E.A. Self-determination, coping, and development // Handbook of self-determination research / E.A. Skinner, K. Edge. — Rochester, Ny: University of Rochester Press, 2002. — 470 p.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Bekirova U.A. Psikhologicheskie osobennosti professionalnogo samoopredeleniya podrostkov s razlichnim urovnem lichnostnoi avtonomii [Psychological features of professional self-determination of adolescents with different levels of personal autonomy] / U.A. Bekirova // Nauchnii aspekt [Scientific aspect]. — 2024. — Vol. 29. — № 6. — P. 3526–3533. [in Russian]
2. Volkova T.G. Individual'ny'e kachestva podrostkov s razny'mi vidami psixologicheskoi samostoyatel'nosti i avtonomii [Individual qualities of adolescents with different types of psychological independence and autonomy] / T.G. Volkova, A.S. Milina, M.V. Starchikova // Bulletin of Psychology and Pedagogy of Altai State University. — 2025. — № 2. — P. 17–33. [in Russian]
3. Gorlova N.V. Razreshenie konfliktov avtonomii: podkhod k issledovaniyu lichnostnoi avtonomii podrostkov [Resolving autonomy conflicts: an approach to the study of personal autonomy of adolescents] / N.V. Gorlova // Natsionalnii psikhologicheskii zhurnal [National Psychological Journal]. — 2019. — Vol. 1. — № 1 (33). — P. 47–57. — DOI: 10.11621/npj.2019.0105. [in Russian]
4. Erofeeva V.G. Narrativy' o nezavisimosti i volevom funkcionirovanii: ot podrostkovogo vozrasta k «stanovyashhejsya vzroslosti» [Narratives about independence and volitional functioning: from adolescence to «becoming adulthood»] / V.G. Erofeeva, A.A. Bocharov, E.M. Cy'ganova // Monitoring public opinion: economic and social changes. — 2023. — № 4. — P. 239–261. — DOI: 10.14515/monitoring.2023.4.2414 [in Russian]
5. Zhixareva L.V. Psixologicheskie osobennosti pogruzhennosti v cifrovuyu sredu podrostkov s razlichny'm urovnem lichnostnoj avtonomii [Psychological Features of Immersion in the Digital Environment of Adolescents with Different Levels of Personal Autonomy] / L.V. Zhixareva, U.A. Bekirova, V.G. Rimskij // Proceedings of the A.I. Herzen State Pedagogical University. — 2025. — № 218. — P. 230–241. [in Russian]
6. Ismailova N.I. Proizvol'naya regulyaciya i psixologicheskoe blagopoluchie obuchayushhixsya podrostkovogo vozrasta [Arbitrary regulation and psychological well-being of adolescent students] / N.I. Ismailova, A.R. Xasanova // Problems of modern pedagogical education. — 2026. — № 90-4. — P. 291–294. [in Russian]
7. Kol'chik E.Yu. Osobennosti e'mocional'nogo reagirovaniya podrostkov, sklonny'x k otklonyayushhemusya povedeniyu [Features of the emotional response of adolescents prone to deviant behavior] / E.Yu. Kol'chik, V.R. Ushakova // The world of science. Pedagogy and psychology. — 2020. — № 6. [in Russian]
8. Kosikova L.V. Osobennosti kommunikativny'x i organizatorskix sposobnostej starshix podrostkov s razny'm urovnem lichnostnoj avtonomii [Features of the communicative and organizational abilities of older adolescents with different levels of personal autonomy] / L.V. Kosikova. // Prospects for the development of science in the modern world: A collection of scientific articles based on the materials of the XIX International Scientific and Practical Conference, Ufa, December 19, 2025; — Ufa: Vestnik nauki, 2025. — P. 141–145. [in Russian]
9. Leont'ev D.A. Psixologiya svobody': k postanovke problemy' samodeterminacii lichnosti [Psychology of freedom: on the formulation of the problem of personality self-determination] / D.A. Leont'ev // Psychological Journal. — 2000. — T. 21. — № 1. — P. 15–25. [in Russian]
10. Poskreby'sheva N.N. Vozrastno-psixologicheskij podkhod v issledovanii lichnostnoj avtonomii podrostka [Age-related psychological approach in the study of adolescent personal autonomy] / N.N. Poskreby'sheva, O.A. Karabanova // National Psychological Journal. — 2014. — № 1 (13). — P. 72–83. — DOI: 10.11621/npj.2014.0108 [in Russian]
11. Poskrebisheva N.N. Semeinie i kulturnie faktori razvitiya avtonomii [Family and cultural factors of autonomy development] / N.N. Poskrebisheva, A.Yu. Babkina // Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie [Psychological science and education]. — 2026. — Vol. 31. — № 2. — P. 83–97. — DOI: 10.17759/pse.2026310206 [in Russian]
12. Poskreby'sheva N.N. Issledovanie lichnostnoj avtonomii podrostka v kontekste social'noj situacii razvitiya [A study of personal autonomy of a teenager in the context of a social situation of development] / N.N. Poskreby'sheva, O.A. Karabanova // National Psychological Journal. — 2014. — № 4 (16). — P. 34–41. [in Russian]
13. Samsonenko L.S. Osobennosti samoregulyacii u starshix podrostkov s razlichny'mi strategiyami povedeniya v konflikte [Features of self-regulation in older adolescents with different strategies of behavior in conflict] / L.S. Samsonenko, S.A. Komleva // Letters to the Issue. Offline (The Emissia.Offline Letters): an electronic scientific journal. — 2024. — № 2. [in Russian]
14. Shishmareva L.V. Empiricheskoe issledovanie subektivnogo blagopoluchiya i koping-strategii podrostkov [Empirical study of subjective well-being and coping strategies of adolescents] / L.V. Shishmareva // Mir nauki. Pedagogika i psixologiya [The world of science. Pedagogy and psychology]. — 2024. — Vol.12. — № 2. [in Russian]
15. Alonso-Stuyck P. Emotional separation, autonomy in decision-making, and psychosocial adjustment in adolescence: A proposed typology / P. Alonso-Stuyck, J.J. Zacarés, A. Ferreres // Journal of Child and Family Studies. — 2018. — Vol. 27. — № 5. — P. 1373–1383.
16. Beyers W. Autonomy in adolescence: a conceptual, developmental and cross-cultural perspective / W. Beyers, B. Soenens, M. Vansteenkiste // European Journal of Developmental Psychology. — 2025. — Vol. 22. — № 2. — P. 121–141. — DOI: 10.1080/17405629.2024.2330734
17. Ryan R.M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being / R.M. Ryan, E.L. Deci // American Psychologist. — 2000. — Vol. 55. — № 1. — P. 68–78. — DOI: 10.1037//0003-066x.55.1.68
18. Ryan R.M. Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development, and wellness / R.M. Ryan, E.L. Deci. — New York: Guilford Press, 2017. — 756 p. doi: 10.7202/1041847ar
19. Skinner E.A. Self-determination, coping, and development // Handbook of self-determination research / E.A. Skinner, K. Edge. — Rochester, Ny: University of Rochester Press, 2002. — 470 p.