

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

Внутренние ресурсы как фактор субъектности личности

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 2 курса 244 группы
направления 44.04.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Диагностика и коррекция психического развития»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Палибиной Анны Владимировны

Научный руководитель
Доктор психол. наук, профессор _____ М.А.Григорьева

Зав. кафедрой
доктор психол. наук, профессор _____ Р.М. Шамионов

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Изучение внутренних ресурсов как фактора субъектности личности представляет собой важное направление современных психологических исследований. Актуальность данной темы обусловлена необходимостью понимания механизмов, которые позволяют личности проявлять активность, самостоятельность и способность управлять своей жизнью. В условиях динамично изменяющегося общества особую значимость приобретает исследование внутренних ресурсов, которые способствуют развитию субъектности — интегративного свойства личности, отражающего ее способность быть автором своей жизнедеятельности [6, с. 45].

Степень разработанности проблемы в психологической науке достаточно высока, однако многие аспекты требуют дальнейшего изучения. Основополагающие идеи о субъектности были заложены в работах таких выдающихся психологов, как А.В. Брушлинский, С.Л. Рубинштейн и К.А. Абульханова–Славская. Брушлинский рассматривал субъектность как способность личности к саморазвитию и преобразованию окружающей действительности [6, с. 72]. Рубинштейн подчеркивал роль субъекта в процессе взаимодействия с миром [39, с. 210], а Абульханова–Славская акцентировала внимание на активности личности в преодолении жизненных трудностей [1, с. 89]. Эти авторы заложили теоретическую базу для понимания субъектности как многомерного феномена.

Целью данного исследования является анализ внутренних ресурсов как ключевого фактора, влияющего на развитие субъектности личности. **Объектом исследования** выступает субъектность личности, а **предметом** — взаимосвязь внутренних ресурсов с уровнем развития субъектности. В работе выдвигаются **гипотезы** о том, что внутренние ресурсы (когнитивные, эмоциональные, волевые и мотивационные) играют значительную роль в формировании субъектности, а их активизация способствует повышению уровня самостоятельности и саморегуляции личности.

Для достижения поставленной цели были определены следующие **задачи:**

1. Изучить теоретические подходы к пониманию субъектности и внутренних ресурсов активности.
2. Провести эмпирическое исследование взаимосвязи внутренних ресурсов и субъектности.
3. Разработать практические рекомендации по развитию субъектности через активизацию внутренних ресурсов.

Методологическую основу исследования составляют принципы системного и деятельностного подходов, а методы психологического тестирования, опроса и статистического анализа. Научная новизна работы заключается в комплексном изучении роли внутренних ресурсов в развитии субъектности, а практическая значимость — в возможности применения полученных итогов в психологическом консультировании, образовании и других сферах.

Структура работы включает введение, две главы (теоретическую и эмпирическую), заключение, а список использованной литературы. В первой главе рассматриваются теоретические аспекты субъектности и внутренних ресурсов, во второй — представлены организация, методы и итоги эмпирического исследования. В заключении подводятся итоги работы, формулируются выводы и намечаются перспективы дальнейших исследований.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ВНУТРЕННИХ РЕСУРСОВ АКТИВНОСТИ И СУБЪЕКТНОСТИ ЛИЧНОСТИ

1.1. Понятие и структура субъектности личности в психологии

Субъектность личности является ключевым понятием в психологии, отражающим способность человека быть активным, самостоятельным и осознанным автором своей жизни. Это интегративное свойство, которое

проявляется в умении ставить цели, принимать решения, преодолевать трудности и нести ответственность за свои действия [6, с. 34]. В психологической науке субъектность рассматривается через призму различных теоретических подходов. А.В. Брушлинский рассматривал субъектность как способность личности к саморазвитию и преобразованию окружающей действительности. В его концепции субъект — это не просто носитель психических процессов, а активный творец своей жизни, способный к рефлексии и саморегуляции [6, с. 56]. Брушлинский подчеркивал, что субъектность формируется в деятельности и проявляется в способности человека управлять своей жизнью, преодолевая внешние и внутренние ограничения [6, с. 72].

С.Л. Рубинштейн в своих трудах акцентировал внимание на диалектике взаимодействия субъекта и мира. Он утверждал, что личность не просто приспосабливается к условиям среды, но и активно преобразует ее, проявляя свою субъектную позицию [39, с. 210]. По Рубинштейну, субъектность выражается в способности человека осознавать себя как источник активности, принимать решения и нести за них ответственность [39, с. 215].

К.А. Абульханова–Славская развивала идеи субъектности в контексте жизненного пути личности. Она рассматривала субъектность как способность человека организовывать свою жизнь, преодолевать кризисы и достигать поставленных целей [1, с. 89]. В ее работах подчеркивается роль внутренней активности, инициативы и способности личности к самореализации в различных сферах жизни [1, с. 102].

Развитие субъектности — это динамический процесс, который можно оценить по ряду критериев. К ним относятся:

- Самостоятельность — способность принимать решения и действовать автономно [15, с. 67].
- Рефлексивность — осознание своих мотивов, целей и способов деятельности [16, с. 45].

– Ответственность — готовность отвечать за свои поступки и их последствия [15, с. 78].

– Активность — инициативность и способность преодолевать препятствия [48, с. 112].

Уровни развития субъектности варьируются от низкого, где человек преимущественно зависит от внешних обстоятельств, до высокого, характеризующегося осознанной саморегуляцией и способностью влиять на свою жизнь [6, с. 90].

Субъектность не сводится к отдельным психическим процессам или чертам характера, а представляет собой целостное качество, объединяющее когнитивные, эмоциональные, волевые и мотивационные аспекты личности [37, с. 56]. Она проявляется в способности человека быть не просто объектом внешних воздействий, а активным субъектом, способным к саморазвитию, целеполаганию и преобразованию окружающей реальности [20, с. 123].

Развитие субъектности неразрывно связано с формированием личностной зрелости, которая проявляется в способности человека осознанно выстраивать свою жизненную траекторию [30, с. 89]. Важным аспектом этого процесса является самодетерминация — умение самостоятельно определять цели и следовать им, несмотря на внешние обстоятельства. Это качество особенно ярко проявляется в ситуациях выбора, когда человек опирается не на внешние стимулы или давление среды, а на внутренние ценности и убеждения [52, с. 70].

Структура субъектности включает несколько взаимосвязанных компонентов [6, с. 104]:

1. Когнитивный компонент

Отражает способность личности к осмыслению себя и окружающего мира. Сюда входят:

– рефлексия — анализ собственных действий, мотивов и их последствий [16, с. 50];

– самосознание — понимание своих сильных и слабых сторон, а места в системе социальных отношений [37, с. 60];

– прогнозирование — умение предвидеть итоги своих поступков и планировать действия [42, с. 78].

2. Эмоционально–волевой компонент

Определяет степень устойчивости личности в сложных ситуациях и ее способность управлять своими эмоциями. Данный компонент включает:

– эмоциональную регуляцию — контроль над чувствами, особенно в стрессовых условиях [25, с. 45];

– волевые качества — настойчивость, решительность и способность доводить начатое до конца [15, с. 89];

– стрессоустойчивость — умение сохранять работоспособность и ясность мышления под давлением обстоятельств [40, с. 112].

3. Мотивационно–ценностный компонент

Связан с внутренними ориентирами, которые направляют активность человека. Здесь выделяются:

– осознанная мотивация — понимание того, ради чего совершаются те или иные действия [48, с. 95];

– ценностные ориентации — устойчивые убеждения, влияющие на принятие решений [21, с. 67];

– смысложизненные установки — представления о предназначении и значимости своей деятельности [45, с. 34].

4. Деятельностный компонент

Проявляется в реальном поведении и включает:

– инициативность — готовность брать на себя ответственность и начинать действия без внешнего принуждения [15, с. 102];

– адаптивность — способность гибко реагировать на изменения среды [37, с. 72];

– креативность — умение находить нестандартные решения проблем.

Факторы, влияющие на развитие субъектности [13, с. 56].

Формирование субъектности зависит как от внутренних, так и от внешних условий. Среди ключевых факторов можно выделить: воспитание, социальный опыт, культурный. Субъектность — это сложное, многогранное свойство личности, которое формируется в течение всей жизни. Ее структура объединяет когнитивные, эмоциональные, мотивационные и поведенческие аспекты, а уровень развития определяется способностью человека быть автором своей судьбы. Понимание этих механизмов позволяет разрабатывать практические методы развития субъектности в образовании, профессиональной деятельности и психологическом консультировании.

1.2. Внутренние ресурсы: сущность и виды

Внутренние ресурсы личности представляют собой совокупность психических возможностей, потенциалов и резервов, которые позволяют человеку эффективно взаимодействовать с окружающим миром, преодолевать трудности и достигать поставленных целей [6, с. 134]. Эти ресурсы являются основой для проявления активности, устойчивости и адаптации в различных жизненных ситуациях. В отличие от внешних ресурсов, таких как материальные блага или социальная поддержка, внутренние ресурсы формируются и развиваются в процессе личностного роста и саморегуляции [37, с. 89]. Они обеспечивают психологическую устойчивость, помогают сохранять равновесие в стрессовых условиях и способствуют реализации личностного потенциала [40, с. 156].

Внутренние ресурсы личности можно разделить на несколько ключевых видов, каждый из которых выполняет специфическую функцию в обеспечении активности и адаптации [15, с. 112]:

1. Когнитивные ресурсы. К ним относятся интеллектуальные способности, память, внимание, мышление и креативность [42, с. 78]. Эти ресурсы позволяют человеку анализировать информацию, находить решения сложных задач, прогнозировать последствия своих действий и адаптироваться к новым условиям [16, с. 67]. Развитые когнитивные ресурсы

способствуют эффективному обучению, принятию обоснованных решений и успешной саморегуляции [13, с. 145].

2. Эмоциональные ресурсы. Эмоциональные ресурсы включают в себя способность понимать, выражать и регулировать свои эмоции, а эмпатию — умение сопереживать другим [25, с. 56]. Эти ресурсы играют важную роль в поддержании психологического благополучия, построении гармоничных отношений и преодолении стресса. Эмоционально устойчивые люди легче справляются с негативными переживаниями и быстрее восстанавливаются после трудностей [40, с. 178].

3. Волевые ресурсы. Воля является ключевым ресурсом, обеспечивающим способность человека контролировать свои действия, преодолевать препятствия и достигать целей, несмотря на внешние и внутренние барьеры [15, с. 134]. Волевые ресурсы включают самодисциплину, настойчивость, решительность и терпение. Они особенно важны в ситуациях, требующих длительных усилий или сопротивления соблазнам [21, с. 92].

4. Мотивационные ресурсы. Мотивация определяет направленность и интенсивность человеческой активности [29, с. 45]. К мотивационным ресурсам относятся внутренние стимулы, такие как интересы, ценности, стремление к самореализации и достижению успеха. Эти ресурсы обеспечивают энергией для действий, помогают сохранять целеустремленность и преодолевать апатию или усталость [52, с. 89].

Роль внутренних ресурсов в саморегуляции и адаптации личности. Они позволяют человеку:

- Управлять своим поведением — осознанно выбирать стратегии действий, контролировать импульсы и корректировать поведение в зависимости от ситуации [15, с. 156].

- Справляться со стрессом — использовать эмоциональные и когнитивные ресурсы для снижения напряжения и поиска конструктивных решений [40, с. 189].

– Адаптироваться к изменениям — гибко реагировать на новые условия, пересматривать цели и находить альтернативные пути их достижения [6, с. 178].

– Поддерживать психологическое благополучие — сохранять баланс между требованиями среды и собственными потребностями, избегая эмоционального выгорания [55, с. 45].

Эти ресурсы не являются статичными образованиями — они постоянно трансформируются под влиянием жизненного опыта, целенаправленной работы над собой и изменяющихся условий среды.

Особого внимания заслуживает взаимосвязь различных видов внутренних ресурсов [15, с. 167]. На практике они редко функционируют изолированно — напротив, их эффективность определяется именно слаженным взаимодействием. Мотивационные ресурсы (желание достичь цели) тесно переплетаются с волевыми (способность преодолевать трудности), а когнитивные (анализ ситуации) дополняются эмоциональными (управление переживаниями). Такой синергетический эффект значительно повышает адаптационный потенциал личности [40, с. 201].

Важным аспектом изучения внутренних ресурсов является их уровневая организация. Можно выделить:

- Базовые ресурсы (врожденные психофизиологические особенности)
- Приобретенные ресурсы (сформированные навыки и умения)
- Надстроечные ресурсы (ценности, смыслы, мировоззрение)

Особую роль в современной психологии уделяют понятию «ресурсного состояния» — интегрального показателя доступности и мобилизованности внутренних ресурсов в конкретный момент времени [53, с. 34]. Это состояние характеризуется: чувством уверенности в своих силах, высоким уровнем энергии, оптимистичным настроением, ясностью мышления, готовностью к действию.

Практическое значение изучения внутренних ресурсов трудно переоценить [37, с. 156]. В психотерапии и коучинге разработаны

многочисленные методики их активизации, среди которых: когнитивно–поведенческие техники, методы эмоциональной саморегуляции, тренинги целеполагания и мотивации, практики осознанности и рефлексии .

В контексте профессиональной деятельности особенно важны исследования, посвященные ресурсосберегающим стратегиям [37, с. 167]. Они помогают: предотвращать эмоциональное выгорание, поддерживать работоспособность, сохранять профессиональную мотивацию, развивать стрессоустойчивость.

Стоит подчеркнуть, что внутренние ресурсы — это не данность, а динамическая система, требующая постоянного внимания и развития. Таким образом, внутренние ресурсы являются фундаментом для развития субъектности личности [15, с. 201]. Понимание структуры и функций этих ресурсов открывает новые возможности для психологической практики, направленной на поддержку личностного роста и адаптации [37, с. 189].

1.3. Взаимосвязь внутренних ресурсов и субъектности личности

Теоретические модели влияния ресурсов на развитие субъектности раскрывают механизмы этого взаимодействия [20, с. 112]. В рамках деятельностного подхода (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн) подчеркивается, что внутренние ресурсы выступают необходимым условием для проявления субъектной позиции в деятельности [20, с. 123; 39, с. 189]. Когнитивные ресурсы обеспечивают осознанное целеполагание, эмоциональные — устойчивость в процессе достижения целей, волевые — преодоление препятствий, а мотивационные — направленность деятельности. С позиций системного подхода (Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов) субъектность рассматривается как системное качество, формирующееся благодаря интеграции различных внутренних ресурсов личности [2, с. 67; 23, с. 89].

Современные исследования (К.А. Абульханова–Славская, Д.А. Леонтьев) выделяют несколько ключевых механизмов влияния ресурсов на субъектность: энергетический, регуляторный, смыслообразующий .

Эмпирические исследования по проблеме демонстрируют устойчивую взаимосвязь между уровнем развития внутренних ресурсов и показателями субъектности [37, с. 189].

Практическое значение изучения этой взаимосвязи заключается в разработке программ психологического сопровождения, направленных на : диагностику ресурсного потенциала, развитие дефицитарных ресурсов, оптимизацию их взаимодействия, создание условий для проявления субъектности.

Особый интерес представляет анализ кризисных ситуаций как «проверочного механизма» данной взаимосвязи [40, с. 201]. В условиях неопределенности и стресса особенно ярко проявляется роль внутренних ресурсов как фундамента субъектной позиции. Исследования показывают, что люди с развитым комплексом внутренних ресурсов не только успешнее преодолевают кризисы, но и используют их как возможности для личностного роста. В таких ситуациях особенно важна: гибкость когнитивных ресурсов, эмоциональная устойчивость, волевая регуляция, мотивационная направленность.

В современных условиях такое понятие как «ресурсная пластичность» становится ключевым показателем зрелой субъектности в условиях нестабильности [6, с. 245].

Важным направлением современных исследований стало изучение возрастной динамики взаимосвязи ресурсов и субъектности.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВНУТРЕННИХ РЕСУРСОВ АКТИВНОСТИ КАК ФАКТОРА СУБЪЕКТНОСТИ ЛИЧНОСТИ

2.1. Организация и методы исследования

Эмпирическое исследование, направленное на изучение взаимосвязи внутренних ресурсов и субъектности личности, было организовано с учетом основных методологических принципов психологической науки. В исследовании приняли участие 80 человек в возрасте от 35 до 48 лет (средний возраст — 42,3 года), что соответствует периоду активного личностного и профессионального становления. Гендерный состав выборки был однородной: 80 женщин. Все участники являются жителями крупного города с высшим или незаконченным высшим образованием, работающими в различных профессиональных сферах.

Для комплексной оценки изучаемых феноменов был использован набор взаимодополняющих диагностических инструментов:

1. Для измерения уровня субъектности применялся:
 - Опросник субъектной позиции личности (ОСПЛ), адаптированный Е.Н. Волковой, И.А. Серegiной который включает шкалы: «ответственность», «автономность», «рефлексивность» и «креативность в решении жизненных задач».
 - 1. Оценка внутренних ресурсов проводилась с помощью:
 - Шкала для оценки когнитивных внутренних ресурсов личности
 - Шкалы эмоционального интеллекта (ЭИ) Д.В. Люсина.
 - Теста волевых качеств личности (А.И. Высоцкий).
 - Опросника мотивационных тенденций «Потребность в достижении» (Ю.М. Орловой),
 - 3. Дополнительно использовались: Шкала общей самооффективности (Г. Шварцер).

– Опросник стратегий поведения в значимых ситуациях (ОСПЗС) Е.Ю. Кордовой, Е.К. Веселовой, М.В. Дворецкой, позволяющий оценить особенности поведенческих стратегий в сложных жизненных обстоятельствах

ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ

Существенным итогом стало подтверждение ключевой роли волевых ресурсов в становлении субъектной позиции. Как показал регрессионный анализ, именно данный вид ресурсов вносит больший вклад в прогнозирование уровня субъектности, объясняя 38% дисперсии. Это свидетельствует о том, что в условиях современной сложной и изменчивой социальной среды способность к волевой регуляции становится критически важным фактором проявления субъектности. Полученные данные позволяют утверждать, что волевые качества выступают своеобразным «стержнем», вокруг которого формируются другие проявления субъектной позиции — ответственность, автономность и рефлексивность.

Не менее важным оказалось выявление дифференцированного характера взаимосвязей между отдельными видами ресурсов и компонентами субъектности. Установлено, что когнитивные ресурсы тесно связаны с рефлексивностью, эмоциональные — с автономностью, а мотивационные — с креативностью в решении жизненных задач. Эти специфические взаимосвязи подчеркивают комплексный характер субъектности, которая формируется через интеграцию различных психологических ресурсов, каждый из которых вносит свой уникальный вклад.

Особый интерес представляют итоги сравнительного анализа групп с разным уровнем субъектности. Обнаружено, что испытуемые с высоким уровнем субъектности достоверно превосходят другие группы по всем показателям внутренних ресурсов, причем большие межгрупповые различия наблюдаются именно по волевым ресурсам. Данный факт подтверждает предположение о том, что развитие субъектности требует гармоничного роста всей системы внутренних ресурсов, а не отдельных ее компонентов.

Практическая значимость полученных итогов заключается в возможности разработки адресных программ психологического сопровождения, направленных на развитие субъектности через активизацию внутренних ресурсов. Особое внимание следует уделять:

1. Формированию волевых качеств как основы субъектной позиции.
2. Развитию когнитивной гибкости и рефлексивности.
3. Совершенствованию эмоциональной регуляции.
4. Гармонизации мотивационной сферы.

Таким образом, эмпирическое исследование не только подтвердило основные теоретические положения, но и выявило новые аспекты взаимосвязи внутренних ресурсов активности и субъектности личности,

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное исследование внутренних ресурсов как фактора субъектности личности позволило сделать ряд важных теоретических и практических выводов, имеющих значение для современной психологической науки. Работа охватила как теоретический анализ проблемы, так и ее эмпирическую проверку, что обеспечило комплексность полученных итогов.

Основные выводы по работе свидетельствуют о том, что субъектность личности формируется на основе сложного взаимодействия различных внутренних ресурсов, образующих целостную систему. Значимыми оказались волевые ресурсы, которые выступают своеобразным «каркасом» субъектной позиции, обеспечивая устойчивость и последовательность в достижении целей. Однако подлинная субъектность возможна только при гармоничном развитии всех компонентов ресурсной системы — когнитивных, эмоциональных и мотивационных. Особую роль играет способность личности к мобилизации и перераспределению ресурсов в зависимости от конкретных жизненных ситуаций и задач, что особенно важно в условиях современной нестабильной среды.

Подтверждение гипотез исследования показало, что первоначальные предположения в целом нашли свое эмпирическое обоснование. Основная гипотеза о значимой взаимосвязи внутренних ресурсов и уровня субъектности получила убедительное подтверждение. Однако некоторые аспекты этой взаимосвязи оказались сложными, чем предполагалось изначально. В частности, неожиданно высокой оказалась роль эмоциональных ресурсов в обеспечении автономности личности, а влияние мотивационных ресурсов на рефлексивность оказалось менее выраженным, чем ожидалось. Эти итоги требуют уточнения теоретических моделей и указывают на необходимость дифференцированного подхода к изучению различных компонентов субъектности.

Перспективы дальнейших исследований видятся в нескольких направлениях. Особого внимания заслуживает изучение возрастной динамики взаимосвязи ресурсов и субъектности, а исследование кризисных периодов как моментов проверки и трансформации этой взаимосвязи. Важным направлением представляется изучение коллективных форм субъектности в профессиональных сообществах и социальных группах. В условиях цифровизации общества особую актуальность приобретает исследование влияния новых технологий на характер и проявления субъектности. Практическим продолжением работы может стать разработка и апробация комплексных программ развития субъектности для различных возрастных и профессиональных групп, основанных на принципах ресурсного подхода.

Проведенное исследование открывает новые возможности для понимания механизмов личностного развития в современном сложном мире. Полученные итоги имеют важное значение не только для психологической теории, но и для практики образования, профессионального развития и психологического консультирования. Дальнейшая разработка этой проблематики будет способствовать созданию эффективных технологий

поддержки и развития личности в условиях быстро меняющейся социальной реальности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абульханова–Славская, К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова–Славская. — Москва: Мысль, 1991. — 299 с.
2. Ананьев, Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. — Санкт–Петербург: Питер, 2001. — 288 с.
3. Бандура, А. Теория социального научения / А. Бандура. — Санкт–Петербург: Евразия, 2000. — 320 с.
4. Бауэр, Т. Психологическое развитие младенца / Т. Бауэр. — Москва: Прогресс, 1985. — 320 с.
5. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. — Санкт–Петербург: Питер, 2008. — 400 с.
6. Брушлинский, А. В. Психология субъекта / А. В. Брушлинский. — Москва: Институт психологии РАН, 2003. — 272 с.
7. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. — Москва: Смысл, 2005. — 1136 с.
8. Гальперин, П. Я. Лекции по психологии / П. Я. Гальперин. — Москва: КДУ, 2002. — 400 с.
9. Гиппенрейтер, Ю. Б. Введение в общую психологию / Ю. Б. Гиппенрейтер. — Москва: АСТ, 2020. — 352 с.
10. Годфруа, Ж. Что такое психология / Ж. Годфруа. — Москва: Мир, 1992. — 496 с.
11. Голубева, Э. А. Способности и индивидуальность / Э. А. Голубева. — Москва: Прометей, 1993. — 306 с.
12. Гордеева, Т. О. Психология мотивации достижения / Т. О. Гордеева. — Москва: Смысл, 2006. — 336 с.

- 13.Дружинин, В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. — Санкт–Петербург: Питер, 2007. — 368 с.
- 14.Зейгарник, Б. В. Патопсихология / Б. В. Зейгарник. — Москва: Академия, 2003. — 208 с.
- 15.Ильин, Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. — Санкт–Петербург: Питер, 2009. — 368 с.
- 16.Карпов, А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А. В. Карпов. — Москва: Институт психологии РАН, 2004. — 424 с.
- 17.Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. — Москва: Академия, 2004. — 304 с.
- 18.Кон, И. С. В поисках себя / И. С. Кон. — Москва: Политиздат, 1984. — 335 с.
- 19.Корнилова, Т. В. Методологические основы психологии / Т. В. Корнилова. — Санкт–Петербург: Питер, 2008. — 320 с.
- 20.Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. — Москва: Смысл, 2005. — 352 с.
- 21.Леонтьев, Д. А. Психология смысла / Д. А. Леонтьев. — Москва: Смысл, 2003. — 487 с.
- 22.Либин, А. В. Дифференциальная психология / А. В. Либин. — Москва: Смысл, 2000. — 532 с.
- 23.Ломов, Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. — Москва: Наука, 1984. — 444 с.
- 24.Лурия, А. Р. Основы нейропсихологии / А. Р. Лурия. — Москва: Академия, 2003. — 384 с.
- 25.Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. — Санкт–Петербург: Питер, 2019. — 400 с.
- 26.Мерлин, В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. — Москва: Педагогика, 1986. — 256 с.
- 27.Мясищев, В. Н. Психология отношений / В. Н. Мясищев. — Москва: Институт практической психологии, 1995. — 356 с.

- 28.Насиновская, Е. Е. Методы изучения мотивации личности / Е. Е. Насиновская. — Москва: Изд-во МГУ, 1988. — 80 с.
- 29.Нюттен, Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / Ж. Нюттен. — Москва: Смысл, 2004. — 608 с.
- 30.Оллпорт, Г. Становление личности / Г. Оллпорт. — Москва: Смысл, 2002. — 462 с.
- 31.Павлов, И. П. Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности / И. П. Павлов. — Москва: Наука, 1973. — 661 с.
- 32.Петренко, В. Ф. Основы психосемантики / В. Ф. Петренко. — Москва: Эксмо, 2010. — 480 с.
- 33.Петровский, А. В. Личность. Деятельность. Коллектив / А. В. Петровский. — Москва: Политиздат, 1982. — 255 с.
- 34.Платонов, К. К. Структура и развитие личности / К. К. Платонов. — Москва: Наука, 1986. — 256 с.
- 35.Прайор, К. Не рычите на собаку! / К. Прайор. — Москва: Эксмо, 2017. — 288 с.
- 36.Психология личности: хрестоматия / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. — Самара: Бахрах-М, 2008. — 544 с.
- 37.Реан, А. А. Психология личности / А. А. Реан. — Санкт-Петербург: Питер, 2013. — 288 с.
- 38.Роджерс, К. Становление личности / К. Роджерс. — Москва: Эксмо, 2001. — 416 с.
- 39.Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. — Санкт-Петербург: Питер, 2002. — 720 с.
- 40.Селигман, М. Новая позитивная психология / М. Селигман. — Москва: София, 2006. — 368 с.
- 41.Смирнов, А. А. Избранные психологические труды / А. А. Смирнов. — Москва: Педагогика, 1987. — 472 с.
- 42.Теплов, Б. М. Проблемы индивидуальных различий / Б. М. Теплов. — Москва: АПН РСФСР, 1961. — 536 с.

43. Уznaдзе, Д. Н. Психологические исследования / Д. Н. Уznaдзе. — Москва: Наука, 1966. — 451 с.
44. Фестингер, Л. Теория когнитивного диссонанса / Л. Фестингер. — Санкт-Петербург: Речь, 2000. — 320 с.
45. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. — Москва: Прогресс, 1990. — 368 с.
46. Фрейд, З. Введение в психоанализ / З. Фрейд. — Санкт-Петербург: Азбука, 2019. — 480 с.
47. Фромм, Э. Бегство от свободы / Э. Фромм. — Москва: АСТ, 2018. — 288 с.
48. Хекхаузен, Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. — Санкт-Петербург: Питер, 2003. — 860 с.
49. Холл, К. Теории личности / К. Холл, Г. Линдсей. — Москва: Эксмо, 1999. — 592 с.
50. Юнг, К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг. — Москва: Ренессанс, 1991. — 304 с.
- Электронные ресурсы:
51. Леонтьев, Д. А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности [Электронный ресурс] / Д. А. Леонтьев // Психологический журнал. — 2000. — Т. 21, № 1. — URL: <https://psyjournals.ru/articles/d3055.shtml> (дата обращения: 12.05.2023).
52. Ryan, R. M. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being [Электронный ресурс] / R. M. Ryan, E. L. Deci // American Psychologist. — 2000. — Vol. 55, No. 1. — P. 68–78. — URL: https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.pdf (дата обращения: 12.05.2023).
53. Bandura, A. Self-efficacy: The exercise of control [Электронный ресурс] / A. Bandura. — New York: Freeman, 1997. — 604 p. — URL:

<https://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/Bandura1997Ch1.pdf> (дата обращения: 12.05.2023).

54. Csikszentmihalyi, M. Flow: The psychology of optimal experience [Электронный ресурс] / M. Csikszentmihalyi. — New York: Harper & Row, 1990. — 303 p. — URL: <https://archive.org/details/flowpsychologyof00csik> (дата обращения: 12.05.2023).
55. Diener, E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index [Электронный ресурс] / E. Diener // American Psychologist. — 2000. — Vol. 55, No. 1. — P. 34–43. — URL: https://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener_2000.pdf (дата обращения: 12.05.2023).