

## Психологические особенности саморазвивающейся личности

### Psychological features of a self-developing personality

УДК 37.013.41

Получено: 23.08.2020

Одобрено: 15.09.2020

Опубликовано: 25.10.2020

#### **Астахова Л.Г.**

Старший преподаватель кафедры социальной адаптации и организации работы с молодежью Калужского государственного университета им. К.Э. Циолковского, г. Калуга  
e-mail: astahovalg@tksu.ru

#### **Astakhova L.G.**

Senior lecturer, Department of Social Adaptation and Organization of Work with Youth, Kaluga State University named after K. E. Tsiolkovsky, Kaluga  
e-mail: astahovalg@tksu.ru

#### **Аннотация**

В статье рассматривается отражение идеи формирования саморазвивающейся личности в действующих нормативных правовых документах. Дается психологическая характеристика саморазвивающейся личности. Описываются ее основные черты. Показана взаимосвязь между всеми чертами саморазвивающейся личности, которые, с одной стороны, являются необходимыми свойствами саморазвивающейся личности, с другой стороны, сами формируются в процессе саморазвития.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ в рамках научного проекта № 20-013-00616.

**Ключевые слова:** саморазвитие, саморазвивающаяся личность, характеристика саморазвивающейся личности, дополнительное образование детей.

#### **Abstract**

The article considers the reflection of the idea of forming a self-developing personality in the current regulatory legal documents. The psychological characteristics of a self-developing personality are given. Its main features are described. It shows the relationship between all the features of a self-developing personality, which, on the one hand, are necessary properties of a self-developing personality, on the other hand, they themselves are formed in the process of self-development.

Acknowledgments: The reported study was funded by RFBR, project number 20-013-00616.

**Keywords:** self-development, self-developing personality, characteristics of self-developing personality, additional education of children.

Изменения, которые произошли в России в экономической, политической, социальной, культурной и других сферах жизни, потребовали кардинальных изменений в сфере образования. Система образования потребовала трансформации, которая бы обеспечивала выполнение социального заказа общества: формирова-

ние личности, способной к успешной позитивной социализации в быстро меняющихся условиях, условиях неопределенности в течение всей жизни, способной к непрерывному самообразованию и саморазвитию.

Важными нормативными правовыми документами, обозначившими курс на модернизацию системы образования в целом и сформулировавшими главные цели системы образования, стали: обеспечение глобальной конкурентоспособности российского образования и воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности, можно назвать национальную образовательную инициативу «Наша новая школа» (2010) [1], Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» (2012) [5], Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (2012) [7], Распоряжение Правительства РФ «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей» (2014) [3], Распоряжение Правительства Российской Федерации «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (2015) [4], Постановление Правительства РФ «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (2017) [2], Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (2018) [6], а также федеральные государственные образовательные стандарты общего образования всех уровней.

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ общее образование определяется как вид образования, который направлен, в первую очередь, на развитие личности обучающегося, формирование компетенций, необходимых для жизни в современном обществе [7]. Способность и готовность к саморазвитию нужно рассматривать как главные составляющие успешной жизни человека в современном быстроменяющемся мире.

Наряду с общим образованием дополнительное образование детей решает задачу развития личности детей и молодежи, обеспечивая свободный выбор различных видов деятельности, содействует их личностному и профессиональному самоопределению, позитивной социализации и самореализации [3; 7].

В 2014 г. утверждается Концепция развития дополнительного образования детей. В Концепции делается акцент на мотивации внутренней активности саморазвития детской и подростковой субкультуры как задаче, стоящей перед всем обществом. Но ключевая социокультурная роль в ее решении отводится дополнительному образованию детей, где на первом плане находятся ценности самовыражения, личностного роста и гражданской солидарности. Образование в целом, включая дополнительное образование, должно создать возможности «для реализации фундаментального вектора процесса развития человека, поиска и обретения человеком самого себя» [3]. Через всю Концепцию проходят идеи создания в дополнительном образовании необходимых условий для познания подрастающим поколением себя и окружающего мира через творчество, игру, труд и исследовательскую активность; развития детских инициатив; получения опыта проживания социокультурной реальности и рефлексии. Таким образом, согласно Концепции, дополнительное образование должно быть направлено на формирование саморазвивающейся личности.

Анализ трудов современных ученых (В.В. Байлука, И.В. Ивановой, М.В. Кузьминой, В.Г. Маралова, С.А. Минюровой, Т.С. Пилипенко, М.Р. Плотницкой, М.А. Фризен и др.) позволяет выделить основные черты, характеризующие саморазвивающуюся личность:

- развитое сознание и самосознание, осознанность действий и поступков (М.А. Фризен, М.Р. Плотницкая, М.В. Кузьмина и др.);

- стремление к самопознанию, развитые способности к самопознанию (В.В. Байлук, В.Г. Маралов, С.А. Минюрова и др.);
- рефлексивность, рефлексивные способности (А.А. Деркач, А.В. Карпов, М.В. Кузьмина, В.Г. Маралов, С.А. Минюрова, Г.В. Ожиганова, М.Р. Плотницкая, И.Н. Семенов, М.А. Фризен и др.);
- самопринятие (В.Г. Маралов, Т.С. Пилипенко и др.);
- мотивация к саморазвитию (Н.А. Низовских, М.А. Фризен и др.);
- креативность по отношению к собственному развитию (В.И. Андреев и др.);
- творческое мышление (М.А. Фризен и др.);
- открытость новому опыту (М.А. Фризен и др.);
- социально-психологическая компетентность личности (М.А. Фризен);
- развитые адаптивные способности личности, высокие адаптивные возможности личности (М.А. Фризен и др.);
- социальная активность, субъектная активность (С.А. Минюрова и др.);
- способность самоуправления, сформированные волевые качества (В.В. Байлук, Л.Б. Гиль, И.В. Иванова, К.А. Чеховских, М.А. Щукина и др.);
- ответственность за самоизменения (М.А. Фризен, М.Р. Плотницкая, М.В. Кузьмина, В.В. Байлук и др.), способность к свободе выбора с ответственностью перед собой (И.В. Иванова и др.).

*Развитое сознание и самосознание, осознанность действий и поступков*

Фундаментальным, направляющим саморазвитие личности является самосознание. Именно самосознание позволяет личности постичь, какой быть, согласно каким представлениям и ценностям действовать, сделать себя предметом не только познания, но и преобразования, совершенствования [11, с. 60]. Самосознание определяет развитие внутреннего мира человека и является необходимым условием его саморазвития.

Основной особенностью самосознания, в отличие от сознания, является его направленность на осознание себя как личности, своего внутреннего мира, своих действий, чувств, мыслей, мотивов поведения, интересов, положения в обществе. Самосознание ориентировано на познание собственной личности как субъекта деятельности. Субъектом деятельности человек становится тогда, когда осмысливает результаты своей деятельности и поведения, когда он понимает, что причиной и следствием этих действий является он сам [20, с. 71-73].

Особенности становления самосознания в разные возрастные периоды достаточно хорошо изучены и описаны в современной психологической науке. В возрасте 11-12 мес. – это выделение своего физического «Я»; в 3 года – формирование «системы Я»; в дошкольном возрасте – возникновение самооценки; в младшем школьном возрасте – развитие способности к рефлексии; в подростковом возрасте – открытие своего внутреннего мира, интерес к себе и своим личностным особенностям и внешнему облику; в период ранней юности – формирование целостного представления о себе или «Я-концепции»; в период взрослости – индивидуализация самопознания, познание себя в различных областях жизни и, в том числе, в профессиональной сфере.

Становление самосознания личности тесно связано с процессом самопознания.

*Стремление к самопознанию, развитые способности к самопознанию*

Достаточно часто определения понятия «самопознание» даются через перечисление свойств, сторон индивида, на которые направлено самопознание. Так, например, В.Г. Маралов определяет самопознание, как «процесс познания себя, своих потенциальных и актуальных свойств, личностных, интеллектуальных особенностей, черт характера, своих отношений с другими людьми» [21, с. 9]. В словаре по социальной педагогике самопознание – познание своего Я в его специфике, условиях и характерных способах реакции, в предрасположениях и способно-

стях, ошибках и слабостях, силах и границах собственного Я» [30]. Однако, если учесть, что человек как объект познания неисчерпаем, то невозможно в одном определении охватить все, что отражается в этом процессе.

С.А. Минюрова под самопознанием понимает процесс, посредством которого человек получает знания о себе [22, с. 18-22].

В.В. Байлук рассматривает самопознание как «такое познание, в котором субъектом и объектом является отдельный индивид. Содержанием самопознания является отражение индивидом самого себя и формирование определенного образа своего "Я"» [8, с. 29].

Результатом самопознания является «образ я», система знаний о себе, объединенная в доступную для осознания Я-концепцию, и система самоотношения: личностная идентичность, самопринятие, самоуважение, чувство собственной компетенции, на основе чего каждый человек строит свои отношения с другими людьми, в тех или иных видах деятельности самореализуется, осуществляет себя в мире, огромное значение самопознания в жизни человека очевидно.

Самопознание является основой оценочного отношения к самому себе (самооценки), развития самоконтроля и саморегуляции человека.

#### *Рефлексивность, рефлексивные способности*

По мнению М.А. Фризен, внутренне детерминированному процессу саморазвития должна предшествовать значимая для личности работа по рефлексии актуального и желаемого уровня развития, по поиску возможностей для подкрепленного позитивным опытом саморазвития (хотя бы локального) [35].

А.А. Деркач также отмечая связь рефлексии с процессами саморазвития, пишет, что «... знание приобретает свою значимость в том случае, если оказывается рефлексивным, т.е. когда оно позволяет выявлять перспективы (зоны) саморазвития исследуемых явлений в зависимости от характера взаимодействия с ним саморазвивающегося субъекта исследования» [12].

И.Н. Семенов рассматривает рефлексивность «как смысловое обращение к свершившемуся и содеянному в контексте предстоящего для понимания человеком ситуации и себя в ней, для смыслового извлечения из этого уроков в целях перестройки поведения и деятельности, а также для проектирования своего будущего» [28, с. 27].

Именно рефлексивная активность, результатом которой является вывод о собственном несовершенстве, инициирует саморазвитие человека.

Рефлексивность, в отличие от рефлексии, как процесса познания себя, представляет собой свойство личности (А.В. Карпов [14], В.Д. Шадриков [36]), которая имеет меру выраженности и характеризуется направленностью процессов познания на себя в действиях, поступках, созерцании. Эта направленность может оцениваться с помощью наличия критериев правильности действий и правильности поступков; уровня развития познавательных способностей (интеллекта); показателей направленности на самооценку.

#### *Самопринятие*

Самосознание в зависимости от целей и задач, стоящих перед человеком, может принимать разные формы, одной из которых, по мнению В.И. Слободчикова и Е.И. Исаева, является самопринятие [29].

С.М. Колкова [16], В.Г. Маралов [21], А.Б. Орлов [25] рассматривают самопринятие, как активное отношение человека к самому себе в процессе жизнедеятельности. Именно самопринятие человека помогает ему перейти от самопознания к самосовершенствованию.

Т.С. Пилипенко, анализируя феномен самопринятия, в работах отечественных ученых, приходит к выводу, что самопринятие необходимо рассматривать не только как личностную характеристику, способствующую позитивному оценива-

нию себя, но и как субъектную характеристику личности, обеспечивающую ее активность, развитие, целостность и устойчивость. Феномен самопринятия является основополагающим в процессах самопознания и саморазвития, что, в свою очередь, позволяет прогнозировать роль безусловного самопринятия в структуре личности субъекта адаптации, инициирующую субъектную активность, ведущую за собой раскрытие адаптационного потенциала личности субъекта адаптации [27, с. 47].

В психологии давно известен и доказан факт: чем в большей мере человек способен принимать себя, свои качества (даже те, которые вызывают негативные эмоции), тем в большей мере он является гармоничной личностью и в большей степени способен к поступательному саморазвитию.

*Мотивация к саморазвитию*

Способность к саморазвитию обеспечивается соответствующими побудительными силами. Мотивация к саморазвитию как свойство личности, с одной стороны, формируется в процессе развития и саморазвития, с другой стороны, является необходимой характеристикой саморазвивающейся личности.

В разные возрастные периоды доминируют разные мотивы. В дошкольном возрасте мотивами самоутверждения становятся «притязание на признание» со стороны взрослых, стремление к самостоятельности и проявлению себя. В дошкольном возрасте мотивы самоутверждения меняются. Желая добиться признания взрослых, ребенок стремится соответствовать принятым в обществе нормам и правилам поведения (нормативность поведения). Желание быть первым (потребность в достижениях) реализуется в ситуациях соперничества. В мотивах самоутверждения подростков ведущую роль играют, с одной стороны, стремление к автономии и независимости, с другой стороны, - притязание на признание в таких областях, которые имеют место быть в подростковой культуре [17].

В период ранней юности мотивом самоутверждения остается стремление к автономии, которое углубляется за счет интеграции поведенческой, эмоциональной и ценностной ее сторон. Превосходство над другими приобретает форму социального мотива, включающего стремление к известности и общественному престижу, получению признания окружающих, к достижению высоких результатов в значимой деятельности. В жизненном самоопределении на первый план выходит профессиональное самоопределение, возникает потребность в самоактуализации своего личностного потенциала и использовании его в жизни, дифференцируются мотивы самосовершенствования [21].

Н.А. Низовских, анализируя и обобщая теоретические изыскания по данному вопросу, выделяет мотивы, побуждающие человека к целенаправленным самоизменениям, такие, как желание быть на кого-то похожим; потребность в любви, признании и стремление к независимости; познание и понимание себя; стремление к самоутверждению и др. [24, с. 114-118].

Мотивация саморазвития многогранная, поэтому невозможно перечислить все возможные мотивы самоизменения. Осознание собственных мотивов саморазвития является важным шагом на пути достижения подлинной субъектности.

*Креативность по отношению к собственному развитию*

Личность – это субъект собственного развития, который находится в постоянном поиске и построении тех видов деятельного отношения к миру, в которых могут полнее всего проявиться, раскрыться и развиться его уникальные потенции. Человек в процессе саморазвития ставит перед собой новые жизненные цели и задачи, строит планы на будущее, прогнозирует развитие будущих событий, ищет средства и определяет стратегию и тактику по достижению поставленных целей, учитывая при этом свои собственные внутренние и внешние ресурсы. В достижении оптимального результата помогает творческий подход.

Творческое мышление, нестереотипность мышления и поведения М.А. Фризен относит к свойствам личности, которые, с одной стороны, необходимы для дальнейшего ее саморазвития, но, с другой стороны, формируются в процессе развития и саморазвития личности [33, с.32].

Каждый человек является творцом своей судьбы. Именно от него самого зависит, как сложится его дальнейшая жизнь, каких результатов он достигнет в жизни.

*Открытость новому опыту*

Одной из ведущих характеристик саморазвивающейся личности является ее открытость новому опыту. Размышляя над вопросом: почему одна личность открыта новым смыслам, способам действия, толерантна к неопределенности, а другая личность закрыта этому, М.А. Фризен приходит к выводу, что ответ на этот вопрос лежит в плоскости смысла, т.е. речь идет об открытости смысловой сферы личности. Открытость смысловой сферы означает готовность личности выходить за свои собственные границы, за границы своего жизненного опыта, обмениваться смыслами с другими – транслировать свои смыслы и принимать смыслы других, образуя новые смыслы. Другими словами, открытость новому опыту подразумевает открытость для усвоения «бесконечной вселенной смыслов» (М.А. Фризен) и открытость смысловому диалогу. Для осуществления смыслообмена человеку необходимо разграничивать смыслы «Я» и смыслы «других» [33, с. 26].

*Социально-психологическая компетентность личности*

Необходимым свойством самоактуализирующейся личности также является социально-психологическая компетентность, которая формируется и развивается на протяжении всего процесса обучения.

В кратком психологическом словаре дается следующее определение социально-психологической компетентности: это «способность индивида эффективно взаимодействовать с окружающими его людьми в системе межличностных отношений» [18]. Социально-психологическую компетентность можно охарактеризовать как представленность в сознании индивида психологического содержания проблемных ситуаций и владение способами их решения. Социально-психологическая компетентность включает в себя способность человека осознавать и контролировать свое социальное поведение, способность понимать поведение других, способность понимать психологические механизмы возникновения того или иного эмоционального состояния у человека, выбирать адекватные способы обращения с ним и реализовывать эти способы в процессе взаимодействия, владение механизмами саморегуляции, необходимой для успешного выполнения данной деятельности, умение индивида ориентироваться в социальных ситуациях, способность видеть социально-психологические проблемы в своей деятельности, умение формулировать проблему и искать пути ее адекватного разрешения.

Социально-психологическая компетентность отражает достижения личности в развитии отношений с другими людьми, обеспечивает полноценное овладение социальной реальностью и даёт возможность эффективно встраивать своё поведение в зависимости от ситуации общения и в соответствии с принятыми в социуме на данный момент нормами и стандартами [31].

Развитая социально-психологическая компетентность в свою очередь влияет на проявление открытости человека ко всему новому, его социальную активность, адаптацию в обществе.

*Развитые адаптивные способности личности*

Под адаптивными способностями понимают индивидуально-психологические особенности личности, которые в единстве сознания и деятельности проявляются в успешности и качественном своеобразии приспособительного поведения личности. Адаптивные способности определяют изменение поведения и отношений

личности к социальной среде. В основе этих изменений лежат рефлексивно-мотивационные процессы, которые преобразуют содержание смысла адаптации человека от ориентировки на приспособление к сознанию, направленному на преодоление и преобразование [15, с. 22].

Социальная адаптация, по мнению А.В. Мудрика, предполагает не только приспособление индивида к условиям социальной среды, но и его обособление в ней, социальную автономизацию, т.е. реализацию совокупности установок на себя, устойчивость в поведении и отношениях [23]. Д.А. Леонтьев утверждает, что автономия – это «ориентация на собственный закон развития» [19, с. 33]. Действия автономной личности определяются логикой свободного выбора, основанного на жизненных ценностях. Автономная личность – это творческая, активная личность, которая может создавать и перестраивать свой мир, вносить в него новые смыслы.

Познавая свой внутренний и внешний мир, приспособляясь к окружающей действительности и преобразуя ее, человек самоизменяется. А.В. Брушлинский писал, что только на такой основе происходит действительное психическое развитие способностей человека, которые выступают одновременно и как продукт предшествующей деятельности, и как внутреннее условие последующей, более сложной деятельности [10].

Развитые адаптивные способности позволяют человеку жить в гармонии с собой и миром.

*Социальная активность, субъектная активность*

Представления о человеке как о существе адаптирующемся дополняются представлениями о человеке как об активном, деятельном субъекте.

Как пишет А.В. Брушлинский, человек не рождается, а становится субъектом в процессе собственной жизнедеятельности. «Субъект — это человек ... на высшем уровне активности, целостности (системности), автономности» [10].

Современные ученые выделяют особый вид активности личности – субъектную активность. В процессе жизнедеятельности, проявляя субъектную активность, человек разрешает противоречия между вновь появляющимися потребностями и возможностями их удовлетворения, преодолевает «зазор» между актуальным и желаемым уровнями.

Субъектная активность направлена на поиск путей самораскрытия, обретения собственного стиля взаимодействия с окружающей реальностью.

*Способность самоуправления, сформированные волевые качества*

Способность самоуправления выступает одной из особенностей саморазвивающейся личности.

Анализируя процессы, обозначаемые понятием «само-», М.А. Щукина отмечает, что понятие же «само» предполагает, что субъект не только осуществляет определенную активность, но и управляет ею [38]. Под самоуправлением понимается целенаправленное изменение. Цель изменений ставит сам человек, который и управляет своими формами активности: общением, поведением, деятельностью и переживаниями. Самоуправление, по мнению Л.Д. Столяренко, в отличие от саморегуляции, является процессом творческим. Самоуправление и саморегуляция – это две стороны активности личности, диалектическое единство изменчивого и устойчивого в непрерывном развитии субъективного мира человека. Но процесс самоуправления связан с созданием нового, с постановкой новых целей и задач в новых, сложившихся условиях, с поиском новых путей решений и средств достижения целей. Саморегуляция закрепляет то, что приобретено в процессе самоуправления. Рассматривая самоуправление как систему, в ее структуре можно выделить восемь составляющих – восемь последовательно разворачивающихся этапов: анализ противоречий, прогнозирование, целеполагание, формирование кри-

териев, оценки качества, принятия решения к действию, контроль, коррекция [26, с. 342-343].

В процессе совершенствования этих умений формируются и развиваются такие волевые качества личности, как целеустремлённость, инициативность, самостоятельность, смелость, решительность, организованность, настойчивость, дисциплинированность, самоконтроль, выдержка, самообладание и др., которые, в свою очередь, являются важной составляющей саморазвивающейся личности.

*Ответственность за самоизменения, способность к свободе выбора с ответственностью перед собой*

Саморазвитие предполагает познание человеком себя и окружающего мира, формирование новых умений, навыков, качеств, и в позитивном варианте соотносится с ответственностью личности за эти изменения. Саморазвитие связано как с поиском принципиально новых бытийных контекстов, так и со становлением ответственности за самоизменение, построение жизненного пути [32]. Деятельность и мотивация личности опираются на её субъектно значимый выбор: пути, способа действия, поступка, мысли, за которые она несёт собственную ответственность [37].

Результаты исследования, проведенные М.А. Фризен, подтверждают связь личностной рефлексивности и ответственности (локусе контроля) личности [34].

Ответственность человека за жизнь в целом, за свои достижения и неудачи, позволяет ему целенаправленно планировать и осуществлять свое развитие. С ответственностью личности за результаты своей деятельности и поведения связано и позитивное самоотношение, и особенности взаимоотношений с окружающими, и позитивное осмысление жизненных событий, активность человека, степень его адаптивности в окружающем мире.

Понятие «ответственности» связано с понятием «свободы выбора». Свободный личностный выбор в философском аспекте выступает важным феноменом саморазвития [9]. Личностную свободу И.В. Иванова рассматривает как экзистенциальное качество личности, способность к внутреннему выбору. Свобода предполагает, прежде всего, осознанный выбор линии жизни, сферы и видов деятельности. Только осознанный, самостоятельный выбор делает человека свободным [13, с. 40].

Человек в процессе саморазвития сам ставит перед собой цели, сам определяет пути и средства достижения поставленных целей, сам выбирает и осуществляет выбранные действия. За сделанные выборы и результаты самоизменения ответственность несет также сам человек.

Таким образом, идея формирования саморазвивающейся личности прослеживается во всех современных нормативных правовых актах системы образования (просвещения). Анализируя процесс саморазвития личности, можно сделать вывод, что он предельно индивидуализирован, он определяется мерой субъектности каждой личности, характером целей саморазвития и уровнем их осознанности, уровнем развития способностей к самопознанию, рефлексивных способностей, адаптивных способностей, способностей самоуправления, творческих способностей, уровнем принятия личности, открытости новому опыту, мотивацией к саморазвитию, особенностями активности личности и мерой готовности брать на себя ответственность за результаты своих действий.

### **Литература**

1. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (утв. Президентом РФ от 4 февраля 2010 г. N Пр-271).
2. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 N 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».



3. Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
4. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
5. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 N 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
6. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. N 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
7. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (в действующей редакции).
8. *Байлук В.В.* О природе самопознания // Педагогическое образование в России. – 2018. – №5. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-prirode-samopoznaniya> (дата обращения: 22.09.2020).
9. *Бердяев Н.А.* Самопознание [Текст] / Н. Бердяев. – Москва: ЭКСМО-Пресс; Харьков: Фолио, 1998. – 620 с.
10. *Брушлинский А.В.* Субъект: мышление, учение, воображение / А.В. Брушлинский. – Москва: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 392 с.
11. *Голованова Н.Ф., Дерманова И.Б.* Саморазвитие личности как предмет педагогики и психологии // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. – 2015. – № 3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samorazvitie-lichnosti-kak-predmet-pedagogiki-i-psihologii> (дата обращения: 08.09.2020).
12. *Деркач А.А., Сайко Э.В.* Самореализация как структурообразующий конструкт и процесс в онтогенезе // Мир психологии. – 2009. – № 2. – С. 222-235.
13. *Иванова И.В.* Свобода и ответственность личности как показатели ее саморазвития // Стандарты и мониторинг в образовании. – 2018. – № 1. – Т. 6. – С. 37-45.
14. *Карпов А.В.* Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. – 2003. – Т. 24. – № 5. – С. 45–58.
15. *Ковшилова С.Н.* Адаптивные способности студентов вузов // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2010. – № 13. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/adaptivnye-sposobnosti-studentov-vuzov> (дата обращения: 26.09.2020).
16. *Колкова С.М.* Самопринятие как составляющая психологического здоровья человека // Психологическое здоровье человека: жизненный ресурс и жизненный потенциал. - 2012. - С. 69–76.
17. *Корчагина Г.И.* Мотивационно-смысловые образования как детерминанты самоутверждения личности // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. – 2008. – Т. 1. – № 2. – С. 144–150.
18. Краткий психологический словарь/ Ред. А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский; ред.-сост. Л.А. Карпенко. Издание 2-е, расширенное, исправленное и дополненное. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1998. – 512 с.
19. *Леонтьев Д.А.* От симбиоза и адаптации к автономии и трансценденции // Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества / под ред. Е.И. Яцуты. – Кемерово: Графика, 2002. – С. 3–34.
20. *Макаров В.К., Борисова Е.А.* Особенности самосознания подростков // Вестник СПбГУ. Серия 12. Социология. – 2008. – №2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samosoznaniya-podrostkov> (дата обращения: 26.09.2020).

21. *Маралов В.Г.* Основы самопознания и саморазвития: Учеб.пособие для студ. сред. пед. учеб, заведений. 2-е изд., стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2004. – 256 с.
22. *Минюрова С.А.* Психология самопознания и саморазвития: учебник.- Урал.гос. пед. ун-т. Екатеринбург: [б. и.], 2013. – 316 с.
23. *Мудрик А.В.* Социализация человека: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. 3-е изд., испр. и доп. – Москва: Изд-во Московского психолого-социального ин-та, 2011. – 736 с.
24. *Низовских Н.А.* Мотивация саморазвития человека // Вестник ВятГУ. - 2008. - № 1. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/motivatsiya-samorazvitiya-cheloveka> (дата обращения: 22.09.2020).
25. *Орлов А.Б.* Психология личности и сущности человека: парадигмы, проекции, практики: пособие для студентов психологических факультетов. – Москва: Академия, 2002. – 272 с.
26. Основы психологии. Практикум / Ред.-сост. Л.Д. Столяренко. Изд-е 7-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 704 с.
27. *Пилипенко Т.С.* Самопринятие как характеристика личности субъекта адаптации // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. – 2020. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samoprinyatie-kak-harakteristika-lichnosti-subekta-adaptatsii> (дата обращения: 22.09.2020).
28. *Семенов И.Н.* Рефлексивность самонаблюдения и персонология интроспекции: к онтологии и методологии рефлексивной психологии индивидуальности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2015. – № 3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/refleksivnost-samonablyudeniya-i-personologiya-introspektsii-k-ontologii-i-metodologii-refleksivnoy-psihologii-individualnosti> (дата обращения: 22.09.2020).
29. *Слободчиков В.И., Исаев Е.И.* Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов. – Москва: Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
30. Словарь по социальной педагогике / Автор-составитель Л.В. Мардахаев. - М.: Академия, 2002. – 388 с.
31. *Сюткина Л.В.* Обзор научных подходов к проблематике социально-психологической компетентности // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2014. – № 43. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obzor-nauchnyh-podhodov-k-problematike-sotsialno-psihologicheskoy-kompetentnosti> (дата обращения: 27.09.2020).
32. *Фризен М.А., Плотницкая М.Р., Кузьмина М.В.* Психологические характеристики саморазвития формирующейся личности // Вестник ЮУрГГПУ. – 2015. – № 10. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-harakteristiki-samorazvitiya-formiruyusheysya-lichnosti> (дата обращения: 09.09.2020).
33. *Фризен М.А.* Психологическая сущность и детерминанты саморазвития личности // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. – 2011. – № 2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-suschnost-i-determinanty-samorazvitiya-lichnosti> (дата обращения: 24.09.2020).
34. *Фризен М.А.* Рефлексивность как ресурс проектирования саморазвития // RussianJournalofEducationandPsychology. – 2015. – № 7 (51). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/refleksivnost-kak-resurs-proektirovaniya-samorazvitiya> (дата обращения: 13.09.2020).
35. *Фризен М.А.* Субъектность формирующейся личности в плане саморазвития // Вестник КемГУ. – 2016. – № 2 (66). - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/subektnost-formiruyusheysya-lichnosti-v-plane-samorazvitiya> (дата обращения: 13.09.2020).

36. *Шадриков В.Д.* Мысль, мышление и сознание // Мир психологии. – 2014. – № 1. – С. 17–32.
37. *Шемиурин А.А.* Проблема субъектного подхода в нравственном воспитании школьников // Журнал педагогических исследований. – 2018. – №. 6. – С. 47-51. URL:<https://naukaru.ru/ru/nauka/article/24500/view> (дата обращения: 06.11.2020).
38. *Шукина М.А.* Системные характеристики группы психологических понятий «само-» // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 13 / под ред. Л.А. Коростылевой. – Санкт-Петербург: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2010. – С. 71–81.