

it is a personal *motivational parameter*, the degree of its expressiveness depends on realism, structuring, integrity (consistency of the past, present and future), of the system of personal attitudes and life perspectives, which includes goals, plans, values and aspirations.

The article determines that personal psychological well-being correlates with the value-sense orientations (life goals, a life process, efficiency of life) and personal resilience. Therefore, personal psychological well-being can be understood as a psychological basis of personal security, having a self-regulatory function of preserving of personal integrity and stability as a psychological system.

The personal potential of psychological well-being means materialisation of innate resources accumulated by a person as a result of comprehension of links between personal past, present and future in terms of implementation of own capabilities and achievement of life prospects - reserves of full realization in the present and possibilities of development of personal vital forces, labour and spiritual capabilities in the future.

Key words: psychological safety, psychological well-being, innate resources, personal potential.

УДК 159.9

Чайка Г.В.

МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ АВТОНОМІЇ ЯК КЛЮЧОВОЇ ОЗНАКИ САМОДЕТЕРМІНАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Чайка Г.В. Методологія дослідження особистісної автономії як ключової ознаки самодетермінації особистості. В статті розглядається особистісна автономія з погляду теорії самодетермінації. Показано, що рівень особистісної автономії визначає, на скільки особистість спирається у діях і вчинках при взаємодії з навколишнім світом з огляду на власний вибір. Визначено, з якими іншими особистісними конструктами, що розкривають «Я» особистості, пов'язані становлення та розвиток особистісної автономії. Визначені відповідні методики для взаємного дослідження особистісної автономії та пов'язаних з нею феноменів.

Ключові слова: особистісна автономія, самодетермінація, розвиток автономії, методичний інструментарій.

Чайка Г.В. Методология исследования личностной автономии как ключевого признака самодетерминации личности. В статье рассматривается личностная автономия с точки зрения теории самодетерминации. Показано, что уровень личностной автономии определяет, насколько личность опирается в действиях и поступках при взаимодействии с окружающим миром на собственный выбор. Определено, с какими другими личностными конструктами, раскрывающие «Я» личности, связано становление и развитие личностной автономии. Определены соответствующие методики для взаимного исследования личностной автономии и связанных феноменов.

Ключевые слова: личностная автономия, самодетерминация, развитие автономии, методический инструментарий.

Актуальність проблеми. Проблема автономії, тобто незалежності, існувала, мабуть, стільки, скільки існує людство. Необхідність автономії була усвідомлена ще в грецькій філософії Демократом і Сократом. Проте в останні десятиріччя в психологічній науці піднялася дискусія щодо поняття «особистісна автономія», яка розуміється як особистісна незалежність у думках, діях, вчинках. Особливо глибоко ця тема дискутується в рамках теорії самодетермінації, запропонованої Е. Десі та Р. Ріаном. У контексті такого підходу самодетермінація, або автономія розглядається як відчуття і реалізація свободи вибору люди-

ною способу поведінки та існування в світі незалежно від сил зовнішнього оточення і внутрішньо-особистісних процесів, що впливають на неї. У сучасній вітчизняній психології традиція дослідження проблеми особистісної автономії поки тільки закладається, тому буде цікавим не лише розкрити поняття особистісної автономії як ключової ознаки самодетермінації, а й дослідити з якими особистісними конструктами вона має, або не має, зв'язку.

Мета статті – висвітлити сучасний стан дослідження поняття «особистісної автономії» та запропонувати набір таких психологічних методик, що дають змогу не лише розкрити рівень досягнення автономії певними групами досліджуваних, а й визначити її зв'язок із іншими особистісними утвореннями.

Виклад основного матеріалу. Поняття особистісної автономії за своєю етимологією означає, що особистість орієнтується на власний закон розвитку. М.К. Мамардашвили [8] розуміє автономію як «щось, вироблене на своїх власних підставах, що є саме для себе підставою ... Якби не було таких механізмів, то у людини взагалі не виникало б таких специфічних станів. Ні стану розуміння, ні стану любові і т. ін., тому що все розсіювалося б в задоволенні самих бажань» [8, с. 253]. Це поняття розглядається в контексті таких питань як свобода людини, трансценденція і внутрішня свобода як свобода творчості.

Особистісна автономія описує механізми саморегуляції та самодетермінації особистості, які реалізуються у вигляді усвідомленого вибору способу дій і враховують як внутрішні прагнення, так і зовнішні умови життя людини. Особистісна автономія означає вибір поведінки на основі власних внутрішніх критеріїв. При цьому прояви особистісної автономії слід відрізняти від сліпого наслідування внутрішньому імпульсу або бажанням людини, яке далеко не завжди призводить до позитивного для розвитку особистості результату. Особистісна автономія розглядається як інтеріоризована форма зовнішньої регуляції, що стала саморегуляцією і придбала якісно іншу форму [3].

Ідея особистісної автономії покладена в основу теорії самодетермінації, запропонованої Е. Десі і Р. Ріаном. «Теорія самодетермінації - це напрямок, пов'язаний з проблемами людської мотивації і особистості, що використовує традиційні емпіричні методи разом із застосуванням організмичної метатеорії, яка висуває на перший план важливість включення внутрішніх ресурсів людини в особистісний розвиток і поведінкову саморегуляцію» [15].

Психологічним критерієм самодетермінації є гнучкість в управлінні власною взаємодією з середовищем. Будучи самодетермінованою, людина діє на основі власного вибору, а не на основі зобов'язань або примусів, і цей вибір базується на усвідомленні своїх потреб і зіставленні їх із зовнішніми умовами. Самодетермінація включає в себе управління своїм середовищем або власними діями, спрямованими на результат, але може також виступати у формі відмови від контролю.

Е. Десі вважає [13], що самодетермінація є не тільки здатністю, але також і потребою. Він визначає її як основну вроджену схильність, яка веде організм до залучення до поведінки, що є цікавою для нього і зазвичай дає переваги в розвитку уміння здійснювати гнучку взаємодію із соціальним середовищем.

Компетентність і автономія як складові самодетермінації – це ті першорядні психологічні потреби, які лежать в основі внутрішньо вмотивованої активності. Це не означає генетичної зумовленості психологічних особливостей людини. Радше, таку вроджену спрямованість можна розглядати як деяку стартову точку процесу розвитку, напрям якого вже залежать від особливостей взаємодії дитини з навколишнім світом.

«Бути автономним - означає діяти в злагоді з власним «Я», відчувати себе вільним і довільним в своїх діях. Будучи автономними, люди повністю прагнуть робити те, що вони роблять, і вони роблять це з почуттям інтересу і залучення. Їх дії впливають з їх власного справжнього відчуття самих себе, таким чином, вони автентичні. Навпаки: бути під контролем означає діяти під тиском. У ситуації контролю люди діють без почуття особистого залучення, їх поведінка не виражає їх «Я». У цих умовах людей можна назвати відчуженими. Питання автономії і автентичності та їх протилежності - контролю і відчуження - відносяться до всіх аспектів життя» [4, с. 2].

Поняття самодетермінації тісно пов'язане з поняттям волі, яке розуміється авторами як здатність людини обирати на основі інформації, отриманої з середовища і на основі процесів, що відбуваються всередині особистості. Крім поняття волі, з терміном самодетермінації автори пов'язують такі психологічні функції людини як емоції і внутрішня мотивація. Внутрішня мотивація розглядається як спонукання людини до активності, що її цікавить, при відсутності зовнішнього підкріплення або покарання. Важливо відрізнити справжню автономію, тобто внутрішню свободу людини, від зовнішньої її відособленості від оточуючих людей і умов життя.

Самодетермінація є основою здорового існування і, отже, продуктивних контактів із зовнішнім світом. Таким чином, «автономія у взаєминах стосується того, на чому ґрунтується ставлення до іншого і як воно здійснюється» [16, с. 39]. Для здорової, автономної, самодетермінованої особистості характерним є таке ставлення до людей, яке визначається автором як автентичні взаємини. «Автентичними відносинами називається особливий тип людських взаємодій, за яких між особистостями існує свобода і відкритість. Такі відносини між дорослими відображають взаємну автономію й обумовлюють властивий природі людини пошук об'єктів і емоційних зв'язків» [ibid. , р. 40].

На думку Павлюк М.М. [9] автономія, або самостійність є складною інтегративною якістю особистості, що пов'язана із такими структурами як Я-концепція, ідентичність, автономність, мотиваційна сфера, здатність до вибору тощо. Визначається умінням свідомо керувати своєю поведінкою, практичною діяльністю, відповідно до власних поглядів і переконань, долати перешкоди на шляху до реалізації обраної програми життєдіяльності. Самостійність передбачає активність, ініціативність особистості стосовно себе та інших.

Самодетермінацію і рівень автономії потрібно розглядати в контексті процесу розвитку. Рівень самодетермінації людини залежить від тих обставин, в яких вона виховувалася в дитинстві. Оптимальний розвиток можливий тільки при наданні дитині максимальної свободи дослідження світу. Розвиток регуля-

ції поведінки йде в напрямку від повної залежності від зовнішніх сил до внутрішньої автономної саморегуляції.

Як і багато інших, особистісні характеристики як основа особистісної автономії формуються ще в ранньому дитинстві. Для того щоб в людині сформувалася особистісна автономія як зріла форма саморегуляції, необхідні відповідні засоби виховання й освіти, які використовуються з самого раннього дитячого віку. Дитина повинна рости в умовах, що сприяють підтримці її ініціативності і самостійності.

Можна виокремити три компонента навколишнього середовища, необхідних для оптимального розвитку дитини: підтримка автономії (дорослі підтримують власну ініціативу дитини, надають можливість вибору, дозволяють самостійно вирішувати проблеми, мінімізують контроль і застосування сили і діють, орієнтуючись на перспективи дитини), структурованість (дорослий виконує стосовно дитини роль провідника в середовищі і забезпечує необхідне поле, в якому можуть здійснюватися різні операції, забезпечує раціональну організацію потрібної активності і надає значимий зворотний зв'язок на вільну активність дитини) і включеність (дорослий приділяє дитині час, увагу і надає можливість робити відкриття або проявляти себе).

Особистісна автономія не означає напруженого протистояння світові, характерного для підліткового віку «випинання» власних індивідуальних особливостей або позиції. І. Бех [2] описує автономію і самостійність як результат розгорнутої соціалізації та освоєння соціального досвіду в юнацькому віці. Особлива роль у цьому процесі належить особистісним цінностям як відображенню внутрішнього сенсу особистості. Ю. Лановенко [5] зазначає, що юнак повинен відчути свою автономію, щоб уміти брати відповідальність за свої рішення. Важливою ознакою особистісної автономії у підлітків є бажання самостійності. Його можна розглядати як внутрішній мотиваційний компонент для діяльності та поведінки підлітка. Також важливим для правильного формування особистісної автономії є відносна незалежність підлітка від батьків, яку вони отримують крок за кроком. Третьою ознакою розвитку особистісної автономії є розвиток системи цінностей, яка набувається шляхом рефлексії, а не шляхом накопичення цінностей референтної соціальної групи, в якій перебуває підліток [4].

Автономна людина сама вибирає, яку позицію в якому конкретному випадку йому слід зайняти. В одній ситуації вона може погодитися з існуючим порядком і нормами, в іншій – відстоювати власну точку зору, не зважаючи на те, що подібні дії можуть для кого-сь виглядати абсурдними. Відчуття особистісної автономії дозволяє позбутися двох видів «рабства»: підпорядкованості зовнішнім стимулам і підпорядкованості власним, раніше прийнятим, рішенням [6].

Оскільки самодетермінація, і автономія – як її складова, розвивається у часі зі зростанням людини на часовій шкалі від дитинства до дорослої особистості, а також під впливом як негативних, так і позитивних зовнішніх та внутрішніх чинників, то цікавим видається вивчення автономії на різних вікових етапах і порівняння її з рівнем розвитку інших особистісних психологічних утворень.

Автономію як ключову ознаку самодетермінації можна дослідити, використовуючи 2 тести.

Перший, це тест самодетермінації в модифікації Е.Н. Осіна розроблений як адаптація шкали самодетермінації К. Шелдона, виправлена і істотно доповнена за результатами апробації на російськомовних вибірках. Тест самодетермінації вимірює суб'єктивне переживання індивідом того, наскільки він сам визначає хід власного життя і наскільки його життя відповідає його бажанням. Тест включає в себе дві шкали: шкалу автономії і шкалу самовираження. Виходячи з наших завдань для нас буде цікавою шкала автономії. Шкала автономії вимірює ступінь впевненості людини в тому, що у неї є в житті можливість вибору і що вона сама здійснює цей вибір, визначаючи хід власного життя. Люди з високими балами відчують життя як підвладне їх власному контролю, відчують, що вони самі здатні вибирати напрям власного життя і приймати рішення, що визначають його хід; таким чином, вони перебирають на себе відповідальність за хід власного життя. Люди з низькими балами, навпаки, відчують, що їх життя визначається не стільки їх власними бажаннями і зусиллями, скільки зовнішніми факторами; вони переживають відсутність вибору. Це переживання може відбивати справжню ситуацію (коли обставини змушують людину діяти так, як вона не хотіла би), а може бути прихованою формою зняття з себе відповідальності за власне життя.

Другий підхід – через дослідження психологічного благополуччя. Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф в адаптації Т.Д. Шевеленкової, П.П. Фесенко [12] дозволяє вивчати основні компоненти психологічного благополуччя особистості: позитивні відносини (здатність бути відкритим для спілкування), автономія (незалежність і орієнтація на власні переваги), управління середовищем (здатність домагатися бажаного, долати труднощі на шляху реалізації власних цілей), особистісне зростання (прагнення до саморозвитку), мета в житті (почуття осмисленості існування) і самоприйняття (визнання і прийняття власних ресурсів і обмежень). В цьому випадку автономія розглядається як складова психологічного благополуччя, проте вона розуміється так, як і в теорії самодетермінації, про що свідчать відповідні запитання тесту.

Кожна людина має певне розуміння себе, власну Я-концепцію, образи себе в різних життєвих ситуаціях у різні часові періоди. В ході життя людина пізнає себе і накопичує знання про себе, ці знання становлять змістовну частину його уявлень про себе. Однак знання про себе самого, природно, йому небайдужі: те, що в них розкривається, виявляється об'єктом його емоцій, оцінок, стає предметом його більш-менш стійкого самоствавлення. Самоствавлення може бути зрозуміле як вираз сенсу "Я" для суб'єкта, як деяке стійке відчуття на адресу власного "Я". Структура і специфіка ставлення особистості до власного "Я" впливають практично на всі аспекти поведінки людини, відіграючи найважливішу роль у встановленні міжособистісних відносин, у постановці і досягненні цілей, у способах формування і розв'язання кризових ситуацій. Саме тому самоствавлення пов'язане і з відчуттям власної автономності.

Ми вважаємо, що рівень автономії, так само і потреба в автономії збільшується з розвитком особистості, зі зростанням віри у себе і у свій особистісний та інтелектуальний потенціал, у власну здатність перебороти труднощі і стресові ситуації, з якими стикається особистість на власному життєвому шляху.

Крім того, поняття самодетермінації досить близько пов'язане з самоактуалізацією. Поняття самоактуалізації синтетичне, воно включає в себе всебічний і безперервний розвиток творчого і духовного потенціалу людини, максимальну реалізацію всіх її можливостей, адекватне сприйняття оточуючих, світу і свого місця в ньому, багатство емоційної сфери та духовного життя, високий рівень психічного здоров'я і моральності. А. Маслоу визначає самоактуалізацію як прагнення до самоздійснення, точніше, тенденцію актуалізувати те, що міститься в якості потенцій. Цю тенденцію можна назвати прагненням людини стати все більш і більш такою, якою вона здатна стати. Особистість, яка самоактуалізована, має тенденцію бути більш незалежною у своїх орієнтаціях, як від внутрішнього керівництва, так і від керівництва з боку інших. Однак, у порівнянні з особистістю, яка не досягла високого рівня самоактуалізації, вона має більшу опору на себе, більшу незалежність від інших.

Виходячи із вищезазначеного, ми вважаємо, що буде цікавим і актуальним порівняти рівень особистісної автономії особистості з такими особистісними утвореннями як: самоставлення, самоефективність і життестійкість, самоактуалізація. Відповідно, пропонуємо використати такі методики для проведення дослідження.

1. Тест-опитувальник самоставлення В.В. Столина, С.Р. Пантелеєва [10], який дає змогу виявити три рівні самоставлення, що відрізняються за ступенем узагальненості: а) глобальне самоставлення; б) самоставлення, диференційоване за самоповагою, аутсімпатією, самоінтересом і очікуванню ставленню до себе з боку інших; в) рівень конкретних дій (готовності до них) по відношенню до власного «Я».

2. Шкала загальної самоефективності Р. Шварцера і М. Ерусалема в адаптації В.Г. Ромека [11], що діагностує віру в себе і в свій особистісний та інтелектуальний потенціал, а також уявлення про власну ефективність.

3. Тест життестійкості С. Мадді в адаптації Д.О. Леонтьєва, Є.І. Рассказової [7], який спрямований на вивчення ресурсу життестійкості, що дозволяє ефективно справлятися зі стресовими і складними життєвими ситуаціями. Методика діагностує компоненти життестійкості: залучення (установка на участь в подіях, що відбуваються), контроль (установка на активність по відношенню до подій життя), прийняття ризику (установки по відношенню до важких або нових ситуацій як можливості отримати новий досвід) плюс загальний показник.

4. «Самоактуалізаційний тест» (САТ), який являє собою адаптацію самоактуалізаційного тесту Э. Шострома [1]. Вимірювані параметри: компетентність у часі; самопідтримка; цінність самоактуалізації; гнучкість поведінки; реактивна чутливість; спонтанність; самоповага; самоприйняття; прийняття природи людини; синергія; прийняття власної агресії; контактність; пізнавальні потреби; креативність.

Висновки. Рівень особистісної автономії визначає, на скільки особистість спирається у діях і вчинках при взаємодії з навколишнім світом на власний вибір, на власні переконання, у згоді з власним «Я». Тому особистісна автономія має бути пов'язаною з іншими психологічними утвореннями, що розкривають самість людини, такими як самоствалення, рівні самоактуалізації, самоефективності і життестійкості. Відповідні методики запропоновані для проведення емпіричного дослідження зв'язку рівня розвитку особистісної автономії з іншими особистісними конструктами.

Список використаних джерел

1. Алешина Ю.Е. Самоактуализационный тест / Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и др.// Психология. – Пермь. – Режим доступа: <http://www.psychologyperm.ru/T40.htm>
2. Бех І. Виховання особистості: підручник / І. Бех. – К.: Либідь, 2008. – 848 с.
3. Дергачева О.Е. Личностная автономия как составляющая личностного потенциала / О.Е. Дергачева, Д.А. Леонтьев / в книге: Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева – Москва: ; Смысл, 2011 – 680 с.
4. Корчікова І. Передумови формування особистісної автономії у молодшому шкільному та підлітковому віці / І. Корчікова // Вісник Інституту розвитку дитини. Сер. : Філософія, педагогіка, психологія. – 2014.– Вип. 35. – С. 145-151
5. Лановенко Ю. Екзистенціальний зміст суб'єктивного аспекту юнацької кризи / Ю. Лановенко // Соціальна психологія : Український науковий журнал. – 09/ 2006. – № 5. – С. 81-93.
6. Леонтьев Д.А. От симбиоза и адаптации к автономии и трансценденции / Д.А. Леонтьев // Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества / Под ред. Е.И. Яцуты. – Кемерово: Графика, 2002. – С. 3-34.
7. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости. / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
8. Мамардашвили М.К. Философия и свобода / М.К. Мамардашвили // Мой опыт нетипичен. – СПб.: Азбука, 2000. – С. 246-257
9. Павлюк М. М. Самостійність майбутніх фахівців: витоки становлення та перспективи цілеспрямованого розвитку / М. М. Павлюк // Актуальні проблеми психології. – 2015. – Т. 9, Вип. 6. – С. 37-44
10. Столин В.В. Опросник самооотношения / В.В.Столин, С.Р. Пантеев // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. М., 1988. С. 123-130.
11. Ромек В. Русская версия шкалы общей самооэффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема / Р. Шварцер, М. Ерусалем, В. Ромек // Иностранная психология, 1996. № 7. – С. 46-56.

12. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности / Т.Д. Шевеленкова, Т.П. Фесенко // Психологическая диагностика, 2005, №3. – С. 95-121.
13. Deci E.L. The psychology of self-determination / E.L. Deci – Toronto: Lexington books, 1980 – 480 p.
14. Deci E. Why We Do What We Do: Understanding Self-motivation. / E.Deci, R.Flaste – N.Y.: Penguin, 1995. – 240 p.
15. Deci E.L. Overview of self-determination theory: an organismic dialectical perspective / E.L. Deci, R.M. Ryan // Handbook of self-determination research / E.L. Deci, R.M. Ryan (Eds.). – Rochester (NY): University of Rochester Press, 2002 – . P. 3-33.
16. Ryan R.M. Agency and organization: intrinsic motivation, autonomy, and the self in psychological development / R.M. Ryan // Nebraska symposium on motivation. – Vol. 40: Developmental perspectives on motivation. – Lincoln (NB): University of Nebraska Press, 1993. – P. 1-56

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Aleshina Yu.E. Samoaktualizatsionnyy test / Yu.E. Aleshina, L.Ya. Gozman, M.V. Zagika i dr.// Psihologiya. – Perm. – <http://www.psychologyperm.ru/T40.htm> <http://www.psychologyperm.ru/T40.htm>
2. Bekh I. Vykhovannia osobystosti : pidruchnyk / I. Bekh. – K. : Lybid, 2008. – 848 s.
3. Dergacheva O.E. Lichnostnaya avtonomiya kak sostavlyayuschaya lichnostnogo potentsiala / O.E. Dergacheva, D.A. Leontev / v knige: Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika / Pod red. D.A. Leonteva – Moskva: ; Smyisl, 2011 – 680 s.
4. Korchikova I. Peredumovy formuvannia osobystisnoi avtonomii u molodshomu shkilnomu ta pidlitkovomu vitsi / I. Korchikova // Visnyk Instytutu rozvytku dytyny. Ser. : Filosofiia, pedahohika, psykholohiia. - 2014. - Vyp. 35. - S. 145-151.
5. Lanovenko Yu. Ekzystentsialnyi zmist subiektyvnoho aspektu yunatskoi kryzy / Yu. Lanovenko // Sotsialna psykholohiia : Ukrainskyi naukovyi zhurnal. – 09/2006. – # 5. – S. 81-93.
6. Leontev D.A. Ot simbioza i adaptatsii k avtonomii i transtsendentsii / D.A. Leontev // Lichnost v sovremennom mire: ot strategii vyzhivaniya k strategii zhiznetvorchestva / Pod red. E.I. Yatsutyi. – Kemerovo: Grafika, 2002. – S. 3-34.
7. Leontev D.A. Test zhiznestoykosti. / D.A. Leontev, E.I. Rasskazova – M.: Smyisl, 2006. – 63 s.
8. Mamardashvili M.K. Filosofiya i svoboda / M.K. Mamardashvili // Moy opyt netipichen. – SPb.: Azbuka, 2000. – S. 246–257
9. Pavliuk M. M. Samostiinist maibutnikh fakhivtsiv: vytoky stanovlennia ta perspektyvy tsilespriamovanoho rozvytku / M. M. Pavliuk // Aktualni problemy psykholohii. - 2015. - T. 9, Vyp. 6. - S. 37-44

10. Stolin V.V. Oprosnik samootnosheniya / V.V.Stolin, S.R. Pantileev // Praktikum po psihodiagnostike: Psihodiagnosticheskie materialyi. M., 1988. S. 123-130.
11. Romek V. Russkaya versiya shkalyi obschey samoeffektivnosti R. Shvartsera i M. Erusalema / R. Shvartser, M. Erusalem, V. Romek // Inostrannaya psihologiya, 1996. # 7. – S. 46-56.
12. Shevelenkova T.D. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti / T.D. Shevelenkova, T.P. Fesenko // Psihologicheskaya diagnostika, 2005, #3. – S. 95-121.
13. Deci E.L. The psychology of self-determination / E.L. Deci – Toronto: Lexington books, 1980 –480 p.
14. Deci E. Why We Do What We Do: Understanding Self-motivation. / E.Deci, R.Flaste – N.Y.: Penguin, 1995. – 240 p.
15. Deci E.L. Overview of self-determination theory: an organismic dialectical perspective / E.L. Deci, R.M. Ryan // Handbook of self-determination research / E.L. Deci, R.M. Ryan (Eds.). – Rochester (NY): University of Rochester Press, 2002 – . P. 3-33
16. Ryan R.M. Agency and organization: intrinsic motivation, autonomy, and the self in psychological development / R.M. Ryan // Nebraska symposium on motivation. – Vol. 40: Developmental perspectives on motivation. – Lincoln (NB): University of Nebraska Press, 1993. – P. 1-56

Chaika.G. Methodology of investigating personal autonomy as a key sign of self-determination of the individual. The article describes personal autonomy in terms of the self-determination theory. It shows that personal autonomy determines how much a person, performing actions and deeds in interactions with the outside world, is based on their own choice. Personal autonomy describes mechanisms of personal self-regulation and self-determination that are implemented in the form of an informed choice of actions and take into accounts both internal aspirations and external life conditions. Psychological criteria of self-determination mean flexibility in managing of personal own interactions with the environment. A self-determined person acts on the basis of their own choice, not through coercion or obligation, and this choice is based on understanding of their needs and comparing them with external conditions. An autonomy level, as well, and the need for autonomy is increased with person's development, with increasing of confidence in themselves and in their personal and intellectual potential, in their own ability to overcome difficulties and stresses. The article determines other personality constructs that reveal personal self and are related with formation and development of personal autonomy. The task to compare a personal autonomy level with such personal formations as self-attitude, self-efficiency and psychological hardiness, self-actualization is interesting and important. Appropriate techniques for study of mutual relations of personal autonomy and related phenomena are determined.

Key word: personal autonomy, self-determination, autonomy development, methodological tools.