«Современная зарубежная психология»

**Роль родительских стилей воспитания в поддержании и снижении саморегуляции подростков**

***Королёва Я. П.***

Национальный Исследовательский Институт «Высшая Школа Экономики» (НИУ ВШЭ), Москва, Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9324-6736>, e-mail: koroleva.yana.p@gmail.com

В статье представлен анализ отечественных и зарубежных источников, посвященных роли родительского поведения в развитии саморегуляции у подростков. Изучается роль отцов в развитии саморегуляции у подростков, взаимовлияние детей и родителей. Приводится характеристика видов родительского контроля и данные о снижении проблемного поведения у подростков при наличии осведомленности и вовлеченности со стороны родителей. Рассматриваются последствия негативных родительских практик для формирования саморегуляции и самоконтроля у подростков. Обсуждается роль стилей воспитания в развитии саморегуляции у детей, где демонстрируется неоднородность данных и неоднозначность негативного влияния авторитарного воспитании. Акцентируется актуальность вопроса о возможностях поддержки саморегуляции подростков со стороны родителей, которая получила новые подтверждения в период пандемии и побуждает к дальнейшим исследованиям в условиях высокой социальной неопределенности.

**Ключевые слова**: саморегуляция, подростковый возраст, родительские стратегии, стили воспитания, детско-родительские отношения, родительское поведение, родительский контроль.

***Информация об авторе:***

*Королева Яна Павловна*, научный сотрудник, аспирант Института Образования НИУ ВШЭ, клинический психолог, педагог, Национальный Исследовательский Институт «Высшая Школа Экономики» (НИУ ВШЭ), Москва, Российская Федерация, ORCID: https://orcid.org/0000-0001-9324-6736, e-mail: koroleva.yana.p@gmail.com

**Для цитаты**: *Королева Я.П*. Роль родительских стилей воспитания в поддержании и снижении саморегуляции подростков [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология

**For citation:** *Koroleva Y.P.* The role of parenting styles in maintaining and reducing adolescent self-regulation [Elektronnyi resurs]. Journal of Modern Foreign Psychology

**Введение.**

Сегодня современное интенсивно меняющееся общество предъявляет требования к таким характеристикам личности, как целеустремленность, просоциальность, самостоятельность, поскольку человек представляет собой основную движущую силу социально-экономического развития. В связи с этим саморегуляция человека выходит на первый план. От молодых людей ожидают умения ставить цели, достигать их и нести ответственность за свои решения. Данные навыки прописаны в образовательных стандартах, что подчеркивает их важность как элементов содержания образования. Саморегуляцию можно определить как непрерывную модуляцию поведения, познания и эмоций в направлении социально и контекстуально соответствующих целей [40]. Благодаря саморегуляции человек способен социализироваться и адаптироваться к обществу. Актуальность формирования саморегуляции подтверждается и опытом пандемии - дети с хорошо развитыми навыками саморегуляции во время локдауна показывали лучшие академические результаты, в отличие от детей, обладающих низким уровнем саморегуляции, которые не смогли самоорганизовать свою учебную деятельность, часто пропускали уроки, не выполняли домашнее задание, в связи с чем их академические успехи и вовлеченность снижались [12]. Таким образом исследования саморегуляции человека и возможностей ее поддержки выходят на первый план в условиях неопределенности, резких изменений, нарушений рутины и затруднений долговременного планирования.

С одной стороны, существует социальные ожидания общества от взрослых как самостоятельных, активных людей, имеющих навыки саморегуляции (ставящих и достигающих социально адекватных целей, отвечающих за собственное поведение, умеющих совладать со своими сильными переживаниями и т.п.); с другой - имеет место недостаточная информированность родителей как о необходимости создавать условия для развития саморегуляции у детей и подростков, так и о конкретных родительских практиках, способствующих развитию саморегуляции.

Целью статьи является анализ современных зарубежных и отечественных исследований для того, чтобы ответить на вопрос, какие родительские практики способствуют развитию саморегуляции подростка, а какие, напротив, препятствуют ее развитию, а также выяснить, к каким последствиям приводят родительские практики, не способствующие развитию саморегуляции. В формировании саморегуляции играют роль различные аспекты родительского поведения: представления и ожидания родителей относительно детей, которые включают в себя родительские установки, ценности, различные методы и стили воспитания.

Важнейший аспект развития ребенка, на который оказывают значительное воздействие родители – это то, насколько ребенок способен самостоятельно управлять своим поведением. При этом важно, что он сознательно и самостоятельно прилагает к этому собственные волевые усилия, выбирая направление своего поведения без чьего-либо вмешательства. Таким образом, саморегуляция как таковая является важным компонентом взросления ребенка, который благодаря данному навыку начинает принимать самостоятельные решения, отличные от родителей. Несмотря на то, что саморегуляция начинает развиваться с появления ребенка на свет и значительно возрастает по мере прохождения каждого из закономерных возрастных кризисов, она выступает важным фактором благополучной социализации в подростковом возрасте. Подростки значительно различаются по умению регулировать свое поведение, останавливать импульсивные побуждения, выбирать формы для выражения эмоций. Развитая саморегуляция влияет на формирование просоциальной позиции, улучшает адаптацию и академические достижения [36], что предполагает более безопасное настоящее и более успешное профессиональное будущее молодых людей. Дефицит навыков саморегуляции вносит существенный вклад в рискованное поведение, поэтому развитие этих навыков важно для профилактики и снижения неадаптивных форм поведения, включая сексуальные риски, употребление психоактивных веществ и другое аддиктивное поведение [1]. Также именно в подростковом возрасте становится наиболее ярко выраженной проблема агрессии, с которой сталкиваются не только сами подростки, но и их родители и учителя. Подростки, имеющие проблемы с саморегуляцией, демонстрируют меньшие академические достижения, худшую социальную адаптацию и чаще склонны к девиантному поведению [7].

**Влияние родительских практик и различных стилей воспитания на развитие саморегуляции у подростков.**

Родители оказывают влияние на саморегуляцию ребенка с самого рождения. Сформированная привязанность между родителем и ребенком играет значительную роль в том, как ребенок далее овладеет регуляторными навыками. Готовность родителя откликаться на потребности ребенка, воспринимаемая ребенком безопасность и непрерывность поведения родителя формирует более надежную привязанность у ребенка и возможность выражать свои эмоции, а вместе с ней более адаптивные стратегии регуляции эмоций, проактивную позицию, в дальнейшем наибольшую академическую вовлеченность у детей и подростков и меньшее количество неконтролируемой агрессии [19].

Стратегии, которые родители выбирают при общении с подростком, влияют на их эмоциональное развитие и способствуют в дальнейшем выбору определенных способов эмоциональной регуляции. Эффективные стратегии родителей формируют желательное поведение ребенка без требования этого поведения, тогда как интенсивная требовательность и контроль, а также непредсказуемое поведение родителя может способствовать нарушению развития саморегуляции [17].

Существует двунаправленность влияния в детско-родительских взаимоотношениях. С одной стороны, подростки вырабатывают определенные навыки в ответ на родительские интервенции; с другой, подростки влияют на выбираемое родителями поведение: например, матери боязливых детей усиливают защитное поведение по отношению к ребенку [25]; по отношению к подросткам, которые не проявляют достаточную саморегуляцию вопреки ожиданиям общества, матери проявляют больше авторитарности, чтобы заставить детей вести себя более приемлемым способом [39].

По мере взросления ребенка разнообразие способов и методов влияния родителей на его саморегуляцию увеличивается. Сам подросток часто не обладает возможностью самостоятельно регулировать свои эмоции, или же его внимание перенапряжено и направлено на устранение отрицательных эмоций (например, на снижение тревоги), вместо разработки стратегий регуляции эмоций и импульсов [51], поэтому родители выступают внешним фактором, помогающим ему в этом. Безопасные отношения между родителями и детьми помогают детям чувствовать поддержку и эмоциональную безопасность (например, свободу выражать эмоции) и являются необходимым условием для эффективного регулирования эмоций.

Согласно Р. Баумастеру (2002) самоконтроль и саморегуляция – это взаимозаменяемые термины, они оба характеризуют способность личности изменять свои реакции и состояние [9; 31]. Самоконтроль считается наиболее значимым фактором, препятствующим проблемному поведению подростков и определяется как способность человека контролировать собственное поведение в условиях внешнего давления [33]. Согласно исследованиям, подростки, обладающие более развитым самоконтролем, употребляют меньше алкоголя и наркотиков [26], имеют меньше эмоциональных и поведенческих проблем [18], ведут себя более просоциально и демонстрируют более высокие академические успехи, чем подростки с более низким уровнем самоконтроля [16].

Многие исследования показывают, что более успешно родители влияют на развитие самоконтроля у детей в более раннем возрасте, до начала пубертатного возраста [34]. Это связано с тем, что подросток начинает вести себя все более независимо, его интересы переходят в область межличностных отношений со сверстниками, отношения с родителями становятся более дистантными, и, по всей видимости, по этой причине влияние родительского воспитания на формирование самоконтроля снижается.

Однако метаанализ 191 статьи, в которых исследуется взаимосвязь между родительским воспитанием и самоконтролем подростков (10-12 лет), опубликованных с 1990 по 2016 год, показал, что родительское воспитание продолжает влиять на самоконтроль в текущий момент жизни подростка и в долгосрочной перспективе. В то же время высокий уровень самоконтроля подростка приводит к доверительным отношениям между ним и родителями, тогда как низкий самоконтроль подростка, наоборот, снижает доверие и принятие со стороны родителя и приводит к воспитанию, включающему физические наказания и жесткий контроль [30].

Исследование, проведенное с целью изучения влияния стилей воспитания на формирование самоконтроля и эмоциональной саморегуляции у подростков 12-18 лет, совершивших правонарушения, показало следующие результаты: авторитетный стиль воспитания, совмещенный с низкой долей разрешающего стиля воспитания, положительно предсказывал способность подростков к самоконтролю. При повышении авторитетного стиля воспитания со снижением доли авторитарности способность к самоконтролю у несовершеннолетних правонарушителей снова повышалась; при снижении авторитарного стиля воспитания самоконтроль и эмоциональная саморегуляция подростков улучшались [44].

Исходя из вышеописанного, можно сделать вывод, что сами стили воспитания играют значительную роль в возникновении или снижении деликвентного поведения. Авторитетный, авторитарный и разрешающий стили воспитания заметно влияют на рост или ослабление самоконтроля у деликвентных подростков.

Однако на сегодняшний день все еще отсутствует всесторонний обзор широкого спектра родительских практик, которые бы поддерживали или же замедляли развитие самоконтроля. Также достаточно мало на сегодняшний день проведено исследований невовлеченного стиля воспитания.

Влияние материнского воспитания на развитие подростков не эквивалентно отцовскому [37]. Эти зарубежные данные подтверждаются исследованием, проведенным в России, которое выявило, что отцы играют более важную роль в развитии саморегуляции у подростков, чем матери. Авторитарные, контролирующие отцы способствовали тому, что подростки стремились к самостоятельности и учились справляться с неудачами. При этом подростки сами организовывали свой процесс: они самостоятельно планировали, ставили и корректировали цель, контролировали ход работы и анализировали результаты. Принятие же со стороны матери, с одной стороны, повышало самооценку подростка, с другой – снижало его самостоятельность, поскольку подростки находились в комфортных условиях и не стремились к изменениям и автономии [2].

Таким образом, на сегодняшний день мы имеем противоречивые данные об авторитарном воспитании – с одной стороны исследования показывают, что при снижении авторитарного стиля воспитания растет саморегуляция подростка, с другой исследования сообщают нам о том, что авторитарные отцы в большей степени способствуют саморегуляции. Противоречивость данных так же заключается в данных, касающихся возраста, в котором саморегуляция продолжает развиваться – вопреки предыдущим исследованиям мы имеем данные о том, что влияние родительского воспитания не прекращается после начала пубертатного периода и влияет на будущее подростка. Сами стили воспитания в значительной степени влияют на формирование самоконтроля и саморегуляции подростков и на возникновение проблемного поведения, из них авторитетный стиль наиболее благоприятен для формирования саморегуляции.

**Виды и роль родительского контроля в саморегуляции подростков.**

В последние десятилетия одной из наиболее актуальных тем исследований детско-родительских отношений является родительский контроль и его влияние на развитие детей и подростков. Различные аспекты родительского контроля играют значительную роль в саморегуляции.

Контроль в форме руководства по поведению детей, где четко обговариваются ограничения поведения, инструкции, санкции и поощрения, способствует развитию саморегуляции. Контроль же, выражающийся во враждебности со стороны родителей и неаргументированных запретах, подрывает развитие автономии, а вместе с ней, развитие саморегуляции [22] и провоцирует внутриличностные проблемы у детей.

Первоначально в исследованиях родительских практик и стилей воспитания использовали два основных аспекта родительского поведения – отзывчивость (забота, принятие, чувствительность к нуждам ребенка и готовность его слушать) и требовательность/контроль. Позже было выделено несколько видов родительского контроля [28].

**Упреждающий контроль** включает в себя четкие инструкции родителей об их ожиданиях соответствующего поведения ребенка и мониторинг за этим поведением.

**Реактивный поведенческий контроль** включает в себя тактику принудительного воспитания и применяется как наказание, иногда как физическое наказание, в случаях, когда поведение ребенка не соответствует родительским ожиданиям.

**Психологический контроль** используется родителями для манипулирования психологическими переживаниями ребенка (например, через условную любовь), провоцируя стыд, страх и чувство вины для того, чтобы дети вели себя соответственно желаниям и ожиданиям родителей.

**Чрезмерный контроль** включает в себя чрезмерно активное участие и вмешательство родителей в жизнь ребенка, что поощряет зависимость и снижает детскую автономию.

Принимая во внимание четыре стиля воспитания, можно предположить, что при авторитетном стиле воспитания родители чаще всего используют упреждающий контроль, который способствует целенаправленному поведению и успеваемости, снижая проблемное поведение, например прогулы. Отсюда мы можем предположить, что контроль, используемый в авторитетном стиле – более похож на структуру и характеризуется главным образом руководством в виде конструктивных инструкций от родителей и особенно важен для развития саморегуляции у детей [21].

Авторитарный стиль воспитания включает в себя достаточно строгий, жесткий контроль. Из указанных выше позиций, это реактивный, психологический и чрезмерный контроль, при низком уровне принятия и тепла делает этот стиль наименее подходящим для формирования саморегуляции и самоконтроля [38]. Как показывает достаточно большое количество исследований, авторитарный стиль воспитания с проявлением враждебности или высокими требованиями, может препятствовать развитию саморегуляции у подростков раннего и среднего возраста [37] в настоящем и будущем в следствии высокой эмоциональной нагрузки, которая может быть связана, например, с повышенной тревожностью; поскольку такие род ители не предоставляют эмоциональную поддержку, принятие и отзывчивость, предъявляя к ребенку повышенные требования. При чрезмерно высоком контроле дети учатся подавлять свои чувства и эмоции, а это делает их нечувствительными к собственным эмоциям, ожиданиям родителей, а также умению разрабатывать собственные стратегии саморегуляции [20].

Однако есть исследования, которые показывают нам не столь однозначные результаты. Например, было выявлено, что в рамках колледжа авторитарное воспитание матерей и отцов предсказывало положительные результаты достижений в колледже. Исследование доказывает, что мотивация учащихся не была связана с родительским авторитарным стилем воспитания [46].

При снисходительном и невовлеченном стилях ни один из представленных выше видов контроля не применяется, поскольку применяемый контроль у этих родителей обычно слабо выражен. Это может приводить к импульсивности детей и нежеланию контролировать свои эмоции и поведение [35].

Исследования родительского контроля дают очень разнообразную информацию о различных его аспектах: например, одно исследование, посвященное связи психологического контроля и подросткового несуицидального самоповреждения, сообщают о более высоком уровне психологического контроля со стороны родителей [4], однако другие исследования показывают, что подростки с опытом и без опыта самоповреждения не различаются по уровню психологического контроля со стороны родителей [53]. Таким образом, нельзя однозначно утверждать, что причинение подростками себе вреда является причиной усиления контроля со стороны родителей, что не соответствует данным о том, что подростки влияют на родительский выбор стратегий воспитания [25].

Исследование, в котором приняли участие подростки 11-16 лет, их матери и отцы, посвященное изучению двунаправленных связей между подростковой саморегуляцией и материнским и отцовским стилями воспитания, показало, что, вопреки ожиданиям, на начальных этапах снисходительного и авторитарного воспитания, - не было выявлено снижение саморегуляции в течении времени. Только материнский авторитарный стиль воспитания снижал саморегуляцию, что подтверждается другими эмпирическими исследованиями, считающими, что чрезмерный, враждебный и жесткий контроль не полезен для формирования саморегуляции подростков [37].

В исследовании, посвященном влиянию материнского стиля воспитания на академическое поведение подростков, авторитетный стиль показал положительную связь с академической успешностью у подростков (11-12 лет), тогда как авторитарный стиль незначительно, но все же снижал показатели управления временем и умение справляться с процессом учебы, а разрешающий стиль значительно снижал самоэффективность и метакогнитивную саморегуляцию подростков [3]. Данное исследование соответствует другим работам, в которых авторитетный стиль противопоставляется авторитарному и разрешающему стилям – по всей видимости, отсутствие поощрения автономии, а вместе с ней и внутренней мотивации при авторитарном стиле и отсутствие требовательности при снисходительном стиле способствуют отсутствию или снижению желания у подростков прилагать усилия к обучению.

В исследовании головной боли у подростков, обнаружилось, что чрезмерный материнский контроль вызывал у подростков страх боли, что указывает на сложность регулирования своих эмоций. Однако возможность детей участвовать в принятии решений относительно лечения и формулирование родителями четких ожиданий от детей и лечения снижали страх боли [13].

На сегодняшний день имеется ограниченная и противоречивая информация относительно как авторитетного, так и авторитарного стиля и саморегуляции в подростковом возрасте. Например, в исследовании учащихся колледжа не было выявлено никакой связи между материнским или отцовским авторитарным стилем воспитания и саморегуляцией молодежи [42]. При этом поведенческий родительский контроль не предсказывал снижение саморегуляции у подростков 10‒17 лет, и школьных достижений в различных культурах, однако положительно предсказывал снижение эмоциональной саморегуляции гнева.

Сегодня исследования родительского контроля и его влияния на развитие подростков достаточно противоречивы и ограничены несмотря на то, что такие характеристики, как поддержание автономии, принятие и тепло со стороны родителей достаточно устойчиво по данным разных исследований способствуют развитию самоконтроля, саморегуляции и более эффективному академическому поведению у ребенка. Противоречия в данных относительно родительского контроля могут быть связаны и с культурными различиями в плане воспитания детей.

**Стили воспитания и проблемы, возникающие вследствие нарушений в воспитании. Связь контроля и самоконтроля.**

Детско-родительские отношения важны для развития подростков, и неподходящие методы воспитания могут увеличить шансы на преступное, протестное поведение, способствовать суицидам [32], употреблению наркотических веществ, алкоголя [14], подростковой беременности [41], участию в бандах [52], а также преступлениям подростков в Интернете [24]. Подростковый возраст ‒ период формирования личности, он является переходным этапом в развитии, во время которого человек претерпевает психологические, физические и социальные изменения. В это время у него может возникнуть желание нарушить правила, чтобы продемонстрировать свою независимость, собственное мнение и авторитет. Многие исследования родительского контроля сообщают нам о прямом влиянии жесткого авторитарного контроля на рост подростковой преступности [43].

Родительский контроль важен для формирования у подростков собственного самоконтроля, поскольку внешний контроль со временем становится внутренним. Самоконтроль играет ключевую роль в общей саморегуляции [27] и может снижать риски враждебного поведения родителей. Самоконтроль помогает подросткам справляться с негативными эмоциями и импульсивным поведением, чем предсказывает академические успехи [11] развитие просоциального поведения [6], а также снижает степень злоупотребления психоактивными веществами [54].

Контроль импульсов определяется как способность подавлять свои краткосрочные желания в пользу долгосрочных целей [10].

Контроль над импульсами у подростков часто бывает «относительно незрел» и может привести к «неоптимальным решениям» [49], вся саморегуляция при этом нарушается [9], и для подростков возникает риск проблемного поведения и его последствий.

Люди, обладающие низким самоконтролем, склонные к рискованному и импульсивному поведению, чаще вовлекаются в преступления [33]; наоборот, те подростки, которые имеют высокий уровень самоконтроля, демонстрируют меньшую степень вовлеченности в преступную деятельность и в целом более благополучную социализацию [50].

Современные исследования проблемного поведения подростков показывают, что более высокая саморегуляция подростков коррелирует с информированием родителей об их местонахождении и является главным предиктором снижения рискованного поведения подростков. Т.е. когда между родителями и подростками существуют доверительные отношения, подросток готов сообщить информацию о своем местонахождении, родитель получает возможность контролировать ситуацию и оказывать какое-либо воздействие на нее, что, в свою очередь, предсказывает снижение деликвентного поведения и употребления психоактивных веществ [44]. Резюмируя, можно сказать, что доверительные отношения между родителями и подростками, в которых родитель поощряет открытость, а подросток готов раскрыть информацию, по всей видимости, защищают подростков от попадания в опасные ситуации и снижают рискованное поведение.

Влияние авторитарного стиля воспитания и его влияния на преступную деятельность подростков было представлено в исследовании, проведенном в КНР. Оно показало, что воспитание с высокой требовательностью (при этом не имело значения, сочеталось ли они с физическими наказаниями или с отзывчивостью родителей), снижало подростковую агрессию и риск преступного поведения среди взрослых [45]. С другой стороны, воспитание с низким уровнем требовательности, но высокой отзывчивостью или, напротив, телесными наказаниями, наоборот, предсказывало увеличение риска преступлений среди взрослых [47]. Согласно данному исследованию, мы можем предположить, что влияние физических наказаний на поведение подростков не столь существенно, как наличие или отсутствие родительского тепла; в более ранних исследованиях представлены результаты, где враждебное поведение родителей с сопутствующими физическими наказаниями увеличивали рост агрессивного поведения подростков, однако, предположительно, степень родительской теплоты и принятия могла защитить подростка от дальнейших поведенческих проблем и вовлечение в преступные группировки [15].

Пока остается неясным, какой именно родительский контроль ведет к ощущению у подростков чувства чрезмерности родительского контроля, поскольку один его аспект влечет к дезадаптации [48], а другой, в виде знания родителей о местонахождении подростка, снижает вовлеченность в проблемное поведение [29], правонарушения [8], употребление алкоголя и наркотиков [14], агрессию и преследование [5]. Чем больше родители осведомлены о жизни и местонахождении подростка, тем более он защищен. Однако скрытность подростков увеличивается с возрастом [23], усиливаясь вместе с потребностью обособляться и проникать дальше в социальный мир, в связи с чем осведомленность родителей о жизни подростка снижается.

**Заключение**

Подводя итоги, мы можем сделать **следующие выводы** относительно родительских стилей воспитания и саморегуляции подростков: **саморегуляция подростков поддерживается следующим родительским поведением**: 1. Родители, применяющие жесткий контроль, граничащий с физическими наказаниями, могут смягчить влияние своего поведения и улучшить показатели саморегуляции у подростков в случае, если они требовательны, обеспечивают поддержку и тепло в отношениях с подростком; 2. Авторитетный стиль воспитания при совмещении с низкой долей разрешающего или авторитарного стиля воспитания ведет к повышению уровня саморегуляции у подростка; 3. Вовлеченность родителей в жизнь подростка, при этом полагаясь на взаимное доверие и надежную привязанность между родителем и подростком, повышает саморегуляцию и снижает проблемное поведение подростка; 4. Выбирая авторитетный стиль воспитания и структуру как контроль за подростком, родители способствуют успеваемости, снижению проблемного поведения и в целом саморегуляции.

**Саморегуляция снижается при следующем родительском поведении**: 1. При использовании психологического родительского контроля, включающий в себя стыд, страх, вину и отказ от любви ведет к снижению саморегуляции; 2. Высокий уровень разрешающего стиля воспитания при низкой требовательности или с применением физических наказаний провоцирует проблемное поведение, таким образом способствуя снижению самоконтроля и саморегуляции; 3. Высокий уровень авторитарного стиля воспитания так же снижает саморегуляцию, однако существуют исследования, подтверждающие положительное влияние на саморегуляцию отцовского авторитарного стиля воспитания. Другие исследования подчеркивают, что лишь материнское авторитарное воспитание снижало саморегуляцию. Также часть исследований не обнаружили никаких изменений в саморегуляции подростков, а наоборот повышение академической успеваемости и повышение мотивации при авторитарном воспитании обоих родителей.

Проведенный обзор показал, что родителям необходимо прежде всего создавать условия, в которых подросток, воспринимая родительский контроль, делает его частью своего внутрипсихического пространства, постепенно обучаясь самостоятельно справляться со своими эмоциями и поведением. При этом если контроль родителей чрезмерен или содержит манипуляции, подросток теряет возможность воспринять родительский контроль, вставая либо в оборонительную позицию, бунтуя, либо подчиняясь родителю и теряя при этом возможность развивать навыки самостоятельности и саморегуляции.

Создавая атмосферу принятия и поддержки в семье, даже в сочетании с со строгими, иногда физическими, наказаниями, родители создают возможность для подростка выражать свои эмоции и делиться информацией, таким образом снижая агрессию и риски проблемного поведения.

Для современной отечественной психологии и педагогики важно ассимилировать опыт зарубежных коллег в связи с тем, что детско-родительские отношения и роль родительских практик как фактор, влияющий на развитие подростков, недостаточно изучается в современных условиях новой повседневности, характеризующейся высоким уровнем цифровизации и другими особенностями, которые не могли быть рассмотрены исследователями середины ХХ века. В связи с этим данное направление является перспективным с точки зрения проведения подобных исследований в отечественной психологии и педагогике. Вклад в данные исследования поможет понять, какие родительские практики наиболее конструктивны и полезны в подростковом возрасте, что может способствовать подростковому благополучию и в целом более благоприятной социальной и экономической ситуации в стране за счет снижения подростковой преступности.

Данные аспекты важно изучать в будущем более детально, акцентируя внимание не только на отрицательных последствиях проблемного поведения подростков, но и более детально изучая те стратегии, установки и практики родителей, которые приводят к психологическому здоровью и общему благополучию подростков. Важно изучать саморегуляцию и в контексте развития современного образования, поскольку саморегулируемое обучение построено в основном на навыках саморегуляции, влияющих на обучение.

Список литературы:

1. Иванова, И. Н., Козлова, М. А. Особенности саморегуляции подростков с девиантным поведением // Тюменский медицинский журнал. 2010. № 1. с. 24.
2. Петровская В. Г. Стиль семейного воспитания и саморегуляции подростка // Вопросы педагогики. 2020. C. 203–209.
3. Alnafea T., Curtis D. D. Influence of mothers' parenting styles on self-regulated academic learning among Saudi primary school students. Issues in Educational Research. 2017, 27(3), pp. 399–416.
4. Baetens I., Andrews T., Claes L., Martin, G. The association between family functioning and NSSI in adolescence: The mediating role of depressive symptoms. Family Science, 2015. pp. 330–337. doi:10.1080/19424620.2015.1056917.
5. Bailey J. A., Hill K. G., Oesterle S. and Hawkins J. D. Parenting practices and problem behavior across three generations: monitoring, harsh discipline, and drug use in the intergenerational transmission of externalizing behavior. Developmental psychology.2009, pp. 1214.
6. Bandura A., Caprara G. V., Barbaranelli C., Pastorelli C. and Regalia C. Sociocognitive self-regulatory mechanisms governing transgressive behavior. Journal of personality and social psychology.2001. 80(1), p. 125.
7. Barber B. K. Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. Child development. 1996, 67(6), pp. 3296–3319.
8. Barnes G. M., Hoffman J. H., Welte J. W., Farrell M. P., Dintcheff  B. A. Effects of parental monitoring and peer deviance on substance use and delinquency. Journal of Marriage and Family. 2006, 68(4), pp. 1084–1104.
9. Baumeister R. F. and Heatherton T. F. Self-regulation failure: An overview. Psychological inquiry, 1996. 7(1), pp. 1–15.
10. Bechara A. Decision making, impulse control and loss of willpower to resist drugs: a neurocognitive perspective. Nature Neuroscience. 2005. 8, 11: pp. 1458–1463.
11. Blair C., Diamond A. Biological processes in prevention and intervention: The promotion of self-regulation as a means of preventing school failure. Development and psychopathology. 2008. 20(3), pp. 899–911.
12. Cai R., Wang Q., Xu J., Zhou L. Effectiveness of students’ self-regulated learning during the COVID-19 pandemic. Sci Insigt. 2020, 34(1): pp.175–182.
13. Caruso A., Grolnick W., Rabner J., Lebel A. Parenting, self-regulation, and treatment adherence in pediatric chronic headache: A self-determination theory perspective. Journal of Health Psychology. 2021, pp. 1637-1650. doi.org/10.1177/1359105319884596.
14. Chuang Y.-C., Ennet S. T. Bauman K. E., Foshee V. A. Neighborhood Influences on Adolescent Cigarette and Alcohol Use: Mediating Effects through Parent and Peer Behaviors. Journal of health and social behavior. 2005. pp.187-204. doi.org/10.1177/002214650504600205.
15. Deater-Deckard K., Dodge K. A., Bates J. E., & Pettit G. S. Physical discipline among African American and European American mothers: Links to children's externalizing behaviors. Developmental Psychology.1996. 32(6), pp.1065–1072. doi.org/10.1037/0012-1649.32.6.1065
16. Duckworth A. L., Seligman M. E. Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. Psychological science. 2005, pp. 939‒944.
17. Eisenberg N., Spinrad T. L., Eggum N. D. Emotion-Related Self-Regulation and Its Relation to Children's Maladjustment. Annual Review of Clinical Psychology. 2010. Vol. 27. № 6. pp. 495–525.
18. Finkenauer C., Engels R. C., Baumeister R. F. Parenting and adolescent externalizing and internalizing problems: The role of self-control. International Journal of Behavioral Development. 2005, pp. 58‒69.
19. Fonagy P., Gergely G., Jurist E. L., Target M. Affect regulation, mentalization, and the development of the self. London: H. Karnac (Books) Ltd, 2004.
20. Grolnick, W. S. and Kurowski, C. O. Family processes and the development of children's self-regulation. Educational psychologist.1996, 34(1), pp. 3‒14.
21. Grolnick W. S., Ryan R. M. Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school. Journal of educational psychology. 1989, 81(2), p. 143.
22. Karreman A., Van Tuijl C., Van Aken M. A., Deković M. Parenting and self‐regulation in preschoolers: A meta‐analysis. Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice. 2006, 15(6), pp. 561‒579.
23. Keijsers, L., Branje, S.J., VanderValk, I.E., Meeus, W. Reciprocal Effects Between Parental Solicitation, Parental Control, Adolescent Disclosure, and Adolescent Delinquency. Journal of Research on Adolescence. 2010. pp.88-113. doi.org/10.1111/j.1532-7795.2009.00631.x
24. Keipi, T., Näsi, M., Oksanen, A., & Räsänen, P. Online Hate and Harmful Content: Cross-National Perspectives. Abingdon: Routledge. 2017. p.154. doi.org/10.4324/9781315628370
25. Kiel E. J., Kalomiris A. E. Current themes in understanding children’s emotion regulation as developing from within the parent-child relationship. Current Opinion in Psychology. pp. 11–16. doi: 10.1016/j.copsyc.2015.01.006.
26. King K. M., Fleming C. B., Monahan K. C., Catalano R. F. Changes in self-control problems and attention problems during middle school predict alcohol, tobacco, and marijuana use during high school. Psychology of Addictive Behaviors. 2011, p. 69.
27. Kopp C. B. Antecedents of Self-Regulation. A Developmental Psychology. 1982. № 2. p.199.
28. Janssens A., Noortgate W., Goossens L., Colpin H., Verschueren K., Claes S., Leeuwen K. Externalizing Problem Behavior in Adolescence: Parenting Interacting With DAT1 and DRD4 Genes. Journal of research on adolescence. 2017, pp. 1–20.
29. Laird R. D., Marrero M. D. & Sentse M. Revisiting Parental Monitoring: Evidence that Parental Solicitation Can be Effective When Needed Most. Journal of Youth and Adolescence. 2010, pp. 1431–1441.
30. Li J. B., Willems Y. E., Stok F. M., Deković M., Bartels M. and Finkenauer C. Parenting and self-control across early to late adolescence: A three-level meta-analysis. Perspectives on Psychological Science. 2019. 14(6), pp. 967‒1005.
31. Mamayek C., Paternoster R., Loughran T. A. Self-control as self-regulation: A return to control theory. Deviant behavior. 2017, pp. 895‒916.
32. McDermott M. R., Barik N. B. Developmental Antecedents of Proactive and Reactive. Journal of Motivation, Emotion, and Personality. 2014. Vol. 2, pp. 22–31.
33. Meinert J., Reinecke J. Self-control during adolescence: Examining the stability of low self-control and the effects of parental social controls. European Journal of Criminology. 2018, pp. 523‒543.
34. Meldrum R. C., Young J. T., Hay C., Flexon J. L. Does self-control influence maternal attachment? A reciprocal effects analysis from early childhood through middle adolescence. Journal of Quantitative Criminology. 2012, pp. 673‒699.
35. Middlebrooks J. S., Audage N. C. The Effects of Childhood Stress on Health Across the Lifespan. 2008. <https://drum.lib.umd.edu/handle/1903/22891> (дата обращения 28.03.22)
36. Moilanen K. L.The adolescent self-regulatory inventory: The development and validation of a questionnaire of short-term and long-term self-regulation. Journal of youth and adolescence. 2007. 36(6), pp.835‒848.
37. Moilanen K. L., Rasmussen K. E. and Padilla‐Walker L. M. Bidirectional associations between self‐regulation and parenting styles in early adolescence. Journal of research on adolescence, 2015. 25(2), pp. 246‒262.
38. Morris A. S., Silk J. S., Steinberg L., Myers S. S., Robinson L. R. The role of the family context in the development of emotion regulation. Social development. 2007, 16(2), pp. 361‒388.
39. Muller R. T., Fitzgerald H. E., Sullivan L. A., Zucker R. A. Social support and stress factors in child maltreatment among alcoholic families. Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement. 1994, p. 438.
40. Nigg J. T. Annual Research Review: On the relations among self‐regulation, self‐control, executive functioning, effortful control, cognitive control, impulsivity, risk‐taking, and inhibition for developmental psychopathology. Journal of child psychology and psychiatry. 2017. 58(4), pp. 361‒383.
41. Ntshangase M. P. A study of juvenile delinquency amongst adolescents in secondary schools in Gauteng. 2015. URI: <http://hdl.handle.net/10500/20230> (дата обращения 6.04.22)
42. Patock‐Peckham J.A., Cheong J., Balhorn M.E. and Nagoshi C.T. A social learning perspective: a model of parenting styles, self‐regulation, perceived drinking control, and alcohol use and problems. Alcoholism: clinical and experimental research. 2001, 25(9), pp. 1284‒1292.
43. Perrone D., Sullivan C. J., Pratt. T. C., Margaryan S. Parental Efficacy, Self-Control, and Delinquency: a Test of a General Theory of Crime on a Nationally Representative Sample of Youth. International journal of offender therapy and comparative criminology. 2004, pp.298-312. doi.org/10.1177/0306624X03262513.
44. Rezaei S., PourHadi S., Shabahang R. Relationship of Perceived Parenting Styles with Self-Control Capacity and Affective Self-Regulation Among Delinquent Adolescents. Caspian Journal of Neurological Sciences. 2019, pp. 56‒65.
45. Sağkal A. Direct and indirect effects of strength-based parenting on adolescents’ school outcomes: Exploring the role of mental toughness. Journal of Adolescence. 2019. Vol.76, pp. 20‒29. doi:10.1016/j.adolescence. 2019.08.001.
46. Silva M, Dorso E, Azhar A, Renk K. The relationship among parenting styles experienced during childhood, anxiety, motivation, and academic success in college students. Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice. 2007, pp.149‒167.
47. Simons L. G., Sutton T. E. The long arm of parenting: How parenting styles influence crime and the pathways that explain this effect. Criminology. 2021. doi.org/10.1111/1745-9125.12285
48. Stattin H., Kerr M. Parental monitoring: A reinterpretation. Child Development. 2000, Vol. 71. № 4, pp. 1072‒1085. doi:10.1111/1467-8624.00210
49. Steinberg L. 2008. A social neuroscience perspective on adolescent risk-taking. Developmental review. 2008. 28, 1, pp. 78–106.
50. Tangney J. P., Baumeister R. F., Boone A. L. High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. Journal of personality. 2004. Vol. 72, no. 2, pp. 271‒324. doi:10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
51. Teo A., Carlson E., Mathieu P. J., Egeland B., Sroufe L. A. A prospective longitudinal study of psychosocial predictors of achievement. Journal of School Psychology. 1996, pp. 285‒306.
52. Thompson K.M. and Braaten-Antrim R. Youth maltreatment and gang involvement. Journal of Interpersonal Violence.1998, 13(3), pp.328‒345.
53. Tschan T., Schmid M. & In-Albon T. Parenting behavior in families of female adolescents with nonsuicidal self-injury in comparison to a clinical and a nonclinical control group. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health. Volume 9, 2015, pp.1-9. <https://capmh.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13034-015-0051-x> (дата обращения 17.04.22)
54. Wills T. A., Walker C., Mendoza D., & Ainette M. G. Behavioral and emotional self-control: Relations to substance use in samples of middle and high school students. Psychology of Addictive Behaviors. 2006, 20(3), 265–278. doi.org/10.1037/0893-164X.20.3.265.