

Щельникова Арина Алексеевна

магистрант, Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых, город Владимир. ORCID: 0009-0005-6688-3760, SPIN-код: 8297-6383, AuthorID: 1264252.

Электронный адрес: ashchelnikova@mail.ru

Arina A. Shchelnikova

Master's student, Vladimir State University, Vladimir. ORCID: 0009-0005-6688-3760, SPIN-code: 8297-6383, AuthorID: 1264252.

E-mail address: ashchelnikova@mail.ru

Данилова Марина Владимировна

кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой социальной педагогики и психологии, Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых, город Владимир. ORCID: 0000-0003-4527-9095, SPIN-код: 3607-5332, AuthorID: 218672.

Электронный адрес: spp-vlgu@mail.ru

Marina V. Danilova

Ph.D. of Pedagogical Sciences, Docent, Head of the Department of social pedagogy and psychology, Vladimir State University, Vladimir. ORCID: 0000-0003-4527-9095, SPIN-code: 3607-5332, AuthorID: 218672.

E-mail address: spp-vlgu@mail.ru

ВЫЯВЛЕНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ МЕЖДУ САМОРЕГУЛЯЦИЕЙ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ И УРОВНЕМ АДАПТИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ

Аннотация. В статье представлены ключевые подходы к изучению саморегуляции, механизмы регуляции учебной и профессиональной деятельности, рассмотрены основные аспекты студенческого возраста. Проанализированы понятия «саморегуляция» и «саморегуляция учебной деятельности». Рассмотрены две основные группы саморегуляции: деятельностная и личностная, охарактеризованы ведущие мотивы обучения в вузе: коммуникативные, профессиональные, учебно-познавательные, социальные, мотивы избегания, мотивы престижа. Представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление взаимосвязи саморегуляции учебной деятельности с уровнем адаптированности студентов в вузе. Проведена диагностика первокурсников с целью выявления лиц, испытывающих трудности в адаптации к группе и к учебной деятельности, с использованием методик «Адаптированность студентов в вузе», «Мотивация учебной деятельности», «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М». С помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена определена умеренная и прямая связь между саморегуляцией учебной деятельности студентов и уровнем адаптированности к группе, а также выявлена высокая и прямая связь между саморегуляцией учебной деятельности и уровнем адаптированности к учебной деятельности.

Ключевые слова: саморегуляция, саморегуляция учебной деятельности, студенчество, адаптированность.

Для цитирования: Щельникова А.А., Данилова М.В. Выявление взаимосвязи между саморегуляцией учебной деятельности студентов и уровнем адаптированности студентов в вузе // Вестник Российского нового университета. Серия: Человек в современном мире. 2025. № 1. С. 79–89. DOI: 10.18137/RNUV925X.21.05.P.079

**IDENTIFICATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN
SELF-REGULATION OF STUDENTS' LEARNING ACTIVITIES
AND THE LEVEL OF STUDENTS' ADAPTATION AT THE UNIVERSITY**

Abstract. The article presents the key approaches to the study of self-regulation, mechanisms of regulation of educational and professional activity, considers the main aspects of student age. The concepts of 'self-regulation' and 'self-regulation of learning activity' are analyzed. Two main groups of self-regulation are considered: activity-based and personal, the leading motives for studying at university are characterized: communicative, professional, educational and cognitive, social, and motives of avoidance and prestige. The article presents the results of an empirical study aimed at identifying the relationship between self-regulation of educational activities and the level of adaptation of students at the university. The diagnostics of first-year students was carried out to identify persons experiencing difficulties in adapting to the group and learning activities using the methods "Adaptation of students at higher education institution", "Motivation of learning activities", "Style of self-regulation of learning activity – LOAN-M". Using Spearman's rank correlation coefficient, a moderate and direct relationship between students' self-regulation of learning activities and the level of their adaptability to the group was determined, and a high and direct relationship between self-regulation of learning activities and the level of adaptability to learning activities was revealed.

Keywords: self-regulation, learning activities, self-regulation of learning activities, studentship, adaptability.

For citation: Shchelnykova A.A., Danilova M.V. (2025) Identification of the relationship between self-regulation of students' learning activities and the level of students' adaptation at the university. *Vestnik of Russian New University. Series: Man in the Modern World.* No. 1. Pp. 79–89. (In Russian). DOI: 10.18137/RNU.V925X.21.05.P.079

Саморегуляция учебной деятельности студентов

Понятие «саморегуляция» впервые было введено в кибернетике и теории автоматического регулирования для описания процессов управления и поддержания стабильности функционирования различных систем. В этом контексте саморегуляция относится к способности системы или организма поддерживать определенные параметры в пределах заданных границ, чтобы достигать желаемого состояния или целей.

С течением времени данное понятие стало применяться и в психологии, обозначая способность человека контролировать свои мысли, эмоции и поведение. Психологи рассматривают саморегуляцию как важный механизм управления своими дей-

ствиями и реакциями, который помогает человеку успешно адаптироваться к окружающей среде и достигать своих целей [1].

Изучение саморегуляции представлено в работах таких отечественных психологов, как Б.Ф. Ломов, Б.Г. Ананьев, И.П. Павлов, А.Н. Леонтьев, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова и др.

Саморегуляция представляет собой способность индивида или системы поддерживать и контролировать свои функции и процессы. Саморегуляция делится на две основные группы: деятельностная и личностная [2], каждая из которых отражает различные аспекты управления поведением и внутренними процессами индивида.

Деятельностная саморегуляция связана с процессами, которые помогают индивиду управлять своими действиями и пове-

Выявление взаимосвязи между саморегуляцией учебной деятельности студентов и уровнем адаптированности студентов в вузе

дением в рамках выполнения конкретных задач или деятельности. В нее входят следующие компоненты:

- планирование – установление целей и разработка стратегий для их достижения;
- мониторинг – отслеживание своих действий и прогресса в достижении поставленных целей;
- регулирование – внесение корректировок в свои действия с целью оптимизации процесса достижения поставленных целей.

Личностная саморегуляция охватывает различные аспекты личности и включает в себя управление эмоциями, мотивациями и убеждениями. К ней относятся:

- самосознание – осознание собственных чувств, желаний и мыслей;
- самооценка – оценка собственного потенциала и вклада в достижение цели;
- самомотивация – внутренняя мотивация к достижению личных целей независимо от внешних обстоятельств;
- самоэффективность – уверенность в собственной способности успешно справиться с задачами и преодолевать трудности;
- самоконтроль – указывает на способность контролировать импульсивные реакции и принимать правильные решения.

Обе группы саморегуляции взаимодействуют и поддерживают друг друга, поскольку успешное выполнение задач требует как управления конкретными действиями, так и общего управления личностными характеристиками.

О.А. Конопкиным [3] выделены такие регуляторные функции, как планирование, программирование и контроль.

Планирование – это способность оценить текущую ситуацию, определить цель и выбрать оптимальные способы достижения этой цели. Планирование помогает структурировать действия и ресурсы, необходимые для выполнения задачи.

Программирование – это умение разрабатывать последовательность действий, определять правила и условия их выполнения. Программирование позволяет автоматизировать задачи и повысить эффективность процесса.

Контроль – это оценка результатов работы, анализ отклонений от поставленных целей и корректировка действий для достижения желаемых результатов. Контроль помогает выполнять план, управлять процессами и повышать качество задач.

Эти регуляторные функции позволяют человеку не только управлять своим поведением, но и эффективно использовать свои ресурсы, достигать личных и профессиональных целей, а также успешно адаптироваться к изменяющимся условиям и ситуациям. Для осуществления регуляторных функций используются психические средства, такие как умственные умения и операции. Они позволяют человеку анализировать ситуацию, прогнозировать результаты своих действий и принимать решения.

В.И. Моросанова [4] в своих работах подчеркивает центральность интегративных психических процессов и явлений в контексте психологии саморегуляции. Эти элементы играют ключевую роль в способности человека к самоорганизации, охватывая как осознанную психическую деятельность, так и те аспекты, которые происходят без сознательного контроля. Погружение в изучение саморегуляции открывает возможности понимания механизмов, посредством которых индивиды управляют своим поведением и направляют его в сторону личного развития и совершенствования.

Выделяют следующие подходы к изучению саморегуляции:

- системный (О.А. Конопкин, Б.Ф. Ломов);

- дифференциальный (В.И. Моросанова, Н.Е. Варга, Э.А. Райгородский);
- когнитивный (А.Н. Леонтьев, А.А. Бодалев);
- психофизиологический (Э.Х. Хезлит, Д.И. Дубровский);
- эволюционный (Д.Б. Баррель, Д. Уотсон) [5].

Для развития эффективной деятельности студентов необходим высокий уровень их саморегуляции, однако данный аспект в настоящий момент является малоизученным.

Развитие саморегуляции учебной деятельности у студентов играет ключевую роль в успешном обучении и достижении учебных целей. Для того чтобы студенты смогли эффективно развивать саморегуляцию, необходимо объединить усилия как самих учащихся, так и преподавателей. Поддержка и специальные обучающие программы по саморегуляции, предоставляемые образовательными учреждениями, играют важную роль в этом процессе [6].

Само понятие «учебная деятельность» включает в себя три основных аспекта: сотрудничество педагога и студента, индивидуальная деятельность студента и деятельность студента, которую курирует педагог [7].

В рамках нашего исследования мы изучаем ключевой аспект учебной деятельности – самостоятельную работу студента, которая имеет следующие характеристики:

- ориентирована на его личное развитие и удовлетворение потребностей в усвоении знаний, умений и навыков;
- через учебную работу студенты приобретают опыт и осваивают различные виды деятельности, включая практическую, познавательную и эстетическую;
- учебная деятельность студента начинается с его собственной инициативы, но также регламентирована учебными плана-

ми, отсутствием выбора дисциплин и ограниченностью целеполагания у студентов;

- возрастные особенности студентов оказывают влияние на процесс и результат учебной деятельности.

К механизмам регуляции учебной и профессиональной деятельности относят:

- рефлекслируемый когнитивный компонент (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова);
- волевой контроль и волевою регуляцию (А.В. Быков, В.А. Иванников, В.К. Калинин, В.И. Селиванов);
- регуляторный опыт (А.К. Осницкий);
- интегральную индивидуальность (В.С. Мерлин, Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман);
- функциональные состояния (Л.Г. Дикая);
- неравновесные состояния (А.О. Прохоров);
- контроль поведения (Е.А. Сергиенко);
- эмоции (О.В. Дашкевич, А.Я. Чебыкин);
- механизмы принятия решения (В.Д. Шадриков);
- индивидуальный стиль деятельности (Е.А. Климов);
- соответствие «реального» образа «идеальному» (А.А. Деркач);
- модель специалиста (А.К. Маркова);
- отношение к деятельности (В.А. Зобков);
- личностные особенности (В.А. Бодров);
- совладающее поведение (Т.Л. Крюкова) [5].

Таким образом, категория «саморегуляция учебной деятельности» охватывает различные аспекты, включая мотивацию, планирование, контроль и оценку своего обучения. Это активный процесс, который помогает студентам становиться более эффективными в учебном процессе.

Студенческий возраст отличается переходным периодом, где молодые люди не только вступают в юность, но и проходят

Выявление взаимосвязи между саморегуляцией учебной деятельности студентов
и уровнем адаптированности студентов в вузе

ключевую фазу в развитии своей индивидуальности и определяют свой профессиональный путь. Этот процесс делает их уязвимыми и определяет в группу повышенного риска [8].

И.А. Зимняя [9] выделяет несколько важных аспектов, свойственных этому периоду:

- обучение имеет ярко выраженную целенаправленность – овладение конкретными знаниями и профессиональными навыками;
- систематический характер обучения: оно осуществляется на регулярной основе и подразумевает следование определенной, хорошо структурированной программе развития, направленной на непрерывное совершенствование;
- обучение нацелено на достижение высшего образовательного уровня: является вершиной академической подготовки, предполагая углубленное изучение дисциплин в университетах или специализированных институтах;
- активное потребление культуры: способствует расширению внутреннего мира, внося значительный вклад в личностное развитие и обогащение жизненного опыта;
- высокий уровень познавательной мотивации: значительный интерес к обучению и стремление к профессиональному развитию свидетельствуют о наличии сильной мотивации к освоению новых знаний.

*Эмпирическое исследование
взаимосвязи между саморегуляцией
учебной деятельности и уровнем
адаптированности студентов к группе
и учебной деятельности*

С целью выявления взаимосвязи между саморегуляцией учебной деятельности и уровнем адаптированности к группе и учебной деятельности нами проведено эмпирическое исследование. Исследование проводилось на

базе Владимирского государственного университета имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Фокус-группа составила 33 студента первого курса направления 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование (бакалавриат)», 44.05.01 «Педагогика и психология девиантного поведения (специалитет)».

Гипотеза исследования: существует связь между саморегуляцией учебной деятельности и уровнем адаптированности к группе и учебной деятельности.

Методики исследования: «Адаптированность студентов в вузе» (Т.Д. Дубовицкая), «Мотивация учебной деятельности» (А.А. Реан, В.А. Якунин, в модификации Н.Ц. Бадмаевой), «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» (В.И. Моросанова). Выбор методик обусловлен их высокой эффективностью в определении уровня саморегуляции учебной деятельности студентов, а также уровня адаптированности студентов к условиям обучения в вузе.

Методика «Адаптированность студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой разработана для определения первокурсников, испытывающих трудности в адаптации к группе и к учебной деятельности [10]. Результаты по шкале адаптированности к группе представлены на Рисунке 1. У 61 % респондентов – средний уровень по шкале адаптированности к группе, у 21 % – высокий, а у 18 % респондентов – низкий. Можно сделать вывод о том, что большая часть группы имеет высокий и средний уровни по шкале адаптированности к группе.

Результаты по шкале адаптированности к учебной деятельности представлены на Рисунке 2. У 52 % респондентов – средний уровень по шкале адаптированности к учебной деятельности, у 27 % респондентов – высокий, у 21 % респондентов – низкий.

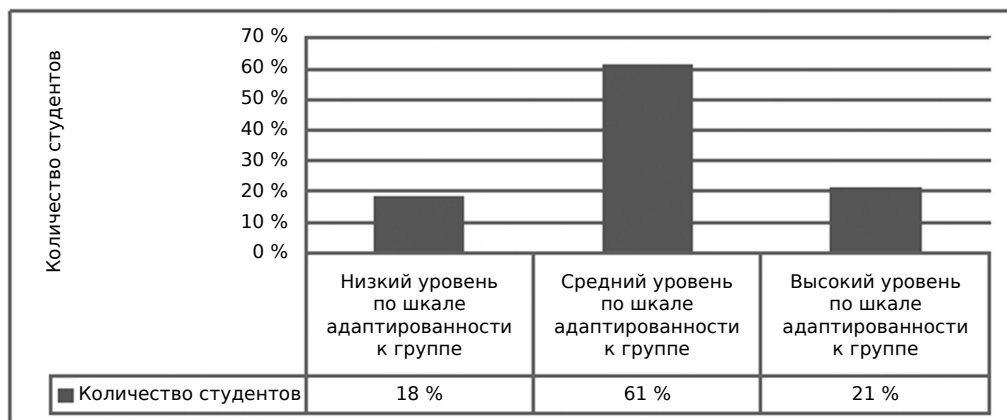


Рисунок 1. Результаты диагностики по методике «Адаптированность студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой (шкала адаптированности к группе)

Источник: здесь и далее рисунки выполнены авторами.

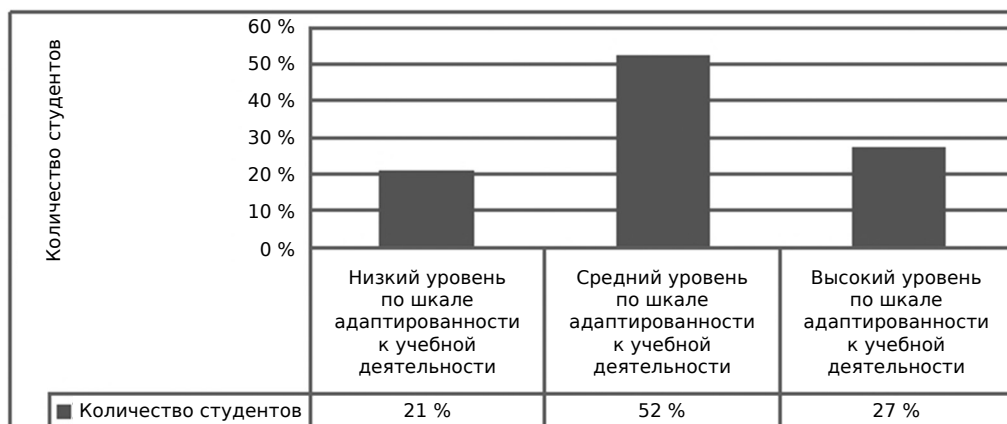


Рисунок 2. Результаты диагностики по методике «Адаптированность студентов в вузе» Т.Д. Дубовицкой (шкала адаптированности к учебной деятельности)

Методика «Мотивация учебной деятельности» А.А. Реана и В.А. Якунина в модификации Н.Ц. Бадаевой [11] выбрана с целью определения ведущего мотива учебной деятельности студентов. Данная методика имеет семь шкал мотивов учебной деятельности: коммуникативные, мотивы избегания, мотивы престижа, мотивы творческой самореализации, профессиональные, учебно-познавательные, социальные.

По данным методики был подсчитан средний балл по каждой шкале опросника. Результаты диагностики представлены на Рисунке 3. Ведущие мотивы по показателям методики – «мотивы творческой самореализации» (4,8); вторые – «профессиональные» (4,5); третьи – «коммуникативные» (4,1); четвертые – «учебно-познавательные» (3,6); пятые – «социальные» (3,2); шестые – «мотивы престижа» (3,2); седьмые – «мотивы избегания» (2,6).

Выявление взаимосвязи между саморегуляцией учебной деятельности студентов и уровнем адаптированности студентов в вузе

Методика «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» В.И. Моросановой [12] разработана для определения развития индивидуальной саморегуляции и ее индивидуального профиля, включающего показатели планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, гибкости, самостоятельности и общего уровня саморегуляции. По итогам всех шкал мы выявили общий уро-

вень саморегуляции у студентов первого курса: у 57 % – уровень саморегуляции высокий, у 25% – средний и у 18% – низкий. Результаты диагностики представлены на Рисунке 4.

Для выявления связи между методиками «Адаптированность студентов в вузе» и «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

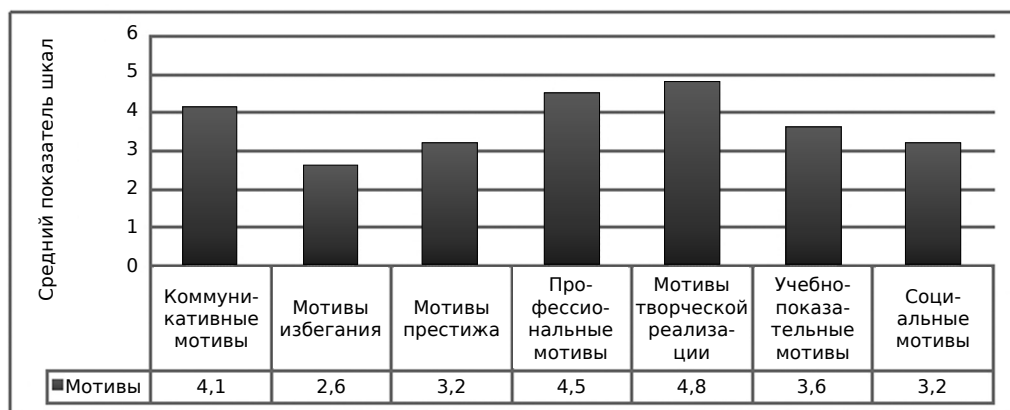


Рисунок 3. Результаты диагностики по методике «Мотивация учебной деятельности» (А.А. Реан, В.А. Якунин, в модификации Н.Ц. Бадмаевой)

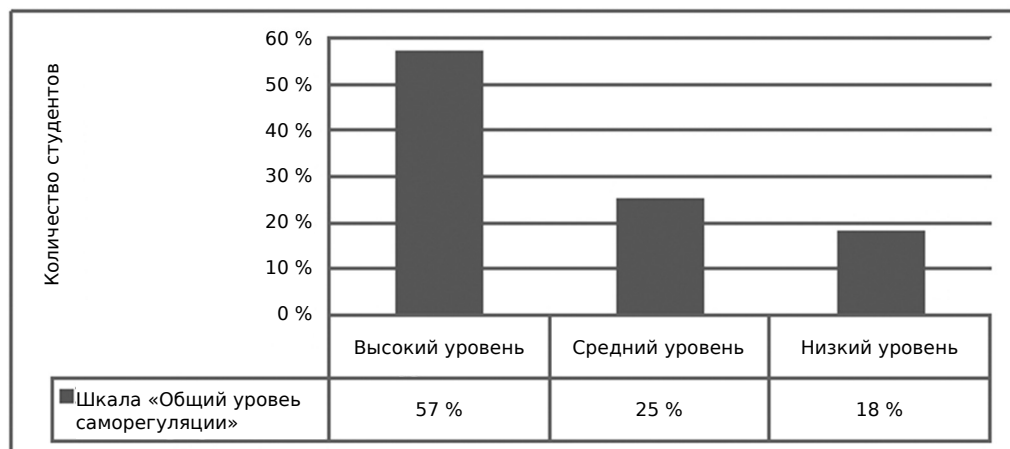


Рисунок 4. Результаты диагностики по методике «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» В.И. Моросановой (шкала «Общий уровень саморегуляции»)

Вестник Российского нового университета
Серия «Человек в современном мире», выпуск 1 за 2025 год

Математическое сравнение методик проведено в два этапа: сначала сравнивались шкалы «Уровень адаптированности к группе в вузе» и «Общий уровень учебной саморегуляции», далее – «Уровень адаптированности к учебной деятельности» и «Общий уровень учебной саморегуляции».

Первый этап – выявление связи между шкалами «Уровень адаптированности к группе в вузе» и «Общий уровень учебной саморегуляции».

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+15) \cdot 15}{2} = 120.$$

Суммы по столбцам матрицы равны между собой и соответствуют контрольной сумме, значит, матрица составлена правильно.

Поскольку среди значений признаков x и y встречается несколько одинаковых, то есть образуются связанные ранги, то в таком случае коэффициент Спирмена вычисляется как

$$p = 1 - \frac{6 \cdot 248 + 6,5}{15^3 - 15} = 0,555.$$

Связь между признаком Y и фактором X умеренная и прямая.

Второй этап – выявление связи между шкалами «Уровень адаптированности к учебной деятельности» и «Общий уровень учебной саморегуляции».

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+15) \cdot 15}{2} = 120.$$

Суммы по столбцам матрицы равны между собой и соответствуют контрольной

сумме, значит, матрица составлена правильно.

Поскольку среди значений признаков x и y встречается несколько одинаковых, то есть образуются связанные ранги, то в таком случае коэффициент Спирмена вычисляется как

$$p = 1 - \frac{6 \cdot 125,5 + 15,5}{15^3 - 15} = 0,771.$$

Связь между признаком Y и фактором X сильная и прямая.

В ходе проведения математических расчетов с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена была установлена высокая связь между результатами методик «Адаптированность студентов в вузе» и «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М».

Сравнительный анализ результатов выявления связи между методиками «Адаптированность студентов в вузе» и «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» показал следующее.

При сравнении за главное значение были взяты результаты методики «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» по шкале «Общий уровень саморегуляции», имеющей три показателя: низкий, средний и высокий уровни саморегуляции учебной деятельности.

Для студентов с высоким уровнем саморегуляции характерен средний уровень адаптированности к группе – 56 %; высокий уровень – 44 %.

У студентов со средним уровнем саморегуляции преобладает средний уровень адаптированности к группе – 67 %; высокий уровень – 33 %.

Для респондентов с низким уровнем саморегуляции характерным является низкий уровень адаптированности к группе – 67 %; средний уровень – 33 %.

Для студентов с высоким уровнем саморегуляции характерен средний уровень

Выявление взаимосвязи между саморегуляцией учебной деятельности студентов и уровнем адаптированности студентов в вузе

адаптированности к учебной деятельности – 67 %, высокий уровень – 33 %.

У студентов со средним уровнем саморегуляции выявлен средний уровень адаптированности к учебной деятельности – 100 %.

У студентов с низким уровнем саморегуляции определен низкий уровень адаптированности к учебной деятельности – 67 %, средний уровень – 33 %.

Заключение

Саморегуляция является важным психологическим феноменом, который помогает контролировать мысли, эмоции и поведение, достигать поставленных целей и справляться с различными ситуациями. Эффективная саморегуляция способствует ментальному здоровью и благополучию. Саморегуляция представляет собой способность индивида или системы поддерживать и контролировать свои функции и процессы.

Особенности саморегуляции учебной деятельности включают в себя следующие компоненты: целеполагание, планирование, мониторинг и контроль, регуляция внимания, управление мотивацией, самоконтроль и самооценка.

Таким образом, понятие «саморегуляция учебной деятельности» охватывает различные аспекты, включая мотивацию, планирование, контроль и оценку своего обучения. Это активный процесс, который помогает студентам становиться более

эффективными в своем учебном процессе. Студенты являются категорией группы риска, так как осуществляется переход в юношеский возраст и обучающиеся проходят важный этап становления личности и профессионального самоопределения.

Результаты эмпирического исследования с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена показали умеренную и прямую связь между адаптированностью студентов к группе и общим уровнем саморегуляции учебной деятельности, а также высокую и прямую связь между уровнем адаптированности к учебной деятельности и общим уровнем саморегуляции учебной деятельности студентов.

Среди студентов преобладает средний уровень саморегуляции учебной деятельности – 60 %. Для студентов с низким уровнем саморегуляции учебной деятельности характерным является низкий уровень адаптированности к группе – 67 %, а также низкий уровень адаптированности к учебной деятельности – 67 %. Для студентов со средним уровнем саморегуляции учебной деятельности характерен средний уровень адаптированности к группе – 67 % и средний уровень адаптированности к учебной деятельности – 100 %. Для студентов с высоким уровнем саморегуляции характерен средний уровень адаптированности к группе – 56 % и средний уровень адаптированности к учебной деятельности – 67 %. Таким образом, первоначально выдвинутая гипотеза нашла свое подтверждение.

Литература

1. Гунзунова Б.А. Теоретические подходы к исследованию саморегуляции произвольной активности субъекта // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. 2010. № 5. С. 3–7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-podhody-k-issledovaniyu-samoregulyatsii-proizvolnoy-aktivnosti-subekta-deyatelnosti?ysclid=lswhnswj3b600757522> (дата обращения: 20.10.2024).

2. Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний. М. : Институт психологии РАН, 2009. 352 с. ISBN 978-5-9270-0142-2.
3. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. М. : URSS, 2010. 316 с. ISBN 978-5-9710-0321-2. EDN QYAOEB.
4. Моросанова В.И., Аронова Е.А. Самосознание и саморегуляция поведения. М. : Ин-т психологии РАН, 2007. 214 с. ISBN 978-5-9270-0104-0. EDN SURWNT.
5. Зобков А.В., Турчин А.С. Саморегуляция учебной деятельности: монография. Владимир – Иваново : Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых, 2013. 251 с. ISBN 978-5-9984-0383-5. EDN TQEUFF.
6. Павлова Е.В., Иванова Е.А., Хондошко Ю.В. Роль саморегуляции в организации самостоятельной работы бакалавров в условиях цифровизации образования // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. № 6 (74). С. 160–167. EDN QOGLSY. DOI: 10.24158/spp.2020.6.27
7. Каццо А.А., Кобзарь А.В. Подходы к трактовке саморегуляции в психологии // Психологические науки: теория и практика : Материалы II Международной научной конференции. М. : Молодой ученый, 2014. С. 10–12. EDN SWLKWB.
8. Кон И.С. Психология ранней юности. М. : Просвещение, 1989. 256 с. ISBN 5-09-001053-6. EDN VXLCUH.
9. Зимняя И.А. Педагогическая психология : учебник для вузов. М. : Логос, 2000. 382 с. ISBN 5-88439-097-1.
10. Дубовицкая Т.Д., Крылова А.В. Методика исследования адаптированности студентов в вузе // Психологическая наука и образование www.psyedu.ru. 2010. № 2. С. 1–7. EDN LPBWZF.
11. Бадмаева Н.Ц. Влияние мотивационного фактора на развитие умственных способностей : монография. Улан-Удэ : Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления, 2005. 203 с. ISBN 5-89230-193-1.
12. Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. В помощь практическому психологу: опросник Моросановой «Стиль саморегуляции учебной деятельности (ССУД-М)» // Психология саморегуляции: эволюция подходов и вызовы времени : коллективная монография / Под ред. Ю.П. Зинченко, В.И. Моросановой. М. : Психологический институт Российской академии образования, 2020. С. 151–172. EDN HDFKZH.

References

1. Gunzunova V.A. (2010) Theoretical approaches to the study of self-regulation of voluntary activity of the subject. *BSU Bulletin. Education. Personality. Society*. No. 5. Pp. 3–7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-podhody-k-issledovaniyu-samoregulyatsii-proizvolnoy-aktivnosti-subekta-deyatelnosti?ysclid=lswhnswj3b600757522> (accessed 20.10.2024). (In Russian).
2. Prokhorov A.O. (2009) *Smyslovaya regulyatsiya psikhicheskikh sostoyanii* [Semantic regulation of mental states]. Moscow : Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ. 352 p. ISBN 978-5-9270-0142-2. (In Russian).
3. Konopkin O.A. (2010) *Psikhologicheskie mekhanizmy regulyatsii deyatel'nosti* [Psychological mechanisms of activity regulation]. Moscow : URSS Publ. 316 p. ISBN 978-5-9710-0321-2. (In Russian).
4. Morosanova V.I., Aronova E.A. (2007) *Samosoznanie i samoregulyatsiya povedeniya* [Self-awareness and self-regulation of behavior]. Moscow : Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ. 213 p. ISBN 978-5-9270-0104-0. (In Russian).

Выявление взаимосвязи между саморегуляцией учебной деятельности студентов
и уровнем адаптированности студентов в вузе

5. Zobkov A.V., Turchin A.S. (2013) *Samoregulyatsiya uchebnoi deyatel'nosti* [Self-regulation of educational activity] : Monograph. Vladimir – Ivanovo : Vladimir State University Publ. 251 p. ISBN 978-5-9984-0383-5. (In Russian).
6. Pavlova E.V., Ivanova E.A., Khondoshko Yu.V. (2020) The role of self-regulation in the organization of independent work of bachelors in the context of digitalization of education *Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*. No. 6 (74). Pp. 160–167. DOI: 10.24158/spp.2020.6.27 (In Russian).
7. Katsero A.A., Kobzar A.V. (2014) Approaches to the interpretation of self-regulation in psychology. In: *Psikhologicheskie nauki: teoriya i praktika* [Psychological sciences: Theory and practice] : Proceedings of the II International Scientific Conference. Moscow : Molodoi uchenyi Publ. Pp. 10–12. (In Russian).
8. Kon I.S. (1989) *Psikhologiya rannei yunosti* [Psychology of early youth]. Moscow : Prosvetshchenie Publ. 256 p. ISBN 5-09-001053-6. (In Russian).
9. Zimnyaya I.A. (2000) *Pedagogicheskaya psikhologiya* [Educational psychology] : Textbook for university students. Moscow : Logos Publ. 382 p. ISBN 5-88439-097-1. (In Russian).
10. Dubovitskaya T.D., Krylova A.V. (2010) Methods of studying students' adaptability in higher education institution. *Psychological science and education www.psyedu.ru*. No. 2. Pp. 1–7. (In Russian).
11. Badmaeva N.Ts. (2005) *Vliyaniye motivatsionnogo faktora na razvitiye umstvennykh sposobnostei* [The influence of the motivational factor on the development of mental abilities] : Monograph. Ulan-Ude : East Siberia State University of Technology and Management Publ. 203 p. ISBN 5-89230-193-1. (In Russian).
12. Morosanova V.I., Bondarenko I.N. (2020) To assist a practical psychologist: Morosanova's questionnaire "Style of self-regulation of educational activity (LOAN-M)". In: Zinchenko Yu.P., Morosanova V.I. (Eds) *Psikhologiya samoregulyatsii: evolyutsiya podkhodov i vyzovy vremeni* [Psychology of self-regulation: Evolution of approaches and challenges of the time]. Moscow : Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences Publ. Pp. 151–172. (In Russian).

Поступила в редакцию: 25.12.2024

Received: 25.12.2024

Поступила после рецензирования: 17.01.2025

Revised: 17.01.2025

Принята к публикации: 27.01.2025

Accepted: 27.01.2025