

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2025. Т. 31, № 3. С. 55–62. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2025, vol. 31, no. 3, pp. 55–62.

ISSN 2073-1426

Научная статья

5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред

УДК 159.95

EDN HULDQU

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-3-55-62>

## СВЯЗЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК И САМОРЕГУЛЯЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

**Велиева Светлана Витальевна**, кандидат психологических наук, доцент, Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, Чебоксары, Россия, [stlena70@mail.ru](mailto:stlena70@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0001-7343-4780>

**Ешмейкина Светлана Владимировна**, Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, Чебоксары, Россия, [svetlanaka-e@bk.ru](mailto:svetlanaka-e@bk.ru), <https://orcid.org/0000-0002-2959-5613>

**Велиев Артем Рафикович**, Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, Чебоксары, Россия, [kimtuo@gmail.com](mailto:kimtouo@gmail.com), <https://orcid.org/0000-0003-0532-9764>

**Аннотация.** Эволюция информационных технологий, интенсивность в освоении новых инструментов цифровой среды актуализируют повышение требований к возможностям и навыкам субъектов образовательной деятельности, в частности к саморегуляции. В статье обсуждается связь индивидуальных характеристик и саморегуляции обучающихся в цифровой образовательной среде. Выборка исследования состояла из респондентов ( $N = 187$ , возраст  $M = 16$ ,  $SD = 1,2$ ), которым предлагалось заполнить опросники Л.Н. Собчик «ИТО» и В.И. Моросановой «ССП». Для статистической обработки данных применен коэффициент корреляции г-Пирсона. В статье показан вклад индивидуально-личностных особенностей в процесс осуществления и формирования стилей саморегуляции обучающихся в условиях цифровой трансформации образования в период пандемии COVID-19. Получены данные о роли регуляторных свойств личности (самостоятельности, ответственности и гибкости) в процессе саморегуляции. Установлена положительная связь различных компонентов психической саморегуляции (планирования, моделирования, программирования и оценки результатов) со спонтанностью, экстраверсией и лабильностью. Выявлено, что наибольший вес в осуществлении планирования, программирования и оценки результатов имеют спонтанность и экстраверсия. Такие личностные особенности, как способность к эффективному и реалистичному планированию, гибкость мышления и поведения, ответственное выполнение поставленных задач, оказывают положительное влияние на освоение новых информационных технологий и инструментов. В перспективе полученные сведения могут быть полезными при разработке специально организованной системы развития у обучающихся саморегуляции, готовности к самостоятельному управлению психическими состояниями.

**Ключевые слова:** обучающиеся, индивидуальные характеристики, стиль, саморегуляция, психические состояния, цифровая образовательная среда.

**Для цитирования:** Велиева С.В., Ешмейкина С.В., Велиев А.Р. Связь индивидуальных характеристик и саморегуляции обучающихся в цифровой образовательной среде // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2025. Т. 31, № 3. С. 55–62. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-3-55-62>

Research Article

## THE RELATIONSHIP BETWEEN INDIVIDUAL CHARACTERISTICS AND SELF-REGULATION OF STUDENTS IN THE CONTEXT OF DIGITAL TRANSFORMATION OF EDUCATION

**Svetlana V. Velieva**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Chuvash State Pedagogical University named after I. Ya. Yakovlev, Cheboksary, Russia, [stlena70@mail.ru](mailto:stlena70@mail.ru), <https://orcid.org/0000-0001-7343-4780>

**Svetlana V. Eshmeikina**, Chuvash State Pedagogical University named after I. Ya. Yakovlev, Cheboksary, Russia, [svetlanaka-e@bk.ru](mailto:svetlanaka-e@bk.ru), <https://orcid.org/0000-0002-2959-5613>

**Artem R. Veliev**, Chuvash State Pedagogical University named after I. Ya. Yakovlev, Cheboksary, Russia, [kimtuo@gmail.com](mailto:kimtouo@gmail.com), <https://orcid.org/0000-0003-0532-9764>

**Annotation.** The evolution of information technologies, the intensity of mastering new tools of the digital environment actualizes the increase in requirements for the capabilities and skills of subjects of educational activity, in particular for self-regulation. The article discusses the relationship between individual characteristics and self-regulation of students in the digital educational environment. The study sample consisted of respondents ( $N = 187$ , age  $M = 16$ ,  $SD = 1.2$ ), who were asked to fill out questionnaires by L.N. Sobchik "ITO" and V.I. Morosanova "SSP". For statistical processing of data, the correlation coefficient  $r$ -Pearson was used. The article shows the contribution of individual and personal characteristics to the process of implementation and formation of self-regulation styles of students in the context of digital transformation of education during the COVID-19 pandemic. Data were obtained on the role of regulatory personality traits (independence, responsibility and flexibility) in the process of self-regulation. A positive relationship was established between various components of mental self-regulation (planning, modeling, programming and evaluation of results) with spontaneity, extroversion and lability. It was revealed that spontaneity and extroversion have the greatest weight in the implementation of planning, programming and evaluation of results. Such personal characteristics, the ability to effectively and realistically plan, flexibility of thinking and behavior, responsible fulfillment of assigned tasks have a positive effect on the development of new information technologies and tools. In the future, the obtained information can be useful in developing a specially organized system for the development of self-regulation in students, readiness for independent management of mental states.

**Keywords:** learners, individual characteristics, style, self-regulation, mental states, digital educational environment.

**For citation:** Velieva S.V., Eshemeykina S.V., Veliev A.R. The relationship between individual characteristics and self-regulation of students in the digital educational environment. Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2025, vol. 31, no. 3, pp. 55–62. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2025-31-3-55-62>

Стремительная диджитализация образования, размывание границ между реальным и виртуальным пространством, между человеческим и искусственным интеллектом создает особую среду жизнедеятельности. С одной стороны, открывается доступность и возможность неограниченного во времени и пространстве получения информации любого объема и качества, самостоятельного формирования индивидуальной траектории обучения, с другой – предъявляются повышенные требования к навыкам самоорганизации, умению осознанного и успешного контроля своих психических явлений, эмоций, когнитивных, мотивов, действий, поступков и пр.

В современных исследованиях, особенно во время и после пандемии COVID-19, часто встречаются упоминания о перегрузке сознания, утомлении от цифровых технологий. По мнению Н.И. Галлямовой и Н.Л. Клячкиной [Галлямова, Клячкина: 460], избыток информации в сети Интернет, зачастую не проходящий через фильтр критического мышления и осмысления, способствует формированию мозаичной и искаженной картины мира. Обучающиеся, постоянно погруженные в поток кратких сообщений, новостных заметок и развлекательного контента могут испытывать сложности с концентрацией и глубоким анализом информации.

Социальные сети оказывают существенное воздействие на психологическое здоровье подростков. Непрерывное сопоставление себя с окружающими, восприятие «идеальной» жизни «Другого», насаждение гедонистических ценностей – все это может вызывать чувство собственной неполноценности, беспокойство и другие негативные психические состояния.

В.Ф. Енгальчев, Д.Р. Белодед [Енгальчев, Белодед: 3] установили, что бесконтрольное погружение

в виртуальную среду способно вызывать состояние, аналогичное гипнотическому, создавая угрозу психологической безопасности личности, искажая процесс самоидентичности и конструктивной социальной включенности. Профилактика зависимости от цифровой среды предполагает умение критически оценивать окружающую действительность, распознавание манипуляций, осознание личного пространства и границ вмешательства алгоритмических систем цифровой среды, их влияния на личностную сферу.

Согласно теории ведущих тенденций личности Л.Н. Собчик [Собчик: 28], особенности восприятия и обработки информации обуславливают формирование индивидуальных личностных моделей даже при идентичных внешних обстоятельствах. Ведущая тенденция оказывает воздействие на мотивационную сферу (ориентация на достижения или избегание неудач), эмоциональный фон (персональная восприимчивость), когнитивные стратегии (способ восприятия и мышления) и характер межличностных взаимодействий. Один обучающийся успешно выстраивает свой образовательный путь, в то время как другой, имея схожий умственный потенциал и мотивацию, оказывается не в состоянии разобраться в многообразии предлагаемых учебных задач. Соответственно, индивидуальные особенности, действуя как своеобразные фильтры, по-разному преломляют информацию из глобальной сети, превращая её либо в эффективный ресурс, либо в источник личностных угроз.

В цифровой образовательной среде учебный процесс сопровождается непрерывным информационным потоком, оперативностью решения множества разноплановых задач, в связи с чем важнейшим навыком оказывается саморегуляция. Саморегуляция – это метаресурс осознанного достижения целей и ре-

шения актуальных и глобальных жизненных задач через систему универсальных и специальных регуляторных когнитивных и личностно-регуляторных компетенций субъекта [Моросанова 2023: 383].

В условиях современного общества теория стилей саморегуляции [Моросанова 2022: 136], описывающая процессы целеполагания, оценивания результатов, исправления ошибок и самоанализа, приобретает особую актуальность. Она трансформируется из теоретической модели в практическое руководство по адаптации в цифровой среде, где отвлекающие факторы и информационные потоки требуют умения концентрироваться и эффективно управлять ресурсами.

Цифровая среда играет важную роль в формировании различных сторон психики ее пользователей. Так, A. Stalmach, P.D'Elia, S.Di Sano, G. Casale [Stalmach: 1051] установили повышение уровня саморегуляции и академической успеваемости обучающихся школ и вузов (нормотипичных, с нарушением эмоционально-волевой сферы и с инвалидностью) через синтез традиционных методов и цифрового обучения. Однако степень влияния зависит от индивидуальных особенностей человека. Люди с высоким уровнем самосознания, развитыми навыками критического мышления, устойчивой мотивацией и системой ценностей будут использовать интернет для расширения знаний и конструктивного взаимодействия с другими, осознанно выбирая источники информации, анализируя представленные данные и отсеивая дезинформацию или манипулятивные сообщения. Для них глобальная сеть становится инструментом саморазвития и социальной активности, способствующим реализации их потенциала. Лица с неадекватной самооценкой, склонные к импульсивности и внушаемости, оказываются наиболее уязвимыми перед негативным воздействием интернета. Они могут легко поддаться влиянию социальных сетей, сравнивая себя с идеализированными образами и испытывая чувство неполноценности. Под воздействием рекламы и пропаганды данная категория пользователей может принимать необдуманные решения, совершать импульсивные покупки, вступать в деструктивные онлайн-сообщества. В этом случае глобальная сеть превращается в источник психологического дискомфорта, формирования аддикций и дезадаптации.

По мнению В.П. Шейнова и Н.В. Дятчика [Шейнов, Дятчик: 235], обучающиеся, подверженные этой зависимости, часто сталкиваются с нарушениями сна, подавленным состоянием, беспокойством, напряжением, негативными переживаниями, гиподинамией.

Изучение влияния индивидуальных характеристик на саморегуляцию находит отражение в работах исследователей, фокусирующихся на различных аспектах этой проблемы. Я.В. Ахвердова [Ахвер-

дова: 311] определила, что зрелость рефлексивных способностей и самовосприятие обучающегося играют ключевую роль в формировании саморегуляции в подростковом периоде. Рефлексия способствует активному развитию компонентов самосознания, а самооценка служит механизмом управления поведением, определяя его в зависимости от точности самовосприятия. С повышением степени напряженности ситуации на всех этапах деятельности для саморегуляции имеет значение качество компонентов самоотношения, выполняющих интегрирующую функцию в структурах сознания и психических состояний [Прохоров: 43].

С.Ф. Смехов [Смехов: 296] выявил, что стратегии преодоления стрессовых ситуаций обусловлены индивидуальными особенностями Я-концепции, системой ценностей и другими внутриличностными структурами.

В.Ю. Рыбников и соавторы [Рыбников, Леонтьева, Круглова: 100] исследовали взаимосвязь между характеристиками темперамента и способностью к саморегуляции. Исследованиями было установлено, что адаптивность, энергичность, гибкость, скорость психомоторных реакций и общая активность выступают предикторами психологической адаптации.

Моросанова [Моросанова 2022: 136] подчеркивала важность в обучении и воспитании саморегуляции как осознанного применения собственных индивидуальных ресурсов для трансформации характера и даже линии развития.

Авторами определены тесные связи между саморегуляцией и составляющими личностной зрелости (самостоятельностью, позитивным мышлением, саморазвитием, терпимостью, ответственностью) [Кольчик: 132]; личностными характеристиками (независимостью, сознательностью, смелостью, чувственностью и внутренней напряженностью) [Омарова: 95]; социально-психологической адаптацией, социальным интеллектом, локусом контроля, асертивностью [Крылова: 132].

Ряд исследований посвящены влиянию на процесс и результат саморегуляции различных психологических аспектов: активационно-тормозящих механизмов [Дубинский, Лысенко, Ковалева: 137], самооценки [Маськов: 56], особенностей когнитивных механизмов и психических состояний [Прохоров: 43].

Таким образом, анализ состояния проблемы выявляет *противоречие* между объективно высокими требованиями цифровой образовательной среды, предъявляемыми к регуляторным функциям личности, и недостаточной сформированностью этих навыков у значительной части подросткового населения. Необходимость разрешения указанного противоречия подчеркивает актуальность данной проблемы исследования. Вопрос, который требует ответа, можно

сформулировать следующим образом: каким образом индивидуально-личностные особенности обучающихся связаны с формированием стиля саморегуляции в условиях цифровой образовательной среды?

Настоящая статья посвящена выявлению связи между индивидуальными характеристиками и стилем саморегуляции обучающихся в условиях цифровой образовательной среды.

В основу исследования легли основные теоретические положения функционально-уровневого подхода к структурной организации саморегуляции (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, А.О. Прохоров, А.В. Чернов, М.Г. Юсупов и др.), в том числе в условиях цифровизации образования (В.И. Моросанова), эмоциональной регуляции (Р.М. Грановская, Д. Гросс, И.М. Никольская); психологические представления о развитии личности (Л.И. Божович, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн) и ведущих тенденциях личности (Л.Н. Собчик); об особенностях возрастного развития личности в процессе учебной деятельности (А.А. Бодалев, В.И. Слободчиков).

В качестве психодиагностических инструментов выбрана методика «Индивидуально-типологический опросник» Л.Н. Собчик (1995) и опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой (1988). Их применение обусловлено необходимостью установить как личностные черты, когнитивный стиль и преобладающие социально-психологические тенденции, так и различные аспекты психической саморегуляции (планирование, программирование и оценка результатов), регуляторные свойства личности (гибкость, самостоятельность, ответственность).

В исследовании приняли участие 187 респондентов ( $M_{возр} = 16,2$  года,  $SD = 1,2$ ; мощность выборки:  $\alpha = 0,05$ ,  $\beta = 0,8$ ), переведенных на гибридный формат

обучения в условиях пандемийных ограничений в период 2020–2022 учеб. гг. Критерии отбора респондентов: информированное добровольное согласие учеников и их родителей; использование в домашних условиях и среде образовательной организации цифровых устройств (компьютера, планшета, смартфона), интернета с высокой скоростью, программного обеспечения; оперативный доступ подключения к образовательным платформам, применение цифровых ресурсов (видеотрансляции уроков, онлайн-курсы); владение навыками цифровой коммуникации и интерактивных сервисов (активное использование чат-логов, коллаборативных инструментов, Zoom-конференций), работы с текстовыми и видеоредакторами, с презентациями.

В период исследования учебная деятельность осуществлялась посредством цифровых платформ (LMS Moodle, Google Classroom), включая автоматизированное тестирование знаний (компьютеризированные адаптивные тесты), электронный мониторинг выполнения разнообразных заданий (например, составление инфографики по заданным темам), синхронное взаимодействие в виртуальных классах (Сферум, Microsoft Teams с записью сессий). Цифровые технологии активно и систематично применялись в учебной деятельности, внеурочной активности (проектная работа) и самообразовании.

Эмпирическое исследование позволило установить связь между индивидуальными характеристиками и саморегуляцией в цифровой образовательной среде.

Данные (табл. 1) свидетельствуют о значимой связи (при  $p < 0,01$ ) между индивидуальными особенностями (экстраверсия и интроверсия, спонтанность, агрессивность, сензитивность) и стилями саморегу-

Таблица 1

## Показатели связи индивидуальных особенностей и стиля саморегуляции у респондентов

| Индивидуальные особенности                                                          | Планирование | Моделирование | Программирование | Оценка результатов | Гибкость | Самостоятельность | Ответственность |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------|------------------|--------------------|----------|-------------------|-----------------|
| Экстраверсия                                                                        | 0,224**      | 0,057*        | 0,193**          | 0,147**            | 0,277**  | –0,007            | 0,173**         |
| Спонтанность                                                                        | 0,134*       | 0,078         | 0,264**          | 0,112*             | 0,207**  | 0,200**           | 0,184*          |
| Агрессивность                                                                       | 0,039        | –0,110*       | –0,002           | 0,01               | 0,021    | 0,342**           | –0,048          |
| Ригидность                                                                          | 0,081        | 0,074         | 0,092*           | 0,063              | 0,041    | 0,024             | 0,130**         |
| Интроверсия                                                                         | –0,193**     | –0,033        | –0,172**         | –0,185**           | –0,222** | 0,023             | –0,198**        |
| Сензитивность                                                                       | 0,083        | 0,131**       | 0,055            | 0,094*             | 0,105*   | –0,277**          | 0,078           |
| Тревожность                                                                         | –0,096*      | –0,051        | –0,107*          | –0,065             | –0,085   | –0,131**          | –0,065          |
| Лабильность                                                                         | 0,082        | 0,047         | –0,007           | 0,027              | 0,075    | –0,102*           | –0,119**        |
| Теснота корреляционных связей, критерий Пирсона; * – $p < 0,05$ ; ** – $p < 0,01$ . |              |               |                  |                    |          |                   |                 |

ляции. Обнаружено, что чем выше уровень саморегуляции, тем ниже тревожность и интроверсия.

Установлено, что экстраверсия коррелирует с такими параметрами саморегуляции, как гибкость ( $r = 0,277$ ), планирование ( $r = 0,224$ ), программирование ( $r = 0,193$ ), ответственность ( $r = 0,173$ ), оценка результатов ( $r = 0,147$ ). Экстраверты, будучи ориентированы на внешние стимулы, яснее понимают планирование, эффективнее структурируют учебные задачи в условиях многозадачности, демонстрируют большую адаптивность к новым цифровым платформам, быстрее осваивают и охотнее используют интерактивные инструменты. Интроверсия, склонность к интрапсихической активности, ориентация на собственные установки, замкнутость имеет обратную корреляцию с гибкостью ( $r = -0,222$ ), ответственностью ( $r = -0,198$ ), планированием ( $r = -0,193$ ), оценкой результатов ( $r = -0,185$ ), программированием ( $r = -0,172$ ). Инертность нервной системы, замедленность психических процессов интровертов обуславливают трудности понимания и оперативной перестройки жизненных планов и перспектив, изменения способов решения задачи, оценки своих возможностей, программирования и прогнозирования результатов.

Выявлена положительная корреляция (при  $p < 0,01$ ) между спонтанностью и такими переменными, как программирование ( $r = 0,246$ ), гибкость ( $r = 0,207$ ) и самостоятельность ( $r = 0,2$ ). Спонтанность имеет двойственную природу, проявляясь как с положительной, так и с отрицательной стороны. Она может выражаться в импульсивных реакциях, необдуманных ответах в сетевых обсуждениях, в поспешном обмене конфиденциальной или непроверенной информацией. Вместе с тем спонтанные идеи и решения могут привести к созданию инновационного продукта, к нестандартным решениям и открытию новых перспектив. Следует специально развивать саморегуляцию и критическое мышление у обучающихся, чтобы их спонтанные действия не приводили к усвоению дезинформации, неконструктивным конфликтам или ухудшению качества выполняемой работы.

Установлено наличие умеренной связи между агрессивностью и самостоятельностью ( $r = 0,342$  при  $p < 0,01$ ). Высокий уровень агрессивности может быть связан с большей самостоятельностью как проявление стремления индивида к автономии, доминированию и контролю над окружающей средой. Однако корреляция не подразумевает причинно-следственную связь, и, следовательно, нельзя однозначно утверждать, что агрессивность является причиной развития самостоятельности или наоборот. Для более глубокого понимания выявленной взаимосвязи необходимо провести дополнительные исследования.

Обнаружена слабая положительная корреляция между ригидностью и ответственностью ( $r = 0,13$  при  $p < 0,01$ ). Это свидетельствует о том, что обучающиеся, проявляющие большую организованность, дисциплинированность и готовность следовать установленным правилам, демонстрируют более высокую степень когнитивной ригидности, приверженности конкретной идее. Ригидность может проявляться в нежелании экспериментировать с новыми вариантами обучения, сопротивлении изменениям, что может затруднять адаптацию к различным форматам цифрового контента.

Выявлена статистически слабая отрицательная связь между самостоятельностью и такими переменными, как сензитивность ( $r = -0,277$ ;  $p < 0,01$ ) и тревожность ( $r = -0,131$ ;  $p < 0,01$ ). Это означает, что более высокая степень восприимчивости к эмоциональным сигналам и потребностям окружающих сопряжена с меньшей степенью проявления самостоятельности. И наоборот, обучающиеся, демонстрирующие большую независимость и самоуверенность, могут проявлять меньшую чувствительность к потребностям окружающих. Вместе с тем повышенная тревожность может приводить к ощущению неуверенности в собственных силах и, как следствие, к снижению стремления к самостоятельным действиям, осторожности в принятии решений. В свою очередь, недостаток самостоятельности может усиливать чувство тревоги.

Отмечена слабая отрицательная корреляция между лабильностью и такими переменными, как ответственность ( $r = -0,119$ ) и самостоятельность ( $r = -0,109$  при  $p < 0,01$ ). Чем выше лабильность личности, тем ниже способность принимать ответственность на себя и проявлять инициативу. Следовательно, эмоциональная нестабильность и мотивационная неустойчивость, изменчивость настроения и поиск признания выступают барьером для саморегуляции.

Таким образом, индивидуально-личностные особенности оказывают довольно серьезное влияние на формирование саморегуляции и обучение в цифровой среде.

В результате проведенного исследования выявлено следующее:

- наиболее вовлечены в процесс саморегуляции регуляторные свойства личности (самостоятельность, ответственность и гибкость) ;
- различные аспекты психической саморегуляции (планирование, моделирование, программирование и оценка результатов) в наибольшей степени связаны со спонтанностью (6), экстраверсией и интроверсией (по 5), сензитивностью (3);
- экстравертированность личности оказывает положительное влияние на адаптацию к новым технологиям и инструментам, что способствует более

эффективному и реалистичному планированию, гибкости мышления и поведения, ответственному выполнению поставленных задач;

– спонтанность, будучи ценным качеством для поиска творческих решений задач обучения, связана с планированием, программированием, гибкостью и самостоятельностью;

– способность активно и настойчиво отстаивать свою точку зрения при сохранении уважения альтернативного мнения связана с моделированием как одним из аспектов саморегуляции;

– моделирование, развитость четкости и осознанности плана, представлений о системе значимых адекватных условий и программ действий по достижению цели и перспектив ситуации связаны с впечатлительностью, чувствительностью к низким оценкам окружающих;

– склонность замыкаться в себе, ригидность, отгороженность и высокий уровень тревожности затрудняют процесс осознанной саморегуляции.

В перспективе полученные сведения могут быть полезными при разработке грамотной и своевременной специально организованной системы развития саморегуляции, готовности к самостоятельному управлению психическими состояниями в условиях цифрового образовательного пространства.

#### Список литературы

- Ахвердова Я.В.* Индивидуально-типологические особенности и их влияние на саморегуляцию подростков // Сибирский педагогический журнал. 2009. № 11. С. 306–312.
- Галлямова Н.И., Клячкина Н.Л.* Трансформация личности подростка в цифровом мире // Наука. Информатизация. Технологии. Образование. Екатеринбург: Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2024. С. 161–165.
- Головнин В.Н., Кушпаева Г.С., Комольцева А.П.* Цифровые границы: влияние алгоритмов на коммуникационное пространство и этические нормы общества // Московский экономический журнал. 2021. № 7. С. 459–464.
- Дубинский А.А., Лысенко Н.Е., Ковалева М.Е.* Взаимосвязь индивидуально-типологических особенностей и параметров саморегуляции у лиц, совершивших неагрессивные правонарушения // Вестник психотерапии. 2017. № 63 (68). С. 125–139.
- Енгальцев В.Ф., Белодед Д.Р.* Психологические риски онлайн-социализации молодежи в цифровой среде // Социализация молодежи в современном мире: трансформации, угрозы, конструктивные векторы: кол. монография. Калуга: Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, 2023. С. 22–31.
- Кольчик Е.Ю.* Саморегуляция в структуре личностной зрелости личности // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2024. Т. 10, № 4. С. 123–133.
- Крылова Н.Н.* Взаимосвязь саморегуляции с социально-психологическими характеристиками выпускников вуза // Вестник Вятского государственного университета. 2023. № 4 (150). С. 124–133.
- Маськов И.А.* Особенности личностной саморегуляции старшеклассников с различным уровнем самооценки // Электронный научный журнал. 2021. № 4 (42). С. 55–57.
- Моросанова В.И.* Осознанная саморегуляция профессиональных планов в старшем подростковом возрасте // Инновационные процессы в высшем и среднем профессиональном образовании и профессиональном самоопределении. Москва: Экон-Информ, 2023. С. 382–393.
- Моросанова В.И.* Саморегуляция как ресурс достижения целей в условиях цифровизации образования // О науке и о жизни: Интервью с выдающимися российскими учеными-психологами. Москва: ДМК Пресс. Электронные книги, 2022. С. 123–137.
- Омарова М.К.* Саморегуляция психических состояний и личностные характеристики в ранней юности // Вестник Дагестанского государственного университета. Сер. 2: Гуманитарные науки. 2018. Т. 33, № 4. С. 90–96.
- Прохоров А.О.* Концептуальная модель ментальных механизмов саморегуляции психических состояний // Психология саморегуляции в контексте актуальных задач образования. Москва: Психологический институт Российской академии образования, 2021. С. 37–43.
- Рыбников В.Ю., Леонтьева М.О., Круглова М.А.* Психофизиологический статус и вегетативная регуляция у студентов с соматоформной дисфункцией вегетативной нервной системы при обучении в период пандемии // Вестник психотерапии. 2023. № 86. С. 92–102.
- Смехов Ф.В.* Стрессовое состояние как системная характеристика субъекта совладания с трудностями // Психология психических состояний: теория и практика. Казань: Новое знание, 2008. С. 287–295.
- Собчик Л.Н.* Теория и практика психологии индивидуальности // Евразийский союз ученых. Сер.: Педагогические, психологические и философские науки. 2021. № 12 (93). С. 26–33.
- Шейнов В.П., Дятчик Н.В.* Психологические состояния и свойства личности, имеющей зависимость от смартфона // Научно-педагогическое обозрение. 2021. № 6 (40). С. 225–235.
- Stalmach A., D'Elia P., Di Sano S., Casale G. Digital Learning and Self-Regulation in Students with Special Educational Needs: A Systematic Review of Current Research and Future Directions. Education Sciences, 2023, vol. 13 (10):1051. <https://doi.org/10.3390/educsci13101051>

## References

- Ahverdova Ja.V. *Individual'no-tipologicheskie osobennosti i ih vlijanie na samoreguljaciju podrostkov* [Individual-typological features and their influence on self-regulation of adolescents]. *Sibirskij pedagogicheskij zhurnal* [Siberian pedagogical journal], 2009, no. 11, pp. 306–312. (In Russ.)
- Dubinskij A.A., Lysenko N.E., Kovaleva M.E. *Vzaimosvjaz' individual'no-tipologicheskikh osobennostej i parametrov samoreguljacji u lic, sovershivshih neagressivnye pravonarushenija* [The relationship between individual-typological characteristics and parameters of self-regulation in persons who have committed non-aggressive offenses]. *Vestnik psihoterapii* [Bulletin of Psychotherapy], 2017, no. 63 (68), pp. 125–139. (In Russ.)
- Engalychev V.F., Beloded D.R. *Psichologicheskie riski onlajn-socializacii molodezhi v cifrovoj srede* [Psychological risks of online socialization of youth in the digital environment. Socialization of youth in the modern world: transformations, threats, constructive vectors]. *Socializacija molodezhi v sovremennom mire: transformacii, ugrozy, konstruktivnye vektory* [Socialization of Youth in the Modern World: Transformations, Threats, and Constructive Vectors: Collective Monograph]. Kaluga, Kaluzhskij gos. un-t im. K.Je. Ciolkovskogo Publ., 2023, pp. 22–31. (In Russ.)
- Galljamova N.I., Kljachkina N.L. *Transformacija lichnosti podrostka v cifrovom mire* [Transformation of a teenager's personality in the digital world]. *Nauka. Informatizacija. Tehnologii. Obrazovanie* [Scientific Result. Pedagogy and Psychology of Education]. Ekaterinburg, Ros. gos. prof.-ped. un-t Publ., 2024, pp. 161–165. (In Russ.)
- Golovnin V.N., Kushpaeva G.S., Komol'ceva A.P. *Cifrovye granicy: vlijanie algoritmov na kommunikacionnoe prostranstvo i jeticheskie normy obshhestva* [Digital boundaries: the influence of algorithms on the communication space and ethical norms of society]. *Moskovskij jekonomicheskij zhurnal* [Moscow Economic Journal], 2021, no. 7, pp. 459–464. (In Russ.)
- Kol'chik E.Ju. *Samoreguljacija v strukture lichnostnoj zrelosti lichnosti* [Self-regulation in the structure of personal maturity of the individual]. *Nauchnyj rezul'tat. Pedagogika i psihologija obrazovanija* [Scientific result. Pedagogy and psychology of education], 2024, vol. 10, no. 4, pp. 123–133. (In Russ.)
- Krylova N.N. *Vzaimosvjaz' samoreguljacji s social'no-psichologicheskimi harakteristikami vypusnikov vuza* [The relationship between self-regulation and socio-psychological characteristics of university graduates]. *Vestnik Vjatskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of Vyatka State University], 2023, no. 4 (150), pp. 124–133. (In Russ.)
- Mas'kov I.A. *Osobennosti lichnostnoj samoreguljacji starsheklassnikov s razlichnym urovnem samoreguljacji* [Features of personal self-regulation of high school students with different levels of self-esteem]. *Jelektronnyj nauchnyj zhurnal* [Electronic scientific journal], 2021, no. 4 (42), pp. 55–57. (In Russ.)
- Morosanova V.I. *Osoznannaja samoreguljacija professional'nyh planov v starshem podrostkovom vozraste* [Conscious self-regulation of professional plans in late adolescence]. *Innovacionnye processy v vysshem i srednem professional'nom obrazovanii i professional'nom samoopredelenii* [Innovative Processes in Higher and Secondary Vocational Education and Professional Self-Determination]. Moscow, Jekon-Inform Publ., 2023, pp. 382–393. (In Russ.)
- Morosanova V.I. *Samoreguljacija kak resurs dostizhenija celej v uslovijah cifrovizacii obrazovanija* [Self-regulation as a resource for achieving goals in the context of digitalization of education]. *O nauke i o zhizni: Interv'ju s vydajushhimisja rossijskimi uchenymi-psihologami* [About Science and Life: Interviews with Outstanding Russian Psychologists]. Moscow, DMK Press. Jelektronnye knigi Publ., 2022, pp. 123–137. (In Russ.)
- Omarova M.K. *Samoreguljacija psihicheskikh sostojanij i lichnostnye harakteristiki v rannej junosti* [Self-regulation of mental states and personality characteristics in early adolescence]. *Vestnik Dagestanskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. 2: Gumanitarnye nauki* [Bulletin of the Dagestan State University. Ser. 2], 2018, vol. 33, no. 4, pp. 90–96. (In Russ.)
- Prohorov A.O. *Konceptual'naja model' mental'nyh mehanizmov samoreguljacji psihicheskikh sostojanij* [Conceptual model of mental mechanisms of self-regulation of mental states]. *Psihologija samoreguljacji v kontekste aktual'nyh zadach obrazovanija* [Psychology of self-regulation in the context of current educational tasks]. Moscow, Psihologicheskij institut Rossijskoj akademii obrazovanija Publ., 2021, pp. 37–43. (In Russ.)
- Rybnikov V.Ju., Leont'eva M.O., Kruglova M.A. *Psihofiziologicheskij status i vegetativnaja reguljacija u studentov s somatoformnoj disfunkciej vegetativnoj nervnoj sistemy pri obuchenii v period pandemii* [Psychophysiological status and autonomic regulation in students with somatoform dysfunction of the autonomic nervous system during training during a pandemic]. *Vestnik psihoterapii* [Bulletin of Psychotherapy], 2023, no. 86, pp. 92–102. (In Russ.)
- Shejnov V.P., Djatchik N.V. *Psihologicheskie sostojanija i svojstva lichnosti, imejushhej zavisimost' ot smartfona* [Psychological states and personality traits of a person addicted to a smartphone]. *Nauchno-pedagogicheskoe obozrenie* [Scientific and pedagogical review], 2021, no. 6 (40), pp. 225–235. (In Russ.)
- Smehov F.V. *Stressovoe sostojanie kak sistemnaja harakteristika sub#ekta sovladanija s trudnostjami* [Stressful state as a systemic characteristic of the sub-

ject of coping with difficulties]. *Psihologija psihicheskikh sostojanij: teorija i praktika* [Psychology of mental states: theory and practice]. Kazan', Novoe znanie Publ., 2008, pp. 287–295. (In Russ.)

Sobchik L.N. *Teorija i praktika psihologii individualnosti* [Theory and practice of psychology of individuality]. *Evrazijskij sojuz uchenyh. Ser.: Pedagogicheskie, psihologicheskie i filosofskie nauki* [Eurasian Union of Scientists], 2021, no. 12 (93), pp. 26–33. (In Russ.)

Stalmach A., D'Elia P., Di Sano S., Casale G. Digital Learning and Self-Regulation in Students with Spe-

cial Educational Needs: A Systematic Review of Current Research and Future Directions. *Education Sciences*, 2023, vol. 13 (10):1051. <https://doi.org/10.3390/educsci13101051>

*Статья поступила в редакцию 01.04.2025; одобрена после рецензирования 26.05.2025; принята к публикации 26.05.2025.*

*The article was submitted 01.04.2025; approved after reviewing 26.05.2025; accepted for publication 26.05.2025.*