

**РАЗДЕЛ III. ЭФФЕКТИВНОЕ РАЗВИТИЕ И САМОРЕАЛИЗАЦИЯ
СУБЪЕКТА ТРУДА И ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ**
**SECTION III. EFFECTIVE DEVELOPMENT AND SELF-REALIZATION
OF THE SUBJECT OF LABOR AND LIFE STRATEGY**

ОСОБЕННОСТИ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ

DOI: 10.25629/НС.2019.11.18

Брагина Е.А., Николаева И.А.

Ульяновский государственный педагогический университет имени И. Н. Ульянова
Ульяновск, Россия

Аннотация. В статье рассматриваются особенности саморегуляции деятельности учащихся старших классов. В юношеском возрасте происходит поиск и построение жизненных планов, успешность реализации которых во многом зависит от уровня развития саморегуляции школьников. Саморегуляция – это системный многоуровневый процесс психической активности по выдвижению целей и управлению их достижением. Саморегуляция анализируется на основе модели, предложенной В.И. Моросановой, в которой выделены операциональный компонент и регуляторно-личностные черты, а также стили саморегуляции, определяющие регуляторные возможности человека. Представлено эмпирическое исследование, цель которого – проанализировать уровень сформированности саморегуляции у старшеклассников и сравнить его с результатами студентов первого курса вуза. Научная новизна исследования заключается в подборе выборки таким образом, чтобы позволить оценить уровень сформированности саморегуляции у старшеклассников, обучающихся в различных образовательных условиях: в городских, сельских, общеобразовательных, кадетских школах. Результаты эмпирического исследования позволяют разрабатывать программы развития саморегуляции старшеклассников с учетом возрастного и гендерного аспектов.

Ключевые слова: юношеский возраст, уровни саморегуляции, операциональный компонент саморегуляции, регуляторно-личностные черты, стили саморегуляции.

Введение в проблему

Становление самосознания как центрального психологического содержания юношеского возраста приобретает принципиальное значение в старших классах в силу значимости ответственного самостоятельного выбора направленности дальнейшего образования и, как следствие, выбора содержания предстоящих выпускных экзаменов. Самоопределение предполагает осмысление жизненных планов, появление стремления к сознательному построению собственной жизни, построение жизненной перспективы. Однако самоопределение и, главное, реализация жизненных планов и целей требуют не только осмысления собственных возможностей и интересов, ценностей, альтернатив в построении жизненной перспективы, но и развитую саморегуляцию (далее – СР): «...для выбора профессии старшекласснику одной только ориентации на будущее недостаточно; необходимым условием является также высокое развитие осознанной саморегуляции, позволяющей ему, используя терминологию К. Левина, «встать над полем и, преодолев фиксацию на прошлом и настоящем, наполнить личную временную перспективу будущего» [6, с.70]. Взаимосвязь уровня саморегуляции с уровнем развития способности человека к прогнозированию установлена в исследованиях Калакова Н.И. и Николаевой И.А, которые показали, что, развивая прогностические способности личности, мы повышаем уровень его осознанной саморегуляции [10].

В основу нашего исследования положена модель осознанной саморегуляции, предложенная В.И. Моросановой, включающая операциональный (планирование, моделирование, прогнозирование, оценивание себя и результатов деятельности, что можно рассматривать как критичность) компонент и регуляторно-личностные черты (самостоятельность, гибкость). Осознанную СР автор рассматривает как системный многоуровневый процесс психической активности человека по выдвиганию целей и управлению их достижением. СР в этой модели понимается как психологический механизм, обеспечивающий и целеполагание, и мобилизацию когнитивных и личностных ресурсов для реализации поставленных целей [6].

В.И. Моросанова отмечает, что «...любой структурно-функциональный дефект процесса саморегуляции существенно ограничивает эффективность деятельности. Другими словами, как бы ни был когнитивно одарен и компетент человек, для высокой эффективности деятельности необходимо наличие у него развитой и совершенной системы регуляции достижения внешних (практических) и внутренних (направленных на себя, на решение своих проблем саморазвития) целей» [6, с.38]. Представляется, что высокий уровень сформированности саморегуляции является важнейшим ресурсом личности, обеспечивающим, наряду с системой копинг-стратегий, локусом контроля и другими личностными ресурсными характеристиками, устойчивость и гибкость в реализации жизненных целей [2,3,6,11].

Модель СР В.И. Моросановой апробирована в целом ряде исследований, в которых показана зависимость продуктивности различных видов деятельности от сформированности осознанной СР, раскрыта связь особенностей СР с различными личностными особенностями [5,7,9]. Важнейшим результатом этих исследований стало описание индивидуальных стилей СР, понимаемых как определенное соотношение операционального компонента и регуляторно-личностных черт: ответственности, гибкости, самостоятельности. Выделены гармоничный стиль СР с высоким уровнем сформированности всех компонентов регуляторного профиля личности, и три акцентированных стиля СР: автономный, устойчивый, оперативный. Оперативный стиль СР характеризуется высоким уровнем гибкости, автономный – развитой самостоятельностью, устойчивый – надежностью [6,8]. Показано, что стиль СР соотносится как с личностными особенностями, так и с возрастом и уровнем образования. В частности, особенности СР в раннем юношеском возрасте рассматриваются в работах Ж.А. Левшуновой [4,5]. Вместе с тем автор объединяет в единую группу учеников 10 и 11 классов, юношей и девушек, и сосредоточивает свое исследование на выявлении связей компонентов СР и личностных особенностей. Мы же полагаем, что в течение двух лет обучения в старших классах у тех юношей и девушек, которые ориентированы на продолжение образования в вузе, происходит существенное развитие как операционального, так и регуляторно-личностного компонентов СР.

Гипотеза

В исследовании мы исходим из предположения, согласно которому существуют возрастные закономерности формирования сознательной саморегуляции, одна из которых – интенсивное ее развитие в период ранней юности, а именно – у старшеклассников, ориентированных на продолжение образования в вузе, что обусловлено, как уже было отмечено, жизненной необходимостью для них самоопределения и его начальной реализации (поступления в вуз).

Цель исследования

Выявление степени сформированности компонентов и особенностей саморегуляции в раннем юношеском возрасте.

Методы и методология исследования

В исследовании была использована методика «Стиль саморегуляции поведения -98» В.И. Моросановой [8]. Опросник позволяет выявить регуляторный профиль испытуемого, включающий процессы планирования – Пл (степень сформированности целеполагания, реалистичности и устойчивости планов), прогнозирования – Пр (способности продумывать способы деятельности и поведения в процессе реализации планов), моделирования – М (способность учитывать внешние и внутренние условия деятельности и их изменение), оценивания результатов – Ор (умение адекватно оценивать себя и результаты своей деятельности и поведения). Опросник

также включает две шкалы, позволяющие установить степень развитости регуляторно-личностных черт – гибкости как умения перестроить саморегуляцию в связи с изменяющимися условиями и самостоятельность как автономность процессов планирования и контроля деятельности и поведения.

Выборка исследования состояла из учеников 10-х классов, юношей и девушек, в возрасте 16 лет, которые были разделены на несколько групп: ученики общеобразовательной школы г. Ульяновска (группы ЮГ и ДГ, по 18 человек в каждой), ученики кадетской школы г. Ульяновска (группы ЮК и ДК, по 15 человек), ученики 10 класса общеобразовательной школы поселка городского типа (ЮП и ДП, по 15 человек). Все ученики в беседе сообщили о своем желании продолжать образование в вузах. Одновременно мы использовали результаты исследования саморегуляции в группах студентов университета первого курса, поступивших в вуз сразу после окончания школы (группы ЮС и ДС, по 20 человек). Выбор студентов продиктован тем, что эти группы, по нашему мнению, позволяют выявить степень сформированности СР, достигнутую в результате обучения в старших классах. Таким образом, всего в исследовании приняло участие 136 человек. Исследование школьников проводилось во второй четверти учебного года (2018/2019 учебный год), студентов – в первом семестре (2017/2018 учебный год). Эмпирические данные обрабатывались с применением U-критерия Манна-Уитни для независимых выборок, t-критерия Стьюдента для связанных выборок и углового преобразования Фишера (ϕ -критерия).

Результаты и их обсуждение

В таблице 1 представлены средние значения показателей методики В.И. Моросановой для исследуемых групп.

Таблица 1 – Средние значения показателей методики В.И. Моросановой для испытуемых различных групп

группы	Пл	М	Прог	ОР	Г	С	ОУСР	Операц. к-т (среднее)
ЮГ	4.07	3.83	4.27	3.33	3.4	4.33	22.07	3.85
ЮК	4.33	3.93	4.53	3.47	3.6	4.8	24.67	4.05
ЮП	4.27	3.8	3.4	3.27	3	4.2	21.6	3.67
ЮШ	4.22	3.85	4.07	3.36	3.33	4.44	22.78	3.86
ДГ	3.33	2.89	2.83	2.94	4.94	3.1	20	3.08
ДК	3.2	3	2.93	2.87	5.1	2.87	20	3.08
ДП	3.67	3.13	3.73	3.27	4.87	4.2	22.5	3.5
ДШ	3.4	3	3.16	3.03	4.97	3.39	20.8	3.22
ЮС	6.05	5.75	5.26	5.65	6.8	6.27	28,95	5.68
ДС	5.9	5.6	5.8	5.0	6.75	5.05	25.5	5.58

Применение U-критерия Манна-Уитни позволяет зафиксировать достоверно более высокий общий уровень СР (далее – ОУСР) в объединенной группе школьников-юношей по сравнению с девушками (U-критерий равен 786, $p \leq 0/01$), однако это различие достигается преимущественно за счет существенно более высоких показателей ОУСР в группе юношей-кадетов. Сравнение показателей ОУСР в других группах школьников выявляет значимые различия только между девушками городских школ, кадетской и общеобразовательной, с одной стороны, и девушками из небольшого поселка, с другой, в пользу последних (значение U-критерия 64.5, $p \leq 0.05$). В группах студентов (ЮС, ДС и объединенной С) все показатели СР достоверно выше на уровне $p \leq 0.01$ по сравнению со всеми группами школьников.

Анализ распределения уровней СР в исследуемых группах (таблица 2) обнаруживает существенный сдвиг ОУСР в группах студентов, и юношей, и девушек, по сравнению со школьниками в сторону среднего и высокого: значения ϕ -критерия Фишера для показателей среднего ОУСР в объединенных групп юношей (ЮШ и ЮС) равно 3,173 ($p \leq 0.01$), для показателей высокого уровня ОУСР – 1,894 ($p \leq 0.05$); значение ϕ -критерия для среднего ОУСР в объединенных группах девушек равно 2,925 ($p \leq 0.01$). Достоверные различия показателей ОУСР между груп-

пами девушек и юношей, как старшеклассников, так и студентов, не установлены. Во всех группах школьников преобладает низкий ОУСР, в группах студентов – средний ОУСР. У старшеклассников зафиксирован только один случай высокого ОУСР в группе юношей-кадетов.

Таблица 2 – Распределение уровней саморегуляции в исследуемых группах школьников и студентов

ОУСР \ Группы	Высокий ОУСР	Средний ОУСР	Низкий ОУСР
ЮК (n=15)	1 (7%)	8 (3%)	6 (40%)
ЮГ (n=18)	-	6 (33%)	12 (66%)
ЮП (n=15)	-	5 (33%)	10 (66%)
ЮШ (n=48)	1 (2%)	19 (40%)	28 (58%)
ДК (n=15)	-	3 (20%)	12 (80%)
ДГ (n=18)	-	3 (17%)	15 (83%)
ДП (n=15)	-	7 (47%)	8 (53%)
ДШ (n=48)	-	13 (27%)	35 (73%)
ЮС (n=20)	3 (15%)	14 (70%)	3 (15%)
ДС (n=20)	2 (10%)	12 (60%)	6 (30%)

Сравнение степени сформированности операционального компонента СР в группах старшеклассников позволяет зафиксировать как достоверно более высокое его среднее значение в группе юношей-десятиклассников по сравнению с девушками (значение U-критерия Манна-Уитни равно 574,5, $p \leq 0.01$), так и существенно более высокие значения у юношей показателей планирования, моделирования, прогнозирования и адекватности оценки результатов деятельности. Самые высокие значения всех показателей СР наблюдаются в группе старшеклассников-кадетов.

Обращает на себя внимание тенденция неравномерного формирования различных оставляющих операционального компонента СР в группах старшеклассников. Так, у юношей показатели планирования, моделирования и прогнозирования, не различаясь существенно, достоверно превышают значения показателя адекватности оценки себя и результатов своей (ОР): значения ϕ -критерия Фишера равны 3,599; 2,552 и 2,339 ($p \leq 0.01$), соответственно. Все показатели операционального компонента СР у девушек-старшеклассниц находятся на примерно одинаковом уровне сформированности и оказываются достоверно ниже соответствующих показателей, как в группе сверстников-юношей, так и в группе девушек-студенток.

Различия показателей операционального компонента СР между группами студентов – юношей и девушек установлены только для показателя ОР, который достоверно выше у юношей-студентов (U-критерий равен 132,5, $p \leq 0.05$).

Интерес представляет соотношение степени сформированности регуляторно-личностных черт в структуре СР школьников. Так, показатель гибкости СР у девушек – десятиклассниц значимо превышает соответствующий показатель СР у юношей-старшеклассников: значение U-критерия Манна-Уитни равно 378 ($p \leq 0.01$). Отношение показателей самостоятельности у старшеклассников обратное: U-критерий фиксирует достоверно более высокий уровень сформированности самостоятельности у юношей (значение U-критерия равно 389, $p \leq 0.01$). В группах студентов достоверные различия выявлены только для показателей самостоятельности, которые существенно выше в группе юношей (U-критерий равен 85, $p \leq 0.01$). Значимые различия показателей гибкости между студентами, юношами и девушками, не установлены.

Сопоставление степени сформированности операционального компонента и регуляторно-личностных черт в структуре СР в группах старшеклассников позволило обнаружить важную, с нашей точки зрения, особенность (таблица 3). В группах юношей степень выраженности самостоятельности в структуре СР существенно выше по сравнению с уровнем сформированности операционального компонента. Кроме того, уровень сформированности последнего в объединенной группе юношей-десятиклассников превышает степень развитости гибкости. В группах девушек-старше-

классниц показатели самостоятельности достоверно ниже показателей операционального компонента СР, а показатели гибкости – достоверно выше. Исключение представляют результаты школьниц из небольшого поселка, у которых показатель самостоятельности и значимо выше показателя уровня сформированности операционального компонента, и не отличается от показателей самостоятельности в группах школьников-юношей. Напомним, что у девушек этой группы в целом выше ОУСР по сравнению с городскими школьницами (таблицы 1 и 2).

Таблица 3 – Значения t-критерия Стьюдента для показателей степени сформированности регуляторно-личностных черт и операционального компонента саморегуляции в группах старшекласников

группы сравниваемые показатели	ЮК	ЮГ	ЮП	ДК	ДГ	ДП	Ю	Д
уровень операционального компонента / самостоятельность	5.8** 4.05 / 4.8	2.3* 3.85 / 4.33	3.8** 3.7 / 4.2	1.4 3.0 8/ 2.87	0.2 3.22/ 3.1	3.5** 3.86/ 4.2	7.4** 3.86/ 4.44	1.5 3.22/ 3.39
уровень операционального компонента / гибкость	1.1 4.05/ 3.6	1.5 3.85/ 3.4	1.6 3.7/3	4.7** 3.08/5 .1	6.4** 3.22/ 4.94	4.1** 3.86/ 4.87	2.5* 3.86/ 3.33	8.8** 3.22/ 4.97

Примечание. * – $p \leq 0.05$; ** – $p \leq 0.01$.

В анализе стилей саморегуляции мы учитывали только случаи высокого и среднего её общего уровня, полагая, что при низких показателях ОУСР стилевые характеристики не являются сколько-нибудь оформленными. В таблице 4 представлено распределение стилей СР в исследуемых группах.

Таблица 4 – Распределение стилей саморегуляции в группах старшекласников и студентов

группы стили СР	ЮК	ЮГ	ЮП	ЮШ	ДК	ДГ	ДП	ДШ	ЮС	ДС	С
гармоничный	1	-	-	5	-	-	-	-	3	1	4
автономный	5	4	5	10	-	-	2	2	7	-	7
оперативный	2	-	-	2	2	2	5	7	4	10	14
устойчивый	1	2	-	3	1	1	-	1	3	3	6
всего	9	6	5	20	3	3	7	10	17	14	31

Примечание: в таблице выделены объединенные группы ЮШ - десятиклассников, ДШ – десятиклассниц, С – студентов.

В целом достаточно выраженный стиль СР отмечается у 30 старшекласников из 96 (31%) и у 31 студента из 40 (78%); значение ϕ -критерия Фишера для показателя сформированности стилей СР в группах школьников и студентов равно 5.133 ($p \leq 0.01$).

Гармоничный стиль СР, как следует из таблицы 4, обнаруживается только у кадетов, а также у студентов. Автономный стиль СР преобладает у юношей 10 класса (50%), оперативный – у девушек (70%). Это результат полностью соответствует отмеченному ранее факту большей выраженности самостоятельности в группе школьников-юношей и большей степени гибкости в группе школьниц. В группе студентов-девушек также доминирует оперативный стиль (71%), у юношей – автономный (41%). Вместе с тем довольно высокий уровень гибкости у юношей-студентов проявился в появлении в этой группе оперативного стиля СР (24%).

Автономный стиль СР у старшеклассников представлен организованным его типом (по Моросановой В.И., 2000), слабостью которого выступает недостаточная сформированность критериев оценки собственной деятельности (ОР), компенсируемая развитостью процессов планирования и прогнозирования. В группе девушек-десятиклассниц выявлен оперативный стиль СР с преимущественным развитием процессов программирования (тип оперативного построения программ учебных действий, по Моросановой В.И.). Для всех выявленных стилей СР в группе школьников характерен низкий уровень показателя ОР.

Выводы

В целом в группе десятиклассников, и у девушек, и у юношей, доминируют низкий и средний уровни сформированности осознанной саморегуляции и, соответственно, неоформленность у большинства из них индивидуальных стилей СР. Среди девушек десятиклассниц больше процент испытуемых, показавших низкий уровень осознанной саморегуляции. Полученные данные указывают на необходимость специальной психолого-педагогической работы, направленной на развитие процессов осознанной саморегуляции у старшеклассников.

Наиболее высокие показатели СР отмечены в группе старшеклассников-кадетов. Данный результат согласуется с результатами исследований Ж.А. Левшуновой, показавшей, с одной стороны, недостаточную сформированность СР у старшеклассников целом, а с другой – довольно высокий уровень ее сформированности у юношей-кадетов [4,5]. Таким образом, существенное значение для формирования осознанной саморегуляции имеет уровень организации учебного процесса и той деятельности, в которую вовлечен человек. Косвенное подтверждение этот факт получает в нашем сравнительном исследовании СР у студентов-спортсменов и студентов, которые не занимаются систематически спортом [1].

Обращает на себя внимание неравномерность формирования отдельных регуляторных процессов. В частности, установлено отставание формирования у десятиклассников способности к адекватному оцениванию результатов собственной деятельности.

В исследовании установлена тенденция к опережающему развитию регуляторно-личностных черт в структуре СР по сравнению с операциональным компонентом, при этом регуляторно-личностные характеристики СР обнаруживают отчетливые гендерные особенности: у юношей доминирует самостоятельность, у девушек – гибкость. Формирование осознанной саморегуляции у старшеклассников, таким образом, имеет, по-видимому, не только возрастные, но и гендерные особенности, проявляющиеся, прежде всего, в преимущественном развитии гибкости у девушек и самостоятельности у юношей. Однако стремление к самостоятельности у юношей-десятиклассников сочетается с недостаточно сформированной способностью к адекватному оцениванию, как себя, так и результатов собственной деятельности.

Мы предполагаем, что выраженность гендерных особенностей в структуре осознанной СР по мере ее совершенствования сглаживается за счет, прежде всего, отмеченного выше развития адекватности самооценивания.

Особую выборку в нашем исследовании составили девушки-старшеклассницы из поселка городского типа: в этой группе все показатели СР существенно выше соответствующих показателей школьников их других групп, включая показатель оценивания результатов. Одновременно в этой группе в большей степени выражены стили саморегуляции, а регуляторный профиль соответствует показателям регуляторного профиля юношей, за исключением показателя гибкости. По-видимому, условия жизни и увеличение количества обязанностей у девушек, проживающих в сельской местности, способствуют развитию у них саморегуляции поведения, в том числе – самостоятельности и критичности.

Сравнение показателей осознанной саморегуляции у десятиклассников и студентов дает основания полагать, что от 16 до 18 лет у старших школьников ориентация на обучение в вузе и актуальность для них задачи подготовки к продолжению образования являются фактором, обуславливающим интенсивное развитие всех показателей осознанной саморегуляции, и особенно – способности к адекватному оцениванию себя и результатов собственной активности. Однако

мы не знаем, насколько успешными в ЕГЭ и поступлении в вуз окажутся десятиклассники, принявшие участие в исследовании, и в какой степени у них получит развитие осознанная саморегуляция. Таким образом, наши результаты требуют дальнейшей проверки в лонгитюдном исследовании.

Литература

1. Белозерова Л.А., Брагина Е.А., Семенова И.А., Семикашева И.А. Саморегуляция и стратегии преодоления стрессовых ситуаций у спортсменов // Теория и практика физической культуры. 1918. №3. С.15-17.
2. Зобков А.В. Системно-структурная организация саморегуляции субъектом учебной деятельности // Системная психология и социология. 2017. №3 (23). С.12-21.
3. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. М., 2018. 320 с.
4. Левшунова Ж.А. Саморегуляция произвольной активности в период ранней юности // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П.Астафьева. 2012. №4 (22).
5. Левшунова Ж.А., Артюхова Т.А. Возрастные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности в период ранней юности // Вестник Кемеровского государственного университета. 2015. № 3 (63) Т. 1. С. 102-106.
6. Моросанова В.И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека // Вестник Моск. ун-та, Серия 14. Психология. 2010. №1. С. 36-45.
7. Моросанова В.И., Ванин А.В. Субъектные и личностные предпосылки принятия решения о выборе профессии старшеклассниками // Теоретические и экспериментальные исследования. 2011. Т.4. №4. С.60-71.
8. Моросанова В.И., Коноз Е.М. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. 2000. №2. С.118-127.
9. Нартов А.А. Волевая саморегуляция студентов: анализ основных направлений исследований // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 5А. С. 136-145.
10. Николаева И.А. Умение прогнозировать (прогностический потенциал) как основа решения профессиональных задач выпускниками вузов // Спортивный психолог. 2013. № 3 (30). С. 72-77.
11. Осницкий А.К., Бякова Н.В., Истомина С.В. Исследование особенностей осознанной саморегуляции в период выбора и освоения профессии // Психологические исследования: электронный журнал. 2012. №2 (22). 11с.

Брагина Елена Александровна. AuthorID: 753595. E-mail: bragina24@mail.ru

Николаева Ирина Александровна. AuthorID: 744309. E-mail: i.voronina@inbox.ru

Дата поступления: 29.09.2019

Дата принятия к публикации 10.11.2019

FEATURES OF CONSCIOUS SELF-REGULATION IN SENIOR GRADUATES

DOI: 10.25629/HC.2019.11.18

Bragina E.A., Nikolaeva I.A.

Ulyanovsk State Pedagogical University named after I.N. Ulyanov
Ulyanovsk, Russia

Abstract. The article discusses the features of self-regulation of the activities of high school students. In adolescence, there is a search and construction of life plans, the success of the implementation of which largely depends on the level of development of self-regulation of students. Self-regulation is a systemic multi-level process of mental activity in setting goals and managing their achievement. Self-regulation is analyzed on the basis of the model proposed by V.I. Morosanova, in which the operational component and regulatory and personality traits are highlighted, as well as self-regulation styles that determine the regulatory capabilities of a person. An empirical study is presented, the purpose of which is to analyze the level of formation of self-regulation among older students and compare it with the results of first-year students. The scientific novelty of the study is to select the sample in such a way as to make it possible to assess the level of formation of self-regulation in high school students studying in various educational conditions: in urban, rural, comprehensive, cadet schools. The results of an empirical study allow us to develop programs for the development of self-regulation of high school students taking into account age and gender aspects.

Keywords: adolescence, levels of self-regulation, the operational component of self-regulation, regulatory and personality traits, styles of self-regulation.

Bragina Elena Alexandrovna. AuthorID: 753595. E-mail: bragina24@mail.ru

Nikolaeva Irina Alexandrovna. AuthorID: 744309. E-mail: i.voronina@inbox.ru

Date of receipt 29.09.2019

Date of acceptance 10.11.2019