

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №2, Том 6 / 2018, No 2, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-2-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/52PSMN218.pdf>

Статья поступила в редакцию 27.03.2018; опубликована 21.05.2018

Ссылка для цитирования этой статьи:

Дубровина О.В., Быстрова Н.В. Особенности стиля саморегуляции поведения студентов, склонных к зависимому поведению // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №2, <https://mir-nauki.com/PDF/52PSMN218.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Dubrovina O.V., Bystrova N.V. (2018). Features of the style of self-regulation of behavior of students prone to dependent behavior. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 2(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/52PSMN218.pdf> (in Russian)

УДК 159.9.075

ГРНТИ 15.31.31

Дубровина Ольга Валериевна

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»
Филиал в г. Ишиме, Россия
Доцент кафедры «Педагогика и психологии»
Кандидат психологических наук
E-mail: dubrovina-75@mail.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=585950

Быстрова Наталья Владимировна

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»
Филиал в г. Ишиме, Россия
Доцент кафедры «Педагогика и психологии»
Кандидат педагогических наук
E-mail: n-75@list.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=671854

Особенности стиля саморегуляции поведения студентов, склонных к зависимому поведению

Аннотация. Статья посвящена проблеме саморегуляции деятельности и поведения студенческой молодежи. Авторы рассматривают проблему в контексте склонности студентов к зависимому поведению. В статье представлены результаты научного исследования, главной задачей которого являлось выявление наличия взаимосвязи между общим уровнем саморегуляции поведения, ее стилевыми особенностями и уровнем зависимого поведения студентов. Анализируются факторы возникновения склонности к зависимому поведению, в том числе и недостаточная сформированность системы саморегуляции, раскрываются специфические особенности поведения студентов, склонных к зависимому поведению. Результаты исследования представлены в соответствии с обозначенными этапами: авторы выявили среди студентов первого курса педагогического института группу «аддиктов» и «группу нормы», выявили общий уровень саморегуляции поведения, а также степень выраженности отдельных компонентов системы саморегуляции и регуляторных свойств личности испытуемых эмпирических групп, составляющих их типичный профиль. Для оценки достоверности различий был использован t-критерий Стьюдента. На следующем этапе исследования была предпринята попытка выявить взаимосвязь между проявлениями склонности к зависимому поведению и «общим уровнем саморегуляции личности». Результаты

расчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена позволили выявить обратную (отрицательную) взаимосвязь между склонностью к зависимому поведению и уровнем саморегуляции студентов, а также то, что показатели уровня саморегуляции и склонности к зависимому поведению в экспериментальных группах имеют значимые различия. Авторами данной статьи доказано, что, чем выше уровень склонности к зависимому поведению у студентов, тем ниже их общий уровень саморегуляции. Полученные в ходе исследования результаты могут быть востребованы при решении задач профилактики аддиктивного поведения студентов вуза посредством формирования саморегуляции.

Ключевые слова: поведение; аддикты; склонность к зависимому поведению; саморегуляция поведения

В нестабильное социально-экономическое время условия жизнедеятельности человека, быстрый ритм жизни, увеличение стрессов подвергают личность информационным и эмоциональным нагрузкам, негативно влияющим на психическое состояние и деятельность человека. В связи с этим возникает проблема формирования способностей формирующейся личности к регуляции деятельности и поведения, установлению равновесия между внешними влияниями и формами реагирования на них. В особенности это касается студентов, которые в силу своих возрастных особенностей характеризуются повышенной импульсивностью поведения, эмоциональной неустойчивостью, совершением необдуманных действий и поступков, низкой сформированностью прогностических умений и т. п. Юношеский возраст в целом, по сравнению с подростковым, характеризуется повышением уровня самоконтроля и саморегуляции. В отличие от других возрастов в юношеском возрасте значительно чаще поведение регулируется на основе внутренней стимуляции (самостимуляции). Однако механизмы волевой активности у них еще недостаточно сформированы, что затрудняет саморегуляцию на эмоционально – волевом уровне. Рассогласованность в мотивационной сфере также вызывает трудности саморегуляции [13].

Тот факт, что в юношеском возрасте происходят существенные изменения в сфере саморегуляции, отмечается многими авторами. Психологические исследования проблемы саморегуляции связаны в основном с успешностью в учебной и профессиональной деятельности [4; 5; 7]. В результате исследования, проведенного Н.Ф. Кругловой, было установлено, что недостаточный уровень сформированности некоторых структурных элементов процесса саморегуляции ведут и к недостаточной сформированности умственных и мнемических действий обучающихся, к вербальной скудости, что обуславливает низкую продуктивность учебной деятельности [5]. Исследования В.И. Моросановой, О.А. Конопкина и др. показали, что чем выше уровень осознанной саморегуляции, тем более он способен к освоению новых видов деятельности и тем более разнообразен спектр деятельностей, которые человек может освоить (при наличии у него соответствующей мотивации и способностей) [3; 4; 7]. По мнению В.И. Моросановой, чем выше уровень сформированности произвольной саморегуляции человека, тем более развита у него способность управлять своим поведением, направлять его в соответствии с учебными и профессиональными задачами, общественными нормами, то есть тем более адаптивным становится его поведение [7; 8]. Кроме этого, высокий уровень развития саморегуляции способствует гармонизации Я-концепции личности, формированию психологически зрелой личности, и достижению оптимального уровня жизнедеятельности субъекта [2; 9].

Анализ научной литературы позволяет предположить, что одним из важных факторов, детерминирующих появление зависимого поведения и механизмов, способствующих его поддержанию, является нарушение или недостаточная сформированность системы саморегуляции поведения и психоэмоциональных состояний (невозможность поддержания

оптимального уровня психического комфорта, трудности расслабления, нарушения регуляции произвольных действий). (Э.Д. Ханзян, Л.Г. Леонова, Н.Л. Бочкарева, В.Ю. Завьялов, О.В. Дубровина). Отсутствие сформированных зрелых механизмов саморегуляции поведения является одной из причин повышения риска возникновения зависимости у лиц подросткового и юношеского возраста [2]. Доминирование гедонистической потребности (стремления к немедленному получению удовольствия, удовлетворению своих желаний), являющейся одной из характерных особенностей лиц с зависимым поведением, так же свидетельствует о нарушениях в сформированности их системы саморегуляции [10].

Лиц, склонных к зависимому поведению, как правило, объединяют типичные особенности поведения: они обладают жестко определенным паттерном поведения, который носит отчетливо деструктивный характер; используют это паттерн поведения для достижения максимально возможного уровня психического комфорта; обладают одним основным способом достижения психического комфорта (либо очень ограниченным набором таких способов) [1].

Не владея оптимальными способами саморегуляции психоэмоционального состояния, поведения и деятельности, личность, склонная к зависимому поведению, выбирает аддиктивные агенты в качестве способа достижения психоэмоционального комфорта и устойчивой стратегии взаимодействия с действительностью [2]. Соответственно, аддиктивные реализации становятся для них универсальным способом быстрого и не требующего усилий изменения психоэмоционального состояния. Опасность такого способа преобразования психоэмоциональных состояний заключается в том, что более сложные и энергозатратные способы изменения своего сознания и психоэмоционального состояния, такие как обращение за поддержкой и помощью, советом, актуализация своего эмоционального и духовного роста, становятся ненужными. Вместе с тем, обладая навыками осознанного управления своей активностью, человек может использовать более эффективные способы достижения психического комфорта, не прибегая при этом к самодеструкции [2; 10].

Поскольку умение человека управлять своим поведением и психоэмоциональным состоянием является важным показателем психологической зрелости личности, возникает необходимость в специально организованном исследовании особенностей стиля саморегуляции лиц юношеского возраста, имеющих склонность к зависимому поведению. Несмотря на имеющиеся исследования данного феномена, данная проблема требует дальнейшего изучения, т. к. до сих пор не найдено однозначного ответа на вопрос о стилевых особенностях психической саморегуляции личности, склонной к зависимому поведению. Этим обусловлена необходимость изучения особенностей стиля саморегуляции студентов, склонных к зависимому поведению.

Анализ научных исследований и состояния проблемы в психологической литературе позволил выявить противоречие между необходимостью изучения особенностей стиля саморегуляции студентов, склонных к зависимому поведению и недостаточной исследованностью данного феномена. Стремление найти пути решения указанного противоречия определило проблему исследования – каковы особенности стиля саморегуляции студентов, склонных к зависимому поведению? Необходимость решения проблемы определила выбор темы исследования: «Особенности стиля саморегуляции поведения студентов, склонных к зависимому поведению».

Объектом исследования является стиль саморегуляции поведения, предметом исследования – особенности стиля саморегуляции поведения студентов, склонных к зависимому поведению. Цель исследования заключается в определении уровня и особенностей стиля саморегуляции поведения студентов, склонных к зависимому поведению и выявление

наличия или отсутствия взаимосвязи между общим уровнем саморегуляции поведения, ее стилевыми особенностями и склонностью к зависимому поведению студентов.

Гипотеза исследования заключается в следующих предположениях:

- возможно, что саморегуляция студентов, склонных к зависимому поведению, будет характеризоваться более низким общим уровнем, чем у студентов группы нормы;
- возможно, что стиль саморегуляции поведения студентов, склонных к зависимому поведению будет иметь специфический акцентуированный профиль, который будет отличаться от стиля саморегуляции студентов группы нормы, характеризующегося гармоничным регуляторным профилем;
- возможно, что чем выше будет проявлен уровень склонности к зависимому поведению у студентов, тем ниже будет общий уровень саморегуляции поведения.

Теоретическую основу исследования составили основные положения отечественной психологии по изучению саморегуляции – теоретическая модель осознанной регуляции деятельности (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, Г.Ш. Габдреева), позволившие изучить стилевые особенности системы саморегуляции [3; 4; 7-9]; основные положения отечественной психологии, раскрывающие понятие аддиктивного поведения (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, Н.В. Дмитриева, В.Д. Менделевич) [6; 10]. Возрастным особенностям саморегуляции посвящены работы А.К. Осницкого, Н.Ф. Кругловой, М.В. Воробьевой, Р.И. Суннатовой, В.В. Фадеева и др. [5; 12].

Исследование проводилось в 2017-2018 году на базе Ишимского педагогического института им. П.П. Ершова (филиал ТюМГУ в г. Ишиме), в исследовании приняли участие студенты первого курса. На первом этапе экспериментального исследования осуществлялось проведение первичного психологического обследования испытуемых с целью выявления склонности к аддиктивному поведению во всей выборке: 120 человек в возрасте от 17 до 18 лет. Для диагностики использовался тест «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич), шкала «зависимость» [6]. Данная шкала позволяет выявить наличие общей тенденции (склонности) к зависимому поведению и дает возможность определить основные уровни выраженности склонности к зависимому поведению: 1) отсутствие склонности к зависимому поведению; 2) признаки тенденции к зависимости; 3) признаки повышенной склонности; 4) признаки высокой вероятности зависимости.

Группы испытуемых по критерию выраженности аддикции были условно названы: «аддикты» и «группа нормы». В группу «аддиктов» (А) вошли респонденты с признаками повышенной склонности и высокой вероятности зависимости, а «группу нормы» (N) составили респонденты с низким уровнем склонности к зависимому поведению (признаки тенденции к зависимости и их отсутствием).

Анализ и сравнение полученных результатов показал, что из всей выборки респондентов, участвовавших в тестировании, у 60 % испытуемых были выявлены признаки повышенной склонности и признаки высокой вероятности зависимости. Данный уровень характеризуется положительным отношением респондентов к зависимости, а также психологическими особенностями, которые значительно увеличивают риск формирования зависимого поведения и обозначен нами как «высокий уровень склонности к зависимому поведению». Низкий уровень склонности к зависимому поведению выявлен у 40 % респондентов, отнесенных нами к «группе нормы». Он характеризуется малой вероятностью развития зависимости или отсутствием склонности к зависимому поведению, отсутствием

личностных качеств и психологических особенностей, способствующих формированию зависимости. Количество испытуемых в эмпирических группах было уравнено при помощи процедуры рандомизации.

Следующий этап нашего исследования предполагал изучение общего уровня и особенностей стиля саморегуляции, являющихся типичными для испытуемых, сформированных нами эмпирических групп. С целью определения стиля саморегуляции у респондентов использовался опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В.И. Морсанова) [8]. Цель методики заключается в выявлении индивидуально-типических (стилевых) особенностей саморегуляции, включающих показатели планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также показатели развития регуляторно-личностных свойств (гибкости и самостоятельности). В зависимости от выраженности этих показателей формируются индивидуальные профили саморегуляции.

Данный этап исследования позволил выявить общий уровень саморегуляции поведения, а также наиболее выраженные показатели саморегуляции и регуляторные свойства личности участников эмпирических групп, составляющих их типичный профиль саморегуляции.

В результате обобщения результатов исследования В.И. Морсановой было выявлено семь типичных профилей саморегуляции в зависимости от нормативных данных по уровню развитости процессов саморегуляции, характеризующие стилевые особенности саморегуляции. Каждый из этих профилей может быть сформирован на различном уровне осознанной саморегуляции и быть, соответственно, гармоничным или акцентуированным [8, с. 26]. Исходя из результатов нашего исследования для испытуемых группы «аддиктов» характерен типичный профиль № 4 [8, с. 36-38]. Данный профиль характеризуется выраженностью показателей моделирования, программирования и оценки результатов (в нашем случае -средней) и низкой развитостью звена планирования. Так же в группе «аддиктов» были получены средние значения для регуляторно-личностного свойства самостоятельность и высокие значения – для гибкости.

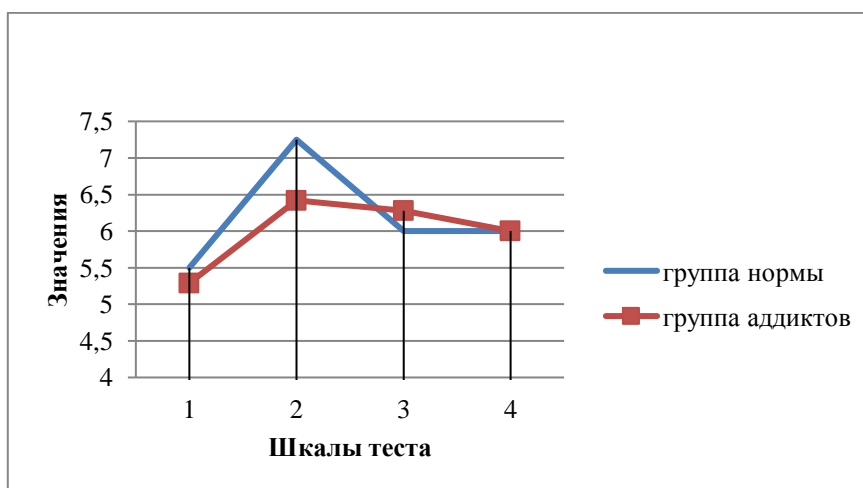
Студенты с таким типичным профилем саморегуляции склонны жить одним днем и не задумываться о будущем, руководствуются чувствами. Поведение таких студентов характеризуется импульсивностью и непоследовательностью, действия и поступки ситуативны. Они склонны смотреть на жизнь легко, подвижны, неусидчивы, легко загораются общими увлечениями, подвержены чужому влиянию. Отношение к будущему у таких студентов позитивное, так как они не умеют предвосхищать трудности, для них характерно поверхностное и мало реалистичное планирование (близкие или расплывчатые цели). Для них характерны низкие показатели организованности в учебной деятельности, что проявляется в нерегулярности посещения занятий (только в силу необходимости), а также в том, что степень и глубина изучаемого учебного материала зависит от отношения преподавателя к студенту. Однообразная деятельность им быстро наскучивает, поэтому они стремятся что-то менять, например, выполнять ее новыми способами. Они предпочитают конкретные задачи. Такие студенты часто бывают небрежными при выполнении деятельности, не могут продуктивно организовать свою работу, нередко не доводят начатое дело до конца, нарушают договоренности и сроки выполнения обязательств. Студенты с данным типичным профилем саморегуляции склонны легко обещать, при этом часто не выполняют данных обещаний [8].

Исходя из результатов исследования у студентов группы нормы выявился типичный профиль №5 [8, с. 38]. Данный профиль характеризуется средним уровнем развития показателей планирования, программирования и оценки результатов и высоким уровнем развития показателя моделирования. Показатели, характеризующие регуляторно-личностные качества – самостоятельность и гибкость, находятся у испытуемых данной группы на высоком уровне, общий уровень саморегуляции – на среднем.

Студенты с данным типичным профилем саморегуляции умеют четко ставить цели деятельности, планировать, их характеризует организованность учебной деятельности, тщательное планирование, назначение конкретных сроков выполнения деятельности и их выполнение. Они энергичны, способны к быстрому переключению с одного вида деятельности на другой (гибкость), способны адекватно оценить ситуацию, быстро найти пути и средства достижения цели (моделирование). Для таких студентов характерно адекватная и объективная оценка своих возможностей, широкая сфера интересов, предпочтение конкретных задач. При общении с другими людьми они проявляют дружелюбность, доверие, стремление к лидерству, к независимости. Жизненные перспективы таких студентов отличаются разнообразием и касаются профессиональной, материальной и личной сфер, они хотят достигнуть сразу много целей, при этом осознают необходимость самосовершенствования для достижения поставленных целей [8].

Для оценки достоверности различий по средним значениям показателей шкал теста «Стиль саморегуляции поведения» был использован t-критерий Стьюдента [11]. Полученные результаты показали, что наиболее значимые различия в группе аддиктов по сравнению с группой нормы, подтвержденные статистическим критерием Стьюдента (t-критерия), выявлены по следующим регуляторным шкалам профиля: программирование ($p \leq 0,05$), моделирование ($p \leq 0,05$) и общий уровень саморегуляции ($p \leq 0,05$). Это говорит о сниженной способности программирования «аддиктами» своего поведения, об их зависимости от ситуации и мнения окружающих. В итоге у студентов, склонных к зависимому поведению, часто возникают сбои в системе саморегуляции что приводит к неудачам при выполнении деятельности. Возможность уравнивания неблагоприятных для достижения поставленных целей личностных особенностей за счет средств саморегуляции у «аддиктов» снижена, по сравнению с группой нормы.

Для наглядного представления полученных результатов был построен график средних показателей данных по шкалам теста в экспериментальных группах (см. рисунок).



Примечания: по шкале X: 1 – планирование; 2 – моделирование; 3 – программирование; 4 – оценивание результатов

Рисунок. Средние показатели шкал теста «Стиль саморегуляции поведения» в экспериментальных группах (составлено автором)

Таким образом, в ходе проведенного этапа эксперимента исследования были получены результаты, которые свидетельствуют о том, что общий уровень саморегуляции в «группе нормы» выше, чем в группе «аддиктов», а также выявлены стилевые особенности типичных для данных групп профилей саморегуляции, которые имеют специфические отличия.

Таким образом, положения нашей гипотезы о том, что: 1) саморегуляция студентов, склонных к аддиктивному поведению, будет характеризоваться более низким общим уровнем, чем у студентов группы нормы; 2) стиль саморегуляции поведения студентов, склонных к аддиктивному поведению будет иметь специфический акцентуированный профиль и будет отличаться от стиля саморегуляции студентов группы нормы, нашли свое подтверждение.

На третьем этапе исследования была предпринята попытка выявить взаимосвязь между выраженностью склонности к зависимому поведению и «общим уровнем саморегуляции личности» (ОУ) у испытуемых. С этой целью были использованы результаты по шкале «общий уровень саморегуляции» испытуемых с различной степенью выраженности склонности к зависимому поведению («аддикты» и «группа нормы»). Взаимосвязь данных показателей проанализирована с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена [11].

Результаты расчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена позволили выявить обратную (отрицательную) взаимосвязь между склонностью к зависимому поведению и уровнем саморегуляции студентов, а также то, что показатели уровня саморегуляции и склонности к зависимому поведению в экспериментальных группах имеют значимые различия ($p \leq 0,05$). Выявленная нами обратная взаимосвязь свидетельствует о том, что чем выше уровень склонности к аддиктивному поведению у студентов, тем ниже их общий уровень саморегуляции. Следовательно, третья часть нашей гипотезы о том, чем выше будет проявлен уровень склонности к зависимому поведению у студентов, тем ниже будет общий уровень саморегуляции поведения, нашла свое подтверждение.

Практическая значимость исследования заключается в том, что выявлены и экспериментально обоснованы стилевые особенности саморегуляции поведения студентов, склонных к зависимому поведению. Полученные в ходе исследования результаты могут быть востребованы при решении задач профилактики аддиктивного поведения студентов вуза посредством формирования саморегуляции.

Дальнейшая работа по теме нашего исследования может осуществляться в разработке мероприятий или создании специальной программы по коррекции стилей саморегуляции у студентов с зависимым поведением.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аддиктивные расстройства. Биологическая обратная связь и аддиктивные расстройства: клиника, теория, практика / А.Б. Скок, О.С. Шубина, М.Б. Штарк // Комплексы БОСлаб, БОС-пульс, БОС-тест. Разработка, производство, внедрение. URL: http://boslab.com/practice/additive_disorder.php (дата обращения: 17.03.2018).
2. Дубровина О.В. Психическая саморегуляция как средство гармонизации Я-концепции личности с виртуальной аддикцией: дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 2009. 194 с.
3. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии. 1995. № 1. С. 5-12. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1995/951/951005.htm> (дата обращения: 31.03.2018 г.).
4. Конопкин О.А., Моросанова В.И. Силевые особенности саморегуляции деятельности // Вопросы психологии 1989. №5. С. 18. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1989/895/895018.htm> (дата обращения: 31.03.2018 г.).

5. Круглова Н.Ф. Психологические особенности саморегуляции подростка в учебной деятельности // Психологический журнал. 1994. № 2. 67 с.
6. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2005. – С. 435-441.
7. Моросанова В.И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека // Психологический журнал. 2002. Т. 23. № 6. С. 5-17.
8. Моросанова В.И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководство. – М.: Когито-Центр, 2004. – 44 с.
9. Панкратова Т.М. Саморегуляция в социальном поведении: учеб. Пособие / Т.М. Панкратова. Ярослав. гос. ун-т им. П.Г. Демидова. – Ярославль: ЯрГУ, 2011. – 112 с. URL: <http://www.lib.uni Yar.ac.ru/edocs/iuni/20110514.pdf> (дата обращения: 31.03.2018 г.).
10. Психосоциальная аддиктология Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. Новосибирск, Издательство «Олсиб», 2001. – 251 с.
11. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. – СПб.: ООО «Речь», 2000. 350 с.
12. Соловьева Е.В. Развитие личностной саморегуляции студентов колледжа в структуре психологической готовности к педагогической деятельности // Прикладная психология и психоанализ: электрон. науч. журн. 2011. № 1.
13. Теоретические и практические аспекты психологии и педагогики коллективная монография [под ред. И.В. Андулян]. – Уфа: Аэтерна, 2015. – 246 с. URL: http://kpfu.ru/staff_files/F514645819/Kollektivnaya_monografiya_Kamalovoj_L.A._2015_god.pdf (дата обращения: 31.03.2018 г.).

Dubrovina Olga Valeryevna

Tyumen state university
Ishim branch, Russia
E-mail: dubrovina-75@mail.ru

Bystrova Natalia Vladimirovna

Tyumen state university
Ishim branch, Russia
E-mail: n-75@list.ru

Features of the style of self-regulation of behavior of students prone to dependent behavior

Abstract. The article is devoted to the problem of self-regulation of activity and behavior of students. The authors consider the problem in the context of students' tendency to dependent behavior. The article presents the results of scientific research, the main task of which was to identify the relationship between the General level of self-regulation of behavior, its stylistic features and the level of dependent behavior of students. The author analyzes the factors of addictive behavior, including insufficient formation of the self-regulation system, reveals the specific features of the behavior of addicts. The results of the study are presented in accordance with the specified stages: the authors identified among the first-year students of the pedagogical Institute group "addicts", and "group norms", revealed the overall level of self-regulation of behavior as well as the degree of severity of individual components of the system of self-regulation and regulatory properties of the personality of the test empirical groups that make up their typical profile. The student's t-test was used to assess the accuracy of the differences. At the next stage of the study, an attempt was made to identify the relationship between manifestations of a tendency to dependent behavior and the "General level of self-regulation of the individual". The results of calculating the Spearman rank correlation coefficient revealed the inverse (negative) relationship between the tendency to dependent behavior and the level of self-regulation of students, as well as the fact that the indicators of the level of self-regulation and the tendency to dependent behavior in experimental groups have significant differences. The authors of this article revealed the inverse relationship: that the higher the level of propensity to addictive behavior of students, the lower their overall level of self-regulation. The results obtained in the course of the study may be in demand in solving the problems of prevention of addictive behavior of University students through the formation of self-regulation.

Keywords: behavior; addict; tendency to addictive behavior; self-regulation of behavior