***О.В. Грицук, Ю.В. Грицук***

***м. Дніпро***

**УДК 159.9.07**

**СУЧАСНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Психодіагностика в Україні стикається сьогодні з проблемою нестачі україномовних методик та опитувальників, що можуть визначати певні особливості особистості. Виключенням не є методи дослідження саморегуляції у здобувачів вищої освіти.

Метою статті є представлення й аналіз сучасних англомовних методів дослідження особливостей саморегуляції у здобувачів вищої освіти.

Опитувальник «Emotional Dysregulation Scale – Adults – EDEA» було створено [2] з метою вивчення суб'єктивного благополуччя, оптимізму, співчуття до себе, самоефективності і апробовано [4] на вибірці людей студентського віку у Бразилії. Він складається з 15 тверджень. Його шкали надають опис стратегій подолання складних життєвих ситуацій, екстерналізації агресії, песимізму, дисрегуляції емоцій. Опитувальник має адекватні показники внутрішньої валідності і тільки англомовну версію.

Самозвіт-опитувальник Behavior Rating Inventory of Executive Function (BRIEF) [3] містить перелік з 55 тверджень, за допомогою яких можна оцінити рівень саморегуляції поведінки особистості від 5 до 18 років. Він складається з трьох шкал: індекс регуляції поведінки, індекс емоційної регуляції та індекс когнітивної регуляції. Також існує сім клінічних підшкал, а саме: пригнічення, самоконтроль, зсув, емоційний контроль, виконання завдань, оперативна пам'ять і планування/організація діяльності. Є англомовна версія та варіант мовою урду.

Шкала поведінки та емоційних оцінок Behavior and Emotional Rating Scale (BERS-2) [1] оцінює поведінкові та емоційні зусилля особистості від 11 до 18 років. Вона складається з 57 тверджень, а також п’ять шкал, включаючи міжособистісні сильні сторони, внутрішньо особистісні сильні сторони, шкільне/навчальне функціонування, залученість сім’ї і кар’єрну силу. Шкала BERS має адекватну надійність тестування та повторного тестування і високу внутрішню валідність. Міжособистісна сила включає у себе здатність активно слухати, визнавати помилки, ділитися емоціями та думками з оточенням, емоційну зрілість і взяття відповідальності за наслідки своєї поведінки. Внутрішньо особистісна сила включає належний догляд за собою, звернення за допомогою, коли це необхідно, наявність певних хобі, самосвідомість, віру в себе та позитивний вплив. Залученість сім’ї включає дотримання сімейних правил, спільні сімейні активності, налагоджене ефективне спілкування з родичами, а також відчуття зв’язку з сім’єю та громадою.

З огляду на вищезазначене, можна зробити висновок про те, що однією з актуальних завдань психодіагностики, а також психометрики є переклад українською та адаптація на україномовній вибірці методик, спрямованих на вивчення особливостей саморегуляції у здобувачів вищої освіти, або створення нових опитувальників та тестів з подальшою процедурою їх стандартизації.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Buckley J. A., Epstein, M. H. The Behavioral and Emotional Rating Scale-2 (BERS-2): Providing a Comprehensive Approach to Strength-Based Assessment. *The California School Psychologist*. 2004. № 9(1). Рр. 21-27.
2. Gratz K. L., Roemer L. Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *J. Psychopathol. Behav. Assess*. 2004. № 26. Рр. 41–54.
3. Khan A., Malik T. A., Morawska A. Associations between Behavioral, Emotional, Cognitive Self-Regulation and Adolescent Mental Health and Psychosocial Strengths. *Foundation University Journal of Psychology*. 2023. Vol 7. No.2. Рр. 30-46.
4. Rech M., Diaz, G. B., Schaab B. L., Rech C. G. S. L., Calvetti P.Ü., Reppold C. T. Association of Emotional Self-Regulation with Psychological Distress and Positive Functioning Dimensions in Brazilian University Students during the COVID-19 Pandemic. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2023. № 20. Р. 6428.