Савка Х.Д. Саморегуляція як чинник психологічного здоров'я особистості

АНОТАЦІЯ

У магістерській роботі розглядаються важливі питання, пов'язані з ефективністю саморегуляції психічних станів. Досягнута багатовимірно-функціональна діагностика саморегуляції через опитувальник, який складається з 203 питань 4-х методичок.

Важливі моменти включають процесуальні характеристики, які допомагають більш адекватно розуміти саморегуляцію людини. Методи, такі як сумарні оцінки Лайкерта, кореляційний аналіз, а також перевірка надійності та валідності, підтверджують надійність отриманих результатів. Також подається інформація щодо надійності методики при повторних вимірюваннях та її валідності. Прогнозується вплив шкал як факторів на процеси прийняття рішень, контролю та досягнення результатів, а також їхній зв'язок із рівнем нейротизму. Отримані результати вказують на ефективність опитувальника для комплексної діагностики саморегуляції людей різного віку, що проживають під час великомасштабної війни.

Ключові слова: *саморегуляція, ефективність саморегуляції, психічні стани, методика*

ANNOTATION

This master's thesis examines critical issues related to the effectiveness of selfregulation of mental states. A multidimensional-functional diagnostic approach to selfregulation has been achieved through a questionnaire consisting of 203 questions across four methodologies.

Key points include procedural characteristics that aid in a more adequate understanding of an individual's self-regulation. Methods such as Likert scale total scores, correlational analysis, and tests of reliability and validity confirm the reliability of the results obtained. Information is also provided regarding the reliability of the method over repeated measurements and its validity. The influence of scales as factors on decision-making processes, control, and achievement of outcomes, as well as their correlation with neuroticism levels, is predicted. The results indicate the effectiveness of the questionnaire for the comprehensive diagnosis of self-regulation in individuals of various ages living during a large-scale war.

Keywords: *Self-regulation, effectiveness of self-regulation, mental states, methodology*