НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ХОГОКЗ

СТАДНІК А. В., МЕЛЬНИК Ю. Б.

Шкала задоволеності життям

Методичний посібник

KRPOCH

НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ХОГОКЗ
Соціально-психологічний центр ХОГОКЗ

Стаднік А. В., Мельник Ю. Б.

Шкала задоволеності життям

методичний посібник

Харків
“ХОГОКЗ”
2023

УДК 159.972(072)
DOI https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.3.2023
С 77

Укладачі:
Стаднік А. В.
доктор філософії з медичних наук (PhD), доцент
Мельник Ю. Б.
доктор філософії з освітніх наук (PhD), доцент,
психолог вищої кваліфікаційної категорії,
“Практичний психолог – методист”

Рекомендовано
Вченою радою
Науково-дослідного інституту ХОГОКЗ
(протокол № 1 від 10.08.2023 р.)

Погоджено
Науково-методичною радою
Науково-дослідного інституту ХОГОКЗ
(протокол № 1 від 10.08.2023 р.)

С 77 Стаднік А. В., Мельник Ю. Б. Шкала задоволеності життям: метод. посіб. (укр. версія). Харків: ХОГОКЗ. 2023. 8 с. https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.3.2023

Методичний посібник “Шкала задоволеності життям” розкриває основні положення україномовної версії опитувальника із 5 пунктів. Посібник містить інформацію, яка дозволяє ознайомитися з методикою дослідження. Запропоновано інструкцію до опитувальника, а також бланк і програму математичної статистики, які дозволяють швидко та зручно обробляти результати. Наведено літературу з першоджерелами, зразками аналогічних досліджень та посилання на сайт з розробленими Google Forms. Посібник може використовуватись психологами та соціальними працівниками для вивчення психічного стану осіб.

УДК 159.972(072)

Cite this manual in APA style as:
Stadnik, A. V., & Melnyk, Yu. B. (2023). *Shkala zadovolenosti zhyttiam [Satisfaction with Life Scale]*. KRPOCH. https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.3.2023

© Стаднік А. В., Мельник Ю. Б., 2023.
© ХОГОКЗ, оформлення, 2023.

ЗМІСТ

ВСТУП……... 4
Інструкція……..... 5
Анкета…….…….…….…. 5
Бланк відповідей……... 6
ЛІТЕРАТУРА……...… 7

ВСТУП

Методичний посібник “Шкала задоволеності життям” розкриває основні положення україномовної версії опитувальника Satisfaction with Life Scale, SWLS (Diener et al., 1985) із 5 пунктів.

SWLS призначений для вимірювання глобальних когнітивних суджень щодо задоволеності своїм життям. Шкала зазвичай вимагає від респондента лише близько однієї хвилини часу, коли він відповідає на запитання за шкалою Лайкерта. Запитання відкриті для інтерпретації, що робить цю шкалу придатною для дорослих з різним досвідом. Вона найбільш придатна для використання в неклінічних популяціях.

Суб'єктивне благополуччя концептуально складається з двох основних компонентів: емоційного або афективного компонента та компонента судження або когнітивного компонента. SWLS був розроблений для вимірювання компонента судження. Конвергентна валідність була встановлена завдяки високій кореляції з іншими показниками благополуччя, включаючи шкалу Фордайса та шкалу Джунна. SWLS має низьку кореляцію (.09) з показниками інтенсивності афекту, що свідчить про його надійність щодо афективних станів.

Підрахунок балів та інтерпретація. Оцінки складаються з сирих балів (від 5 до 35). Чим вищі бали, тим вища задоволеність життям. Бали можуть бути розподілені на шість категорій благополуччя, і для кожної з них надається інтерпретаційний текст.

30 - 35 Дуже задоволений

25 - 29 Задоволений

20 - 24 Дещо задоволені

15 - 19 Дещо незадоволені

10 - 14 Не задоволений

5 - 9 Вкрай незадоволені

Запропоновано інструкцію до опитувальника, а також бланк (Таблиця 1), який дозволяє швидко та зручно обробляти результати.

Проведенні авторами дослідження (Pypenko et al., 2023; Stadnik et al., 2022; Stadnik et al., 2023) довели ефективність використання розроблених Google Forms (https://doi.org/10.26697/sri.research-projects), а також математичну обробку даних за допомогою програмного забезпечення SPSS 27.0 software.

Посібник може використовуватись психологами та соціальними працівниками для вивчення психічного стану осіб.

ІНСТРУКЦІЯ:

Опитування проводиться з метою дослідження особистого самопочуття. Опитування є добровільним і анонімним.

Анкета містить питання про те, як Ви відчували себе протягом останнього тижня. За кожним питанням слід обрати один варіант відповіді (1-7), який записати у бланку відповідей під номером питання. Відповіді мають бути на всі питання.

Дякуємо за Ваш час та відповіді!

1. В основному моє життя близько до ідеалу.
1 - повністю не погоджуюся;
2 - не погоджуюся;
3 - скоріше не погоджуюся;
4 - дещо середнє;
5 - скоріше згоден/згодна;
6 - згоден/згодна;
7 - повною мірою згоден/згодна.

2. Обставини мого життя виключно сприятливі.
1 - повністю не погоджуюся;
2 - не погоджуюся;
3 - скоріше не погоджуюся;
4 - дещо середнє;
5 - скоріше згоден/згодна;
6 - згоден/згодна;
7 - повною мірою згоден/згодна.

3. Я повністю задоволений своїм життям.
1 - повністю не погоджуюся;
2 - не погоджуюся;
3 - скоріше не погоджуюся;
4 - дещо середнє;
5 - скоріше згоден/згодна;
6 - згоден/згодна;
7 - повною мірою згоден/згодна.

4. У мене є в житті те, що мені по-справжньому потрібно.
1 - повністю не погоджуюся;
2 - не погоджуюся;
3 - скоріше не погоджуюся;
4 - дещо середнє;
5 - скоріше згоден/згодна;
6 - згоден/згодна;
7 - повною мірою згоден/згодна.

5. Якщо я почав життя з початку - залишив би як є.
1 - повністю не погоджуюся;
2 - не погоджуюся;
3 - скоріше не погоджуюся;
4 - дещо середнє;
5 - скоріше згоден/згодна;
6 - згоден/згодна;
7 - повною мірою згоден/згодна.

Таблиця 1.

Бланк відповідей

1	**2**	**3**
4	**5**	

ЛІТЕРАТУРА

1. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

2. Pypenko, I. S., Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., & Mykhaylyshyn, U. B. (2023). The impact of the war in Ukraine on the psychological well-being of students. *International Journal of Science Annals, 6(2)*, 20–31. https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.2.2

3. Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Babak, S. A., Vashchenko, I. V., & Krut, P. P. (2022). Psychological distress among students and cadets of universities in the war conditions. *International Journal of Science Annals, 5*(1-2), 20–29. https://doi.org/10.26697/ijsa.2022.1-2.0

4. Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Mykhaylyshyn, U. B., & de Matos, M. G. (2023). Peculiarities of the psychological well-being and social adaptation of young students and cadets in wartime conditions. *International Journal of Science Annals, 6*(1), 22–30. https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.1.7

Навчальне видання

Шкала задоволеності життям

методичний посібник

СТАДНІК Анатолій Володимирович
МЕЛЬНИК Юрій Борисович

DOI: https://doi.org/10.26697/sri.krpoch/stadnik.melnyk.3.2023

Видається в авторській редакції
Відповідальний випусковий: Ю. Б. Мельник
Комп'ютерне складання та верстання: А. В. Стаднік

Формат 80x64$^{1}/_{6}$
Гарн. "Times". Папір для мн. ап. Друк цифровий.
Ум. друк. арк. 0,43. Зам. № 2-8
Тираж 100 пр.

Науково-дослідний інститут ХОГОКЗ
https://institute.culturehealth.org

Харківська обласна громадська організація "Культура Здоров'я"
Україна, 61105, м. Харків, пров. Забайкальський, 6/6.
Emails: CultureHealth@ukr.net; KOSOCH@gmail.com;
https://doi.org/10.26697/publisher; T/F: +38 057 775 75 23.
Свідоцтво про державну реєстрацію видавництва
ДК № 4387 від 10.08.2012

Стаднік
Анатолій
Володимирович

доктор філософії з медичних наук (PhD), доцент;
доцент Ужгородського національного університету,
Харківського національного університету внутрішніх справ;
директор Соціально-психологічного центру ХОГОКЗ

Мельник
Юрій
Борисович

доктор філософії з освітніх наук (PhD),
доцент, психолог вищої категорії,
практичний психолог-методист;
директор Науково-дослідного інституту ХОГОКЗ

Методичний посібник "Шкала задоволеності життям" розкриває основні положення україномовної версії опитувальника. Наведено літературу з першоджерелами, зразками аналогічних досліджень та посилання на сайт з розробленими Google Forms. Посібник може використовуватись психологами та соціальними працівниками для вивчення психічного стану осіб.

DOI: 10.26697

Книга та інші опубліковані елементи ліцензовані за Creative Commons "Attribution" 4.0 Worldwide

KRPOCH Publishing