

## LIETUVIŠKOJI PSICHOLOGINĖS GEROVĖS SKALĖ: STRUKTŪROS PAIEŠKOS STUDENTŲ IMTYJE\*

### Albinas Bagdonas

Gamtos mokslų daktaras, vyriausiasis mokslo darbuotojas  
Vilniaus universitetas  
Specialiosios psichologijos laboratorija  
Universiteto g. 9/1, LT-01513 Vilnius  
Tel. +370 5 268 72 55  
El. paštas: albinas.bagdonas@fsf.vu.lt

### Audronė Liniauskaitė

Socialinių mokslų daktarė, vyresnioji mokslo darbuotoja  
Vilniaus universitetas  
Specialiosios psichologijos laboratorija  
Universiteto g. 9/1, LT-01513 Vilnius  
Tel. +370 5 268 72 55  
El. paštas: audrone.liniauskaite@gmail.com

### Ieva Urbanavičiūtė

Socialinių mokslų daktarė, mokslo darbuotoja  
Vilniaus universitetas  
Specialiosios psichologijos laboratorija  
Universiteto g. 9/1, LT-01513 Vilnius  
Tel. +370 5 268 72 55  
El. paštas: ieva.urbanaviciute@gmail.com

### Sigita Girdzijauskienė

Socialinių mokslų daktarė, vyresnioji mokslo darbuotoja  
Vilniaus universitetas  
Specialiosios psichologijos laboratorija  
Universiteto g. 9/1, LT-01513 Vilnius  
Tel. + 370 5 268 72 55  
El. paštas: sigita.girdzijauskienė@fsf.vu.lt

### Antanas Kairys

Socialinių mokslų daktaras, mokslo darbuotojas  
Vilniaus universitetas  
Specialiosios psichologijos laboratorija  
Universiteto g. 9/1, LT-01513 Vilnius  
Tel. +370 5 268 72 55  
El. paštas: antanas.kairys@fsf.vu.lt

*Straipsnyje pristatoma Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės (LPGS), sudarytos iš 91 teiginio, atspindinčio pasitenkinimą įvairiomis gyvenimo sritimis, analizė pasitelkus studentų imtį. Surinkus empirinius duomenis (N = 461) ir atlikus faktorių analizę, išskirtos devynios psichologinės gerovės subskalės: Pasitenkinimo gyvenimu ir savimi, Neigiamo emocingumo, Tikslingumo, Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, Pasitenkinimo šeima ir artimaisiais, Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, Pasitenkinimo fizine sveikata, Kontrolės, Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje. Šios subskalės paaiškina 53,7 proc. dispersijos, o vidinis jų suderinamumas yra pakankamas – nuo 0,67 (Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje) iki 0,95 (Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi).*

**Pagrindiniai žodžiai:** *psichologinė gerovė, psichologinės gerovės skalė.*

\* Tyrimą finansavo Lietuvos mokslo taryba (sutarties Nr. SIN-11/2010).

This research was funded by a grant (No. SIN-11/11/2010) from the Research Council of Lithuania.

## Įvadas

### *Psichologinės gerovės samprata*

Psichologinė gerovė (PG) – tai „mokslinis įvardijimas to, kaip žmonės vertina savo gyvenimus. Ji reiškiasi kaip pasitenkinimas gyvenimu, pasitenkinimo jausmas, gyvenimo sričių (santuokos, darbo ir kt.) vertinimas, nuolatinė emocinė reakcija į tai, kas vyksta šiose srityse“ (Diener, 2002, cituojama pagal Iacovou, 2009, p. 266). Psichologinė gerovė dažniausiai yra pozityviosios psichologijos tyrimų objektas, nors analizuojama ir kitų psichologijos krypčių kontekste.

Psichologinės gerovės reiškinys sudėtingas, todėl nerandama bendro jos operacinio apibrėžimo ir įvertinimo būdo. Mokslinėje literatūroje kalbant apie gerovę dažniausiai vartojami keli terminai, kurie iš dalies reiškia tą patį, tačiau pabrėžia kiek skirtingus gerovės ypatumus: psichologinė gerovė (angl. *psychological well-being*: Ryff, 1995), subjektyvi gerovė (angl. *subjective well-being*: Diener and Ryan, 2009; Kim-Prieto et al., 2005), gyvenimo kokybė (angl. *life quality*: Kinderman et al., 2011), *subjektyvi gyvenimo kokybė* (Багдонас и Биеляускас, 1983).

Psichologinės gerovės terminas akcentuoja psichologinius, t. y. vidinius gerovės veiksnius. Jeigu laikytumės straipsnio pradžioje pristatytos pozicijos, kad psichologinė gerovė – tai pasitenkinimo jausmas, kylantis vertinant gyvenimą ir gyvenimo sritis, ji galėtų būti suprantama kaip pasitenkinimo tuo, kas vyksta materialiajame pasaulyje, išraiška, kaip kito lygmens, nei materialioji būtis, išgyvenimai ir apmąstymai.

Sąvoka *subjektyvi gerovė* iš esmės galėtų būti laikoma PG sinonimu, nes ją vertinant

taip pat dažniausiai tiriami psichologiniai gyvenimo kokybės ypatumai, išreikšti subjektyviais rodikliais. Tai bene dažniausiai vartojamas skėtinis terminas, kuris, pasak E. Diener ir K. Ryan (2009), atspindi individo *subjektyviai* patiriamą gerovės lygį. Nors nubrėžti ribą tarp subjektyvių išgyvenimų (dažniausiai – pasitenkinimo gyvenimu ar tam tikra jo sritimi) ir objektyvių rodiklių (individo socioekonominio statuso, pasiekimų ar kitų objektyviai išmatuojamų faktų) gana sudėtinga, psichologijoje tradiciškai teikiama pirmenybė subjektyviajam gerovės įvertinimui (pvz., Asmeninės gerovės indeksas – Personal Well-Being Index, International Well-being Group, 2006) arba bandoma derinti abi įvertinimo perspektyvas (pavyzdžiui, Schueller and Seligman, 2010).

Trečiasis, *gyvenimo kokybės*, terminas teoriškai turėtų apimti visus pirmiau minėtus gerovės komponentus ir įvertinimo būdus: psichologinį ir materialųjį, subjektyvų ir objektyvų. Taigi, PG gali būti suprantama kaip vienas iš gyvenimo kokybės rodiklių. Psichologinėje literatūroje *gyvenimo kokybės* terminas vartojamas kiek rečiau, jis dažniau pasitaiko įvairiuose socioekominiuose, socialinės politikos aktualijas ir įvairius socialinius bei sveikatos rodiklius nagrinėjančiuose tyrimuose.

Atsižvelgdami į nagrinėjamo konstrukto ypatumus, čia pristatomo tyrimo autoriai pirmenybę teikia *psichologinės gerovės* (PG) terminui. Mūsų nuomone, šis terminas labiausiai aprėpia ir numanomų, ir tiriamų reiškinių, susijusių su asmens gerove, aibę ir adekvačiausiai atspindi mūsų prieigą prie šio sudėtingo konstrukto struktūros ir tyrimo būdų.

## ***Psichologinės gerovės tyrimų aktualumas***

Pastaruoju metu PG reiškinys sulaukia vis daugiau tyrėjų dėmesio, sukaupia nemažai empirinių faktų, rodančių psichologinės gerovės, kaip vieno iš gyvenimo kokybės rodiklių, svarbą. Pavyzdžiui, kai kurie autoriai linkę manyti, kad viena iš PG sudedamųjų dalių – pasitenkinimas gyvenimu – stipriai siejasi su laimingumo jausmu (Clark and Senik, 2011; Kroll, 2011; Kim-Prieto et al., 2005). Vis daugiau tyrimų patvirtina, kad PG siejasi su sveikatos ir ilgaamžiškumo, darbo motyvacijos, tarpasmeninių santykių, visuomeninės gerovės ir kitais rodikliais (Diener and Ryan, 2009; Kobau et al., 2010; Huppert, 2009; Ratelle et al., 2004; Deci et al., 2001). Didėja susidomėjimas PG arba subjektyvios gerovės ir įvairių socialinių rodiklių bei gyvenimo sąlygų sąsajų įvertinimu (Kroll, 2011; Hoghe and Vanhoutte, 2011; Huppert et al., 2009; Realo and Dobewall, 2011; Helliwell and Barrington-Leigh, 2010; Lima and Novo, 2006; Caporale et al., 2008) ir šių duomenų panaudojimu socialinėje politikoje. Tai patvirtina ir tarptautinės apklausos, kai matuojami ne tik objektyvūs, bet ir subjektyvūs, psichologiniai, gerovės rodikliai (pavyzdžiui, Europos socialinis tyrimas – European Social Survey. Todėl, kai kurių autorių manymu, PG įvertinimo skalės galėtų būti taikomos labai plačiai – ne tik moksliniuose psichologijos tyrimuose, bet ir siekiant adekvačiau įvertinti socialinės gerovės bei gyvenimo sąlygų ypatumus konkrečioje visuomenėje. Manoma, kad šalia objektyvių rodiklių PG įvertinimas teiktų reikšmingų duomenų, galinčių padėti sėkmingiau kurti ir taikyti įvairias prevencines priemones ir socialinės politikos

programas (Diener, 2006; Diener and Ryan, 2009; Huppert et al., 2009; Helliwell and Barrington-Leigh, 2010).

Nors PG įvertinimas aktualus visais žmogaus amžiaus tarpsniais įvairioms socialinėms grupėms, kiekvienoje jų PG raiškos ypatumai gali būti kiek skirtingi. Nemažai dėmesio šio reiškinio tyrimuose skiriama studentų PG – mokslinėje literatūroje galima aptikti ne vieną bandymą įvardyti svarbiausius PG veiksnius studentų imtyje arba specialiai jai pritaikyti gerovei įvertinti skirtas metodikas (Negovan, 2010; Sirgy et al., 2010; Stubb et al., 2011). Manoma, kad studentiškas gyvenimo laikotarpis pasižymi gana dideliais pokyčiais (jis siejamas su tapimu suaugusiu, savarankiško gyvenimo pradžia, įvairių gyvenimo aplinkybių pasikeitimu), tad nemažai tyrimų paremti prielaida, kad studentų PG ypatumų įvertinimas padėtų geriau suprasti veiksnius, susijusius su prisitaikymu prie gyvenimo pokyčių, streso įveika, akademiniiais pasiekimais ir kt. (Bewick et al., 2010; Stubb et al., 2011; Yelle et al., 2009; Burris et al., 2009). Bene svarbiausias akcentas tiriant studentus yra tai, jog PG laikoma ne tiek savaiminiu sėkmingo perėjimo į naują gyvenimo tarpsnį padariniu, kiek sėkmingo naujų iššūkių įveikimo prielaida. Tai – vienas svarbiausių argumentų, skatinančių labiau pasigilinti į studentų imties ypatumus ir pabandyti išskirti pagrindinius PG dėmenis ir Lietuvos studentų imtyje.

Kalbant apie poreikį kurti lietuvišką PG instrumentą, reikėtų pabrėžti, kad psichologinės gerovės reiškinys skiriamas prie kultūrai „jautrių“ konstrukčių. Kaip teigiama Tarptautinės gerovės grupės (International Well-being Group, 2006) ataskaitoje, dauguma gerovei įvertinti skirtų instrumentų

yra sukurti konkrečiai (kartais netgi labai specifinei) gyventojų grupei, todėl negali būti laikomi visiškai universaliais (bent jau kultūrine prasme). PG įvertinimo instrumentas turi atitikti tiriamos populiacijos ypatumus ir atspindėti jai būdingus ir aktualius psichosocialinius veiksnius. Tokio instrumento Lietuvoje iki šiol nėra sukurta. Šį procesą apsunkina ir tai, kad nedaug žinoma apie Lietuvos gyventojų PG dėmenis.

### ***Psichologinės gerovės įvertinimo perspektyvos***

Tarptautinėje mokslo erdvėje galima aptikti gana įvairių PG įvertinimo būdų. Šią įvairovę inspiruoja skirtingi psichologinės gerovės konstrukto operaciniai apibrėžimai, taip pat numatomos tirti populiacijos ypatumai. PG įvertinimo instrumentus galima suskirstyti į dvi grupes. Pirmajai priskirtini tie instrumentai, kurie psichologinę gerovę arba pasitenkinimą atskiromis gyvenimo sritimis matuoja vienu teiginiu (angl. *single-item measure*). Pavyzdžiui, QOLI (Frisch et al., 1992) matuoja individo gyvenimo kokybę šešiolikoje sričių. Respondento iš pradžių prašoma įvardyti, kokios gyvenimo sritys jam atrodo svarbiausios, o tuomet – kiek jis / ji yra jomis patenkintas. Vieno teiginio įvertinimo instrumentų galimybes neblogai iliustruoja ir jau minėtas Asmeninės gerovės indeksas (International Well-being Group, 2006), kuriame skiriamos aštuonios pagrindinės gyvenimo sritys ir respondento prašoma nurodyti, kiek jis yra patenkintas kiekviena iš jų.

Nors tokie vieno teiginio instrumentai iš praktinės pusės yra nebloga PG įvertinimo priemonė (ypač kai gerovės skalė integruojama į didesnį instrumentą, matuojantį ir kitus reiškinius), žiūrint iš psichometri-

kos pozicijų, galima kvestionuoti tokios priemonės patikimumą. Atsižvelgiant į PG konstrukto sudėtingumą, tiek teoriniu, tiek empiriniu požiūriu tikslesni tie įvertinimo instrumentai, kurie PG sritims (t. y. respondento pasitenkinimui įvairiomis gyvenimo sritimis) įvertinti naudoja bent kelis teiginius.

Antrajai PG įvertinimo instrumentų grupei galėtume priskirti tuos, kurie PG traktuoja kaip sudėtinį, kelių matmenų konstruklą. Tokių pavyzdžių taip pat galima aptikti nemažai. Vienas jų – C. D. Ryff sukurta skalė (Ryff, 1995; Ryff and Keyes, 1995), kuri aprėpia šešias sritis, o visas klausimynas gali varijuoti nuo trijų iki dvylikos teiginių vienai sričiai įvertinti. Tai vienas populiariausių instrumentų, kuris dažnai cituojamas įvairiuose tarptautiniuose tyrimuose (žr. Abbott et al., 2010; Villar et al., 2010; Burns and Machin, 2009; Lindfors et al., 2006 ir kt.).

Kita vertus, PG kaip sudėtinio konstrukto įvertinimas kelia ir nemažai sunkumų. Atsižvelgiant į tai, kad iki šios nėra bendro PG apibrėžimo ar vyraujančios teorinės paradigmos, sunkiausia užduotimi tampa PG sričių diferenciacija. Kyla klausimas, koku pagrindu jas skirti ir kiek toks skirstymas yra pagrįstas?

### ***Pagrindiniai psichologinės gerovės sričių išskyrimo kriterijai***

Tarptautinės gerovės grupės (International Well-Being Group, 2006) autoriai rekomenduoja tokius kriterijus, kuriais reikėtų vadovautis, kuriant psichologinės gerovės įvertinimo priemones:

- a) Jei matuojamas ne tik subjektyvusis komponentas, kiekviena įvertinama gyvenimo sritis (PG subskalė) turi tu-

rėti platų spektrą tiek subjektyvių, tiek objektyvių rodiklių. Kai kurie autoriai dar pabrėžia būtinybę atskirti pažintinį pasitenkinimo tam tikromis gyvenimo sritimis komponentą nuo emocinio (Jowell and Eva, 2009; Clark and Senik, 2011; McMahan and Estes, 2011).

- b) Kiekviena vertinama gyvenimo sritis turi tiesiogiai atspindėti tiriamą konstrukta – PG. Tai reiškia, jog į įvertinimo instrumentą įtrauktos sritys turi būti PG „sudedamoji dalis“, o ne su ja koreliuojantis veiksnys, jos priežastis ar pasekmė.

Čia kyla daugiausia problemų, nes įvardyti pagrindinius PG komponentus (matmenis) – gana sunki užduotis. Apžvelgus šios srities tyrimus, matyti ištis didelė įvairovė, rodanti, jog psichologinėje literatūroje yra labai įvairių požiūrių į PG daugiamatiškumą. Pavyzdžiui, Asmeniniame gerovės indekse (International Well-being Group, 2006) skiriamos šios sritys: gyvenimo standartai, sveikata, gyvenimo pasiekimai, tarpasmeniniai santykiai, saugumas, priklausymas bendruomenei, ateities užtikrintumas, dvasingumas / religingumas. C. Ryff (1995) skalėje skiriama: autonomija, tvarkymasis aplinkoje, asmeninis augimas, pozityvūs santykiai su kitais, gyvenimo tikslas, savęs priėmimas. V. Negovan (2010) sukurtame studentų gerovei įvertinti skirtame instrumente skiriamos subjektyvaus gyvenimo įvykių ir universitete vykstančių įvykių vertinimo, psichologinės ir socialinės gerovės subskalės. E. Deci ir R. Ryan (2000) PG siekia paaiškinti per pamatinių poreikių patenkinimą, skirdami tris poreikių grupes ir atitinkamai naudodami trijų matmenų įvertinimo instrumentą. Panašių bandymų nagrinėti šį reiškinį galima aptikti

ir kitų autorių darbuose (Louis and Diener, 2011; Philippe et al., 2011; Baard et al., 2004). O štai E. Diener ir kolegų (2010) siūloma dar kitokia subjektyvaus gerovės įvertinimo perspektyva – šie autoriai pabrėžia ne poreikių ar atskirų gyvenimo sričių, o negatyvios ir pozityvios dimensijos įvertinimą. Jų sukurta skalė turi dvi subskales, matuojančias, atitinkamai, pozityvius ir negatyvius išgyvenimus.

Apibendrinus PG įvertinimo instrumentų kūrimo praktiką, galima išskirti dvi kryptis, kurių laikosi tyrėjai. Pirmąją pavadinime judėjimu *nuo teorijos prie empirinių faktų*. Laikantis šio požiūrio, atskaitos tašku pasirenkama konkreti teorinė PG aiškinimo perspektyva. Psichologijoje tai – klasikinis įvertinimo instrumentų kūrimo variantas, kai, remiantis konkrečia teorine perspektyva, sukuriamas atitinkamas instrumentas ir bandoma rasti empirinį jo patvirtinimą. Tiriant PG, tokia perspektyva, nors ir pageidautina, yra gana sunkiai įgyvendinama, nes faktiškai nėra teorijos, kuri padėtų aiškiai atsirinkti gyvenimo sritis, kurias reikėtų įtraukti į kuriamą instrumentą. Be to, šių gyvenimo sričių skaičius ir platumas dažnai priklauso ne tik nuo teorinės perspektyvos, bet ir nuo konkrečios gyventojų grupės, kuriai instrumentas bus skirtas. Tad tyrėjams dažnai tenka pasirinkti antrąją kryptį, kuri galėtų būti įvardyta judėjimu *nuo empirinių faktų prie teorijos*. Šiuo atveju atliekama atvirkštinė procedūra – pirma surenkami empiriniai duomenys apie individo pasitenkinimą labai įvairiomis gyvenimo sritimis ir / ar kitus PG komponentus, o tada, atlikus duomenų analizę, atrenkamos tos sritys, kurias reikėtų palikti galutinėje instrumento versijoje. Tam gali būti naudojamos įvairios

technikos. Viena populiariausių – faktorių analizė, kuri padeda atrinkti tinkamus teiginius ir priimti sprendimus, susijusius su kuriamos įvertinimo priemonės struktūra.

Kurdami Lietuviškąją psichologinės gerovės skalę (LPGS), rėmėmės šiais principais:

- *Nuo empirinių faktų prie teorijos.* Kadangi psichologinės gerovės tyrimų Lietuvoje vis dar trūksta, rinkomės šį kelią ir siekiame empiriškai pagrįsti psichologinės gerovės konstrukto vidinę struktūrą.
- *Daugialypiškumo arba daugiamatiškumo.* Mūsų manymu, psichologinė gerovė – daugiamatis konstruktas, todėl instrumentų turėtų sudaryti ne viena skalė.
- *Platumo.* Siekėme, kad sudarytas teiginių sąrašas aprėptų pagrindines asmeniui svarbias gyvenimo sritis: tarpasmeninius santykius, laisvalaikio galimybes, sveikatą ir t. t.

Šiuo tyrimu siekiama atskleisti Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės struktūrą pasitelkus studentų imtį ir patikrinti kai kurias šios skalės psichometrinės charakteristikas.

## Metodika

### Tyrimo metodas

Pradiniame etape ekspertinio vertinimo būdu 7 ekspertai psichologai, susipažinę su psichologinės gerovės tyrimų ypatumais, atsižvelgdami į Lietuvos visuomenės ypatumus ir PG skalių konstravimo struktūrą bei logiką, išskyrė 12 PG sričių: Tikslingumą, Bendrą emocinę savijautą, Savęs vertinimą, Optimizmą, Pasitenkinimą darbu, Pasitenkinimą kasdienybe, Pasitenkinimą finansais, Pasitenkinimą santykiais šeimoje,

Pasitenkinimą fizine savijauta, Pasitenkinimą emocine savijauta, Pasitenkinimą tarpasmeniniais santykiais, Pasitenkinimą padėtimi visuomenėje. Šioms sritims vertinti buvo sugalvoti teiginiai. Pirminę skalės versiją sudarė 263 teiginiai. Jie buvo peržiūrėti psichologijos ir lietuvių kalbos ekspertų. Pašalinti neaiškūs, dviprasmiški ir labai panašūs į jau įtrauktus teiginiai. Po ekspertinio vertinimo buvo sukonstruota skalė iš 135 teiginių, iš jų 117 skirti gerovei tirti. Kiekvienas teiginys vertintas 5 balų Likerto tipo skale, nuo *Tikrai ne* iki *Tikrai taip*. Kai kurių teiginių vertinimai buvo reversuoti.

Kadangi tyrimo dalyviai buvo studentai, kai kurių teiginių nemaža jų dalis nevertino (teiginiai, susiję su darbu, vaikais). Todėl buvo nuspręsta teiginius, kurių nevertino daugiau kaip 20 respondentų, pašalinti iš analizės. Taip skalės teiginių sumažėjo iki 104. Vėlesniuose analizės etapuose buvo pašalinta ir daugiau teiginių, tai pristatoma rezultatų skyriuje. Galutinei Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės analizei naudotas 91 teiginys (tačiau jų numeracija skalėje nepakeista).

Siekiant įvertinti išskirtų faktorių konvergentinį validumą, papildomai į tyrimą buvo įtraukta 17 gyvenimo sričių (buitinės sąlygos, finansinė padėtis ir kt., žr. 8-ą lentelę), pasitenkinimą kuriomis tiriamieji turėjo vertinti 10 balų skale.

### Tyrimo dalyviai

Tyrimo dalyvavo 461 studentas iš Lietuvos (Vilniaus, Klaipėdos, Lietuvos edukologijos) universitetų. 68,8 % iš jų buvo moterys, 31 % – vyrai, 1 asmuo (0,2 %) lyties nenurodė. Tyrimo dalyvavusių asmenų amžius nuo 18 iki 45 metų (amžiaus vidurkis –



22,6 metų), visi jie tyrimo metu buvo dienių arba išstestinių studijų studentai, 39,7 % dirbo. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietą: didžiausias procentas jų gyveno didmiestyje (62,3 %) ar miestelyje (20,6 %); rajono centre – 10,8 %, kaime – 5,6 %; 0,7 % gyvenamosios vietos nenurodė. Informacija apie studijų sritis pateikta 1-oje lentelėje. Informacija apie studentų

jų faktorių analizę). Taikyta principinių komponentų faktorių analizė ir *varimax* sukinys. Siekiant nustatyti optimalų faktorių skaičių, taikytas Kaiserio kriterijus, Cattellio nuobiros diagrama (Thompson, 2004) ir atlikta lygiagreti analizė (angl. *parallel analysis*) SPSS 17 programiniu paketu ir naudojantis Monte Carlo *PCA for Parallel Analysis* programa (Watkins, 2000).

**1 lentelė.** Tiriamųjų pasiskirstymas pagal studijų sritis

Studijų sritis	Studentų pasiskirstymas Lietuvoje 2010–2011 metais (%)	Šio tyrimo imtis	
		Skaičius	Procentas
Biomedicinos mokslai	10,98	25	5,4
Fiziniai mokslai	6,62	53	11,5
Technologijos mokslai	16,19	21	4,6
Socialiniai mokslai	54,76	297	64,4
Humanitariniai mokslai	7,57	28	6,1
Menai	3,88	4	0,9
Nenurodė	–	33	7,2
Iš viso		461	

pasiskirstymą Lietuvoje paimta iš leidinio „Lietuvos švietimas skaičiais 2010. Studijos“ (2011, p. 16).

Kaip matyti iš 1-os lentelės, šio tyrimo imtį sudaro įvairių studijų sričių studentai. Nors ji nėra reprezentatyvi, apima visas pagrindines studijų sritis ir yra tinkama tyrimo tikslams įgyvendinti.

### **Duomenų skaičiavimas**

SPSS 17 programinis paketas buvo naudojamas skaičiuoti aprašomąją statistiką (vidurkius, standartinę nuokrypį), vidinį suderinamumą (Cronbacho alpha), koreguotas koreliacijas tarp subskalės įverčio ir teiginio įverčio, validumą (koreliacinę analizę, naudojant Pearsono koeficientą, tiriančią-

### **Rezultatai**

Faktorių analizė buvo atliekama keliais etapais. Pirmiausia, pašalinus minėtus teiginius, atlikta likusių 104 teiginių faktorių analizė. Duomenys šiai analizei tiko gerai (KMO = 0,927; Bartletto testo  $p < 0,001$ ). Kilo klausimas, koks faktorių skaičius būtų optimalus. Mokslinėje literatūroje siūloma keletas galimų optimalaus faktorių skaičiaus nustatymo būdų: Kaiserio K1 taisyklė, Cattellio nuobiros diagrama, lygiagreti analizė, sulaužytos lazdos metodas ir kt. (Coste et al., 2004; Thompson, 2004). Lygiagreti analizė yra pripažįstama kaip tiksliausias būdas optimaliam faktorių skaičiui nustatyti (Thompson, 2004). Atliekant šią analizę, generuojamas atsitiktinis

duomenų masyvas, atitinkantis analizuojamąjį (šio tyrimo atveju – 104 kintamieji ir 461 tiriamasis), o paskui atliekama šio atsitiktinio duomenų masyvo faktorių analizė. Ši procedūra kartojama daug kartų ir tuomet skaičiuojamos vidutinės faktorių tikrinės reikšmės. Jei šių atsitiktinių tikrinių reikšmių konkretaus faktoriaus vidurkis yra didesnis už tyrimo metu gautą tikrinę

reikšmę, šio faktoriaus į tyrimą įtraukti nebeverta (Coste et al., 2004; Thompson, 2004). Šiame tyrime atlikome dvejopą lygiagrečią analizę. Naudodamiesi Monte Carlo *PCA for Parallel Analysis* programa (Watkins, 2000), generavome 1 000 imčių (104 kintamieji x 461 tiriamasis) ir naudojome šių imčių faktorių analizės tikrines reikšmes. Taip pat, kadangi šiame

2 lentelė. Pirminės faktorių analizės tikrinės reikšmės ir lygiagrečios analizės rezultatai

Faktoriaus	Realūs duomenys		Lygiagrečios analizės duomenys	
	Tikrinės reikšmės	Paaiškinamos dispersijos procentas	Monte Carlo simuliacijos duomenys	50 Likerto tipo imčių
1	29,614	28,475	2,113	2,188
2	4,408	4,238	2,041	2,109
3	4,071	3,915	1,987	2,045
4	3,026	2,909	1,942	1,993
5	2,708	2,604	1,901	1,953
6	2,37	2,279	1,862	1,912
7	2,264	2,177	1,828	1,875
8	2,108	2,026	1,795	1,838
9	1,948	1,873	1,764	1,805
10	1,853	1,781	1,735	1,772
<b>11</b>	<b>1,624</b>	<b>1,562</b>	<b>1,706</b>	<b>1,745</b>
12	1,594	1,532	1,678	1,714
13	1,538	1,479	1,651	1,686
14	1,395	1,342	1,625	1,654
15	1,301	1,251	1,600	1,628
16	1,29	1,24	1,575	1,602
17	1,243	1,195	1,551	1,578
18	1,189	1,143	1,528	1,552
19	1,113	1,071	1,506	1,528
20	1,074	1,032	1,484	1,503
21	1,063	1,022	1,462	1,480
22	1,03	0,99	1,440	1,461
23	1,028	0,988	1,420	1,438
24	1,012	0,973	1,399	1,415
25	0,985	0,947	1,379	1,396

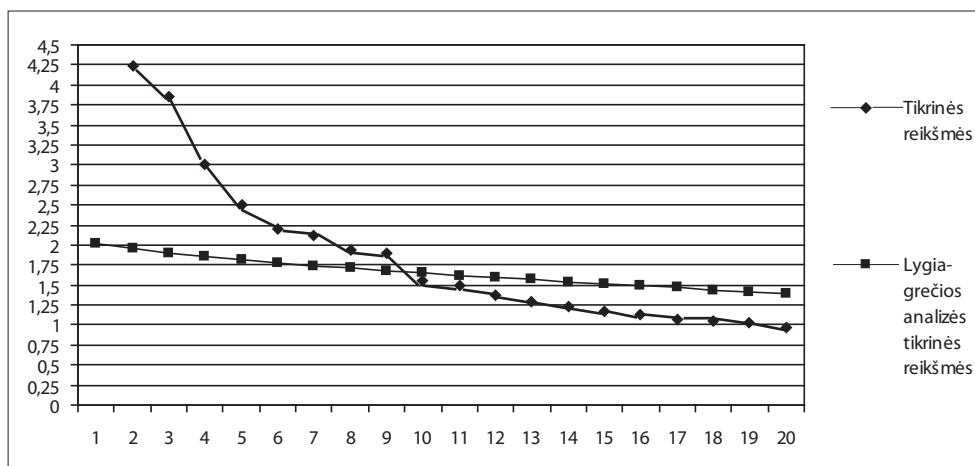


tyrime naudojami Likerto tipo duomenys, o Monte Carlo *PCA for Parallel Analysis* programa generuoja tiesiog atsitiktinius duomenis, papildomai generavome 50 imčių, kurių duomenys buvo atsitiktiniai. Taip pat atlikome šių duomenų faktorinę analizę. Lygiagrečios analizės metu gautos ir šio tyrimo tikrinės reikšmės pateiktos 2-oje lentelėje. Nors lygiagreti analizė laikoma vienu geriausių metodų faktorių skaičiui nustatyti (Coste et al., 2004; Thompson, 2004), kyla abejonių dėl jos tikslumo, naudojant Likerto tipo duomenis (O'Connor, 2000). Todėl, atsižvelgiant į pirmojo metodo ribotumus analizuojant Likerto tipo duomenis, papildomai buvo taikyti dar du metodai. Pirmasis – Kaiserio K1 taisyklė, kuri teigia, kad reikėtų palikti analizuoti tiek faktorių, kiek jų turi tikrines reikšmes, didesnes už 1. Taip pat analizuota Cattellio nuobirų diagrama (tikrinių reikšmių linijinė diagrama), kurioje išvelgtas lūžis rodytų pakankamą faktorių skaičių. Nors šie du metodai taikomi dažnai, jie kritikuojami, nes, naudojantis jais, dažniausiai palieka-

mas per didelis faktorių skaičius (Coste et al., 2004; Thompson, 2004).

Remiantis Kaiserio K1 taisykle (tikrinės reikšmės  $> 1$ ), reikėtų išskirti 24 faktorius. Dėl praktinių sumetimų tai nebūtų priimtina. Nuobirų diagrama taip pat nepateikė atsakymo, nes ryškus kritimas matomas tik po pirmo faktoriaus. Lygiagrečios analizės būdu gauti duomenys rodo, kad optimalus faktorių skaičius – 10, nes 11 faktoriaus tikrinė reikšmė, gauta tyrimo metu, mažesnė už gautąją lygiagrečios analizės metu. Beje, Monte Carlo simuliacijos metu gautos reikšmės labai panašios į gautąsias generuojant 50 Likerto tipo duomenų masyvų, todėl toliau naudosi-  
me tik Monte Carlo simuliaciją. Išskirti 10 faktorių paaiškina 52,3 % dispersijos.

Nuodugniau išanalizavus teiginius paaiškėjo, kad 10 teiginių turi vienodai mažus svorius (apie 0,3) keliuose faktoriuose. Dėl to šie teiginiai buvo pašalinti iš analizės. Pakartojus lygiagrečių analizę naudojant generuotų 1 000 atsitiktinių imčių duomenis, buvo patvirtina, kad 10 faktorių yra optimalus skaičius. Išanalizavus išskirtus faktorius paaiškėjo, kad dešimtą faktorių



Pav. Šio tyrimo ir atlikus lygiagrečių analizę gautų faktorių tikrinės reikšmės

sudaro tik 3 su fatalizmu susiję teiginiai, kurių koreguotos koreliacijos su subskalės vidurkiu menkos (0,11–0,22), o bendras subskalės Cronbacho alfa koeficientas taip

pat mažas (0,31). Todėl šie teiginiai irgi buvo pašalinti, ir analizė pakartota dar kartą. Po šios procedūros galutinę skalę sudarė 91 teiginys.

### 3 lentelė. *Faktorių analizės rezultatai po varimax sukimo*

<p><b>Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi</b> (tikrinė reikšmė – 27,2; paaiškinama 29,8 % dispersijos) 20 teiginių, svoriai nuo 0,727 iki 0,482. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 108. Gyvenimas man yra vertingas (0,727); 74. Gyvenimu esu patenkintas (-a) (0,723); 109. Optimistiškai žiūriu į savo ateitį (0,719)</p>
<p><b>Neigiamas emocijumas</b> (tikrinė reikšmė – 4,2; paaiškinama 4,7 % dispersijos) 18 teiginių, svoriai nuo 0,737 iki –0,398. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 40. Dažnai jaučiuosi pavargęs (-usi) (0,737); 76. Nuolat jaučiu įtampą (0,673); 12. Dažnai jaučiu energijos stoką (0,655)</p>
<p><b>Tikslingumas</b> (tikrinė reikšmė – 3,9; paaiškinama 4,1 % dispersijos) 12 teiginių, svoriai nuo 0,687 iki 0,277. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 110. Turiu aiškius gyvenimo tikslus (0,687); 130. Mano gyvenimo tikslai aiškūs (0,685); 66. Esu organizuotas žmogus (0,631)</p>
<p><b>Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais</b> (tikrinė reikšmė – 3; paaiškinama 3,3 % dispersijos) 10 teiginių, svoriai nuo –0,726 iki –0,330. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 83. Turiu per mažai artimų draugų (–0,726); 58. Yra daug žmonių, su kuriais bet kada galiu atvirai pasikalbėti (0,711); 80. Mažai su kuo galiu pasidalyti savo rūpesčiais (–0,707)</p>
<p><b>Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais</b> (tikrinė reikšmė – 2,5; paaiškinama 2,7 % dispersijos) 7 teiginiai, svoriai nuo –0,735 iki 0,391. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 51. Bendravimas su artimaisiais man kelia įtampą (–0,735); 61. Mano šeima yra mano ramstis (0,725); 84. Man malonu leisti laiką su artimaisiais (0,709)</p>
<p><b>Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu</b> (tikrinė reikšmė – 2,2; paaiškinama 2,4 % dispersijos) 6 teiginiai, svoriai nuo 0,788 iki 0,383. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 16. Esu patenkintas (-a) savo pajamomis (0,788); 118. Mano finansinė padėtis gera (0,744); 25. Mano pajamos garantuoja man saugumą (0,664)</p>
<p><b>Pasitenkinimas fizine sveikata</b> (tikrinė reikšmė – 2,1; paaiškinama 2,3 % dispersijos) 6 teiginiai, svoriai nuo –0,647 iki –0,565. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 90. Dažnai sergu (–0,647); 17. Man dažnai ką nors skauda. (–0,642); 6. Mano fizinė sveikata puiki (0,609)</p>
<p><b>Kontrolė</b> (tikrinė reikšmė – 1,9; paaiškinama 2,1 % dispersijos) 8 teiginiai, svoriai nuo 0,546 iki 0,237. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 86. Palyginti su kitais, lengvai įveikiu stresą (0,546); 96. Esu nepriklausomas (-a) nuo kitų (0,477); 47. Jaučiuosi dvasiškai stiprus (-i) (0,454)</p>
<p><b>Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje</b> (tikrinė reikšmė – 1,9; paaiškinama 2,1 % dispersijos) 4 teiginiai, svoriai nuo 0,72 iki 0,408. Trys didžiausius svorius turintys teiginiai: 53. Jaučiuosi gerai būdamas (-a) Lietuvos piliečiu (-e) (0,72); 20. Gerai jaučiuosi gyvendamas (-a) Lietuvoje (0,713); 131. Norėdamas (-a) galiu dalyvauti visuomeninėje veikloje pagal savo interesus (0,414)</p>

Paskutiniu analizės etapu duomenys galutinei faktorių analizei tinka gerai (KMO = 0,93; Bartletto testo  $p < 0,001$ ). Kaiserio K1 taisyklė nurodė, kad optimalus faktorių skaičius būtų 19, tai akivaizdžiai per didelis jų skaičius. Cattellio nuobiros diagrama leidžia spręsti, kad optimalus faktorių skaičius būtų 3 arba 9. Atlikus lygiagrečią analizę naudojant Monte Carlo PCA for Parallel Analysis programą (Watkins, 2000) generuotų 1 000 atsitiktinių imčių duomenis, buvo patvirtina, kad 9 faktoriai yra optimalus skaičius (pav.). Todėl buvo nuspręsta palikti 9 faktorius, kurie paaiškino 53,7 % dispersijos. Faktorių analizės rezultatai po *varimax* sukimo pateikti 3-ioje lentelėje.

Išanalizavus teiginių, kurie pateko į pirmąjį faktorių, svorius, paaiškėjo, kad net 9 teiginiai turi gana didelius svorius kituose faktoriuose. Todėl šie teiginiai buvo priskirti ne tam faktoriui, kuriame jie turėjo patį didžiausią svorį, bet tam, kuriam geriausiai tiko pagal prasmę. Taip trys teiginiai buvo priskirti Tikslingumo subskalei, du – Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, o keturi – Kontrolės subskalei.

Pirmąją subskalę sudaro tokie klausimai: „gyvenimas man atrodo beprasmiškas“, „apskritai jaučiuosi laimingas (-a)“, „didžiuojuosi tuo, kas esu“ ar „gyvenimu esu patenkintas (-a)“. Ši subskalė atspindi bendrą teigiamą ar neigiamą emocinį gyvenimo ir savęs paties vertinimą, taip pat apima teiginius, išreiškiančius optimizmą. Galėtume ją įvardyti „Pasitenkinimo gyvenimu ir savimi“ subskale.

„Nuolat jaučiu įtampą“, „dažnai būnu prislėgtas (-a)“, „dažnai jaučiu energijos stoką“ – teiginiai, kurie reprezentuoja antrą subskalę. Į ją patenka ir teiginiai, susiję su neteisybės pojūčiu, nesaugumu visuomenėje.

je. Tai – Neigiamo emocingumo subskalė.

Trečioji subskalė galėtų būti įvardyta Tikslingumo subskale, nes joje atsidūrė teiginiai apie tikslus („mano gyvenimo tikslai aiškūs“), planavimą, gerą prisitaikymą įprastinėje aplinkoje („gerai susidoraju su savo kasdieninėmis pareigomis“).

Ketvirtoji subskalė apima teiginius, kurie nusako pasitenkinimą tarpasmeniniais santykiais: „esu patenkintas (-a) santykiais su draugais“, „turiu per mažai artimų draugų“, „jaučiuosi reikalingas (-a) aplinkiniams“ ir kt. Ją pavadiname Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais subskale.

Penktosios subskalės teiginiai yra susiję su šeima ir artimaisiais. Pavyzdžiui: „abejoju, ar galiu pasitikėti savo šeima“, „bendravimas su artimaisiais man kelia įtampą“, „man malonu leisti laiką su artimaisiais“. Ją pavadiname Pasitenkinimo šeima ir artimaisiais subskale.

Šeštosios subskalės teiginių pavyzdžiai: „esu patenkintas (-a) savo pajamomis“, „mane tenkina turimos gyvenimo sąlygos“ – tai teiginiai, kurie atspindi pasitenkinimą pajamomis, gyvenimo sąlygomis. Ji vadinama Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu subskale.

Septintosios subskalės teiginiai nusako pasitenkinimą fizine sveikata. Tokių teiginių pavyzdžiai galėtų būti: „nuolat turiu vartoti vaistus“, „mano fizinė sveikata puiki“. Ši subskalė gali būti įvardyta Pasitenkinimo fizine sveikata subskale.

Aštuntoji subskalė apima teiginius, susijusius su streso įveika („palyginti su kitais, lengvai įveikiu stresą“), tikėjimu savo atsparumu („jaučiuosi dvasiškai stiprus (-i)“), veiksmingumu („man pavyksta susitvarkyti su iškilančiomis problemomis“). Subskalė pavadinta Kontrolės subskale.

4 lentelė. *Koreguotos teiginio ir subskalės koreliacijos*

Teiginio Nr.	Koreguota teiginio subskalės koreliacija	Teiginio Nr.	Koreguota teiginio subskalės koreliacija	Teiginio Nr.	Koreguota teiginio subskalės koreliacija
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi		129	0,56	61	0,66
74	0,83	125	0,54	29	0,65
56	0,81	33	0,53	51	0,62
44	0,79	38	0,50	18	0,55
104	0,74	113	0,50	79	0,54
3	0,72	88	0,49	78	0,46
108	0,71	37	0,47	Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	
42	0,70	Tikslingumas		118	0,68
77	0,70	110	0,65	16	0,66
36	0,70	26	0,64	7	0,55
109	0,70	130	0,63	10	0,54
128	0,69	106	0,60	25	0,47
97	0,68	1	0,60	120	0,37
57	0,67	107	0,59	Pasitenkinimas fizine sveikata	
13	0,66	50	0,58	17	0,70
52	0,66	66	0,57	90	0,64
117	0,63	114	0,54	9	0,60
46	0,61	100	0,53	6	0,56
65	0,59	5	0,52	112	0,53
89	0,58	95	0,50	39	0,47
92	0,36	Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais		Kontrolė	
Neigiamas emocingumas		83	0,67	47	0,63
34	0,76	119	0,67	96	0,62
40	0,72	87	0,64	55	0,58
76	0,68	101	0,64	86	0,52
30	0,67	58	0,62	98	0,50
62	0,67	80	0,62	8	0,47
72	0,65	94	0,59	73	0,42
24	0,62	22	0,54	49	0,38
12	0,61	111	0,51	Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	
127	0,61	64	0,50	20	0,59
31	0,60	Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais		53	0,57
32	0,59	84	0,68	70	0,36
				131	0,32

Devintoji subskalė siejasi su pasitenkinimu gyvenimu Lietuvoje. Ją sudaro, pavyzdžiui, teiginiai „gerai jaučiuosi gyvendamas (-a) Lietuvoje“ ir kt. Ją pavadino Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskale.

Devynios subskalės buvo sudarytos remiantis ne tik faktorių analizės rezultatais, bet ir ieškant psichologinio prasmingumo, todėl kitu žingsniu buvo vertinama kiekvieno teiginio ir jo subskalės bendro rezultato koreguota koreliacija. Ši informacija pateikiama 4-oje lentelėje.

Kaip matyti iš 4-os lentelės, visos teiginio ir subskalės koreguotos koreliacijos viršija 0,3.

Buvo apskaičiuotas subskalių vidinis suderinamumas, subskalių vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai. Vidinio suderinamumo rezultatai pateikti 5-oje lentelėje, vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai – 6-oje lentelėje.

Kaip matyti iš Cronbacho alpha koeficientų, pateiktų 5-oje lentelėje, visos subskalės pasižymi puikiu suderinamumu ( $\alpha$  nuo

0,79 iki 0,95), tik Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskalės  $\alpha = 0,67$ . Mažesnis šios skalės vidinis suderintumas sietinas su tuo, kad joje yra tik 4 teiginiai.

Subskalių aprašomoji statistika pateikta 6-oje lentelėje.

Matyti, kad subskalių teiginių vidurkiai yra nuo 3,08 iki 4,22. Mažiausia sklaida aptikta Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje ( $SD = 0,63$ ), didžiausia – Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu subskaleje ( $SD = 0,81$ ). Subskalių įverčiai buvo skaičiuoti taip, kad didelė reikšmė rodytų didesnę gerovę.

Kaip rodo duomenys, pateikti 7-oje lentelėje, visos subskalės tarpusavyje reikšmingai susijusios. Visos koreliacijos teigiamos, svyruoja nuo 0,214 iki 0,728.

Siekiant įvertinti konvergentinį LPGA validumą, apskaičiuotos išskirtų LPGA subskalių ir 17 gyvenimo sričių, pasitenkinimą kuriomis tiriamieji turėjo vertinti 10 balų skale, koreliacijos. Rezultatai pateikti 8-oje lentelėje.

**5 lentelė. LPGA subskalių vidinio suderinamumo rodikliai**

	Cronbacho alpha
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	0,95
Neigiamas emocingumas	0,92
Tikslingumas	0,88
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	0,87
Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais	0,84
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	0,79
Pasitenkinimas fizine sveikata	0,82
Kontrolė	0,80
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	0,67

**6 lentelė. LPGA subskalių teiginių vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai**

	Vidurkis	Standartinis nuokrypis
Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	4,02	0,73
Neigiamas emocingumas	3,72	0,76
Tikslingumas	3,74	0,69
Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	3,86	0,76
Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais	4,22	0,73
Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	3,53	0,81
Pasitenkinimas fizine sveikata	4,10	0,74
Kontrolė	3,72	0,66
Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje	3,08	0,63

7 lentelė. *Koreliacijos tarp LPGS subskalių*

	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	0,728**	0,727**	0,678**	0,510**	0,389**	0,443**	0,718**	0,483**
2. Neigiamas emocingumas		0,625**	0,570**	0,405**	0,373**	0,579**	0,623**	0,424**
3. Tikslingumas			0,535**	0,370**	0,453**	0,331**	0,658**	0,489**
4. Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais				0,518**	0,311**	0,353**	0,474**	0,391**
5. Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais					0,214**	0,221**	0,331**	0,309**
6. Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu						0,217**	0,393**	0,389**
7. Pasitenkinimas fizine sveikata							0,393**	0,261**
8. Kontrolė								0,441**
9. Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje								

\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$

Išanalizavus koreliacijas, pateiktas 8-oje lentelėje, matyti, kad koreliacijos nustatytos tarp visų LPGS subskalių ir visų gyvenimo sričių vertinimo. Visos koreliacijos yra teigiamos. Peržvelgus panašiausių kintamųjų (pvz., Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu iš LPGS ir Finansinės padėties vertinimo) koreliacijas matyti, kad jos gana aukštos. Tai patvirtina LPGS subskalių konvergenčinį validumą.

## Rezultatų aptarimas

Tyrimo metu gauti rezultatai rodo, kad, atlikus faktorinę duomenų analizę pasitelkus studentų imtį, LPGS išskirtos devynios subskalės, kurios paaiškina 53,7 % bendrosios dispersijos (nuo 27,2 % iki 2,1 %).

Lygiagreti analizė patvirtino, kad 9 faktoriai – optimalus skaičius šiems duomenims. Šie rezultatai duoda pagrindą teigti, kad LPGS, kaip ir daugeliui kitų PG matavimo skalių, būdinga daugiamatė struktūra (Ryff, 1995; Ryff and Keyes, 1995; Abbott et al., 2010; Villar et al., 2010; Burns and Machin, 2009; Lindfors et al., 2006 ir kt.). Be to, PG tyrimų lauke yra bandymų išskirti ir hierarchinę PG struktūrą (Šarakauskienė, 2012). Atsižvelgus į tai, kad mūsų tyrime net 19 faktorių turi tikrines reikšmes, didesnes už 1, tikėtina hierarchinė LPGS struktūra, tačiau tam nustatyti būtini tolesni didesnės tyrimo dalyvių imties tyrimai.

Visos devynios subskalės pasižymi pakankamai geru vidiniu suderinamumu. (Cronbacho alpha reikšmės išsidėsčiusios



8 lentelė. *LPGS skalių ir 17 vertinamų sričių koreliacija*

Pasitenkinimas gyvenimo sritimis	LPGS subskalė								
	1. Pasitenkinimas gyvenimu ir savimi	2. Neigiamas emocingumas	3. Tikslin-gumas	4. Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais	5. Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais	6. Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu	7. Pasitenkinimas fizine sveikata	8. Kontrolė	9. Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje
Buitinėmis sąlygomis	0,396**	0,342**	0,333**	0,363**	0,273**	<b>0,406**</b>	0,259**	0,235**	0,225**
Finansinė padėtimi	0,228**	0,230**	0,280**	0,203**	0,130**	<b>0,734**</b>	,085	0,242**	0,268**
Darbu	0,317**	0,315**	0,345**	0,319**	0,138*	0,419**	0,124*	0,327**	0,408**
Mokymusi, studijomis	0,273**	0,284**	0,264**	0,207**	0,112*	0,181**	0,125**	0,148**	0,259**
Šeima	0,202**	0,197**	0,159**	0,164**	<b>0,337**</b>	0,150**	0,105*	0,157**	,064
Gyvenimo kasdienybė	0,654**	0,570**	0,577**	0,505**	0,300**	<b>0,325**</b>	0,287**	<b>0,485**</b>	0,378**
Savimi kaip asmenybė	<b>0,709**</b>	0,447**	0,537**	0,501**	0,259**	0,213**	0,218**	<b>0,549**</b>	0,302**
Savo padėtimi visuomenėje	0,586**	0,513**	0,532**	0,517**	0,248**	0,411**	0,221**	0,507**	<b>0,419**</b>
Tarpasmeniniais santykiais	0,642**	0,476**	0,501**	<b>0,649**</b>	0,365**	0,257**	0,234**	0,431**	0,284**
Savo fizine sveikata	0,420**	0,507**	0,368**	0,368**	0,201**	0,208**	<b>0,670**</b>	0,363**	0,217**
Savo dvasinė savijauta	0,667**	<b>0,613**</b>	0,497**	0,443**	0,301**	0,237**	0,394**	0,563**	0,345**
Savo laisvalaikiu	0,527**	0,490**	0,423**	0,425**	0,245**	0,234**	0,259**	0,437**	0,342**
Tuo, kad esu vyras / moteris	0,375**	0,307**	0,268**	0,279**	0,257**	0,150**	0,226**	0,353**	0,285**
Savo gyvenimu praeityje	0,378**	0,360**	0,260**	0,355**	0,304**	0,208**	0,134**	0,261**	0,159**
Savo gyvenimu dabartyje	<b>0,750**</b>	0,570**	0,594**	0,514**	0,355**	0,323**	0,230**	0,564**	0,370**
Savo ateities perspektyvomis	0,628**	0,445**	0,613**	0,380**	0,237**	0,382**	0,223**	0,517**	0,391**
Savo gyvenimu apskritai	<b>0,777**</b>	0,562**	0,565**	0,541**	0,428**	0,341**	0,251**	0,525**	0,313**

Pastaba. \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ . Koreliacijos tarp panašiausių abiejų klausimynų subskalių pažymėtos pastorintu šriftu.

intervale nuo 0,95 iki 0,67). Kiek mažesnė paskutinės, Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje, subskalės Cronbacho alpha reikšmė (0,67) galėjo lemti tai, kad šią subskalę sudaro tik 4 teiginiai.

Išskirtos devynios subskalės leidžia išvelgti, kad, vertinant asmens psichologinę gerovę, svarbūs ir santykinai subjektyvūs (pasitenkinimas gyvenimu ir savimi, šeima ir artimaisiais; sveikata; kontrolė, tikslingumas), ir objektyvesni (pasitenkinimas pragyvenimo lygiu ar gyvenimu Lietuvoje) psichologinės gerovės komponentai. Subjektyvias ir objektyvias paauglių psichologinės gerovės sritis išskyrė Ž. Šarakauskienė (2012). Galima manyti, kad mūsų tyrimo dalyviams – studentams, vertinant savo PG, buvo svarbios panašios sritys. Atlikę faktorinę duomenų, gautų Lietuvos studentų imtyje, analizę išskyrėme panašią kaip ir Ž. Šarakauskienė (2012) Lietuvos paauglių imties PG struktūrą. Aptiktos tiek paaugliams, tiek studentams svarbios vertintinos PG sritys: pasitenkinimas savimi ir gyvenimu (mūsų atveju gautas bendras faktorius), pasitenkinimas šeima ir artimaisiais, tikslingumas (paaugliams įvardytas „gyvenimo tikslu“), kontrolė („aplinkos kontrolė“), neigiamas emociingumas. Analizuojant išskirtą studentų PG struktūrą ir lyginant ją su minėta paauglių PG struktūra, matyti, kad studentams nebesvarbios pasitenkinimo gyvenamąja aplinka, teigiamo emociingumo, autonomijos, savęs priėmimo, asmeninio augimo sritys, tačiau atsiranda pasitenkinimas pragyvenimo lygiu, fizine sveikata ar gyvenimu Lietuvoje. Taigi, galima išvelgti tokią tendenciją: jaunas žmogus mažiau gilinasi į save ir savo išskirtinumo veiksnius, bet labiau į sritis, svarbias suaugusiam asmeniui

(sveikata, pragyvenimo lygis ir kt.). Kaip nurodo Ž. Šarakauskienė (2012), cituodama W. Pavot ir E. Diener (2004), išskiriamos sritys, ypač kalbant apie atskiras gyvenimo sritis, dažniausiai priklauso nuo tiriamųjų amžiaus nulemtos gyvenimo sričių svarbos. Mūsų tyrimo duomenys patvirtina šią išvagę ir leidžia daryti prielaidą, kad, mažėjant paauglio dėmesiui sau, didėja bręstančio asmens dėmesys objektyvesnėms gyvenimo sritims, nuo kurių gali priklausyti bendras PG vertinimas. Tačiau šio tyrimo metu išskirtų kitokių nei minimos Ž. Šarakauskienės (2012) sričių galėjo atsirasti ir dėl to, kad šio tyrimo instrumentas buvo kurtas įtraukiant daugiau suaugusio žmogaus gyvenime reikšmingų sričių.

Vilniaus universiteto studentų gyvenimo kokybės parametrų tyrimo duomenys (Jankauskas ir Jatulienė, 2008) rodytų, kad jų nustatytos svarbiausios vertinimo sritys panašios kaip ir mūsų tyrime, tik jų imtyje absoliučiai didžiausi įverčiai tenka sričiai, kuri mūsų tyrimo dalyviams neaktuali – nepriklausomybės lygiui.

Kiek netikėtai mūsų LPGS struktūroje išsiskyrė Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskalė. Nieko panašaus kitų autorių sukurtuose instrumentuose rasti nepavyko, tačiau, remiantis Ž. Šarakauskienės cituojamais W. Pavot ir E. Diener (2004), asmeniui svarbios gyvenimo sritys susijusios su bendru pasitenkinimu gyvenimu, jos gali reprezentuoti pasitenkinimo ir prasmės šaltinius, be to, gali rodyti trokštamo pokyčio sritis. Gal tai ir matome?

Analizuojant išskirtų LPGS subskalių įverčių vidurkius, matyti, kad visų sričių įverčiai išsidėstę virš neutralią reikšmę turinčio teorinio vidurkio (3), taigi, tirtos studentų imties bendra psichologinės gerovės vertini-

mo tendencija pozityvi. Geriausiai vertintas pasitenkinimas šeima ir artimaisiais (4,22), fizine sveikata (4,10), gyvenimu ir savimi (4,02), prasčiausiai – pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje (3,08) ir pragyvenimo lygiu (3,53). Ž. Šarakauskienė (2012), cituodama N. Park (2004), teigia, kad jauni žmonės, kurių pasitenkinimas gyvenimu didelis, gali gyventi gerai prisitaikę ir išnaudodami gausius aplinkos išteklius.

### ***Tyrimo ribotumai ir gairės tolesniems tyrimams***

Atlikta tiriančioji faktorių principinių komponentų analizė pasitelkus studentų imtį, atskleidusi devynių faktorių struktūrą, turėtų būti verifikuota kitose imtyse ir taikant kitus metodus. Tiriančioji faktorių analizė, ypač naudojant ortogonalų sukimą, yra ribotas analizės metodas. Ortogonalus sukimas leidžia išskirti nepriklausomus ir santykinai nekoreliuojančius faktorius, bet taip pat galima kelti prielaidą, kad psichologinės gerovės faktoriai gali stipriai koreliuoti tarpusavyje arba turėti hierarchinę struktūrą ir aukštesnio lygmens faktorių. Todėl ateityje, naudojant kitose imtyse surinktus duomenis, vertėtų atlikti analizę taikant kitus skalės struktūros analizės metodus (tiriančiąją faktorių analizę, naudojant neortogonalų sukimą, patvirtinančiąją faktorių analizę). Būtinai ir tolesni skalės validumo (ypač konvergentinio, divergentinio) tyrimai.

Skalės apimtis – 91 teiginys, – atrodo, kiek per didelė, skalėje pasitaiko panašių teiginių, subskalėse yra labai nevienodas teiginių skaičius. Manome, kad šias problemas pavyks išspręsti tobulinant skalę, tačiau ir dabartinė versija tinkama moksliniams tyrimams.

PG tyrėjų ir ne tik jų dėmesio vertos mūsų tyrime nustatytos LPGS subskalių

įverčių sąsajos su 17 pasitenkinimo gyvenimu ir savimi sričių. Pavyzdžiui, pasitenkinimas gyvenimu ir savimi stipriausiai siejasi su pasitenkinimu savimi kaip asmenybe ir savo dabartinio gyvenimo vertinimu, neigiamas emocingumas – su dvasine savijauta, o mūsų studentų imties pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje labiausiai susijęs su pasitenkinimu savo padėtimi visuomenėje, tačiau visai nesisieja su šeima. Manytume, išsamesnis tyrimas galėtų nubrėžti gaires ne tik mėginant suprasti, kas svarbiausia Lietuvos studentams ir kitų amžiaus ar socialinių grupių asmenims, bet ir kuriant prevencines programas, pavyzdžiui, mėginant stabdyti emigraciją.

### **Išvados**

1. Lietuviškojoje psichologinės gerovės skalėje (LPGS) studentų imčiai išskirtos devynios subskalės: Pasitenkinimo gyvenimu ir savimi; Neigiamo emocingumo; Tikslingumo; Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais; Pasitenkinimo šeima ir artimaisiais; Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu; Pasitenkinimo fizine sveikata; Kontrolės; Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje.
2. LPGS būdingos geros psichometrinės savybės: devynios subskalės paaiškina 53,7 % dispersijos; subskalių Cronbacho alpha reikšmės svyruoja nuo 0,67 (Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje) iki 0,95 (Pasitenkinimo gyvenimu ir savimi) subskalė.
3. Nustatyta bendra pozityvi visų išskirtų psichologinės gerovės sričių vertinimo tendencija. Didžiausiais balais studentai vertino pasitenkinimą šeima ir artimaisiais, pasitenkinimą fizine sveikata

bei pasitenkinimą gyvenimu ir savimi, mažiausiais pasitenkinimą gyvenimu Lietuvoje ir pasitenkinimą pragyvenimo lygiu.

4. Pageidautina toliau tobulinti LPGS, tačiau ir dabartinis jos variantas tinka studentų psichologinės gerovės vertinimams tirti.

## LITERATŪRA

Abbott R., Ploubidis G., Huppert F., Kuh D., Croudace T. An evaluation of the precision of measurement of Ryff's Psychological Well-Being Scales in a population sample // *Social Indicators Research*. 2010, vol. 97 (3), p. 357–373.

Baard P. P., Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings // *Journal of Applied Social Psychology*. 2004, vol. 34, p. 2045–2068.

Bewick B., Koutsopoulou G., Miles J., Slaa E., Barkham M. Changes in undergraduate students' psychological well-being as they progress through university // *Studies in Higher Education*. 2010, vol. 35, p. 633–645.

Burris J. L., Brechting E. H., Salsman J., Carlson C. R. Factors associated with the psychological well-being and distress of university students // *Journal of American College Health*. 2009, vol. 57, p. 536–544.

Burns R., Machin M. Investigating the structural validity of Ryff's Psychological Well-Being Scales across two samples // *Social Indicators Research*. 2009, vol. 93 (2), p. 359–375.

Caporale G. M., Georgellis Y., Tsitsianis N., Yin Y. P. Income and happiness across Europe: Do reference values matter? // *Journal of Economic Psychology*. 2008, vol. 30 (1), p. 42–51.

Clark A. E., Senik C. Is happiness different from flourishing? Cross-country evidence from the ESS // *Revue d'Economie Politique*. 2011, vol. 121 (1), p. 17–34.

Coste J., Bouee S., Ecosse E., Leplege A., Pouchot J. Methodological issues in determining the dimensionality of composite health measures using principal component analysis: Case illustration and suggestions for practice // *Quality of Life Research*. 2004, vol. 14, p. 641–654.

Deci E. L., Ryan R. M. The "What" and "Why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior // *Psychological Inquiry*. 2000, vol. 11, p. 227–268.

Deci E. L., Ryan R. M., Gagné M., Leone D. R., Usunov J., Kornazheva B. P. Need satisfaction, mo-

tivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern Bloc country // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2001, vol. 27, p. 930–942.

Diener E. Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being // *Journal of Happiness Studies*. 2006, vol. 7, p. 397–404.

Diener E., Ryan K. Subjective well-being: A general overview // *South African Journal of Psychology*. 2009, vol. 39 (4), p. 391–406.

Diener E., Wirtz D., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D., Oishi S., Biswas-Diener R. New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings // *Social Indicators Research*. 2010, vol. 97 (2), p. 143–156.

Frisch M. B., Cornell J., Villanueva M., Retzlaff P. J. Clinical validation of the Quality of Life Inventory: A measure of life satisfaction for use in treatment planning and outcome assessment // *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1992, vol. 4, p. 92–101.

Helliwell J. F., Barrington-Leigh C. P. Viewpoint: Measuring and understanding subjective well-being // *Canadian Journal of Economics*. 2010, vol. 43 (3), p. 729–753.

Hooghe M., Vanhoutte B. Subjective well-being and social capital in Belgian communities. The impact of community characteristics on subjective well-being indicators in Belgium // *Social Indicators Research*. 2011, vol. 100 (1), p. 17–36.

Huppert F. A. Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences // *Applied Psychology: Health & Well-Being*. 2009, vol. 1 (2), p. 137–164.

Huppert F., Marks N., Clark A. E., Siegrist J., Stutzer A., Vittersø J., Wahrendorf M. Measuring well-being across Europe: Description of the ESS well-being module and preliminary findings // *Social Indicators Research*. 2009, vol. 91 (3), p. 301–315.

Iacovou S. Are well being, health and happiness appropriate goals for existential therapists? // *Existential Analysis*. 2009, vol. 20.2, p. 262–275.

International Wellbeing Group. Personal Well-being Index: 4<sup>th</sup> Edition. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life, Deakin University, 2006. Prieiga per internetą: [http://www.deakin.edu.au/research/acqol/instruments/wellbeing\\_index.htm](http://www.deakin.edu.au/research/acqol/instruments/wellbeing_index.htm) [žiūrėta 2011 m. vasario 14 d.].

Jankauskas J. P., Jatulienė N. Vilniaus universiteto studentų gyvenimo kokybė. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2008.

Jowell R., Eva G. Happiness is not enough: Cognitive judgements as indicators of national well-being // *Social Indicators Research*. 2009, vol. 91 (3), p. 317–328.

Kim-Prieto C., Diener E., Tamir M., Scollon C., Diener M. Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being // *Journal of Happiness Studies*. 2005, vol. 6, p. 261–300.

Kinderman P., Schwannauer M., Pontin E., Tai S. The development and validation of a general measure of well-being: The BBC well-being scale // *Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care and Rehabilitation*. 2011, vol. 20 (7), p. 1035–1042.

Kobau R., Snizek J., Zack M. M., Lucas R. E., Burns A. Well-being assessment: An evaluation of well-being scales for public health and population estimates of well-being among US adults // *Applied Psychology: Health & Well-Being*. 2010, vol. 2 (3), p. 272–297.

Kroll C. Different things make different people happy: Examining social capital and subjective well-being by gender and parental status // *Social Indicators Research*. 2011, vol. 104 (1), p. 157–177.

Lietuvos švietimas skaičiais 2010. Studijos. Vilnius: ŠCA, 2011.

Lima M. L., Novo R. So far so good? Subjective and social well-being in Portugal and Europe // *Portuguese Journal of Social Science*. 2006, vol. 5 (1), p. 5–33.

Lindfors P., Berntsson L., Lundberg U. Factor structure of Ryff's Psychological Well-Being Scales in Swedish female and male white-collar workers // *Personality & Individual Differences*. 2006, vol. 40 (6), p. 1213–1222.

Louis T., Diener E. Needs and subjective well-being around the world // *Journal of Personality & Social Psychology*. 2011, vol. 101 (2), p. 354–365.

McMahan E. A., Estes D. Hedonic versus eudaimonic conceptions of well-being: Evidence of

differential associations with self-reported well-being // *Social Indicators Research*. 2011, vol. 103 (1), p. 93–108.

Negovan V. Dimensions of students' psychosocial well-being and their measurement: Validation of a students' psychosocial well being inventory // *Europe's Journal of Psychology*. 2010, vol. 2, p. 85–104.

O'Connor B. P. Cautions regarding item-level factor analyses. 2000. Prieiga per internetą: <https://people.ok.ubc.ca/briocconn/nfactors/itemanalysis.html> [žiūrėta 2012 m. kovo 15 d.].

Philippe F. L., Koestner R., Beaulieu-Pelletier G., Lecours S. The role of need satisfaction as a distinct and basic psychological component of autobiographical memories: A look at well-being // *Journal of Personality*. 2011, vol. 79 (5), p. 905–938.

Ratelle C., Vallerand R. J., Chantal Y., Provencher P. Cognitive adaptation and mental health: A motivational analysis // *European Journal of Social Psychology*. 2004, vol. 34, p. 459–476.

Realo A., Dobewall H. Does life satisfaction change with age? A comparison of Estonia, Finland, Latvia, and Sweden // *Journal of Research in Personality*. 2011, vol. 45 (3), p. 297–308.

Ryff C. D. Psychological well-being in adult life // *Current Directions in Psychological Science*. 1995, vol. 4, p. 99–104.

Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995, vol. 69, p. 719–727.

Schueler S. M., Seligman M. E. P. Pursuit of pleasure, engagement, and meaning: Relationships to subjective and objective measures of well-being // *Journal of Positive Psychology*. 2010, vol. 5 (4), p. 253–263.

Sirgy M., Lee D. J., Grzeskowiak S., Yu G., Webb D., El-Hasan K., Jesus Garcia Vega J., Ekici A., Johar J., Krishen A., Kangal A., Swoboda B., Claiborne C., Maggino F., Rahtz D., Canton A., Kuruuzum A. Quality of college life (QCL) of students: Further validation of a measure of well-being // *Social Indicators Research*. 2010, vol. 99, p. 375–390.

Stubb J., Pyhältö K., Lonka K. Balancing between inspiration and exhaustion: PhD students' experienced socio-psychological well-being // *Studies in Continuing Education*. 2011, vol. 33, p. 33–50.

Šarakauskienė Ž. Mokinių psichologinė gerovė: struktūra ir sociodemografiniai bei asmenybės veiksniai. Daktaro disertacija. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2012.

Thompson D. Exploratory and confirmatory factor analysis. Washington: American Psychological Association, 2004.

Villar F., Triadó C., Celdran M., Solé C. Measuring well-being among Spanish older adults: Development of a simplified version of Ryff's Scales of Psychological Well-being // Psychological Reports. 2010, vol. 107 (1), p. 265–80.

Watkins M. W. Monte Carlo PCA for parallel analysis. 2000. Prieiga per internetą: <http://edpsychassociates.com/Watkins3.html> [žiūrėta 2012 m. kovo 16 d.].

Yelle D., Kenyon B., Koerner S. College student psychosocial well-being during the transition to college: Examining individuation from parents // College Student Journal. 2009, vol. 43, p. 1145–1160.

Багдонас А., Биеляускас Ж. Субъективная оценка качества жизни при нарушении сенсорики // Тифлопедагогика и аспекты восприятия слепых. Вильнюс: Изд-во Мин-ва ВСО Лит. ССР и ЛОС, 1983. С. 97–115.

## THE LITHUANIAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE: AN ANALYSIS OF ITS STRUCTURE IN A STUDENT SAMPLE

**Albinas Bagdonas, Ieva Urbanavičiūtė, Antanas Kairys,  
Audronė Liniauskaitė, Sigita Girdzijauskienė**

### S u m m a r y

This article presents an analysis of the Lithuanian Psychological Well-Being Scale (LPGS) structure in a student sample and addresses both theoretical and empirical issues related to its development. Psychological well-being is considered to be a broad construct reflecting a subjective evaluation of our lives in certain domains or on the whole. However, theoretical explanations of this phenomenon are somewhat vague and often lack consensus on definitions and classification of well-being domains, subsequently resulting in rather diverse approaches to their empirical evaluation.

The rationale for the development of the LPGS is based on the following principles: first, the multidimensionality of the construct (it is assumed that psychological well-being encompasses at least several different domains); second, necessity to take into account characteristic features of the target population in order to produce a valid Lithuanian instrument; and finally, the empirical investigation approach, i.e. the application of empirical findings for the theoretical explanation of psychological well-being.

In total, 461 university students took part in the study (68.8 % female, 31% male, 0.2% non-identified; M = 22.6 years). After conducting exploratory factor

analysis and parallel analysis, 91 item was retained and the following subscales were distinguished: Global satisfaction with life and oneself as a person, Negative emotionality, Purposefulness in life, Satisfaction with interpersonal relationships, Satisfaction with family relationships, Satisfaction with the living standards, Satisfaction with physical health, Perceived control, Satisfaction with life in Lithuania. In this study, the LPGS has proven to have adequate psychometric properties. The above-mentioned nine subscales account for 53.7 percent of total variance. The internal consistency test has revealed average to very high subscale reliability, Cronbach alphas ranging from 0.67 (Satisfaction with life in Lithuania) to 0.95 (Global satisfaction with life and oneself as a person).

These results provide a valuable insight into the dimensionality of psychological well-being in the Lithuanian university student sample. However, more empirical evidence is necessary in order to identify a clear factor structure, and to cross-validate the initial findings in a wider population.

*Key words:* psychological well-being, psychological well-being scale.

*Iteikta: 2012 03 10*