

LIETUVIŠKOSIOS PSICHOLOGINĖS GEROVĖS SKALĖS STRUKTŪRA: SUAUGUSIŲJŲ IMTIES ANALIZĖ

Albinas Bagdonas, Audronė Liniauskaitė, Antanas Kairys, Vilmantė Pakalniškienė

Vilniaus universiteto Specialiosios psichologijos laboratorija

Raktažodžiai: psichologinė gerovė, Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė.

Santrauka

Tyrimo tikslas – nustatyti platesnio amžiaus suaugusiųjų imties PG struktūrą, taikant Lietuviškąją psichologinės gerovės skalę (LPGS). Tyrime dalyvavo 528 18–67 metų ($M=29,5$; $SD=11,1$) asmenys, iš jų 224 (42,4%) vyrai, 303 (57,4%) – moterys, vienas tyrimo dalyvis (0,2%) lyties nenurodė. Naudojama originali Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė (LPGS): pirminiame tyrimo etape – skalė iš 132 teiginių, iš jų 117 skirti gerovei įvertinti. Vėlesniuose analizės etapuose buvo pašalinta dalis teiginių, galutinėje Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės analizėje naudotas 61 teiginys. Atlikta faktorių analizė, patikrintas skalės vidinis suderinamumas, apskaičiuoti vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai, koreliacijos tarp subskalių. Analizės metu nustatyta septynių faktorių struktūra. Išskirtieji faktoriai: Optimizmas / kontrolė; Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu; Negatyvus emocingumas; Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais; Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais; Pasitenkinimas fizine sveikata; Pasitenkinimas darbu. Dar du teiginiai, susiję su pasitenkinimu gyvenimu Lietuvoje, į faktorių analizę nebuvo įtraukti, juos siūloma analizuoti atskirai. Išskirtos subskalės pasižymėjo priimtinomis Cronbach alpha reikšmėmis (0,792 – 0,892). Visos subskalės tarpusavyje siejosi teigiamai, tai vienas iš argumentų, patvirtinantis subskalių validumą. Nustatytoji septynių faktorių struktūra buvo panaši į gautąją ankstesnio tyrimo metu studentų imtyje.

Įvadas

„Kaip tu gyveni?“ arba „Kaip tau sekasi?“ Daugeliui mūsų tai tradicinis, kasdienis klausimas, dažnai išsprūstantis automatiškai, į kurį atsakoma taip pat automatiškai: „Gerai“. Ką reiškia „gerai“? Jaučiuosi laimingas(-a)? Jau-

čiuosi patenkintas (-a) gyvenimu ir savimi? Turiu aukštų siekių ir jaučiu, kad sėkmingai einu jų link? Panašūs klausimai, kaip teigia R. M. Ryan ir E. L. Deci [1], lydi žmoniją nuo senų seniausių laikų: Aristotelis ir kiti didieji visų laikų šviesuoliai mėgino rasti atsakymą, bet, deja, vientelio visus tenkinančio atsakymo į tokius klausimus iki šiol nerasta. Kam gi mums to atsakymo reikia? Žmonijos patirtis moko, kad laimė arba laimingumas, gera savijauta gali žmogų apsaugoti nuo dvasinių ir fizinių negalių. Kita vertus, įrodyta, kad žmogaus psichologinė savijauta tiesiogiai siejasi su psichine ir fizine sveikata [2, 3], todėl, visais laikais buvusi aktuali, savijautos, pastaruoju metu dažniau įvardijamos „psichologine gerove“ (PG) tema vystoma ypač sparčiai, bet ne visada taip sėkmingai, kaip norima. Iš tikrųjų šiuo metu kai kurios mokslininkų, dirbančiųjų šioje srityje pastangos primena bėgimą ratu, kai neišspręstos vienos problemos neleidžia išspręsti kitų. Konkrečiai, iki galo neapibrėžtas PG reiškinys, nenustatyta jo struktūra neleidžia kurti ir validizuoti įvertinimo metodikų. Metodikų nebuvimas savo ruožtu neleidžia empiriškai įvertinti reiškinio ir jo struktūros, atlikti platesnio masto asmens psichologinės savijautos ir pasitenkinimo įvairiais gyvenimo aspektais tyrimus.

Asmens gerovės tyrimai įgauna vis didesnę svarbą, kalbant apie asmens sveikatą ir funkcionavimą visuomenėje. Gerovė pripažįstama būtinu pilnaverčio asmens funkcionavimo aspektu [4], iš kitos pusės – tyrimais nustatoma, kad asmens sveikata yra svarbi gerovės prielaida [5]. Todėl įvertinti asmens PG gali būti svarbu ne tik psichologams, bet ir visuomenės sveikatos specialistams.

Nors PG – daugiau kaip pusę amžiaus tyrinėjamas reiškinys, tačiau ir šiandien iki galo nesusitarta, koks gi jos turinys ir skirtingumas nuo kitų panašių reiškinų, tokių kaip gyvenimo kokybė, subjektyvi gyvenimo kokybė, socialinė ir ypač subjektyvi gerovė? Dažnai jų semantiniai laukai persipina ir darosi nebeaišku, kur ir kuo prasideda PG ar subjektyvi gerovė, o kur ir kuo jos baigiasi. Kaip teigia C. Keys ir kt., subjektyvi gerovė (dažnai tapatinama su hedonistiniu požiūriu), susidedanti iš emocinio ir kognity-

vinio komponentų (teigiamo ir neigiamo emocingumo bei pasitenkinimo gyvenimu), atspindi bendrą emocingumo ir gyvenimo kokybės vertinimą, tuo tarpu PG (eudemoninis požiūris) - suvoktą žmogaus siekį augti ir tobulėti kaip asmenybei. Pagrindinis eudemonijos akcentas yra gyvenimas, suderintas su savuoju *daimon* – tikruoju savimi [6].

PG pastaruoju metu domina vis daugiau tyrėjų, kurių tyrimo interesai išeina už šio reiškinių rėmų – ja domisi tyrėjai, susirūpinę ne tik adaptyviu asmens funkcionavimu [7], bet ir apskritai visuomenės gerove [8], psichologinės gerovės sąsajomis su asmens sveikata [9] ir kitais reiškiniais. Todėl vis grįžtama prie esminių su psichologine gerove susijusių klausimų: koks tai reiškinys? Kokia jo struktūra? Kaip išmatuoti jį ir jo struktūrinės dalis? Į didžiąją dalį paminėtų klausimų šios publikacijos autoriai pamėgino atsakyti ankstesnėse savo publikacijose [10, 11], šiame straipsnyje pristatomos psichologinės gerovės matavimo instrumento – Lietuviškosios psichologinės gerovės skalės (LPGS) – struktūros paieškos suaugusiųjų imčiai.

Pasaulyje yra žinomų ir plačiai naudojamų PG įvertinimo priemonių (pvz., C. Ryff Psichologinės gerovės skalė), ji naudojama ir Lietuvoje [7]. Tai kam reikalinga dar viena priemonė? Pirmiausia, žinomos skalės arba priemonės yra kritikuojamos [12, 13]. Antra (ir svarbiausia), LPGS kūrėjai ir ne tik jie, kalbėdami apie lietuviško PG instrumento kūrimo poreikį, teigia, kad PG gali būti kultūriškai jautrus reiškinys, todėl vienose kultūrose sukurti instrumentai nebūtinai tinka matavimams kitose kultūrose ar specifinėse grupėse [10, 14]. Išskyla būtinybę empiriškai įvertinti, kokia PG struktūra adekvati Lietuvai. Tai ir bandoma padaryti, kuriant LPGS, tikrinant jos struktūrą įvairiose imtyse.

Nesileisdami į detalesnį skalės kūrimo mechanizmų pristatymą [10], priminsime, kad LPGS buvo sukurta vadovaujantis vadinamoju „iš apačios į viršų“ principu. Pradėta nuo plataus PG sričių (tiek hedonistinių, tiek eudemoninių) ir teiginių sąrašo, faktorių analizės būdu buvo optimizuojamos sritys ir teiginiai, apibūdinantys jas. Skalės kūrimo pradžioje ekspertiniu būdu buvo išskirtos 12 PG sričių:

1 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal amžių ir lytį

| | | Amžius, metai | | | |
|----------------|--------|---------------|-------|-------|-------|
| | | 18–22 | 23–29 | 30–49 | 50–67 |
| Vyras | Dažnis | 99 | 52 | 50 | 23 |
| | % | 48,1 | 40,3 | 32,9 | 57,5 |
| Moteris | Dažnis | 107 | 77 | 102 | 17 |
| | % | 51,9 | 59,7 | 67,1 | 42,5 |
| Iš viso | | 206 | 129 | 152 | 40 |

Tikslingumas, Bendra emocinė savijauta, Savęs vertinimas, Optimizmas, Pasitenkinimas darbu, Pasitenkinimas kasdienybe, Pasitenkinimas finansais, Pasitenkinimas santykiais šeimoje, Pasitenkinimas fizine savijauta, Pasitenkinimas emocine savijauta, Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais, Pasitenkinimas padėtimi visuomenėje. Šioms sritims vertinti buvo parinkti 263 teiginiai, po ekspertinio teiginių sąrašo vertinimo liko 117 teiginių, skirtų PG tirti [10].

Atlikus studentų imties LPGS struktūros analizę 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 [10]. Taip pat atliktas suaugusių žmonių imties tyrimas atskleidė, kad ši struktūra gali būti prasminga analizuojant ir kitų amžiaus grupių psichologinę gerovę, o studentų imtyje išskirtos skalės pasižymi pakankamu vidiniu suderinamumu ir kitose imtyse [11]. Tačiau studentų imtyje nustatytos struktūros jokių būdu negalima be papildomų tyrimų generalizuoti kitoms amžiaus grupėms ir skalė turi būti tikrinama, naudojant kitus analizės metodus, pirmiausia neortogonalų faktorių sukimą [10].

Šio darbo tikslas – nustatyti platesnio amžiaus suaugusiųjų imties PG struktūrą, taikant LPGS.

2 lentelė. Pirminės faktoriinės analizės tikrinės reikšmės ir paralelinės analizės rezultatai

| Faktoriai | Realūs duomenys | | Paralelinės analizės duomenys |
|-----------|-------------------|------------------------------------|-----------------------------------|
| | Tikrinės reikšmės | Paaiškinamos dispersijos procentas | Monte Carlo simuliacijos duomenys |
| 1 | 16,486 | 27,942 | 1,7197 |
| 2 | 3,411 | 5,782 | 1,6579 |
| 3 | 3,095 | 5,246 | 1,6097 |
| 4 | 2,189 | 3,711 | 1,5695 |
| 5 | 1,998 | 3,386 | 1,5321 |
| 6 | 1,789 | 3,033 | 1,4984 |
| 7 | 1,531 | 2,595 | 1,4664 |
| 8 | 1,425 | 2,415 | 1,4364 |
| 9 | 1,322 | 2,240 | 1,4083 |
| 10 | 1,193 | 2,022 | 1,3809 |
| 11 | 1,162 | 1,970 | 1,3548 |
| 12 | 1,047 | 1,775 | 1,3296 |
| 13 | 1,025 | 1,736 | 1,3048 |
| 14 | ,974 | 1,651 | 1,2811 |

3 lentelė. Faktorių paternų lentelė po sukimo ir teiginių svoriai faktoriuose

| Teiginys | Faktorius | | | | | | |
|--|--------------|---------------|--------------|---------------|--------|--------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 96. Manau esąs (-anti) stiprus žmogus. | 0,731 | | | -0,106 | | | |
| 47. Jaučiuosi dvasiškai stiprus (-i). | 0,642 | | | | | | -0,122 |
| 97. Esu optimistas (-ė). | 0,624 | | | -0,154 | | 0,115 | |
| 86. Palyginti su kitais, lengvai įveikiu stresą. | 0,621 | | -0,216 | | -0,131 | | 0,158 |
| 98. Manau, kad sugebu kontroliuoti savo jausmus ir elgesį. | 0,577 | | -0,315 | | | -0,152 | |
| 128. Apie save esu geros nuomonės. | 0,505 | | | | | 0,131 | -0,197 |
| 109. Optimistiškai žiūriu į savo ateitį. | 0,502 | | | -0,239 | | 0,214 | |
| 55. Galiu kontroliuoti savo gyvenimą. | 0,409 | -0,25 | | -0,127 | | | -0,186 |
| 44. Apskritai jaučiuosi puikiai. | 0,394 | -0,121 | -0,22 | | -0,104 | 0,165 | |
| 49. Esu nepriklausomas (-a) nuo kitų. | 0,383 | -0,28 | | | | -0,146 | -0,207 |
| 16. Esu patenkintas (-a) savo pajamomis. | | -0,827 | 0,122 | | | | |
| 118. Mano finansinė padėtis gera. | | -0,792 | | -0,16 | | 0,101 | |
| 105. Mane tenkina mano atlyginimas. | | -0,755 | | | | | -0,124 |
| 25. Mano pajamos garantuoja man saugumą. | 0,113 | -0,7 | | | | | |
| 7. Pagal pragyvenimo lygį priskiriu save neturtingiesiems. | | 0,646 | | | 0,147 | -0,206 | -0,138 |
| 10. Palyginęs (-usi) savo gaunamą atlygį su kitų, jaučiuosi nevykęlis (-ė). | 0,151 | 0,473 | 0,155 | | | -0,114 | 0,174 |
| 48. Esu patenkintas (-a) darbo sąlygomis. | | -0,459 | -0,285 | | 0,181 | -0,157 | -0,18 |
| 41. Jaučiuosi užtikrintas (-a) dėl savo ateities. | 0,292 | -0,378 | | 0,181 | -0,185 | 0,138 | -0,173 |
| 34. Dažnai būnu prislėgtas (-a). | | | 0,734 | | | -0,138 | |
| 33. Mano nuotaikos dažnai kinta. | -0,151 | | 0,699 | | | | |
| 24. Dažnai būnu nervingas (-a). | -0,193 | | 0,626 | | | | -0,121 |
| 76. Nuolat jaučiu įtampą. | | | 0,578 | | | | |
| 32. Kartais jaučiuosi toks (-ia) išsekęs (-usi), kad dingsta noras gyventi. | | | 0,538 | | | -0,24 | |
| 40. Dažnai jaučiuosi pavargęs (-usi). | | 0,112 | 0,525 | | 0,165 | -0,275 | |
| 127. Nuolat patenku į tokias situacijas, kuriose pasijuntu nieko negalįs (-inti) pakeisti. | | | 0,416 | | 0,179 | | 0,314 |
| 69. Darbe jaučiu didelę įtampą. | | 0,265 | 0,405 | | | | 0,227 |
| 30. Dažnai jaučiuosi neturintis (-i) jėgų atlikti kasdienes darbus. | | | 0,38 | | | -0,35 | 0,222 |
| 62. Dažnai jaučiuosi nedarbingas (-a). | | | 0,372 | | | -0,321 | 0,364 |
| 12. Dažnai jaučiu energijos stoką. | -0,139 | 0,172 | 0,369 | -0,155 | | -0,356 | |
| 84. Man malonu leisti laiką su artimaisiais. | | | | -0,69 | | 0,128 | |
| 29. Esu patenkintas (-a) santykiais šeimoje (jei neturite šeimos – šeima, kurioje augote). | | -0,114 | | -0,659 | | | |
| 79. Giminstės ryšiai man labai svarbūs. | | | | -0,635 | | -0,113 | |

| | | | | | | | |
|--|--------|--------|--------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 61. Mano šeima yra mano ramstis. | 0,188 | | 0,172 | -0,634 | | | |
| 51. Bendravimas su artimaisiais man kelia įtampą. | | 0,181 | 0,135 | 0,604 | | | |
| 78. Yra žmonių, kuriems aš tikrai rūpiu. | | 0,123 | | -0,584 | -0,112 | 0,12 | |
| 18. Abejoju, ar galiu pasitikėti savo šeima. | | | | 0,495 | 0,163 | -0,188 | |
| 124. Esu patenkintas (-a) santykiais su sutuoktiniu (-e) / partneriu (-e). | | -0,207 | -0,259 | -0,439 | | | |
| 103. Esu patenkintas (-a) santykiais su savo vaikais. | | | | -0,311 | -0,121 | -0,16 | -0,18 |
| 83. Turiu per mažai artimų draugų. | | | | | 0,799 | | |
| 58. Yra daug žmonių, su kuriais bet kada galiu atvirai pasikalbėti. | | -0,1 | 0,161 | | -0,711 | | -0,117 |
| 80. Mažai su kuo galiu pasidalyti savo rūpesčiais. | | 0,211 | | 0,122 | 0,678 | | -0,19 |
| 119. Esu patenkintas (-a) santykiais su draugais. | 0,149 | 0,101 | | -0,162 | -0,514 | | |
| 94. Galiu pasitikėti draugais. | | | | -0,288 | -0,497 | | -0,12 |
| 72. Gyvenime nuolat kuo nors nusiviliu. | | 0,116 | 0,391 | -0,152 | 0,398 | | 0,143 |
| 111. Man sunku užmegzti artimus santykius. | | 0,103 | | 0,186 | 0,389 | | 0,257 |
| 17. Man dažnai ką nors skauda. | 0,104 | 0,135 | 0,172 | | | -0,691 | |
| 112. Nuolat turiu vartoti vaistus. | | | | | | -0,66 | |
| 9. Nuolat jaučiu skausmus. | 0,114 | | 0,264 | | | -0,658 | |
| 90. Dažnai sergu. | | | 0,109 | 0,216 | | -0,644 | |
| 6. Mano fizinė sveikata puiki. | 0,136 | -0,205 | | | | 0,618 | |
| 39. Manau esu sveikesnis (-ė) nei dauguma žmonių. | 0,362 | | 0,218 | | | 0,495 | |
| 70. Mane tenkina mano pasirinkta (jau turima) profesija / specialybė. | -0,129 | | | | | | -0,725 |
| 93. Esu patenkintas (-a) savo darbo turiniu. | | -0,139 | | | -0,125 | | -0,693 |
| 107. Jaučiu pasitenkinimą savo atliekama veikla. | 0,155 | | | | | | -0,64 |
| 130. Mano gyvenimo tikslai aiškūs. | 0,23 | 0,144 | | | -0,193 | | -0,544 |
| 50. Gerai susidoroju su savo kasdienėmis pareigomis. | 0,159 | | | -0,191 | | | -0,479 |
| 66. Esu organizuotas žmogus. | 0,155 | | 0,153 | -0,361 | | | -0,373 |
| 110. Turiu aiškius gyvenimo tikslus. | 0,328 | | | -0,14 | -0,199 | | -0,37 |
| 100. Esu pakankamai darbingas (-a). | 0,153 | | -0,134 | -0,231 | 0,107 | 0,288 | -0,335 |

Tyrimo objektas ir metodika

Tyrimo objektas – suaugusiųjų imties PG struktūra, nustatyta Lietuviškosios psichologinės gerovės skale.

Tiriamieji. Tyrime dalyvavo 528 18–67 metų ($M=29,5$; $SD=11,1$) asmenys, iš jų 224 (42,4%) vyrai, 303 (57,4%) – moterys, vienas tyrimo dalyvis (0,2%) lyties nenurodė. Išsamesnis tiriamųjų pasiskirstymas pagal amžių ir lytį pateiktas 1 lentelėje. Šioje imtyje surinkti duomenys jau buvo panaudoti ieškant sąsajų tarp psichologinės gerovės ir tiriamųjų sociodemografinių charakteristikų [11].

Tyrimo naudota Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė (LPGS). Pirminiame tyrimo etape buvo naudota skalė iš 132 teiginių, iš jų 117 skirti gerovei įvertinti. Vėlesniuose

analizės etapuose buvo pašalinta dalis teiginių, galutinėje LPGS analizėje naudotas 61 teiginys (tačiau jų numeracija skalėje nepakeista). Kiekvienas teiginys vertintas 5 balų Likert tipo skale nuo *Tikrai ne* iki *Tikrai taip*. Neigiamos konotacijos teiginių vertinimai buvo pakeisti į priešingas reikšmes.

Duomenų apdorojimas. Statistinė duomenų analizė atlikta programiniu paketu SPSS 17. Siekiant nustatyti skalės struktūrą, atlikta tiriančioji faktorių analizė. Faktorių išskyrimo metodas: principinių komponentų faktorių analizė. Naudotas *Direct Oblimin* ($\Delta=0$) sukinys. Neortogonalus *Direct Oblimin* sukinys pasirinktas dėl to, kad studentiškoje imtyje nustatytos gana ryškios koreliacijos

tarp išskirtų subskalių [10], o analizuojant tokius duomenis neortogonalus sukinytis yra adekvatesnis. Siekiant nustatyti optimalų faktorių skaičių, taikytas Kaiser K1 kriterijus (parenkama tiek faktorių, kiek jų tikrinės reikšmės viršija 1) bei atlikta lygiagrečioji analizė SPSS 17 programiniu paketu ir naudojantis *Monte Carlo PCA for Parallel Analysis* programa [15]. Atliekant lygiagrečiąją analizę yra generuojamos atsitiktinės imtys ir jose atliekama faktorių analizė. Optimaliu faktorių skaičiumi laikomas toks, kiek faktorių tikrinės reikšmės viršija atsitiktinai sugeneruotų imčių atitinkamo faktoriaus tikrinę reikšmę. Taip pat buvo skaičiuota aprašomoji statistika (vidurkiai, standartinis nuokrypis), vidinis suderinamumas (naudojant Cronbach α koeficientą). Vieną subskalę sudarė tik du teiginiai, vietoje Cronbach α buvo skaičiuota koreliacija tarp šių teiginių. Kadangi jie buvo vertinti 5 balų sistema, naudotas Spearman koreliacijos koeficientas. Koreliacijos tarp subskalių skaičiuotos naudojant Pearson koreliacijos koeficientą.

Rezultatai

Faktorių analizė buvo pradėta su 117 teiginių. Duomenys faktorių analizei tinka gerai (KMO=0,927; Bartlett'o

testo $p < 0,001$). Remiantis Kaiser K1 kriterijumi, reiktų išskirti 28 faktorius. Akivaizdu, kad toks faktorių skaičius yra per didelis ir greičiausiai taip nutiko todėl, kad Kaiser K1 taisyklė dažnai laikoma netiksliu faktorių skaičiaus nustatymo būdu [16]. Lygiagrečioji analizė parodė, kad optimaliu laikytinas 15 faktorių skaičius (15-to faktoriaus tikrinė reikšmė 1,72, 16-to – 1,58; lygiagrečiosios analizės metu sugeneruotos tikrinės reikšmės atitinkamai 1,63 ir 1,61). Tačiau ir šiuo atveju ne visi išskirti faktoriai buvo prasmingai interpretuojami. Todėl buvo nuspręsta laipsniškai mažinti teiginių skaičių, po kiekvieno teiginio pašalinimo kartojant faktorių analizę. Buvo šalinami teiginiai, kurie turėjo mažus svorius ($< 0,3$) visuose faktoriuose arba išsiskirdavo vienas teiginys į atskirą faktorių – taip siekta surasti struktūrą, kuri būtų aiški ir paprasta. Taip siekta, kad teiginiai būtų aiškiai priskirti vienam faktoriui. Tokiu būdu teiginių skaičius buvo sumažintas iki 59.

Du teiginiai „Gerai jaučiuosi gyvendamas (-a) Lietuvoje“ (20 teiginys) ir „Jaučiuosi gerai būdamas (-a) Lietuvos piliečiu (-e)“ (53 teiginys) faktorių analizės metu dažniausiai išsiskirdavo į atskirą faktorių, bet, kadangi jie buvo tik du, šie teiginiai taip pat buvo pašalinti iš galutinės faktorių

4 lentelė. Cronbach's alpha reikšmės, vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai

| Faktorius | Cronbach's alpha reikšmės | M | SD |
|---|---------------------------|-------|-------|
| Optimizmas / kontrolė | 0,857 | 3,812 | 0,693 |
| Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu | 0,857 | 3,290 | 0,854 |
| Negatyvus emocijumas | 0,892 | 3,743 | 0,783 |
| Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais | 0,801 | 4,164 | 0,648 |
| Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais | 0,792 | 3,822 | 0,843 |
| Pasitenkinimas fizine sveikata | 0,812 | 4,114 | 0,766 |
| Pasitenkinimas darbu | 0,883 | 3,913 | 0,704 |
| Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje | <i>neskaičiuota</i> | 3,746 | 1,087 |

Pastaba: didesnis vidurkio įvertis reiškia didesnę pasitenkinimą atskira sritimi, t. y. neigiamos koreliacijos teiginių įverčiai buvo paversti į priešingas reikšmes.

5 lentelė. Subskalių tarpusavio Pearson koreliacijos koeficientų reikšmės

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|--|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 1. Optimizmas / kontrolė | | | | | | | |
| 2. Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu | 0,493** | | | | | | |
| 3. Negatyvus emocijumas | 0,645** | 0,505** | | | | | |
| 4. Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais | 0,541** | 0,339** | 0,459** | | | | |
| 5. Pasitenkinimas tarpasmeniniais santykiais | 0,471** | 0,356** | 0,467** | 0,519** | | | |
| 6. Pasitenkinimas fizine sveikata | 0,475** | 0,385** | 0,587** | 0,390** | 0,357** | | |
| 7. Pasitenkinimas darbu | 0,657** | 0,549** | 0,580** | 0,565** | 0,487** | 0,408** | |
| 8. Pasitenkinimas gyvenimu Lietuvoje | 0,330** | 0,402** | 0,288** | 0,370** | 0,279** | 0,207** | 0,371** |

Pastaba: ** $p < 0,01$

analizės. Tačiau šie du gerai koreliuojantys teiginiai leidžia įvertinti asmens pasitenkinimą gyvenimu Lietuvoje, todėl galutinę LPGS versiją sudaro 61 teiginys, nors faktorių analizei naudojami tik 59.

Analizei naudojant 59 teiginius duomenys faktorių analizei tinka gerai (KMO=0,906; Bartlett'o testo $p < 0,001$). Antroje lentelėje yra pateikiamos faktorių analizės metu gautos tikrinės reikšmės kartu su lygiagrečiosios analizės metu gautosiomis tikrinėmis reikšmėmis.

Remiantis Kaiser K1 kriterijumi reiktų išskirti 13 faktorių, tačiau toks faktorių skaičius būtų kiek per didelis. Tikslesnė – lygiagrečioji analizė – nurodo septynių faktorių struktūrą. Todėl buvo pasirinkta išskirti septynis faktorius. Faktorių matrica po sukimo pateikta 3 lentelėje.

Pirmasis faktorius gali būti pavadintas Optimizmo / kontrolės faktoriumi, jį sudaro 10 teiginių, kurių svorių absoliučios reikšmės svyruoja nuo 0,383 iki 0,731. Šio faktoriaus teiginiai siejasi su optimizmu, teigiamu savęs vertinimu, suvokiama galimybe kontroliuoti savo gyvenimą.

Antrasis faktorius apima teiginius, matuojančius asmens pasitenkinimą pajamomis ir pragyvenimo lygiu. Šis faktorius galėtų būti įvardintas Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu faktoriumi. Jį sudaro 8 teiginiai, faktorių sudarančių teiginių svorių absoliučios reikšmės yra nuo 0,378 iki 0,827.

Trečiajam faktoriui buvo priskirti teiginiai, susiję su Neigiamu emocingumu. Teiginiai siejasi su patiriama įtampa, prislėgtumu ir pan. Šiam faktoriui priskirtas ir 72 teiginys („Gyvenime nuolat kuo nors nusiviliu“), kadangi pagal prasmę jis tinka šiam faktoriui geriau, nors didžiausias jo svoris aptiktas kitame faktoriuje. Iš viso faktorių sudaro 12 teiginių, kurių svoriai yra nuo 0,369 iki 0,734.

Ketvirtasis faktorius buvo pavadintas Pasitenkinimo šeima ir artimaisiais faktoriumi. Jį sudaro 9 teiginiai, kurių svorių absoliučios reikšmės yra nuo 0,311 iki 0,69.

Penktąjį faktorių sudaro šeši teiginiai, kurie apibūdina asmens pasitenkinimo santykiais su draugais lygį – tai Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais faktorius. Faktorių sudarančių teiginių svoriai nuo 0,389 iki 0,799.

Pasitenkinimas fizine sveikata – tai šeštasis faktorius. Teiginių svorių absoliučios reikšmės svyruoja nuo 0,459 iki 0,691, iš viso faktorių sudaro 6 teiginiai.

Paskutinytis, septintasis faktorius apima teiginius, kurie vertina asmens pasitenkinimą darbu, jo įsitikinimą savo darbingumu, gebėjimu susidoroti su kasdienėmis pareigomis. Tai Pasitenkinimo darbu faktorius. Į jį patenka 8 teiginiai, kurių svorių absoliučios reikšmės yra nuo 0,335 iki 0,725.

Buvo išanalizuotas išskirtų faktorių vidinis suderina-

musas, taip pat suskaičiuoti vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai. Visi šie duomenys pateikti 4 lentelėje.

Faktorių Cronbach's alpha reikšmės svyruoja nuo 0,792 iki 0,892, taigi jos pilnai priimtinos. Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskalei, kurią sudaro tik du teiginiai, neįtraukti į faktorinę analizę, Cronbach's alpha reikšmė neskaičiuota, tačiau patikrinta koreliacija tarp jų. Teiginiai „Gerai jaučiuosi gyvendamas (-a) Lietuvoje“ (20 teiginys) ir „Jaučiuosi gerai būdamas (-a) Lietuvos piliečiu (-e)“ (53 teiginys) pasižymėjo gana aukšta tarpusavio koreliacija ($r_s = 0,613$; $p < 0,001$).

Gauti subskalių vidurkiai nuo 3,29 (Pasitenkinimas pragyvenimo lygiu) iki 4,16 (Pasitenkinimas šeima ir artimaisiais). Didžiausia sklaida pasižymi Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskalė (SD=1,09), mažiausia – Optimizmo / kontrolės subskalė (SD=0,69).

Siekiant įvertinti subskalių tarpusavio sąsajas, atlikta koreliacinė analizė. Rezultatai pateikti 5 lentelėje.

Kaip matyti iš 5 lentelės, visos subskalės tarpusavyje siejosi, visos koreliacijos teigiamos. Silpniausia koreliacija aptikta tarp Pasitenkinimo fizine sveikata ir Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje subskalių ($r = 0,21$; $p < 0,01$), stipriausia – tarp Optimizmo / kontrolės ir Pasitenkinimo darbu subskalių ($r = 0,66$; $p < 0,01$).

Rezultatų aptarimas

Analizuojant suaugusių 18–67 m. žmonių imties PG mūsų parengta ir tobulinama LPGS, nustatyta septynių subskalių struktūra, o du LPGS teiginius siūlome analizuoti atskirai (išskirti į atskirą 8-ją subskalę, neįtraukiant šių teiginių į faktorių analizę). Kadangi tai jau antras bandomas nustatyti LPGS struktūrą, svarbiausias klausimas, ar šios analizės metu gauta struktūra yra panaši į gautąją, analizuojant studentų imtį [10]. Minėta, analizuojant LPGS struktūrą studentų imtyje, buvo 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 [10]. Galima pastebėti, kad dauguma (penkios) subskalių abejose struktūrose sutampa: Neigiamo emocingumo; Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais; Pasitenkinimo šeima ir artimaisiais; Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu; Pasitenkinimo fizine sveikata. Čia pristatomame tyrime Pasitenkinimo gyvenimu Lietuvoje skalė sutrumpėjo iki dviejų teiginių ir tapo „grynesnė“. Dalis teiginių, kurie studentiškoje imtyje išskyrė į Pasitenkinimo gyvenimu ir savimi subskalę ir atskirą Kontrolės subskalę, suaugusių žmonių imtyje sudarė

vieną Optimizmo / kontrolės subskalę. Teiginiai, susiję su darbu, studentiškos imties analizėje buvo pašalinti, kadangi buvo nedaug dirbančių studentų. Tad natūralu, kad suaugusių imtyje buvo išskirta Pasitenkinimo darbu subskalė, į kurią pateko ir dalis teiginių iš studentų imtyje rastos Tikslingumo subskalės.

Gauti duomenys sudaro prielaidas įžvelgti keletą svarbių dalykų. Pirma, analizuojant tiek suaugusiųjų, tiek studentų imtis išskirtos vienodos penkios subskalės iš esmės priskirtinos subjektyviajai gerovei (hedonizmui), nes susideda iš emocinio ir kognityvinių komponentų (neigiamo emociingumo bei pasitenkinimo skirtingomis gyvenimo sritimis), atspindi bendrą emociingumo ir gyvenimo kokybės vertinimą.

Antra, studentų imtyje randame keletą subskalių, orientuotų į asmenybės augimą ir savęs realizavimą, tradiciškai skiriamų psichologinės gerovės (eudemonizmo) struktūrai – tai Tikslingumo, Kontrolės, dalinai – Pasitenkinimo gyvenimu ir savimi subskalės. Tikėtina, kad jaunesnio amžiaus žmonėms augimo ir savęs realizavimo sritys yra aktualesnės.

Trečia, suaugusiųjų imtyje iš esmės nelieka tradicinių psichologinės gerovės komponentų: vienintelė Optimizmo / kontrolės subskalė priskirtina psichologinės gerovės struktūrai. Suaugusiųjų imtyje išskirta Pasitenkinimo darbu subskalė priskirtina subjektyvios gerovės struktūrai. Analizė rodo, jog studentų imtyje rasta savarankiška Tikslingumo subskalė suaugusiųjų imtyje kaip atskiras komponentas neišlieka, dalis jos klausimų patenka į Pasitenkinimo darbu subskalę.

Kodėl taip atsitiko ir ką tai galėtų reikšti? Matytume du galimus paaiškinimus. Tik teorijoje dažniausiai viskas griežtai atskirta, gyvenime tokių išgrynintų struktūrų nerandame – ar kalbėtume apie psichologiją, ar apie kitus mokslus. Ko gero, tai tiktų ir kalbant apie žmogaus gerovės struktūrą. Kai mėginame gilintis į gyvenimiškus žmonių paaiškinimus, kas lemia, kad jie jaučiasi gerai, dažniausiai išgirstame pasikartojančius atsakymus: „esu sveikas, mano artimieji taip pat sveiki“, „šeimoje viskas gerai“, „darbe viskas gerai“, „turiu gerų draugų“ ir t. t. Iš esmės pirmiausia įvardijamos lyg ir subjektyviai gerovei priklausančios sritys. Tik po to, toliau gilinantis ir provokuojant žmogų labiau paanalizuoti savo išgyvenimus ir vertinimus, kartais išgirstame: „lyg ir viskas gerai, bet...“ Ir tada dažniausiai pereinama jau prie savęs realizavimo, saviraiškos temų. Analizuojant tokias dažnai gyvenime pasitaikančias atsakymų schemas, kyla mintis, kad, ko gero, tik teoriškai įmanoma atskirti subjektyviąją ir psichologinę gerovę, tuo tarpu gyvenime ir konkrečiau žmogaus vertinimuose tai egzistuoja kaip nedalomas vienis arba visybė. Gal ir nereikėtų

stengtis jų atskirti, nes prasmės lyg ir nematyti. Kad aukščiau pateikti apmąstymai gali būti realūs, leidžia manyti ir kai kurie ankstesni tyrimai, kai paauglių imtyje atlikta faktorių analizė neatskyrė vienos gerovės srities nuo kitos. Gauta nauja gerovės struktūra, kurioje sritys persimaišiusios [17].

Norėjęsi pateikti dar vieną prielaidą, kuri įžiūrima lyginant LPGS struktūras, rastas studentų ir suaugusiųjų imtyse. Manytume, kad yra pagrindas tikrinti hipotezę ne apie dvi, kad ir labai panašias (subjektyviąją ir psichologinę) geroves, bet apie vieną, kurios sritys išsidėsčiusios ne linijine, bet hierarchine tvarka, primenančia A. Maslow poreikių piramidę [18]. Gauti duomenys leidžia daryti prielaidą, kad pradiniame lygmenyje, mėgindami vertinti gerovę, mes remiamės emociniais ir kognityviniais gyvenimo kokybės kriterijais. Tik vėliau mūsų gerovės vertinime pradeda reikštis vertinimai, susieti su siekiu augti ir tobulėti asmenybės prasme.

Išvados

1. 18–67 m. suaugusių asmenų psichologinės gerovės struktūra tirta Lietuviškąja psichologinės gerovės skale, sudaryta iš septynių subskalių: Optimizmo / kontrolės, Pasitenkinimo pragyvenimo lygiu, Pasitenkinimo šeima ir artimaisiais, Pasitenkinimo tarpasmeniniais santykiais, Pasitenkinimo fizine sveikata, Pasitenkinimo darbu, Neigiamo emociingumo.

2. Vidinis subskalių suderinamumas aukštas. Subskalių tarpusavio koreliacijos yra teigiamos. Tai leidžia teigti, kad subskalės nustato vieno ir to paties konstrukto skirtingus matmenis arba psichologinės gerovės skirtingų ašių kontinuumus.

3. Gauta suaugusiųjų imties LPGS septynių faktorių struktūra bendrais bruožais yra panaši į ankstesniame tyrime studentų imčiai nustatytą devynių faktorių struktūrą.

4. Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė tinkama naudoti moksliniuose tyrimuose, o atlikus tyrimus su Lietuvos gyventojus reprezentuojančiomis imtimis, taikyti ją (kartu su kitomis priemonėmis) asmens psichologiniam įvertinimui.

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.

Literatūra

1. Ryan RM, Deci EL. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu. Rev. Psychol.*, 2001; 52: 141–66.

2. Branstrom R, Duncan LG, Moskowitz JT. The association between dispositional mindfulness, psychological well-being, and perceived health in a Swedish population-based sample. *British Journal of Health Psychology*, 2011; 16: 300–316.
3. Hart S, Fonareva I, Merluzzi N, Mohr DC. Treatment for depression and its relationship to improvement in quality of life and psychological well-being in multiple sclerosis patients. *Quality of Life Research*, 2005; 14: 695–703.
4. Europos paktas dėl psichinės sveikatos ir gerovės. Briuselis: 2008, prieiga per internetą: http://ec.europa.eu/health/mental_health/docs/mhpaact_lt.pdf [žiūrėta 2012 01 22].
5. Šilinskas G, Žukauskienė R. Subjektyvios gerovės išgyvenimas ir su juo susiję veiksniai vyrų imtyje. *Psichologija*, 2004; 30: 47 – 58.
6. Vaštakaitė A, Norvilė N. Savęs vertinimo (CSE) ir laiko struktūros įtaka bedarbių psichologinei gerovei. Socialinių transformacijų raida, Vilnius: MRU, 2012: 75 – 88.
7. Bulotaitė L, Pociūtė B, Bliumas R, Dovydaitienė M. Socialinių mokslų studentų psichologinės gerovės, patiriamo streso ir subjektyvaus sveikatos vertinimo sąsajos. *Visuomenės sveikata*, 2012; 3(58): 85 – 93.
8. Abbott RA, Croudace TJ, Ploubidis GB, Kuh D, Richards M, Huppert FA. The relationship between early personality and midlife psychological well-being: evidence from a UK birth cohort study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 2008; 43: 679–687.
9. Smith ML, Kelly K, Kadis DS, Elliott IM, Olds J, Whiting S, Snyder T. Self-reported symptoms of psychological well-being in young adults who underwent resective epilepsy surgery in childhood. *Epilepsia*, 2011; 52(5): 891–899.
10. Bagdonas A., Urbanavičiūtė I., Kairys A., Liniauskaitė A., Girdzijauskienė S. Lietuviškoji psichologinės gerovės skalė: struktūros paieška studentų imtyje. *Psichologija*, 2012; 45: 22 – 41.
11. Liniauskaitė A., Kairys A., Urbanavičiūtė I., Bagdonas A., Pakalniškienė V. Suaugusiųjų psichologinės gerovės sąsajos su socialiniais ir demografiniais kintamaisiais. *Tiltai*, 2012; 3: 35 – 53.
12. Burns RA, Machin MA. Investigating the structural validity of Ryff's Psychological well-being scales across two samples. *Soc Indic Res*, 2009; 93: 359–375.
13. Abbott RA, Ploubidis GB, Huppert FA, Kuh D, Croudace TJ. An evaluation of the precision of measurement of Ryff's Psychological well-being scales in a population sample. *Soc Indic Res*, 2010; 97: 357–373.
14. International Well-being Group. Personal Well-being Index: 4th 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 [žiūrėta 2012 01 20].
15. Watkins MW. Monte Carlo PCA for Parallel Analysis. 2000. Prieiga per internetą: <http://edpsychassociates.com/Watkins3.html> [žiūrėta 2012 01 20].
16. Thompson D. Exploratory and confirmatory factor analysis. Washington: American Psychological Association, 2004.
17. Šarakauskienė Ž. Mokinių psichologinė gerovė: struktūra ir sociodemografiniai bei asmenybės veiksniai. Vilnius: Vilniaus universitetas, 2012.
18. Maslow AH. Motyvacija ir asmenybė. Vilnius: Apostrofa, 2006.

THE STRUCTURE OF LITHUANIAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SCALE IN ADULTS' SAMPLE

A. Bagdonas, A. Liniauskaitė, A. Kairys, V. Pakalniškienė

Key words: psychological well-being, Lithuanian Psychological Well-Being Scale, factor analysis.

Summary

Aim – to analyse the structure of the Lithuanian Psychological Well-Being Scale (LPGS) in adults' sample. Material and methods. 528 subjects from 18 till 67 (M=29,5; SD=11,1) years old participated in the study. 224 of them (42,4%) were males, 303 (57,%) – females. One participant (0,2%) did not indicated his / her gender. The Lithuanian Psychological Well-Being Scale (LPGS) was used. In the preliminary stage of the study scale consisted of 132 items from which 117 of them were aimed to assess the psychological well-being. In the later stages of analysis part of the items were removed. In the final stage of analysis 61 item was used. Methods of statistical analysis: factor analysis, Cronbach's alpha, correlational analysis, descriptive statistics. Results. The structure of seven factors was obtained during the analysis. Factors: Optimism / control; Satisfaction with living standard; Negative emotionality; Satisfaction with family and relatives; Satisfaction with interpersonal relationships; Satisfaction with physical health; and Satisfaction with job. Two items, related to subscale Satisfaction with living in Lithuania, were not included into factor analysis. They can be analysed separately. The subscales had satisfactory level of Cronbach's alpha (0,792 – 0,892). All subscales had positive inter-correlations. The direction and strength of the correlations confirmed the validity of the LPGS. The obtained factor structure was similar to the one obtained in the student's sample.

Correspondence to: albinas.bagdonas@fsf.vu.lt

Gauta 2013-03-26