

МРНТИ 15.41.21

10.51889/1728-7847.2023.1.74.014

Медетбекова А.А.¹, Нурадинов А.С.¹, Ильева С.Е.²

¹Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

²Софийский университет имени Климент Охридский, София, Болгария

ОПРОСНИК ОЦЕНКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ PERMA-PROFILER: СРАВНИТЕЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

Аннотация

В последнее время возрос интерес исследователей к изучению психологической теории благополучия. Проведены многочисленные исследования благополучия человека. Проблема счастья и благополучия в научной литературе и бизнес-сообществе в последние время стала очень популярной. Целью данной работы является психометрическая проверка и стандартизация шкал опросника PERMA-Profilер на казахстанской популяции. Для реализации поставленной цели нами был переведен опросник PERMA-Profilер на казахский язык. Для точности перевода оригинальную версию опросника и его русскоязычный вариант, изданный ранее, сравнивали с версией на казахском языке. Окончательный вариант перевода был предъявлен респондентам казахстанской популяции. Общий объем выборки составил 619 человек (от 18 до 38 лет), проживающих на территории Республики Казахстан. Внутренняя согласованность опросника PERMA-Profilер на казахстанской выборке соответствует психометрическим требованиям (альфа Кронбаха=,806). Опросник PERMA-Profilер можно использовать как психометрически обоснованный диагностический инструмент для исследования благополучия человека.

Ключевые слова: психологическое благополучие, счастье, процветание, субъективность, мужчины и женщины, PERMA-Profilер.

Medetbekova A.A.¹, Nuradinov A.S.¹, Ilieva S.E.²

¹ L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

² Kliment Ohridski Sofia University, Sofia, Bulgaria

PERMA-PROFILER PSYCHOLOGICAL WELL-BEING ASSESSMENT QUESTIONNAIRE: A COMPARATIVE STUDY OF MEN AND WOMEN

Abstract

Recently, the interest of researchers in the study of the psychological theory of well-being has increased. Numerous studies of human well-being have been conducted. The problem of happiness and well-being in the scientific literature and the business community has recently become very popular. The purpose of this work is psychometric verification and standardization of PERMA-Profilер questionnaire scales on the Kazakh population. To achieve this goal, we have translated the PERMA-Profilер questionnaire into Kazakh. For the accuracy of translation, the original version of the questionnaire and its Russian-language version, published earlier, were compared with the version in Kazakh. The final version of the translation was presented to the respondents of the Kazakh population. The total sample size was 619 people (from 18 to 38 years old) living on the territory of the Republic of Kazakhstan. The internal consistency of the PERMA-Profilер questionnaire in the Kazakh sample meets the psychometric requirements (Cronbach's alpha =,806). The PERMA-Profilер questionnaire can be used as a psychometrically based diagnostic tool for the study of human well-being.

Keywords: psychological well-being, happiness, prosperity, subjectivity, men and women, PERMA-Profilер.

А.А. Медетбекова¹, А.С. Нурадинов¹, С.Е. Илиева²

¹ Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

² Климент Охридский атындағы София университеті, Болгария, София

ЕРЛЕР МЕН ӘЙЕЛДЕРДІ САЛЫСТЫРМАЛЫ ЗЕРТТЕУДЕ: ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ САУЛЫҒЫН БАҒАЛАУДА PERMA-PROFILER САУАЛНАМАСЫ

Аңдатпа

Соңғы жылдары зерттеушілердің психологиялық саулық теориясын зерттеуге деген қызығушылығы артты. Адамның психологиялық саулығы туралы көптеген зерттеулер жүргізілді. Бақыт пен психологиялық саулық тақырыбы соңғы жылдары академиялық ортада да, іскери қоғамдастықта да танымал бола бастады. Бұл жұмыстың мақсаты қазақстандық популяциядағы PERMA-Profilер сауалнамасының шкалаларын психометриялық тексеру және стандарттау болып табылады. Қойылған мақсатты іске асыру үшін біз PERMA-Profilер сауалнамасын қазақ тіліне аудардық. Аударманың дәлдігі үшін сауалнаманың түпнұсқа нұсқасы және оның бұрын жарияланған орыс тіліндегі нұсқасы қазақ тіліндегі нұсқамен салыстырылды. Аударманың соңғы нұсқасы қазақстандық халықтың респонденттеріне ұсынылды. Іріктеменің жалпы көлемі Қазақстан Республикасының аумағында тұратын 619 ерлер мен әйелдер (18 жастан 38 жасқа дейін) құрады. Қазақстандық үлгідегі PERMA-Profilер сауалнамасының ішкі келісімділігі психометриялық талаптарға сәйкес келеді (альфа Кронбаха =,806). PERMA-Profilер сауалнамасын ерлер мен әйелдердің психологиялық саулығын зерттеу үшін психометриялық негізделген диагностикалық құрал ретінде пайдалануға болады.

Кілттік сөздер: психологиялық саулық, бақыт, өркендеу, субъективтілік, ерлер мен әйелдер, PERMA-Profilер.

Введение

Многие казахстанские исследователи, используя различные диагностические инструменты, не соблюдают психометрические требования. Многие используемые тесты не стандартизованы. В связи с этим возникает актуальность стандартизации психодиагностических инструментов в Казахстане, адаптированные к нашему менталитету, чтобы получить более точные результаты психологического исследования. Нами проводится определенная работа по адаптации и стандартизации наиболее часто используемых диагностических инструментов на казахстанской популяции. Например, нами были проведены исследования по стандартизации тестов исследования структуры интеллекта Р.Амтхауера, прогрессивных матриц Равена и шкалы социального интеллекта Тромсо (Норвегия). Для указанных диагностических инструментов получены тестовые нормы у лиц от 12 до 18 лет. В последнее время становится также актуальным исследование психологического (субъективного) благополучия населения. Были разработаны различные диагностические инструменты для измерения данного феномена. Поэтому нами проведено исследование по стандартизации опросника психологического благополучия PERMA-Profilер для измерения благополучия мужчин и женщин в Казахстане.

2. Материалы и методы

Сам термин благополучие, согласно основоположнику автора теории благополучия М. Селигману определяется как благополучие человека, выраженное не только в хорошем самочувствии, но и касается эффективности жизнедеятельности человека. Люди с низким уровнем благополучия имеют проблемы в эффективности результатов работы, низком уровне взаимодействия с другими людьми, в частом плохом физическом самочувствии, склонности к

эмоциональному выгоранию, в неэффективном преодолении трудностей, а также низком уровне личностных ресурсов [1].

По мнению ученых, благополучие человека имеет объективный и субъективный критерии: объективные критерии благополучия это географические условия жизни людей, а именно страны, города, региона. Субъективными критериями благополучия личности считается «оценка самим субъектом того, насколько его жизнь в целом близка к максимально желательному состоянию» [2,3].

В последнее время возрос интерес исследователей к изучению психологической теории благополучия. Проведены многочисленные исследования благополучия человека. Определены основные факторы психологического благополучия. М.Селигман определяет такими, следующие 5 факторов: позитивные эмоции, вовлеченность, взаимоотношения, смысл и достижения (PERMA). Указанные факторы благополучия также охватывают представления человека о стратегиях достижения психологического благополучия, опыт и навыки решения сложных задач, взаимоотношения для реализации своих повседневных проблем, которые придают жизни цель и смысл, во взаимодействии с людьми, а также стремление к достижениям, успеху в таких различных областях, как работа, учеба, спорт, увлечения [1,10].

Австралийскими исследователями Дж.Батлер и М. Керн (J.Butler, M.L. Kern) в 2016 году разработан диагностический инструмент PERMA-Profiler основанный на «Теории благополучия» на концепции М.Селигмана и показал высокий уровень валидности и надежности. Позже ряд исследователей адаптировали этот метод в Англии, Греции, Кореи, Италии, США [4].

Исследование процветания (благополучия) в бразильском контексте подтвердило достоверность шкалы PERMA-profiler. Известно, что PERMA – это аббревиатура, обозначающая пять факторов подлинной теории счастья. Эти факторы относятся к положительным эмоциям, вовлеченности, отношениям, смыслу и достижениям. Чем выше уровни в измерениях PERMA, тем больше будет процветать человек. Разработанный инструмент для измерения этих факторов был применен к 1327 взрослым бразильцам. Подтверждающий факторный анализ показал, что модель пяти взаимосвязанных факторов лучше всего соответствует данным. Как и ожидалось теоретически, были обнаружены положительная корреляцию между PERMA и субъективным благополучием, психологическим благополучием, благодарностью, оптимизмом, самооценкой и счастьем. [11].

Греческая версия PERMA Profiler продемонстрировала хорошую конвергентную валидность с несколькими индексами благополучия и дискриминантную валидность с психологическими симптомами и переживанием негативных эмоций [12].

Теорию PERMA можно рассматривать как полезное расширение одномерного подхода к субъективному благополучию, как и английский оригинал, немецкая версия PERMA-Profiler позволяет экономически измерять благополучие в нескольких областях благополучия. Было отмечено, что таким образом, PERMA-Profiler может быть рекомендована в качестве действенного инструмента скрининга благополучия для немецкоговорящего взрослого населения [13].

В Казахстане также появляется интерес к исследованию психологического благополучия и счастья. Так, Н.С. Ахтаева, Польшиванная Н.В. в своем аналитическом обзоре обосновали изучение проблем психологического благополучия, понятия «счастья», «благополучие», «процветание» и их основные компоненты через концепцию М.Селигмана PERMA, а также измерение счастья психометрически обоснованными методами, в частности, опросником К.Рифф. Однако, на наш взгляд, данный опросник должен быть адаптирован и стандартизован для казахстанской популяции в соответствии с психометрическими требованиями [14].

Как исследовательский инструмент изучения благополучия PERMA-Profiler доказал свою надежность в исследованиях проведенных во многих странах различными учеными при анализе всех аспектов психологического благополучия [15,24].

Описание Опросника PERMA-Profiler.

Опросник PERMA -Profiler разработан Butler J., Kern M.L. (2016). Опросник PERMA -Profiler основывается на концепции М.Селигмана позитивные эмоции, вовлеченность, взаимоотношения, смысл и достижения. Содержание шкал опросника PERMA-Profiler охватывает следующие показатели:

- *Позитивные эмоции.*

Эмоции человека, особенно положительные, являются важной частью нашего благополучия. Эмоции человека могут варьироваться в очень широком диапазоне от крайне негативных (например, гнев, возбуждение, аффект), до позитивных. Данная шкала рассматриваемого опросника измеряет общую тенденцию к чувству удовлетворенности, радости печали, тревоге, гневу.

- *Вовлеченность.*

Она относится к тому, что человек «поглощен» делом, которым занимается, заинтересован или увлечен в деятельность или в жизнь, когда человек теряет чувство времени.

- *Взаимоотношения.*

Относятся к чувству любви, поддержки со стороны других людей, а также отношение к другим как ценность.

- *Смысл.*

Относится к ощущению человеком цели в жизни, что она ценна в совокупности с верой (например, религиозной) или другой значимой для человека целью. Смысл предполагает, что жизнь имеет значение для человека.

- *Достижение.*

Оно может быть объективным, результатом профессионального или карьерного роста, чувство выполненного долга или удовлетворенность в выполнении повседневных обязанностей, а также та деятельность человека, направленная к достижению цели.

Авторы опросника (Батлер Дж., Керн М.) PERMA -Profiler к пяти указанным основным шкалам добавили также 4 шкалы - основным также дополнили такие показатели, как общий показатель благополучия (Overall Well-being), негативные эмоции (Negative Emotion), здоровье (Health), одиночество (Loneliness) [4].

Преимущества благополучия заключаются в том, что благополучие ценно не только потому, что оно приятно, но и потому, что оно имеет полезные последствия в реальном мире. По сравнению с людьми с низким уровнем благополучия лица с более высоким уровнем благополучия работают лучше, имеют более удовлетворительные отношения, более склонны к сотрудничеству, имеют более сильную иммунную систему, лучшее физическое здоровье, живут дольше, у них снижена смертность от сердечно-сосудистых заболеваний, меньше проблем со сном, имеют более низкий уровень выгорания, больший самоконтроль, лучшую саморегуляцию и способность справляться с трудностями, более просоциальны.

Целью данной работы является психометрическая проверка и стандартизация шкал опросника PERMA-Profiler на казахстанской популяции. Для реализации поставленной цели нами был переведен опросник PERMA-Profiler на казахский язык. Для точности перевода оригинальную версию опросника и его русскоязычный вариант, изданный ранее, сравнивали с версией на казахском языке. Окончательный вариант перевода был предъявлен респондентам казахстанской популяции.

Методы исследования и выборка

Нами использованы оригинал опросник благополучия PERMA-Profiler (J.Butler, M.L. Kern 2016) и адаптированный и психометрическая проверка русскоязычной версии О.М. Исаевой., А.Ю. Акимовой., Е.Н. Волковой. Согласно авторам, опросник обладает высоким уровнем конвергентной и дискриминантной валидностью. Внутренняя согласованность составляет 0,80, которая соответствует требованиям психометрики [2,3,4].

В исследовании приняли участие 619 человек. Средний возраст респондентов 25 лет. В выборку вошли респонденты от 18 до 38 лет с разным уровнем образования. Из них 278 человек мужского (44,9 %), а 341 женского пола (55,1 %). Сбор данных осуществлен через google survey

в анонимной форме. В опрос были включены некоторые социально-демографические характеристики респондентов. Результаты исследования обрабатывались в программе SPSS 23. с использованием первичной статистики, сравнения средних и других параметров.

3. Результаты и обсуждение

Для проверки надежности опросника PERMA-Profilер был проведен анализ надежности каждого пункта опросника (всего 23 пункта). Альфа-Кронбаха составляет 0.806, что является высоким показателем внутренней согласованности. Результаты проверки внутренней согласованности опросника приведены в таблице 1.

Таблица 1. Показатели внутренней согласованности опросника психологического благополучия PERMA-Profilер.

Статистика надежности

Альфа Кронбаха	N элементов
0,806	23

Средние показатели по шкале в общей выборке показали цифры, близкие к значению 0 авторов опросника и российской выборке.

Таблица 2. Средние показатели PERMA-Profilер на казахстанской выборке.

Описательные статистики				
	N	Среднее	SD	Медиана
Позитивные эмоции	618	7,69	1,697	8,00
Вовлеченность	619	7,05	1,598	7,00
Взаимоотношения	619	7,12	2,002	7,00
Смысл	619	7,74	1,744	8,00
Достижения	619	7,67	1,472	8,00
Счастье	619	8,11	2,104	9,00
Общий показатель благополучия	619	7,49	1,435	8,00
Негативные эмоции	619	5,32	2,170	5,00
Здоровье	619	7,34	1,842	8,00
Одиночество	619	4,60	3,155	5,00
N валидных (по списку)	618			

Примечание: Баллы по каждой шкале оцениваются от 0 до 10.

Полученные результаты первичной статистики на казахстанской выборке близки к результатам авторов российской выборки. Надо отметить тот факт, что медианные значения по многим шкалам оказались выше или приблизительно равны со средним значением по шкале. В целом наблюдается тенденция повышения показателей по шкалам опросника.

Полученные результаты внутренней согласованности опросника (альфа Кронбаха 0,806) PERMA-Profilер на казахстанской выборке близки к полученным значениям российских авторов (0,80) и свидетельствуют о психометрической надежности. Такие показатели позволяют использовать данный опросник также и на казахстанской популяции.

Показатели первичной статистики (среднее, стандартное отклонение, медиана) близки к результатам, полученные нами. Высокие показатели (средних и медианы) получены по всем шкалам, кроме шкал «Негативные эмоции» (M=5,32, Медиана=5,00). По указанным шкалам наблюдаются правосторонняя асимметрия. Такие же результаты получены как у российских авторов опросника[3].

4. Выводы

Сравнение результатов выборки по полу шкалам «Позитивные эмоции», «Счастье», «Одиночество» по среднему значению оказались больше у женского пола, а по шкале «Вовлеченность» у мужского. Такие результаты свидетельствуют, что респонденты женского пола более позитивно оценивают свое психологическое благополучие по сравнению с мужским полом. Они более оптимистично оценивают свое благополучие, задумываются о смысле жизни и удовлетворены своей повседневной жизнью. Более высокие показатели по шкале «Вовлеченность» у мужчин показывают, что они более увлечены своей деятельностью, которой занимаются в жизни.

1. Внутренняя согласованность опросника PERMA-Profilер на казахстанской выборке соответствует психометрическим требованиям. Результаты надежности опросника (альфа Кронбаха) близки результатам авторов опросника, полученных на большой выборке в различных странах.

2. Средние показатели шкал опросника PERMA-Profilер также близки результатам, полученных авторами и российскими исследователями.

3. Опросник PERMA-Profilер можно использовать как психометрически обоснованный диагностический инструмент для исследования благополучия человека.

References:

1. Seligman M. *PERMA and the building blocks of well-being. The Journal of Positive Psychology*, 2018. Vol. 13(4), pp. 333-335. DOI:10.1080/17439760.2018.1437466.

2. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. No 1. С. 117-142. DOI:10.14515/monitoring.2020.1.06.

3. Исаева О.М., Акимова А.Ю., Волкова Е.Н. Опросник благополучия PERMA-Profilер апробация русскоязычной версии: Социальная психология и общество. 2022. Т. 13. № 3. – С. 116-133. DOI: <https://doi.org/10.17759/sps.2022130308>.

4. Butler J., Kern M.L. *The PERMA-Profilер: A brief multidimensional measure of flourishing [Электронный ресурс] // International Journal of Wellbeing*. 2016. Vol. 6(3). P. 1-48. DOI:10.5502/ijw.v6i3.526.

5. Ascenso S., Perkins R., Williamon A. *Resounding Meaning: A PERMA Wellbeing Profile of Classical Musicians. Frontiers in Psychology*, 2018. Vol. 9:1895. DOI:10.3389/fpsyg.2018.01895.

6. Giangrasso B. *Psychometric properties of the PERMA-Profilер as hedonic and eudaimonic well-being measure in an Italian context. Current Psychology*, 2021. Vol. 40, pp. 1175-1184. DOI:10.1007/s12144-018-0040-3.

7. Pezirkianidis C., Stalikas A., Lakioti A. et al. *Validating a multidimensional measure of wellbeing in Greece: Translation, factor structure, and measurement invariance of the PERMA Profilер. Current Psychology*, 2021. Vol. 40, pp. 3030—3047. DOI:10.1007/s12144-019-00236-7.

8. Ryan J., Curtis R., Olds T., Edney S., Vandelanotte C., Plotnikoff R. et al. *Psychometric properties of the PERMA Profilер for measuring wellbeing in Australian adults*, 2019. PLoS ONE 14 (12):e0225932. DOI:10.1371/journal.pone.0225932.

9. Umucu E., Wu. J.R., Sanchez J., Brooks J.M., Chiu C.Y., Tu W.M., Chan F. *Psychometric validation of the PERMA-profilер as a well-being measure for student veterans. Journal of American College Health*, 2020. Vol. 6, no. 3, pp. 271—277. DOI:10.1080/07448481.2018.1546182. *measure of flourishing. International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1-48. doi:10.5502/ijw.v6i3.1].

10. *Flourishing in the Brazilian context: Evidence of the validity of the PERMA-profilер scale Thainá Ferraz de Carvalho, Sibeles Dias de Aquino, J. Natividade Published 11 March 2021, Psychology Current Psychology*, DOI:10.1007/S12144-021-01587-W Corpus ID: 233650313.

11. *Validating a multidimensional measure of wellbeing in Greece: Translation, factor structure, and measurement invariance of the PERMA Profilер Christos Pezirkianidis, A. Stalikas, V. Yotsidi, Published 28 March 2019, Psychology, Current Psychology DOI:10.1007/S12144-019-00236-7 Corpus ID: 150505746.*

12. Ахтаева Н.С., Польшанная Н.В. Формирование направлений в исследовании психологических компонентов счастья - Вестник КазНУ. Серия психологии и социологии. No2 (41). 2012. - С. 59-63.

13. *The German Version of the PERMA-Profilers: Evidence for Construct and Convergent Validity of the PERMA Theory of Well-Being in German Speaking Countries* M. Wammerl, Johannes Jaunig, Philipp Streit Published 13 November 2019, *Psychology Journal of Well-Being Assessment* DOI:10.1007/s41543-019-00021-0 Corpus ID: 210507456.

14. *Character Strengths and PERMA: Investigating the Relationships of Character Strengths with a Multidimensional Framework of Well-Being* Lisa Wagner, F. Gander, W. Ruch Published 13 January 2019 *Psychology Applied Research in Quality of Life* DOI: 10.1007/S11482-018-9695-ZID Corpus: 149765207.

15. *PERMA Model of Well-Being Applied to Portuguese Senior Tourists: A Confirmatory Factor Analysis* José Mendes Teresa Medeiros Osvaldo Silva, Licínio Tomás, Luís Silva 3 and Joaquim A. Ferreira *Sustainability* 2022, 14(13), 7538; <https://doi.org/10.3390/su14137538> Received: 27 May 2022.

16. *Application of the PERMA Model of Well-being in Undergraduate Students* Melissa K Kovich, Vicki L Simpson, Karen J Foli, Zachary Hass, Rhonda G Phillips Affiliations expand PMID: 36320595 PMCID: PMC9607835 DOI: 1007/s42413-022-00184-4, DOI: 10.1007/s42413-022-00184-4ID копия: 218944606.

17. *The Positive Functioning at Work Scale: Psychometric Assessment, Validation, and Measurement Invariance* S. Donaldson, S. Donaldson Published 1 July 2020, *Psychology* DOI:10.1007/S41543-020-00033-1 Corpus ID: 232256159.

18. *Psychometric properties of the PERMA Profiler for measuring wellbeing in Australian adults* J.Ryan, R. Curtis, C. Maher Published 23 December 2019, *Psychology PLoS ONE*, DOI:10.1371/journal.pone.0225932 Corpus ID: 209462663.

19. *Psychometric properties of the PERMA-Profilers as hedonic and eudaimonic well-being measure in an Italian context* Barbara Giangrasso Published 3 November 2018, *Psychology, Current Psychology* DOI:10.1007/s12144-018-0040-3 Corpus ID: 255507366.

20. *Evaluating the Psychometric Properties of the PERMA Profiler* Jonathan D Bartholomaeus, M.Iasiello, Joseph E M Van Agteren, Published 3 January 2021, *Psychology, Journal of Well-Being Assessment*, DOI:10.1007/s41543-020-00031-3 Corpus ID: 230285525.

21. *Adaptation of the PERMA well-being scale into Turkish: Validity and reliability studies* Eliüsük Bülbül Ayse Published 23 February 2018 *Psychology, Educational Research Review* DOI: 10.5897/ERR2017.3435ID копия: 56281314.

22. Mahamid, F., Veronese, G. & Bdier, D. *The factorial structure and psychometric properties of the PERMA-Profilers Arabic version to measure well-being within a Palestinian adult population.* *Middle East Curr Psychiatry* 30, 10 (2023). <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00282-9>.

23. *An Assessment of the Reliability and Validity of the PERMA Well-Being Scale for Adult Undergraduate Students in an Open and Distance Learning Context* Ishmael Magare, Marien Alet Graham, Irma Eloff *Int J Environ Res Public Health* 2022 Dec 15;19(24):16886. doi: 10.3390/ijerph192416886.

24. *Examining building blocks of well-being beyond PERMA and self-report bias* S. Donaldson, Saeideh Heshmati, S. Donaldson Published 9 September 2020, *Psychology The Journal of Positive Psychology* DOI:10.1080/17439760.2020.1818813 Corpus ID: 225305113.