

Elégedettséget és hangulatot mérő egytétéles skálák használhatósága jóllétre vonatkozó vizsgálatokban

Ittzés András^{1,2}, Martos Tamás¹, Bóné Veronika¹, Dávid Beáta¹

¹ Semmelweis Egyetem EKK, Mentálhigiéné Intézet

² Budapesti Corvinus Egyetem KeTK, Biometria és Agrárinformatika Tanszék

Absztrakt

A tanulmányban áttekintjük a jóllétet mérő egytétéles mérőeszközök leggyakoribb formáit, és az ezekkel kapcsolatos külföldi tapasztalatokat. Mivel hazai mintán nem született még ilyen típusú eszközökről közlemény, bemutatjuk egyrészt egy általános étellel való elégedettségre rákérdező 10-fokú skála, másrészt egy általunk kísérleti jelleggel kifejlesztett, hét arckifejezést bemutató hangulati arcskála jellemzőit. Az eszközök validálásához több jóllét kérdőívet (étellel való elégedettség, élet értelmessége, önértékelés, érzelmek gyakorisága) használtunk. A korrelációs és hierarchikus regressziós elemzések eredményei arra utalnak, hogy az egytétéles mérőeszközöket érdemes számításba venni módszertani alternatívaként akkor, amikor kutatásokban a jóllét egyes dimenzióinak gyors, globális értékelésére van szükség.

Kulcsszavak: egytétéles skála, étellel való elégedettség, hangulati arcskála, jóllét, korreláció, hierarchikus regresszió

1. Bevezetés

1.1. Kérdésselvetés: az egytétéles skálák használhatósága

Egy 2007-es átfogó elemzésben Bergvist és Rossiter megállapították, hogy a tudományos folyóiratok kisebb eséllyel publikálnak olyan empirikus kutatási eredményeket, amelyek nem használnak többtétéles eszközöket (Christophersen & Konradt, 2011). Az a tény viszont, hogy egytétéles skálák léteznek és széleskörűen használják őket, bizonyítja az igényt rájuk (Gosling, Rentfrow, & Svann, 2003). A bonyolultabb skálák nyilvánvaló előnye, hogy részletesebben lefedik a vizsgált konstruktumot, kiküszöbölik a várható mérési hibákat, csökkentik az értelmezési bizonytalanságot, ezáltal megbízhatóbbak (Hoepfner, Kelly, Urbanoski, & Slaymaker, 2011). Ezzel szemben az egytétéles skálák kifejlesztése egyszerűbb, könnyebben adaptálhatóak különböző populációkra, egyszerűbb a fordításuk. Fontos szempont még, hogy költséghatékonyak, mert rövidítik a kérdőívet, kevesebb erőfeszítést igényel a kitöltésük, ennek következtében magasabb a válaszadási hajlandóság is. A többtétéles skálákban gyakran nagyon hasonló tételek szerepelnek, ez növelheti a kitöltők unalmát, frusztrációját, kifáradását, ami miatt hiányos vagy éppen nem megbízható válaszok születhetnek (Christophersen & Konradt, 2011; Gosling és mtsai, 2003; Hoepfner és mtsai 2011). Átfogó kutatásokban, szűrő jellegű vizsgálatokban, olyan helyzetekben, ahol egy válaszadó több időpontban válaszol ugyanazokra a kérdésekre vagy több embert kell értékelni megadott szempontok alapján, nehezen alkalmazhatóak hosszabb kérdéssorok. Bizonyos helyzetekben, például idősök vagy szerhasználók körében végzett vizsgálatoknál különösen hasznos az egytétéles kérdőívek egyszerűsége (Hoepfner és mtsai, 2011).

Az egyik legrégebben és legelterjedtebben alkalmazott egytétéles skála a szubjektív egészségi állapotot méri (self-rated health, SRH), melynek megbízhatóságát Idler és Benyamini (1997) bizonyították az egytétéles skálák megítélésében mérőföldkönek számító áttekintő tanulmányukban. Hasonlóképp gyakran mérik egy kérdés használatával a szubjektív jóllétet, az életminőséget, az étellel/munkával való elégedettséget, a fájdalmat, kimerültséget, szorongást, kapcsolati intimitást, kötődési stílust (Christophersen & Konradt, 2011; Gosling és mtsai, 2003; Surti és mtsai, 2013). Az egytétéles skálák használatának kétségtelenül vannak korlátai, egy kérdés sokszor nem tud elég érzékeny vagy specifikus lenni ahhoz, hogy megfelelő jelzőértéke legyen (Pantilat, O'Riordan, Dibble, & Landefeld, 2012), mégis több

tanulmány bizonyította az egytétéles skálák megbízhatóságát, validitását összevetve az ugyanazt a fogalmat mérő többtétéles mérőeszközökkel. Egy 1997-es meta-analízis például azt mutatta ki, hogy az munkával való elégedettséget mérő egytétéles skála erősen korrelál a többtétéles skálával ($r=0,67$, ld. Nakata és mtsai, 2013).

1.2. Jólétet mérő egytétéles skálák

Az általános vagy szubjektív jólétet mérő skálák – hasonlóan az egészségi állapotot mérőkhöz – jól használható, megbízható mérőeszközök. Ezek esetében is érvényes az a megállapítás, hogy a jólétre vonatkozó egyszerű kérdések (Pl.: Összességében mennyire elégedett mostanában az életével?) jól jelzik a várható összefüggéseket, és meglepően magas korrelációt ($r=0,50-0,75$) mutatnak a többtétéles eszközökkel (Dolan, Peasgood, & White, 2008; McDowell, 2010). Az általános jólét kiválóan mérhető nem numerikus jellegű eszközökkel is. A válaszkategóriák között az elterjedt Likert-típusú skála helyett szerepelhet csak verbális meghatározás (nagyon boldog, eléggé boldog, ...), illetve alkalmazhatók különböző vizuális segédeszközök. Ezek közül többel is foglalkozik McDowell (2010) cikke, amely számos önbevalláson alapuló jólét-mérőeszközzel ad áttekintést.

1.3. Egytétéles kérdések vizuális megjelenítési formái

A Vizuál Analóg Skála első változatát 1921-ben fejlesztette ki Hayes és Patterson dolgozók értékelésére. Bár eredetileg csak az általában 10 cm hosszú vonalon való jelölést jelentette, később vele egy kategóriába került számos olyan értékelési mód, amely eltért a hagyományosan használt numerikus értékeléstől. Ilyen további vizuális megjelenítési formák a Cantril-féle 9 fokú létra-skála, amelyen a válaszadónak egy létrán attól függően kell elhelyeznie magát, hogy mennyire érzi magát jól a jelenlegi helyzetében, vagy a stilizált arcokat tartalmazó skálák, akár egy folytonos vonal két végét arcokkal azonosítva, akár 5-7 sematikus arcot megadva (*Faces Scales*; Grice, Mignogna, & Badzinski, 2011; McDowell, 2010; Nyenhuis és mtsai, 1997). Ezen skálák elterjedését indokolja, hogy egyszerűek, gyorsan kitölthetőek, nem igényelnek nagy motivációt a kitöltőtől, elkerülik a direkt kvantitatív terminológiát, mégis lehetőséget adnak a pontos véleményalkotásra (Ahearn, 1997; Luria, 1975). További előnyeik, hogy nagy az érzékenységük, nem szorítanak be előre meghatározott kategóriákba, könnyebben használhatóak kognitív vagy kommunikációs nehézségekkel küzdőknek, hátrányuk viszont, hogy bizonyos emberek számára a numerikus osztályozás könnyebbséget jelent (Ferreira-Valente, Pais-Ribeiro, & Jensen, 2011).

Különböző vizuális mérőeszközöket használtak többek között hangulati állapot, fájdalomérzet, depresszió mérésére (Ahearn, 1997; Faravelli, Albanesi, & Poli, 1986). E skálák validitását betegek körében végzett vizsgálatoknál a klinikusok válaszainak segítségével mérték: Zealley és Aitken például hangulati állapot vizsgálatánál $r=0,78-0,79$ mértékű korrelációt állapított meg (Ahearn, 1997); vagy más – ugyanazt a fogalmat mérő – többtétéles eszközzel: például krónikus betegek kimerültségének vizsgálatakor a Hangulati Állapot Profil (*Profile of Mood States*) kimerültségre vonatkozó többtétéles numerikus alskálájával $r=0,80$ mértékű korrelációt mutatott a VAS (Brunier & Graydon, 1996). Klinikai kísérletben fájdalomérzet mérésére négy egytétéles fájdalomskálát hasonlítottak össze. A numerikus, a verbális, a vizuálanalóg, illetve az arc-skála egymással való korrelációi mind $r=0,79$ fölé kerültek (Ferreira-Valente és mtsai, 2011).

1.4. Jelen vizsgálat

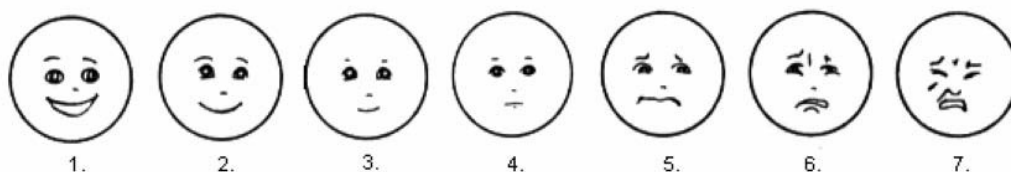
Jelen vizsgálatunkban két „egytétéles” mérőeszköz elemzését mutatjuk be. Az étellel való elégedettség 10 fokú skálán való lekérdezése számos korábbi kutatásban szerepelt anélkül, hogy megbízhatóságáról, illetve validitásáról adatokat közöltek volna. A másik mérőeszköz egy általunk fejlesztett hangulati arcskála, mellyel szeretnénk demonstrálni az ilyen típusú módszertani megoldások sajátos előnyeit.

2. Módszer

2.1. Eszközök és eljárás

Élettel Való Elégedettség Skála (egytételes elégedettségskála). Az általunk vizsgált egytételes elégedettségskála kérdése így szólt: „Egészében véve mostanában mennyire elégedett az életével?” A válaszokat tízfokú skálán kellett megadni (1 = teljesen elégedetlen, 10 = teljesen elégedett).

Hangulati arcskála. A sematikus arckifejezéseket bemutató hangulati arcskála segítségével a „Melyik kép mutatja az Ön legjellemzőbb hangulatát az utóbbi két hétben?” kérdésre kellett választ adni. A skálán 7 arckifejezés volt megadva, de az ábra semmilyen verbális információt nem tartalmazott. (1. ábra) A válaszadóknak az arcok alatti sorszámot kellett bekarikázni. A számításokban használt pontszámokat a bekarikázott sorszámot 8-ra kiegészítő érték adta, így a „jó hangulat”-ot tükröző arcok választása jelentett magasabb pontszámokat az 1-7 skálán.



1. ábra Hangulati arcskála

2.2. Minták

Az elemzések során három adatbázis használtunk. Az egytételes elégedettség skálát az 1., a hangulati arcskálát a 2. és 3. adatbázis részeként elemezzük.

Az 1. adatbázis egy olyan vizsgálat adatait tartalmazza, amelyre 270 Budapesten és környékén lakó pár lekérdezésével került sor kérdezőbiztosokkal. A házaspárok aránya 58%, az együttélőké 42%, az életkor szerinti átlag±szórás a férfiaknál 39,8±10,5 év, a nőknél 37,6±9,9 év volt (min-max: 18-65, illetve 19-64 év). Az alap-/közép-/felsőfokú végzettségük száma a férfiaknál 91/116/61, a nőknél 46/132/92 volt. A diádkutatás jellegéből adódó speciális helyzet miatt a mintáknak csak külön a férfi és női almintáját használjuk a mostani elemzésben.¹

A 2. adatbázisban szereplő adatok on-line adatfelvételezésből származnak. Az elemszám 294 fő (121 férfi és 173 nő), életkor szerint az átlag±szórás 41,7±10,5 év (min-max: 19-67 év). A válaszadók 3 kivételével közép- és felsőfokú végzettségűek voltak (133, ill. 158 fő).

A 3. adatbázis adatait egyetemisták segítségével három félévben gyűjtöttük. A válaszadók száma 596 fő (296 férfi és 300 nő), életkor szerint az átlag±szórás 34,1±13,0 év (min-max: 18-76 év), az alap-/közép-/felsőfokú végzettségük száma: 31/299/266.

2.3. Egyéb felvett kérdőívek

Mindegyik adatbázis egy nagyobb, de sajnálatosan nem azonos kérdőívcsomaggal történt adatfelvételtől született. Az elemzésekben az alábbi eszközöket használjuk:

Élettel Való Elégedettség Kérdőív (SWLS-H magyar változat: Martos és társai, 2014, jelen kötet). Öttételes kérdőív, valamennyi tétel egyenesen mér, a válaszadók 7 fokú skálán adhatják meg az állításokkal való egyetértésük mértékét (1 = egyáltalán nem értek egyet, 7 = teljes mértékben egyetértek). A skála pontszámát a tételekre adott válaszok összegzése adja, a magasabb érték magasabb élettel való elégedettséget jelez.

Élet Értelme Kérdőív (MLQ-H magyar változat: Martos & Konkoly Thege, 2012). A tíztételes kérdőív öt tétele az értelmesség megélését (MLQ-P, *Presence*), míg öt az értelem

¹ Mivel egytételes skálánál adatpótlásra nem kerülhetett sor, a hiányzó adatok miatt az egyes elemzéseknél a maximális elemszám a két nemi csoportban 242, illetve 250 lett.

keresését méri (*MLQ-S, Search*). A válaszadás 7 fokú skálán történik (1= egyáltalán nem igaz, 7 = tökéletesen igaz).

Rosenberg-féle Önértékelés Kérdőív (magyar változat: Sallay és mtsai, 2014, jelen kötet). A tíztételes kérdőív az általános (globális) önértékelést méri, az egyes tételekben négyfokú skálán (1 = egyáltalán nem értek egyet, 4 = teljesen egyetértek).

Pozitív és Negatív Affektivitás Skála (PANAS) magyar változat: Rózsa, 2009). A PANAS összesen 20 érzelmet és hangulatot sorol fel, 10 pozitívat és 10 negatívát. A válaszadó az egyes érzések, hangulatok megtapasztalásának gyakoriságát 5 fokú skálán jelzi. A válaszokból két alszála származtatható (*PANAS-POZ, PANAS-NEG*).

Az 1. táblázat mutatja, hogy melyik skála melyik adatbázisban mekkora Cronbach-alfa együtthatót adott (s így az is látható, hogy melyik mérőeszköz melyik vizsgálatban került alkalmazásra). A skálák belső konzisztenciája minden esetben megfelelőnek bizonyult.

1. táblázat Az elemzésekben szereplő többtételes skálák Cronbach-alfa értékei a felhasznált adatbázisokban

	1. adatbázis (N=270)		2. adatbázis (N=294)	3. adatbázis (N=596)
	Férfiak	Nők		
<i>SWLS-L</i>	0,899	0,889	0,903	0,884
<i>MLQ-P</i>	0,838	0,873	0,917	0,900
<i>MLQ-S</i>	0,780	0,840	0,836	0,870
<i>Önértékelés</i>	0,829	0,861	n.a.	n.a.
<i>PANAS-POZ</i>	n.a.	n.a.	0,843	n.a.
<i>PANAS-NEG</i>	n.a.	n.a.	0,873	n.a.

SWLS-H = Élettel való elégedettség, *MLQ-P* = Értelmesség megélése, *MLQ-S* = Értelmesség keresése, *PANAS-POZ* = Pozitív érzelmek megtapasztalása, *PANAS-NEG* = Negatív érzelmek megtapasztalása, n.a.=nincs adat

3. Eredmények

3.1. Egytételes elégedettségskála

Az egytételes elégedettségskála konvergens validitását az 1. adatbázis adatai alapján az *SWLS-H*-val való korrelációval² mértük, a divergens validitást pedig az *MLQ-H*-val és az *Önértékelés Kérdőív*vel való összevetéssel vizsgáltuk. A korrelációs együtthatókat a 2. táblázat mutatja.

2. táblázat Az egytételes elégedettségskála korrelációja különböző jóllétváltozókkal a férfi és női almintában (1. adatbázis)

	<i>SWLS-H</i>	<i>MLQ-P</i>	<i>MLQ-S</i>	<i>Önértékelés</i>
Férfiak (N=237-242)	,710***	,271***	-,095	,346***
Nők (N=245-249)	,680***	,260***	-,057	,286***

*** p < 0,001

² A korrelációt e tanulmány minden elemzésénél – a mérési szintekkel kapcsolatban jogosan felmerülő aggályok ellenére, a válaszok számszerű értékében érdemi információt feltételezve – a Pearson-féle korrelációs együtthatóval mértük, és p-értékként az ún. kétoldali szignifikanciaszintjét adtuk meg. Hasonló megfontolások alapján, és figyelembe véve az olvasók várható ezirányú igényét, megadjuk a vizsgált egytételes skálákkal mért adatok alapstatisztikáit is. Az elégedettségskálán mért adatoknál az átlag±szórás a férfiaknál 6,69±1,80 (N=242), a nőknél 6,72±1,75 (N=250) lett.

Bár a nőknél egy kicsivel alacsonyabbak a korrelációs együtthatók, a két nemnél hasonló eredményeket kaptunk. Az SWLS-H-val való magas korreláció arra utal, hogy az egytétéles elégedettségskála is jól méri az étellel való általános elégedettséget. Az élet értelmességének megéléssel, illetve az önértékeléssel jóval gyengébb, de szignifikáns összefüggést mutatnak az eredmények, míg az értelemkereséssel nem szignifikáns a korreláció. Megjegyezzük, hogy a korrelációknak ez a mintázata nagyfokú hasonlóságot mutat az SWLS-H-nak a másik három itt vizsgált pontszámmal való korrelációjával: az SWLS-H korrelációja az MLQ-P-vel és Önértékeléssel a vizsgálatunkban 0,333 és 0,433 közötti, az MLQ-S-sel viszont egyik nemnél sem szignifikáns.

Az inkrementális validitást olyan hierarchikus regresszióelemzéssel vizsgáltuk nemenként, amelyben a jóllét egyik fontos meghatározója, az Önértékelés volt a függő változó, magyarázó változóként pedig az első lépésben a szociodemográfiai változók szerepeltek (házas/együttélő, életkor, iskolai végzettség)³, másodikként az MLQ-P és az MLQ-S, harmadikként pedig az egytétéles elégedettségskála került a modellbe. Az eredményeket a 3. táblázat tartalmazza. A férfiaknál a 2. lépés után némileg erősebb modell alakult ki, de az egytétéles elégedettségskála ezen is jelentősen javított ($p=0,000$). A nőknél modellünknek kevesebb lett a magyarázó ereje, és a férfiakénál kicsit kevésbé volt jelentős a 3. lépésbeli javulás is, de ez a modellváltozás is szignifikáns ($p<0,01$).

3. táblázat Hierarchikus regresszióelemzésből kapott béta regressziós együtthatók és egyéb statisztikák (1. adatbázis)

	Függő változó: Önértékelés	
	Férfiak	Nők
1. lépés		
Házas/együttélő	,023	,078
Életkor, 1. dummy	-,118	-,058
Életkor, 2. dummy	-,082	,134
Isk.végz., 1. dummy	-,016	-,058
Isk.végz., 2. dummy	,045	,075
R^2 változás	,017	,065
F változás	0,738	3,117**
2. lépés		
MLQ-P	,380***	,321***
MLQ-S	-,214***	-,050
R^2 változás	,283	,139
F változás	43,750***	19,361***
3. lépés		
Egytétéles elégedettség	,220***	,187**
R^2 változás	,040	,029
F változás	13,129***	8,430**
R^2 teljes modell	,339	,233
F teljes modell	13,867***	8,399
N	225	230

MLQ-P = Értelmesség megélése, MLQ-S = Értelmesség keresése

³ Az iskolai végzettség mellett az életkort is két dummy változóval vettük figyelembe (26 év alattiakat, 26 és 45 év közöttieket, illetve 45 év felettieket megkülönböztetve). Alap kategóriának az alapfokú végzettségűek, illetve a 26 év alattiak csoportját tekintettük.

*** p < 0,001; ** p < 0,01; a béta együtthatók a végleges modellből származnak

Az elégedettségskála és az SWLS-H inkrementális erejének összevetése érdekében mindkét futtatást elvégeztük úgy is, hogy a 3. lépésben az SWLS-H bevonására került sor. A nőknél ez a modell ugyan jóval erősebb lett, mint az egytételés elégedettségskálát használó (az utolsó R^2 változás 0,029 helyett 0,095), de a férfiaknál lényegében azonos eredményt kaptunk a 3. táblázatban leírttal (az utolsó R^2 változás 0,040 helyett 0,044).

3.2. Hangulati arcskála

A hangulati arcskála konvergens és divergens validitásának ellenőrzéséhez a jólléttel kapcsolatban rendelkezésünkre álló változókkal való korrelációkat számoltuk ki a 2. és 3. adatbázisból. Az eredményeket a 4. táblázat tartalmaz.⁴

4. táblázat A hangulati arcskála korrelációja különböző jóllétváltozókkal

	SWLS-H	MLQ-P	MLQ-S	PANAS-POZ	PANAS-NEG
2. adatbázis (N=294)	,508***	,398***	-,050	,421***	-,529***
3. adatbázis (N=596)	,418***	,288***	-,144***	n.a.	n.a.

*** p < 0,001; n.a.=nincs adat

A hangulat a kapott eredmények szerint viszonylag szoros kapcsolatban áll az érzelmek megélésével és az étellel való elégedettséggel, de az élet értelmességének megélésével is. Bár a 3. adatbázis alapján az utóbbi két korreláció (tehát az SWLS-H-val és az MLQ-P-vel számított) valamivel gyengébb, mint a 2. alapján, de a két adatfelvétel eredményeit összehasonlítva azt mondhatjuk, hogy a két-két korrelációs együttható nem különbözik egymástól szignifikánsan (p=0,109 és 0,081)⁵. Érdekes, hogy a második adatbázis alapján a hangulat – nem túl erősen ugyan, de – szignifikánsan korrelál az MLQ-S értékkel is, a kapcsolat iránya negatív.

Az inkrementális validitást olyan hierarchikus regresszió-elemzéssel vizsgáltuk a 2. adatbázis adatai alapján, amelyben az étellel való elégedettség (SWLS-H) változót leíró modellek szerepeltek. Magyarázó változóként az első lépésben a szociodemográfiai változók szerepeltek (nem, életkor, iskolai végzettség)⁶, másodikként az MLQ-P és az MLQ-L, harmadikként a PANAS-POZ és a PANAS-NEG, utolsóként pedig a hangulati arcskála került a modellbe. Az eredményeket az 5. táblázat tartalmazza.

5. táblázat Hierarchikus regresszióelemzésből kapott béta regressziós együtthatók és egyéb statisztikák (2. adatbázis)

	Függő változó: SWLS-H
1. lépés	
Nem	-,037
Életkor, 1. dummy	-,282**

⁴ Itt is megadjuk az alapstatisztikákat: a hangulati arcskálával kapott pontszámokra az átlag±szórás az 1. adatbázisban a férfiaknál 5,07±1,18 (N=121), a nőknél 4,98±1,30 (N=173), összesítve 5,02±1,25; a 2. adatbázisban a férfiaknál 5,13±1,17 (N=296), a nőknél 4,84±1,26 (N=300), összesítve 4,98±1,22.

⁵ A korrelációs együtthatók összehasonlításához lásd pl. <http://www.stat-help.com/>.

⁶ Az utóbbiak ugyanolyan 2-2 dummy változóval kerültek a vizsgálatba, mint az elégedettség vizsgálatánál.

Életkor, 2. dummy	-,309***
Isk.végz., 1. dummy	-,045
Isk.végz., 2. dummy	,130
R^2 változás	,107
F változás	6,896***
2. lépés	
MLQ-P	,180**
MLQ-S	-,044
R^2 változás	,202
F változás	41,703***
3. lépés	
PANAS-POZ	,234***
PANAS-NEG	-,192***
R^2 változás	,131
F változás	33,174 ***
4. lépés	
Hangulati arcskála	,211***
R^2 változás	,027
F változás	14,227 ***
R^2 teljes modell	0,466
F teljes modell	24,730***
N	294

SWLS-H = Élettel való elégedettség, MLQ-P = Értelmesség megélése, MLQ-S = Értelmesség keresése, PANAS-POZ = Pozitív érzelmek megtapasztalása, PANAS-NEG = Negatív érzelmek megtapasztalása
 *** p < 0,001; ** p < 0,01; a béta együttthatók a végleges modellből származnak

A hangulati arcskála inkrementális erejét mutatja, hogy a pozitív és negatív érzelmek figyelembevétel után is szignifikánsan hozzá tud járulni az élettel való elégedettség magyarázatához. A nemnek e modellben nincs szignifikáns hatása, de a hangulat és a nem interakciós tagjának bevonásával kiegészítő elemzést végeztünk arra vonatkozóan, hogy a nemnek van-e esetleg modeláró hatása a hangulat és az elégedettség között. Azonban sem akkor nem kaptunk szignifikáns eredményt, amikor a fenti modell bővítéseként ötödik lépésben vontuk be az interakciós tagot ($p=0,792$), sem akkor, amikor a szociodemográfiai változók és a hangulati arcskála után harmadik lépésben adtunk szerepet neki ($p=0,709$).

Megjegyezzük viszont, hogy amikor a szociodemográfiai változók után 2. lépésben a vizuálanalóg hangulatskálát vontuk be a modellbe, akkor az R^2 változás nagyobb (0,227) volt, mint az MLQ-P és MLQ-S bevonása esetén, vagyis az élettel való elégedettség magyarázatához a hangulati arcskálán kapott információ itt erősebben járul hozzá, mint az élet értelmességének megélése és keresése.

A 3. adatbázisban hasonló elemzést a PANAS-változók nélkül tudunk elvégezni. A szociodemográfiai és az élet értelmével kapcsolatos változók után 3. lépésben bevonva a hangulati arcskálát szintén szignifikáns javulást láthatunk az élettel való elégedettséget leíró modellben (R^2 változás=0,081). Megjegyezzük, hogy – az előző bekezdésben írtakkal ellentétben – ezen adatok alapján a szociodemográfiai változók után bevonva a hangulati arcskálát valamivel kisebb javulást tapasztalhatunk a modellben, mint az MLQ-változók bevonása esetén.

4. Megbeszélés, értékelés

Tanulmányunkban arra vállalkoztunk, hogy magyar nyelven elsőként mutassunk be empirikus adatokat egytélés mérőeszközök érvényességéről. Összességében

megállapíthatjuk, hogy mindkét egytétéles mérőeszköz érdemi információkat szolgáltat a vizsgálni kívánt konstruktumról, az elégedettségről és a hangulatról.

Az elégedettségskálánál elsődleges viszonyítási pont az étellel való elégedettséget mérő öttétéles SWLS: ezzel szoros (0,7 körüli) korrelációt kaptunk, és az egytétéles skála több elemzés szerint is hozzá hasonlóan viselkedik egyéb változókkal való összevetésekben. Például az élet értelmességének megélésével szignifikánsan összefügg, de az értelmesség keresésével (ami inkább kognitív jellegű) nem, és az inkrementális erőben is összemérhetőek, a férfiaknál szinte azonos eredményt kaptunk az SWLS-re és az egytétéles skálára.

A férfiak és a nők között némi különbség látszik. A tendenciák lényegében ugyanazok, de általában a férfiaknál szorosabbak az összefüggések.

A hangulatot – mint aktuális állapotot – mérő arcskálán kapott eredmények is olyan összefüggéseket mutatnak a vizsgált jóllévtá változókkal, mint amiket remélni lehetett. Pl. az így mért hangulat pozitívan korrelál a pozitív, és negatívan a negatív érzelmek megélésének gyakoriságával (+0,5 és -0,5 körüli korrelációs együtthatóval). A skála önálló erejét mutatja, hogy bevonása a hierarchikus regresszióelemzésbe az önértékelés magyarázatául szolgáló, az érzelmeket is tartalmazó modellt szignifikánsan javítja.

Ezt a skálát két mintán is vizsgálni tudtuk. A 2. (nagyobb elemszámú) adatbázison valamivel kevésbé markáns eredményeket kaptunk az összefüggésekkel kapcsolatban, de az előbbieknél ellentmondó eredményt nem kaptunk.

Bár kutatásunk korlátjaként kell megemlíteni a rendelkezésekre álló adatbázisok speciális voltát, illetve a bennük szereplő mérőeszközök különbözőségeit, az eredmények mégis egyértelműen arra mutatnak, hogy érdemes használni az egytétéles skálákat a jólléttel kapcsolatos vizsgálatokban. Újabb adatfelvételek alapján más változók bevonásával is erősíteni kellene azonban még a validitási eredményeket. Ezen kívül további kutatások tárgya lehet, hogy az elégedettségskálánál nem célszerűbb-e páratlan fokszámú skálát használni, a hangulati arcskálánál pedig kérdés lehet az irányítás (balról jobbra hogyan változzanak az arcok), illetve a kiválasztás módja (például üres négyzetekbe x-et írni a válaszadókkal a sorszám bekarikázása helyett).

5. Hivatkozások

- Ahearn, E. (1997). The use of visual analog scales in mood disorders: A critical review. *Journal of Psychiatric Research*, 31(5), 569-579. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/S0022-3956\(97\)00029-0](http://dx.doi.org/10.1016/S0022-3956(97)00029-0)
- Brunier, G., & Graydon, J. (1996). A comparison of two methods of measuring fatigue in patients on chronic haemodialysis: visual analogue vs Likert scale. *International Journal of Nursing Studies*, 33(3), 338-348. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/0020-7489\(95\)00065-8](http://dx.doi.org/10.1016/0020-7489(95)00065-8)
- Christophersen, T., & Konradt, U. (2011). Reliability, validity, and sensitivity of a single-item measure of online store usability. *International Journal of Human-Computer Studies*, 69(4), 269-280. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijhcs.2010.10.005>
- Davey, H. M., Barratt, A. L., Butow, P. N., & Deeks, J. J. (2007). A one-item question with a Likert or Visual Analog Scale adequately measured current anxiety. *Journal of Clinical Epidemiology*, 60(4), 356-360. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jclinepi.2006.07.015>
- Dolan, P., Peasgood, T., & White, M. (2008). Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being. *Journal of Economic Psychology*, 29(1), 94-122. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.joep.2007.09.001>
- Faravelli, C., Albanesi, G., & Poli, E. (1986). Assessment of depression: A comparison of rating scales. *Journal of Affective Disorders*, 11(3), 245-253. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/0165-0327\(86\)90076-5](http://dx.doi.org/10.1016/0165-0327(86)90076-5)

- Ferreira-Valente, M. A., Pais-Ribeiro, J. L., & Jensen, M. P. (2011). Validity of four pain intensity rating scales. *PAIN*, 152(10), 2399-2404. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.pain.2011.07.005>
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann Jr, W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 504-528. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Grice, J., Mignogna, M., & Badzinski, S. (2011). The Dynamic Analog Scale: A generic method for single-item measurement. *Personality and Individual Differences*, 50(4), 481-485. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.11.012>
- Hoepfner, B. B., Kelly, J. F., Urbanoski, K. A., & Slaymaker, V. (2011). Comparative utility of a single-item versus multiple-item measure of self-efficacy in predicting relapse among young adults. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 41(3), 305-312. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jsat.2011.04.005>
- Idler, E. L., & Benyamini, Y. (1997). Self-rated health and mortality: A review of twenty-seven community studies. *Journal of Health and Social Behavior*, 38(1), 21-37.
- Luria, R. (1975). Validity and reliability of Visual Analogue Mood Scale. *Journal of Psychiatric Research*, 12(1), 51-57. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/0022-3956\(75\)90020-5](http://dx.doi.org/10.1016/0022-3956(75)90020-5)
- Martos T., & Konkoly Thege B. (2012). Aki keres, és aki talál – az élet értelmessége keresésének és megélésének mérése az Élet Értelme Kérdőív magyar változatával. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(1), 125-149. doi: <http://dx.doi.org/10.1556/MPSzle.67.2012.1.8>
- Martos és mártásai, 2014, jelen kötet *Élettel Való Elégedettség Kérdőív*
- McDowell, I. (2010). Measures of self-perceived well-being. *Journal of Psychosomatic Research*, 69(1), 69-79. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.07.002>
- Nakata, A., Irie, M., & Takahashi, M. (2013) A Single-item Global Job Satisfaction Measure Is Associated with Quantitative Blood Immune Indices in White-collar Employees. *Industrial Health*, 51(2), 193-201.
- Nyenhuis, D., Stern, R., Yamamoto, C., Luchetta, T., & Arruda, J. (1997). Standardization and validation of the Visual Analog Mood Scales. *Clinical Neuropsychologist*, 11(4), 407-415. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/13854049708400470>
- Pantilat, S. Z., O'Riordan, D. L., Dibble, S. L., & Landefeld, C. S. (2012). An Assessment of the Screening Performance of a Single-Item Measure of Depression From the Edmonton Symptom Assessment Scale Among Chronically Ill Hospitalized Patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, 43(5), 866-873. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2011.05.022>
- Rózsa S. (2009). *A mindennapos testi tünetek pszichológiája és mérésének módszertana. Doktori értekezés.* Budapest: ELTE PPK Pszichológiai Doktori Iskola
- Sallay és mártásai, 2014, jelen kötet *Rosenberg-féle Önértékelés Kérdőív*
- Surti, B., Spiegel, B., Ippoliti, A., Vasiliauskas, E. A., Simpson, P., Shih, D. Q., Targan, S. R., McGovern, D. P., & Melmed, G. Y. (2013). Assessing Health Status in Inflammatory Bowel Disease Using a Novel Single-Item Numeric Rating Scale. *Digestive Diseases and Sciences*, 58(5), 1313-1321. doi: <http://dx.doi.org/10.1007/s10620-012-2500-1>

Köszönetnyilvánítás

A tanulmány elkészítését az OTKA PD 105685 sz. kutatási pályázat támogatta.

Cím, összefoglalás és kulcsszavak angol nyelven