

**С.В. Ступиш**

*соискатель 5 года обучения каф. социальной и семейной психологии  
Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка*

## **ПРОЦЕДУРА АДАПТАЦИИ БЕРНСКОГО ОПРОСНИКА СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ**

*В статье описывается процедура адаптации Бернского опросника субъективного благополучия подростков А. Гроб (*Bern Questionnaire on Adolescents' Subjective Well-being*). Адаптация опросника для русскоговорящих испытуемых была проведена на выборке 645 человек. Выборка стандартизации составила 558 респондентов (322 мальчика и 236 девочек) в возрасте 11–16 лет. Адаптация опросника осуществлялась по разрешению автора и правообладателя А. Гроб в соответствии со стандартным алгоритмом адаптации зарубежных опросных методов. Адаптированный русскоязычный вариант Бернского опросника субъективного благополучия подростков эквивалентен оригиналу, обладает высокими показателями надежности – согласованности, внешней и внутренней валидностью и может быть использован для проведения дальнейших научных исследований субъективного благополучия личности подростков 11–16 лет в рамках гедонистического подхода.*

Субъективное благополучие личности представляет собой интегральное социально-психологическое образование, характеризующее область переживаний и состояний, связанных с оценкой и отношением человека к своей жизни и самому себе. Проблема субъективного благополучия подробно проанализирована в трудах М. Аргайла, Э. Диннера, Н. Брэдбурна, М. Селигмана, К. Рифф, М.В. Соколовой, А.Е. Созонтова, Р.М. Шамионова [1; 4; 5; 7]. Изучение проблемы субъективного благополучия отмечено ООН как приоритетное направление научных исследований в области здоровья человека, при этом особое значение уделяется изучению психологического благополучия детей и молодежи. В то же время в отечественной психологии наблюдается дефицит надежных методов психологической диагностики субъективного и психологического благополучия личности. Наибольшее распространение в Беларуси в последнее время получила Шкала психологического благополучия К. Риф в адаптации Н.Н. Лепешинского [4]. Методика прошла полную процедуру адаптации и стандартизации на русскоязычной выборке и широко применяется в психодиагностической практике. Однако данная методика разработана в рамках иного теоретического подхода и предназначена для диагностики психологического благополучия лиц юношеского возраста и старше.

Бернский опросник субъективного благополучия подростков (*Bern Questionnaire on Adolescents' Subjective Well-being*) был разработан в 1991 г. интернациональной группой авторов под руководством профессора А. Гроб в Бернском университете (Швейцария) для исследования субъективного благополучия личности подростков. Существует несколько модификаций методики, применяемых для исследования субъективного благополучия лиц в возрасте 12 лет и старше [9]. Методика получила широкое распространение за рубежом как теоретически обоснованный, эффективный диагностический инструмент, предназначенный для измерения степени субъективного благополучия личности с позиций так называемого гедонистического подхода. Методика переведена на 14 языков и неоднократно проходила проверку на надежность и валидность [8; 9].

---

Научный руководитель – Л.А. Пергаменщик, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной и семейной психологии Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка

Опросник применялся для изучения субъективного благополучия подростков в масштабных психологических исследованиях Евронет (Euronet) и Бернском лонгитюдном исследовании развития личности подростков.

Нами проведена процедура адаптации методики для русскоговорящих испытуемых на выборке 645 человек. Из них 47 человек вошли в группу для проведения пилотажного исследования, 42 человека, свободно владеющих русским и английским языками, составили выборку для проверки эквивалентности перевода, 75 респондентов – выборку для проведения тест-ретеста. Выборка для стандартизации русскоязычного варианта опросника состояла из 558 испытуемых мужского и женского пола (322 мальчика и 236 девочек в возрасте от 11 до 16 лет, средний возраст составил 13 лет и 4 месяца). Опрос проводился в групповой и индивидуальной форме. Адаптация опросника осуществлялась по разрешению автора и правообладателя А. Гроб в соответствии со стандартными алгоритмами адаптации зарубежных опросных методов [2; 3; 6]. Расчеты производились при помощи программы SPSS v.13 for MacOS X.

### **Создание русского варианта опросника и проверка его соответствия оригиналу**

В соответствии с требованиями правообладателя, нами и профессиональным переводчиком было выполнено два независимых перевода опросника с английского языка на русский. После проверки адекватности и соответствия независимых переводов была создана единая согласованная версия опросника. При этом особое внимание уделялось сохранению грамматической формы и психологического смысла каждого утверждения. Затем с целью проверки адекватности согласованной версии перевода оригиналу был выполнен обратный перевод опросника с русского языка на английский. Перевод осуществлялся кандидатом психологических наук, имеющим так же лингвистическое образование и опыт работы по обеим специальностям, ранее не знакомым с текстом оригинала.

*Оценка содержательной валидности* русскоязычного варианта методики проводилась группой из трех экспертов-психологов, имеющих опыт практической работы более 5 лет, знакомых с психологическими теориями, лежащими в основе методики. По результатам обратного перевода и экспертной оценки было переформулировано три утверждения и создан окончательный вариант опросника.

Эмпирическая проверка эквивалентности окончательного русского варианта оригиналу проводилась в ходе специального исследования, в котором приняли участие 42 респондента-билингва, проживающих в США российских и белорусских эмигрантов в первом поколении, свободно владеющих русским и английским языками (имеющих или получающих высшее образование). При этом 21 респонденту сначала предъявлялся русский вариант опросника, затем английский, а другим 21 – сначала английский, затем русский вариант опросника.

Для определения дискриминативности пунктов опросника применялся коэффициент произведения моментов Пирсона, как наиболее приемлемый для заданий, имеющих пять и более вариантов ответа [2, с. 159]. Высокие коэффициенты корреляции показателей одноименных шкал русского и английского вариантов опросника у респондентов-билингвов (от 0,743 до 0,942) свидетельствуют об эквивалентности русского варианта опросника оригиналу.

Расчет коэффициентов корреляции показателей субъективного благополучия билингвальных респондентов в зависимости от последовательности предъявления русского и английского вариантов опросника также свидетельствует в пользу эквивалентности русского варианта опросника оригиналу (таблица 1).

Таблица 1. – Коэффициенты корреляции показателей субъективного благополучия респондентов в зависимости от последовательности предъявления вариантов опросника

Наименование шкалы	Последовательность	
	русская/английская (N = 21)	английская/русская (N = 21)
Позитивное отношение к жизни	0,788	0,863
Самооценка	0,893	0,913
Радость жизни	0,793	0,871
Проблемы, беспокойства, тревоги	0,854	0,885
Соматические жалобы	0,678	0,650
Депрессивное настроение	0,741	0,783
Удовлетворение	0,905	0,887
Неблагополучие	0,839	0,902

Примечание:  $p \leq 0,01$ .

### Надежность методики

Для проверки надежности русскоязычного варианта Бернского опросника субъективного благополучия подростков оценивалась дискриминативность пунктов опросника, внутренняя согласованность шкал и ретестовая надежность. Для определения дискриминативности опросника вычислялся коэффициент корреляции каждого пункта с общим баллом по соответствующей шкале первого и второго порядка. Для расчета внутренней согласованности опросника рассчитывался коэффициент  $\alpha$  Кронбаха. Данные, полученные в ходе проверки надежности – согласованности опросника, представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Данные о надежности – согласованности русскоязычного варианта Бернского опросника субъективного благополучия подростков (N = 558)

Наименование шкалы	Дискриминативность пунктов, $r_p$	Коэффициент Кронбаха, $\alpha$
Позитивное отношение к жизни	0,385***– 0,658**	0,800
Самооценка	0,281***– 0,618**	0,687
Радость жизни	0,345***– 0,643**	0,851
Проблемы, беспокойства, тревоги	0,415***– 0,589**	0,707
Соматические жалоб	0,368***– 0,645**	0,743
Депрессивное настроение	0,353***– 0,758**	0,680
Удовлетворение	0,285***– 0,783**	0,705
Неблагополучие	0,315***– 0,748**	0,752

Примечание: \*\*\*  $p \leq 0,001$ , \*\*  $p \leq 0,01$ .

Как следует из таблицы, результаты расчета дискриминативности пунктов опросника свидетельствуют о том, что значения коэффициентов надежности – согласованности значимы на уровне 0,01 и находятся в диапазоне от 0,281 до 0,783, что является приемлемым и подтверждает полученные ранее результаты. Значения коэффициента  $\alpha$  Кронбаха высокие для всех шкал методики, что свидетельствует о надежности русскоязычного варианта опросника. Таким образом, результаты проверки надежности – согласованности свидетельствуют о гомогенности опросника и его шкал.

**Проверка ретестовой надежности.** В выборку для проведения теста-ретеста вошло 75 испытуемых. Повторный опрос проводился с интервалом 10 недель. Ретестовая надежность шкал опросника определялась путем расчета коэффициента корреляции Спирмена между данными двух опросов. Анализ данных показал, что коэффициенты корреляции между исходными и ретестовыми показателями шкал первого порядка

находятся в пределах от 0,638 до 0,745 при  $p \leq 0,001$ , шкал второго порядка – от 0,38 до 0,745. Далее при помощи расчета критерия Колмагорова – Смирнова была произведена проверка распределения «сырых» баллов испытуемых на нормальность. Результаты проверки показали, что распределение подчиняется нормальному закону. Расчет t-критерия Стьюдента для показателей испытуемых по тесту и ретесту не выявил значимых различий между ними. Данные о ретестовой надежности опросника представлены в таблице 3.

Таблица 3. – Данные о ретестовой надежности опросника ( $\Delta t = 10$  недель,  $N = 75$ )

Наименование шкалы	Коэффициент корреляции «тест-ретест»	Значение t-критерия Стьюдента	Уровень значимости
Позитивное отношение к жизни	0,745**	0,326	не значимы
Самооценка	0,688**	0,358	не значимы
Радость жизни	0,698**	0,542	не значимы
Проблемы, беспокойства, тревоги	0,705**	0,255	не значимы
Соматические жалобы	0,638**	0,035	не значимы
Депрессивное настроение	0,650**	0,215	не значимы
Удовлетворение	0,724**	0,314	не значимы
Неблагополучие	0,698**	0,232	не значимы

Примечание: \*\*  $p \leq 0,001$ .

Таким образом, все шкалы русскоязычного варианта Бернского опросника субъективного благополучия подростков имеют высокие показатели ретестовой надежности, а измеряемые ими признаки являются стабильными и устойчивыми к повторному тестированию.

#### Проверка валидности методики

**Проверка достоверности опросника по критерию социальной желательности ответов.** Принимая во внимание тот факт, что опросник представляет собой стандартизированный самоотчет, была произведена проверка его *достоверности по критерию социальной желательности ответов*. Группе респондентов ( $N = 50$ ) предлагалось выполнить методику дважды: в первый раз – с оригинальной инструкцией, а затем так, чтобы произвести наиболее благоприятное впечатление [3]. Высокая значимость различий между результатами двух серий тестирования свидетельствует о том, что большинство пунктов опросника дифференцируются испытуемыми на социально желательные и социально нежелательные, что выражено в сдвиге медианы распределения. При этом отсутствие корреляционных связей между шкалами «Радость жизни», «Проблемы, беспокойства, тревоги», «Удовлетворение» и «Самооценка» в двух сериях опроса свидетельствует о том, что представления респондентов о социальной желательности относительно данных показателей не зависят от их индивидуального балла. В то же время наличие корреляционных связей между шкалами «Позитивное отношение к жизни», «Неблагополучие» и «Депрессивное настроение» в двух сериях опроса свидетельствует о зависимости представлений респондентов о социальной желательности относительно данных шкал от индивидуального балла. Таким образом, проверка достоверности опросника по параметру социальной желательности ответов свидетельствует о необходимости соблюдать осторожность при его использовании в ситуации экспертизы.

Для проверки *внешней валидности* опросника были использованы Шкала субъективного благополучия (Perrudet-Badoux, Mendelsohn, Chiche, 1989) в адаптации М.В. Соколовой, Шкала удовлетворенности жизнью Динера [7] в адаптации Д.А. Леон-

тєва, Шкала позитивного аффекта и негативного аффекта Е.Н. Осина на основе англоязычной методики PANAS. В выборку для проверки валидности вошло 100 испытуемых. Проверка корреляционных связей между шкалами опросников осуществлялась с помощью коэффициента корреляции Спирмена. Результаты исследования показали наличие *статистически значимых положительных корреляционных связей между:* итоговым показателем «Удовлетворение» по Бернскому опроснику и итоговым показателем по ШСБ ( $R_s = 0,406$ , при  $p \leq 0,01$ ), итоговым показателем «Неблагополучие» и шкалой «Напряженность и чувствительность» ШСБ ( $R_s = 0,579$ , при  $p \leq 0,01$ ), показателем по шкале «Удовлетворение» и показателем по Шкале удовлетворенности жизнью Динера ( $R_s = 0,418$ , при  $p \leq 0,01$ ), показателем по шкале «Неблагополучие» и показателем негативного аффекта ( $R_s = 0,357$ , при  $p \leq 0,01$ ), показателем по шкале «Депрессивное настроение» и показателем негативного аффекта ( $R_s = 0,421$ , при  $p \leq 0,01$ ). Кроме того было выявлено наличие *статистически значимых отрицательных корреляционных связей между:* показателем по шкале «Неблагополучие» и показателем позитивного аффекта ( $R_s = -0,369$ , при  $p \leq 0,01$ ), показателем по шкале «Радость жизни» и показателем негативного аффекта ( $R_s = -0,426$ , при  $p \leq 0,01$ ).

**Критериальная валидность** методики определялась методом корреляции результатов испытуемых по опроснику с их академической успеваемостью. Из выборки были выделены испытуемые с высокой (средний балл равен или выше 7,5) и низкой (средний балл равен или ниже 5) академической успеваемостью. В результате расчета U-критерия Манна – Уитни были выявлены значимые различия ( $p \leq 0,01$ ) между группами по шкалам «Самооценка», «Радость жизни», «Депрессивное настроение» и «Удовлетворение». Следовательно, показатели по выше названным шкалам связаны с успехами респондентов в учебе. Таким образом, опросник успешно прошел проверку на валидность.

По результатам адаптации Бернского опросника субъективного благополучия подростков были сделаны следующие выводы:

1. Русскоязычный вариант Бернского опросника субъективного благополучия подростков эквивалентен оригиналу.
2. Адаптированный опросник позволяет изучать степень выраженности показателей субъективного благополучия личности у подростков в возрасте 11–16 лет согласно гедонистическому подходу.
3. Опросник и его отдельные пункты являются дискриминативными.
4. Опросник обладает высокими показателями надежности – согласованности.
5. Все шкалы опросника имеют высокие показатели ретестовой надежности, что свидетельствует об устойчивости показателей субъективного благополучия личности подростков в относительно небольшой промежуток времени.
6. Опросник обладает внешней и внутренней валидностью.

Все это свидетельствует о возможности использования адаптированного варианта Бернского опросника субъективного благополучия подростков А. Гроб для проведения научных исследований, методологическую основу которых составляет гедонистический подход к субъективному благополучию личности.

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аргайл, М. Психология счастья. Серия «Мастера психологии» / М. Аргайл. – СПб. : Питер, 2003. – 271 с.
2. Бодалев, А. А. Общая психодиагностика / А. А. Бодалев, В. В. Столин, В. С. Аванесов. – СПб. : Речь, 2006. – 440 с.

3. Клайн, П. Справочное руководство по конструированию тестов. Введение в психометрическое проектирование / П. Клайн. – Киев : Лебедь, 1994. – 284 с.

4. Пергаменщик, Л. А. Опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф: процесс и результаты адаптации / Л. А. Пергаменщик, Н. Н. Лепешинский // Психологическая диагностика. – 2007. – № 3. – С. 73–96.

5. Соколова, М. В. Шкала субъективного благополучия личности / М. В. Соколова. – Ярославль : НПЦ «Психодиагностика», 1996. – 36 с.

6. Ханин, Ю. Л. Стандартный алгоритм адаптации зарубежных опросных методов / Ю. Л. Ханин // Психологические проблемы предсоревновательной подготовки спортсменов к ответственным соревнованиям / под ред. Ю. Я. Киселева. – Л. : ЛНИИФК, 1997. – С. 129–135.

7. Dinner, E. Subjective well-being / E. Dinner // Psychological Bulletin, 1994. – Vol. 95. – P. 542–575.

8. Grob, A. Adolescents' Well-being and Perceived Control Across 14 Sociocultural Context / A. Grob, T. Little, A. Wearing, B. Wanner // Journal of Personality and Social Psychology. – 1996. – Vol. 71, № 4. – P. 785–795.

9. Grob, A. Bern Questionnaire on Adolescents' Subjective Well-being (BFW) / A. Grob, R. Luthi, F. J. Kaiser, A. Flammer, A. Mackinnon, A. J. Wearing // Diagnostica. – 1991. – Vol. 37. – P. 66–75.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Бланк Бернского опросника субъективного благополучия подростков

*Инструкция. Пожалуйста, ответь на предложенные вопросы. Не думай слишком долго над ответами: важно твое первое впечатление. Для каждого вопроса выбери тот ответ, который максимально близок к твоему первому впечатлению. Пожалуйста, помни о том, что здесь нет правильных и неправильных ответов.*

№	Отметь, насколько ты согласен или не согласен со следующими утверждениями	Полностью не согласен	Скорее не согласен	Кое в чем не согласен	Кое в чем согласен	Скорее согласен	Полностью согласен
1	Мое будущее выглядит хорошо	0	1	2	3	4	5
2	Я доволен тем, как осуществляются мои жизненные планы	0	1	2	3	4	5
3	Я легко мирюсь с теми вещами в моей жизни, которые нельзя изменить	0	1	2	3	4	5
4	Я радуюсь жизни	0	1	2	3	4	5
5	Моя жизнь кажется мне вполне осмысленной	0	1	2	3	4	5
6	Я на верном пути	0	1	2	3	4	5
7	Я способен делать все так же хорошо, как и другие	0	1	2	3	4	5
8	Я чувствую себя настолько же ценным, как и другие	0	1	2	3	4	5
9	У меня позитивное представление о себе	0	1	2	3	4	5
10	Иногда у меня возникает чувство, что со мной что-то не так	5	4	3	2	1	0
11	У меня нет желания что-либо делать	0	1	2	3	4	5
12	Я потерял интерес к другим людям, они меня не волнуют	0	1	2	3	4	5
13	Ничего не доставляет мне больше настоящей радости	0	1	2	3	4	5
14	Я нахожу свою жизнь неинтересной	0	1	2	3	4	5

	Как часто в последние несколько недель ты испытывал чувства беспокойства, тревоги из-за ...	Никогда	Очень редко	Редко	Часто	Очень часто	Почти всегда
15	проблем с другими людьми?	0	1	2	3	4	5
16	твоих родителей?	0	1	2	3	4	5
17	отношений с друзьями (приятелями)?	0	1	2	3	4	5
18	учебы?	0	1	2	3	4	5
19	твоей девушки (парня)?	0	1	2	3	4	5
20	того, что становишься взрослым?	0	1	2	3	4	5
	Случалось ли в последние несколько недель, что ...	Никогда	Очень редко	Редко	Часто	Очень часто	Почти всегда
21	у тебя были боли в желудке?	0	1	2	3	4	5
22	тебя мучило сильное сердцебиение?	0	1	2	3	4	5
23	ты был болен и не мог идти в школу?	0	1	2	3	4	5
24	ты страдал отсутствием аппетита?	0	1	2	3	4	5
25	у тебя было головокружение?	0	1	2	3	4	5
26	ты чувствовал сильную усталость?	0	1	2	3	4	5
27	ты радовался, когда тебе что-то удавалось?	0	1	2	3	4	5
28	ты радовался, когда другие тебя хорошо воспринимали?	0	1	2	3	4	5
29	ты чувствовал себя абсолютно счастливым?	0	1	2	3	4	5
30	у тебя было чувство, что все идет так, как тебе хочется?	0	1	2	3	4	5

### Обработка результатов

Для подсчета результатов баллы, полученные по шкалам опросника, суммируются в соответствии с ключами. Затем вычисляются показатели параметров «Удовлетворение» (сумма PA, SE, DM и JL) и «Неблагополучие» (сумма PR и SC).

### Ключи к опроснику

Наименование шкалы	Количество вопросов	Номера вопросов
Позитивное отношение к жизни (PA)	6	1, 2, 3, 4, 5, 6
Самооценка (SE)	4	7, 8, 9, 10
Депрессивное настроение (DM)	4	11, 12, 13, 14
Проблемы, беспокойства, тревоги (PR)	6	15, 16, 17, 18, 19, 20
Соматические жалобы (SC)	6	21, 22, 23, 24, 25, 26
Радость жизни (JL)	4	27, 28, 29, 30
Удовлетворение	18	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11*, 12*, 13*, 14*, 27, 28, 29, 30
Неблагополучие	12	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26.

Примечание: Пункты, обозначенные \*, – обратные.

### Результаты стандартизации Бернского опросника субъективного благополучия подростков

Ниже приведены психологические нормы по шкалам опросника (в «сырых» баллах).

Наименование шкалы	Средние значения М (стандартные отклонения SD)
Позитивное отношение к жизни	19,80 (6,12)
Самооценка	12,84 (4,07)
Радость жизни	12,17 (4,49)
Проблемы, беспокойства, тревоги	10,70 (3,87)
Соматические жалобы	11,26 (4,45)
Депрессивное настроение	11,28 (3,15)
Удовлетворение	50,62 (9,45)
Неблагополучие	11,17(4,75)

Рукапіс паступіў у рэдакцыю 21.10.2015

***Stupish S.V. The Procedure of Adaptation of Bern Questionnaire on Adolescents' Subjective Well-being***

*This article describes the procedure of adaptation of Bern Questionnaire on Adolescents' Subjective Well-being (A. Grob). Adapted Russian language version of the questionnaire is a reliable, valid and can be used for further research of subjective well-being of adolescents 11–16 years-old in the framework of hedonistic approach.*