Пять сторон детской жизни — глазами самого ребенка

ШУДЖИ · Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников

ШУДЖИ разработана российскими психологами на основе *Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale* — многомерной шкалы удовлетворенности жизнью школьников американского психолога Юджина Хюбнера (1994). Оригинальная публикация.

В основе подхода — идея, что общая оценка жизни складывается из оценок разных ее сторон. Ребенок может быть доволен отношениями в семье, но испытывать трудности в школе, или хорошо общаться с друзьями, но быть недовольным собой. Поэтому важно видеть не только общий показатель, но и отдельные сферы.

Российские авторы не просто перевели оригинальный опросник, а переработали его структуру и содержание. В исходной методике Хюбнера выделялись семья, друзья, школа, «я сам» и среда проживания. В ШУДЖИ вместо среды проживания появилась отдельная шкала отношений с учителями. Итоговая российская версия включает 30 утверждений — по шесть для каждой из пяти сфер.

Методика опирается на понимание удовлетворенности жизнью как когнитивного компонента субъективного благополучия: она показывает, как ребенок сам оценивает свою жизнь, а не насколько его условия соответствуют представлениям взрослых.

Шкала не является клиническим диагностическим тестом.

В опроснике 30 утверждений о семье, школе, учителях, друзьях и самом себе. Результат — пять показателей и общий балл удовлетворенности жизнью. На вопросы отвечает сам ребенок.

Параметр	Описание
Авторы	О. А. Сычев, Т. О. Гордеева, М. В. Лункина, Е. Н. Осин, А. Н. Сиднева, 2018
Основа	Разработана на основе MSLSS Е. С. Хюбнера; состав шкал российской версии отличается от оригинала
Формат	30 утверждений; 5 вариантов ответа; самоотчет ребенка
Результат	Пять шкал и общий показатель удовлетворенности жизнью
На ком проверена	483 учащихся 3–4-х классов четырех московских школ; средний возраст 9,64 года, 95% — 9–11 лет

Голос ребенка · ШУДЖИ · Материал подготовлен АНО «Эволюция и Филантропия» с использованием ИИ

Возрастные ограничения	Авторы рекомендуют применение начиная с 3-го класса. В статье 2018 года проверка выполнена на младших школьниках; она не подтверждает автоматически применимость нормативов ко всем возрастам
Время заполнения	В исходной статье норматив времени не указан

Пять сфер — пять вопросов для осмысления

Шкала	О чем рассказывают ответы
Семья	Насколько ребенку нравится проводить время с родителями, как он оценивает отношения и совместные занятия дома
Школа	Хочется ли ребенку идти в школу, интересно ли ему там и на занятиях
Учителя	Насколько ребенок доволен учителями, интересны ли они ему, может ли он обратиться за помощью
Я сам	Насколько ребенок нравится себе и положительно оценивает себя
Друзья	Как ребенок оценивает отношение друзей, общение с ними и возможность получить помощь

Для чего можно использовать результаты

Результаты помогают описать профиль удовлетворенности жизнью и выбрать темы для бережного обсуждения с ребенком. В исследованиях можно анализировать групповые показатели. При повторных измерениях можно описывать динамику баллов, но изменение баллов само по себе не доказывает эффект программы: для такого вывода нужен соответствующий дизайн оценки.

Что известно о качестве измерения

В исследовании 2018 года подтверждена пятифакторная структура. Внутренняя согласованность шкал (α Кронбаха): «Семья» — 0,82; «Школа» — 0,86; «Учителя» — 0,89; «Я сам» — 0,83; «Друзья» — 0,84. Для общего показателя α = 0,94. Показаны ожидаемые связи с невербальными оценками отношения к школе и жизни и с самооценкой. Эти результаты относятся к описанной авторами выборке, а не к любой возможной группе детей.

Как организовать заполнение

В исходном исследовании психологи зачитывали инструкции и утверждения вслух, а дети заполняли бланки. При переносе в электронную форму следует сохранить порядок, формулировки и варианты ответа. Эквивалентность бумажного и онлайн-формата отдельно в статье не проверялась.

Организационные рекомендации редакции: обеспечить добровольность участия и понятное объяснение цели опроса; не оценивать ответы как «правильные» или «неправильные»; заранее определить порядок доступа к индивидуальным данным и публикации агрегированных результатов. Ключ и служебные пояснения лучше отделить от формы, которую заполняет ребенок.

Анкета для ребенка

Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников (ШУДЖИ)

Текст инструкции и утверждений воспроизведен по приложению к авторской публикации [1]. Пустые клетки — оформление бланка, добавленное для удобства заполнения.

Инструкция: «Перед тобой список предложений. Пожалуйста, отметь, как часто они оказываются верными для тебя: никогда, иногда, часто, почти всегда, всегда».

№ / Утверждение	Никогда	Иногда	Часто	Почти всегда	Всегда
1. Мне нравится проводить время с родителями.	□	□	□	□	□
2. Утром мне хочется пойти в школу.	□	□	□	□	□
3. Большинство моих учителей мне нравятся.	□	□	□	□	□
4. Мне кажется, я выгляжу хорошо.	□	□	□	□	□
5. Мои друзья относятся ко мне хорошо.	□	□	□	□	□
6. Мои родители занимаются со мной интересными вещами.	□	□	□	□	□
7. Мне нравится в школе.	□	□	□	□	□
8. Я доволен своими учителями.	□	□	□	□	□
9. Другим со мной интересно.	□	□	□	□	□
10. Друзья хорошо обращаются со мной.	□	□	□	□	□
11. Моя семья лучше большинства других.	□	□	□	□	□
12. В школе интересно.	□	□	□	□	□
13. Я люблю слушать моих учителей.	□	□	□	□	□
14. Я приятный человек.	□	□	□	□	□
15. У меня хорошие друзья.	□	□	□	□	□

Анкета для ребенка · продолжение

№ / Утверждение	Никогда	Иногда	Часто	Почти всегда	Всегда
16. Члены моей семьи хорошо обращаются друг с другом.	□	□	□	□	□
17. Я бы хотел, чтобы можно было не ходить в школу.	□	□	□	□	□
18. Некоторые мои учителя — интересные люди.	□	□	□	□	□
19. Большинству людей я нравлюсь.	□	□	□	□	□
20. Мне нравится проводить время с друзьями.	□	□	□	□	□
21. Родители справедливо относятся ко мне.	□	□	□	□	□
22. Мне интересно на школьных занятиях.	□	□	□	□	□
23. Я всегда могу обратиться к учителям за помощью.	□	□	□	□	□
24. Есть много вещей, которые у меня хорошо получаются.	□	□	□	□	□
25. У меня достаточно друзей.	□	□	□	□	□
26. Дома я могу заняться множеством интересных вещей.	□	□	□	□	□
27. В школе я чувствую себя плохо.	□	□	□	□	□
28. С учителями интересно разговаривать.	□	□	□	□	□
29. Я нравлюсь себе как человек.	□	□	□	□	□
30. Мои друзья помогут мне, если понадобится.	□	□	□	□	□

Ключ: материал для специалиста

В анкете для ребенка обратные пункты не отмечаются. При обработке пункты 17 и 27 необходимо перекодировать.

Ответ	Прямые пункты	Пункты 17 и 27
Никогда	1	5
Иногда	2	4
Часто	3	3
Почти всегда	4	2
Всегда	5	1

Для обратных пунктов: новый балл = 6 − исходный балл. Остальные 28 пунктов кодируются прямо.

Шкала	Номера пунктов	Диапазон
Семья	1, 6, 11, 16, 21, 26	6–30
Школа	2, 7, 12, 17*, 22, 27*	6–30
Учителя	3, 8, 13, 18, 23, 28	6–30
Я сам	4, 9, 14, 19, 24, 29	6–30
Друзья	5, 10, 15, 20, 25, 30	6–30
Общий показатель	Все 30 пунктов с учетом обратного кодирования	30–150

По каждой шкале складываются баллы шести входящих в нее пунктов. Общий показатель — сумма всех 30 пунктов после перекодировки. Чем выше результат, тем выше удовлетворенность. Диапазоны рассчитаны из числа пунктов и правил кодирования.

Проверочный пример (условный): ответы на пункты «Школы» 2, 7, 12, 17, 22, 27 равны 4, 4, 3, 5, 4, 2. После перекодировки — 4, 4, 3, 1, 4, 4. Итог по шкале — 20 баллов.

Пропуски: в приложении к статье отдельный алгоритм не приведен. Не следует незаметно заменять пропуски нулями или считать неполную сумму сопоставимой с полной. Порядок обработки пропусков нужно согласовать до сбора и анализа данных.

Как читать результат — и чего он не означает

Основной результат — профиль пяти сфер. Низкий балл указывает на менее положительную оценку этой сферы, но не объясняет причин. Он не является диагнозом или доказательством неблагополучия семьи. Высокий общий балл также не исключает трудностей в отдельных сферах.

В статье нет универсальных порогов «низкий / средний / высокий». Ниже приведены описательные показатели исходной выборки, а не диагностические границы.

Показатель	Среднее	Стандартное отклонение
Семья	24,96	4,98
Школа	19,74	6,54
Учителя	22,68	6,30
Я сам	21,48	5,64
Друзья	24,18	5,46
Общий показатель	113,04	22,15

Источник: таблица 3 статьи [1]. Выборка: учащиеся 3–4-х классов московских школ. Эти значения не следует использовать как универсальные нормы для подростков или других групп.

Ссылки и атрибуция

[1] Сычев О. А., Гордеева Т. О., Лункина М. В., Осин Е. Н., Сиднева А. Н. Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников // Психологическая наука и образование. 2018. Т. 23. № 6. С. 5–15. DOI: 10.17759/pse.2018230601.

Авторская публикация: источник методики, ключа и данных проверки
https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2018_n6/pse_2018_n6_Sychev_Gordeeva_et_al.pdf#page=8

Онлайн-анкета на стороннем ресурсе PsyTests
https://psytests.org/life/mslss.html

Ссылка на PsyTests ведет к сторонней реализации, не к форме проекта «Голос ребенка». До направления участников следует проверить условия обработки данных и доступность результатов. Для сбора данных своей организацией потребуется отдельная анкета; в рамках подготовки этого документа она не создавалась.