

Оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийг судалсан нь

Арууна*, Очиржав Мягмар, Энхээ Октябрьжаргал

Монгол улс, Улаанбаатар, Монгол Улсын Боловсролын Их Сургууль, Боловсрол судлалын сургууль, Сэтгэл судлалын, арга зүйн тэнхим

*Холбоо барих зохиогч: aruun182@yahoo.com

ORCID – <https://orcid.org/0009-0004-0624-5348>

Хүлээн авсан: 2024.03.10

Засварласан: 2024.05.08

Хэвлэлтэд авсан: 2024.05.15

Хураангуй

Динерийн 1985 онд боловсруулсан "Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал"-аар МУИС, МУБИС, ХААИС зэрэг Их дээд сургуулийн (n=300) оюутнуудыг хамруулан сэтгэц хэмжил зүйн үзүүлэлтүүдийг тооцон дүн шинжилгээ хийсэн болно. Энэхүү судалгааны үр дүнд асуулгын найдварт чанарын үзүүлэлт 0.86 байсан бөгөөд гурван сарын дараах тест-ретестын найдварт чанар нь 0.67 (n = 77) байв. Тохироц чанарын индексүүд $\chi^2=21.60$, $df = 2.423$, $RMSEA = 0.05$, $CFI = 0.965$, $GFI = 0.951$ гарсан нь асуулгын загвар бүтэц нийцтэй байгааг илэрхийлж байна. Амьдралын сэтгэл ханамжийн нийт оноо нь эерэг сэтгэл хөдлөлтэй статистикийн ач холбогдол бүхий хамааралтай ($R = 0.327$) байсан бол сөрөг сэтгэл хөдлөлтэй статистикийн ач холбогдол бүхий ($R = -0.223$) сөрөг хамааралтай байв. Асуулгын найдварт тохироц чанар хангалттай байгаа нь Монгол оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэхүйц шалгуур үнэлгээ хангасан судалгааны арга зүй болохыг баталж байна. Монгол оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамж дунджаас дээгүүр түвшинд байгаа бөгөөд амьдралын сэтгэл ханамж хүйсийн хувьд статистикийн ач холбогдол бүхий ялгаа ажиглагдаагүй. Анги болон мэргэжлийн хувьд статистикийн ач холбогдол бүхий ялгаатай байсан. Тухайлбал, Урлагийн чиглэлээр суралцаж буй оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн нийт оноо нь байгалийн ухаан болон нийгмийн ухааны мэргэжлийн оюутныхаас өндөр байлаа. Нэгдүгээр курсийн оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн оноо харьцангуй өндөр, харин гуравдугаар курсийн оюутнуудын хамгийн доогуур үзүүлэлттэй байв.

Түлхүүр үг: Амьдралын сэтгэл ханамж · Аз жаргал · Эерэг сөрөг сэтгэл хөдлөл

Удиртгал

Аз жаргалын талаарх шинжлэх ухааны судалгаа шинжилгээний чиглэл харьцангуй шинэ боловч хүн төрөлхтний сайн сайхныг мэдрэх гэсэн хүсэл болоод энэ асуудалд анхаарал хандуулсан нь олон мянган жилийн тэртээгээс эхлэлтэй. Улмаар уг шинж чанар нь сэтгэл зүйн чухал онолуудад ч нөлөөлсөн байдаг (McMahon, 2006, p. 15-20). Нэгдүгээрт, сайн сайхныг хүртэх мэдрэмж нь сэтгэл хөдлөл, зан үйлийн өөрийгөө зохицуулахад чухал үүрэг гүйцэтгэж байдаг (Hervás & Vázquez, 2006, p.9). Нөгөөтэйгүүр сэтгэл зүйн сайн сайхан



байдлыг үнэлэх нь маш чухал ажил бөгөөд шинжлэх ухааны томоохон сорилт юм. Сэтгэл судлалын салбарт амьдралын сэтгэл ханамжийн хэмжүүрийг ихэвчлэн үнэлгээний зарчмаар ашигладаг. Учир нь сэтгэл судлалын ойлголтоор бол сэтгэл ханамж нь тухайн хүний амьдралын ерөнхий түвшинг үнэлдэг (Zhou and Zhou, 2008, p.807). Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал (SWLS) нь дэлхий даяар хэвлэгдэн гарч буй амьдралын сэтгэл ханамжийн талаарх судалгаанд хамгийн түгээмэл хэрэглэгддэг хэмжүүр юм (Vásquez et al., 2013, p.1-15). Өнөөгийн байдлаар амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргыг 39 улс өөрсдийн хэлээр орчуулан, хэрэглээнд нэвтрүүлжээ. Жишээлбэл, Испани (Vásquez et al., 2013, p.1-15), Бразил (Gouveia et al., 2009, p.267-277) Малайз (Swami and Chamorro-Premuzic, 2009, p.25-33), Швед (Hultell and Gustavsson, 2008, p.1070) зэрэг улсыг нэрлэж болох юм. SWLS-ийн тусгай хувилбаруудыг хүүхэд, өсвөр насныхны хөгжил төлөвшлийн нөхцөл байдалд нийцүүлэн боловсруулж хэрэглэсэн тохиолдол ч бий (Zimet, et al., 1988, p.30, Di Fabio et al., 2008, p.339). SWLS аргачлал нь найдварт чанарыг хангасан аргачлал болохыг аль хэдийн баталсан бөгөөд соёл хоорондын судалгаагаар тодорхой үр дүнг харуулсан. Тухайлбал, Грек хэл дээрх асуулгын Кронбах альфа коэффициент нь 0.84 байсан бол (Michael Galanakis нар 2017, p.120), Чех хэл дээрх асуулгын Кронбах альфа коэффициент нь 0.90 гэсэн үр дүнд хүрсэн (Radka Hanzlová, 2022, p.371-385) байна. SWLS нь амьдралын сэтгэл ханамжийн бусад хэмжүүрүүд (Pavot, W & Diener, E, 1993, p.164) болон сэтгэл зүйн сайн сайхан байдалтай (Lyubomirsky & Lepper, 1999, p.137) хүчтэй хамааралтай болохыг нотолсон байна.

Энэхүү судалгаа нь оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн байдлыг тогтоох аргачлалын найдварт чанар болон тохироц чанарыг системтэйгээр шалгахад оршино. Оюутнууд ажил амьдралд хөл тавих чухал үе дээр байгаа бөгөөд боловсрол, ажил мэргэжил, хувь хүний хөгжлийн хувьд дараалсан олон сорилттой тулгардаг билээ. Тиймээс оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийг хэрхэн ойлгож буйг оновчтой тодорхойлох, улмаар нөхцөл байдлыг сайжруулах нь тэдний сэтгэцийн эрүүл мэнд, аз жаргалын мэдрэмжийг дээшлүүлж ирээдүйдээ илүү итгэлтэй болгох чухал ач холбогдолтой юм.

Судалгааны арга зүй

Энэхүү судалгаанд Монгол Улсын Их Сургууль (МУИС), Монгол Улсын Боловсролын Их Сургууль (МУБИС) болон Хөдөө Аж Ахуйн Их Сургууль (ХААИС)-ийн нийт 300 оюутан хамрагдсан бөгөөд тэдний 17-23 насны бакалаврын түвшинд суралцаж буй оюутнууд (дундаж нас = 19.5, SD = 4.5, 72% эмэгтэй, 28% эрэгтэй) юм. Судалгааны бүх өгөгдлийг цаасан хэлбэрийн асуулгаар мэдээлэл цуглуулав. Эдгээрээс 19 нь хүчингүй (6.2%), 281 нь хүчинтэй (93.8%) байлаа. Судалгаанд цуглуулсан өгөгдлүүдийг SPSS 26.0 ба AMOS-26.0 програмуудаар статистикийн шинжилгээ хийж, үр дүнг нэгтгэв. Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын (SWLS) найдварт чанарыг дотоод нийцтэй байдал (Internal Consistency), Тест-Ритест хоёр аргаар тогтоосон. Дотоод нийцтэй байдлыг үнэлэхийн тулд таван хүчин зүйлийн Кронбахын альфа коэффициентыг тус тус тооцсон бол тест-ритестын чанарыг гурван сарын дараа ижил бүлгийн оролцогчдыг (77 хүн) шалгасан бөгөөд хоёр

тестийн хоорондын хамаарлын коэффициент нь цаг хугацааны явцад асуулгын тогтвортой байдлыг харуулсан. Аргачлалын тохироц чанарыг хүчин зүйлийн анализ (Factor Analysis, FA), үндсэн бүрэлдэхүүн хэсгийн шинжилгээ (Principal Component Analysis; PCA) аргаар тухайн аргачлалын нэг хэмжээст бүтцийг батлан, батлах хүчин зүйлийн анализ (Confirmatory Factor Analysis, CFA) аргаар энэхүү бүтцийн хүчин төгөлдөр байгааг баталсан болно ($GFI > 0.9$, $CFI > 0.9$, $NFI > 0.9$, $RMSEA < 0.5$, $KMO > 0.6$). Бид энэхүү судалгаандаа монгол оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн нөхцөл байдалд статистикийн дүн шинжилгээ хийхэд хүйс, мэргэжил болон курсийн хувьд ялгаатай байгаа эсэхийг давхар судалсан болно. Судалгаа нь оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн хүн ам зүйн шинж чанарыг харуулахын тулд бие даасан t-test болон вариацийн дүн шинжилгээг ашигласан бөгөөд ач холбогдлын утга $P < 0.05$ -ээр авсан.

Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал (SWLS) нь сэтгэл зүйн сайн сайхан байдлын (SWB) танин мэдэхүйн бүрэлдэхүүн хэсэг бөгөөд энэхүү аргачлал нь тухайн хүнээс амьдралдаа хэр сэтгэл хангалуун байгааг өөрийн өнцгөөс дүгнэлт хийлгэхэд оршино. Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал нийт 5 асуултаас бүрдсэн, судалгаанд оролцогчид асуулт бүрийг уншаад лайкэрт (Likert)-ийн 7 оноот хуваарийн 1-ээс (огт санал нийлэхгүй байна) 7 (бүрэн санал нийлж байна) хүртэл онооноос сонгож хариулна. Нийт өгөгдлүүдийн оноог нэмж амьдралын сэтгэл ханамжийн түвшний оноог гаргадаг. Онооны боломжит хязгаар нь 5 болон 35 хооронд байх ба өндөр оноотой байх нь амьдралдаа сэтгэл ханамж өндөртэй байгааг илтгэнэ. SWLS-ийн англи хэлний эх тестийн найдвартай чанар нь 0.87, хоёр сарын дараа дахин шалгахад найдвартай чанар нь 0.82 (Diener et al., 1985, p.167). Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал (SWLS)-ыг монгол хэл руу орчуулгыг оновчлох мөн соёлын ялгаатай байдлын улмаас ойлголтын зөрүүг арилгах үүднээс буцаах орчуулгын аргыг ашигласан.

Эерэг ба сөрөг нөлөөллийг хэмжих аргачлал (PANAS) нь эерэг ба сөрөг нөлөөллийг хэмжих зориулалттай хорин үгнээс бүрдсэн өөрийгөө тайлагнах асуулга юм (Watson, et al., 1988, p.54). Бразил, Литва, Хятад болон бусад улс орнуудад хийсэн судалгаагаар PANAS асуулга нь соёл хоорондын зөрүүг багасгахад чухал ач холбогдолтой юм.

Судалгааны үр дүн

Асуултуудын анализ:

Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын Монгол хувилбарын таван асуултын дундаж 4.41 (дээд/доод утга нь 3.69-4.96, $SD=1.46$) байгаа тул Монгол оюутнуудын сэтгэл ханамж дундаас өндөр түвшинд байгаа нь харагдаж байна (Хүснэгт 1).

Хүснэгт 1

Амьдралын сэтгэл ханамжийн статистик үр дүн

Items	n	Mean	SD
Q1	300	4.10	1.38
Q2	300	4.83	1.37
Q3	300	4.96	1.29
Q4	300	4.47	1.47
Q5	300	3.69	1.78
Дундаж	300	4.41	1.46

Тайлбар: Q1. Миний одоогийн амьдрал мөрөөдлийн амьдралтай олон талаараа ойролцоо, Q2. Миний амьдралын нөхцөл маш сайн. Q3. Би амьдралдаа маш сэтгэл хангалуун байдаг. Q4. Би чухалчлан хүссэн зүйлсээ амьдралаас олж авсаар байгаа, Q5. Хэрвээ дахин амьдарч болох байсан бол би одоогийн амьдралаасаа бараг юуг ч өөрчлөхгүй.

Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын Монгол хувилбарын таван асуултын онооны хамаарлын коэффициентуудын 0.406-0.585 ($P < 0.001$) хоорондын дундаж хамаарал 0.512 байгаа нь асуултын хоорондын хамаарал дундаж түвшинд байгааг илэрхийлж байна. Асуулт тус бүр олон онооны хоорондын хамаарлын коэффициент 0.716-0.807 ($P < 0.001$) байна (Хүснэгт 2).

Хүснэгт 2

Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын асуултуудын хоорондын хамаарлын үр дүн

Items	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	t
Q1	1					
Q2	.479**	1				
Q3	.586**	.545**	1			
Q4	.538**	.382**	.503**	1		
Q5	.455**	.406**	.423**	.447**	1	
SWLS	.807**	.716**	.794**	.746**	.744**	

** $P < 0.001$

Найдварт чанар: Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын Монгол хувилбарын Кронбах альфа коэффициент 0.86, тест-ритест найдварт чанар нь 0.67, ач холбогдлын утга бүр $P < 0.001$ -ийг хангана. Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын Монгол хувилбар нь бүтцийн хувьд тогтвортой, цаг хугацаанаас үл хамааран тухайн шинж чанарыг найдвартай үнэлж болохуйц болох нь харагдаж байна.

Судалгааны тохироц чанар

Шинжлэх хүчин зүйлийн анализ EFA: Аргачлалын бүтцийн нийцтэй байдлыг судлах зорилгоор анализ хийхэд $KMO=0.835$, $\chi^2=178.4$, $df=10$, $P < 0.001$, энэхүү өгөгдөл нь дараачийн шатны анализ болох фактор анализ хийх боломжтойг тодорхойлов. Хүчин зүйлийн тоог хязгаарлахгүй нөхцөлд үндсэн хүчин зүйл болон үндсэн бүрэлдэхүүн хэсгийн шинжилгээ (Principal Component Analysis, PCA) аргаар судалсан үр дүнд өгөгдөл нь 1 > бөгөөд нийт хувьсагчийн 65.84%-ийг тайлбарлаж болох нэгэн хүчин зүйлийг гаргасан. Асуулт бүрийн хүчин

зүйлийн ачаалал FL (Factor Loading) нь 0.771-0.837 хооронд байгаа нь Q1, Q2, Q3, Q4, Q5-ийн хувьд FL буюу хүчин зүйлийн ачаалал хангалттай сайн байгааг баталж байна (Хүснэгт 3).

Хүснэгт 3

Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын (SWLS) фактор анализын үр дүн

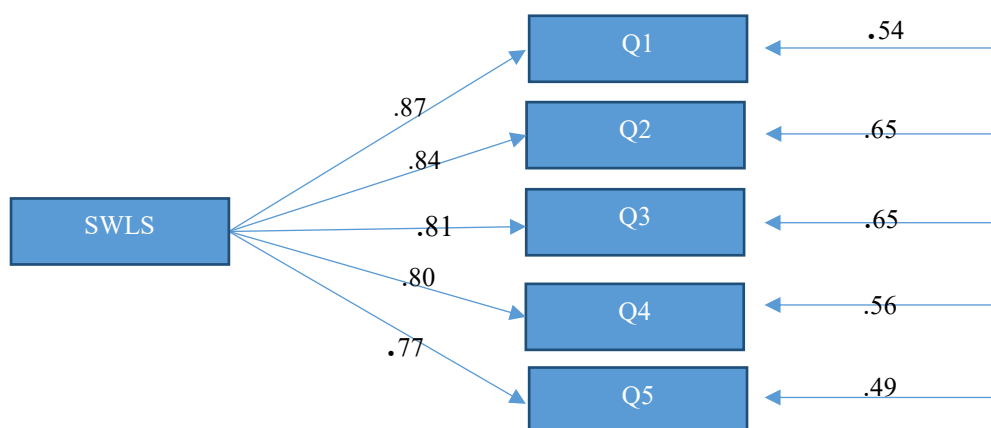
Items	Component Matrix	Communalities
Q1	.837	.641
Q2	.836	.699
Q3	.810	.701
Q4	.801	.656
Q5	.771	.595
Total variance explained	65.84%	

Батлах хүчин зүйлийн анализ Confirmatory Factor Analysis, CFA:

Батлах хүчин зүйлийн анализын үр дүнг (Зураг 1) харуулав. Хүчин зүйлийн загвар тохирох индекс $\chi^2=21.60$, $d.f = 2.4$, $RMSEA = 0.05$, $CFI = 0.96$, $GFI=0.95$, асуулт бүрийн хүчин зүйлийн ачаалал FL (Factor Loading) (SWLS-с Q руу чиглэсэн) бүгд 0.5-аас их байна, асуулт тус бүрийн AVE утгууд (эсрэг талаас нь Q руу чиглэсэн) бүгд 0.5-аас их байгаа нь конвергент тохироц чанарын байдал сайн, өгөгдөл ба онолын загвар сайн тохирч байгааг харуулж байна.

Зураг 1

Амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлалын (SWLS) батлах хүчин зүйлийн анализын үр дүн



SWLS болон сэтгэцийн эрүүл мэндийн бусад аргачлал:

SWLS-ийн Монгол хувилбар нь сэтгэцийн эрүүл мэндийн бусад аргачлалтай статистикийн холбоо хамааралтай байх эсэхийг тодорхойлох зорилгоор амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал болон эерэг ба сөрөг нөлөөллийг

хэмжих аргачлал (PANAS) хооронд хамаарлыг судалсны үр дүнд амьдралын сэтгэл ханамж ба эерэг нөлөөллийн хооронд статистикийн ач холбогдол бүхий эерэг хамаарал (0.327**), сөрөг нөлөөлөлтэй статистикийн ач холбогдол бүхий сөрөг хамааралтай (-0.223**) байна.

Оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн нөхцөл байдал:

Энэхүү судалгаа нь SPSS-ийн бие даасан t-test болон вариацийн дүн шинжилгээ (ANOVA) аргаар оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн байдлын ялгааг хүйс, курс(1-4), мэргэжил (нийгмийн, байгалийн ухааны, урлагийн) гэсэн гурван хэмжээсээр судалсан.

Хүснэгт 4

Мэргэжлийн хоорондын амьдралын сэтгэл ханамжийн ANOVA шинжилгээний үр дүн

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	398.288	2	199.144	5.089	.007
Within Groups	11622.629	297	39.133		
Total	12020.917	299			

** P>0.01

Хүснэгт 5

Анги хоорондын амьдралын сэтгэл ханамжийн ANOVA шинжилгээний үр дүн

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	362.226	3	120.742	3.065	.028
Within Groups	11658.691	296	39.387		
Total	12020.917	299			

* P>0.05

Судалгааны үр дүнд амьдралын сэтгэл ханамжийн нийт оноо нь хүйсийн (эрэгтэй, эмэгтэй) хувьд статистикийн ач холбогдол бүхий ялгаа ажиглагдаагүй ($t=1.69$, $df=298$, $P=0.091$) болно. Хүснэгт 4 болон 5-д харуулсан амьдралын сэтгэл ханамжийн нийт оноо нь өөр өөр анги (1-4 курс), мэргэжлийн хувьд статистикийн ач холбогдол бүхий ялгаа ажиглагдаж ($P < 0.05$) байна. Тухайлбал, урлагийн чиглэлээр суралцаж буй оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн нийт оноо нь байгалийн ухаан болон нийгмийн ухааны мэргэжлийн оюутныхаас өндөр байлаа. Нэгдүгээр курсийн оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн оноо харьцангуй өндөр, харин гуравдугаар курсийн оюутнуудын доор үзүүлэлтэй. Энэ нь тухайн судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын хувьд амьдралын сэтгэл ханамж байдал нь хүн ам зүйн хүйсийн хувьд харьцангуй тогтвортой болохыг харуулж, курс ба мэргэжлийн хувьд өөрийн гэсэн онцлогтой болохыг харуулж байна.

Хэлэлцүүлэг

SWLS (Satisfaction With Life Scale, SWLS) нь энгийн бөгөөд ойлгоход хялбар байдлаараа соёл хоорондын судалгаанд үнэ цэнтэй психометрийн хэмжүүр болдог. Pavot & Diener (1993) нар SWLS-ийн талаар хийсэн судалгааны ажлаар

уг асуулга нь өөр өөр улс орон, соёлын судалгаанд ашиглаж болохуйц шалгуур хэмжүүр болохыг тогтоожээ Radka and Hanzlová (2022, p.371-385). Чех улсад хийсэн судалгаагаар ижил төстэй үр дүнг олсон нь өөр өөр соёлын орчинд амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал SWLS-ийн тогтвортой байдлыг дахин баталсан. Барууны орнуудад явуулсан судалгааны үр дүнгээр мөн л амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх аргачлал SWLS-ийн соёлын хувьд дасан зохицох чадвартайг дэмжсэн үр дүнтэй. Жишээлбэл, Tay & Diener (2011 p.354-367) Зүүн Ази болон Зүүн өмнөд Азийн орнуудад хийсэн судалгаагаараа соёлын томоохон ялгаанаас үл хамааран SWLS нь амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэхэд хүчинтэй хэвээр байгааг тогтоожээ. Амьдралын сэтгэл ханамжид нөлөөлөх хүчин зүйлсийн тухай Ли Шуан 2023 онд хийсэн судалгаагаар оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн байдал нь хүйс болон мэргэжлийн хувьд статистикийн ач холбогдол бүхий ялгаа ажиглагдаагүй байна. Судалгааны түүвэр нь Улаанбаатар хотын их, дээд сургуулийн оюутнуудаас бүрдсэн нь тухайн судалгааны аргыг дараа дараагаар илүү өргөн бүс нутаг, илүү олон хүн ам зүйн үзүүлэлтийг хамруулах гүнзгийрүүлсэн судалгаа хийхийн суурь судалгаа болох чухал ач холбогдолтой юм. Түүнчлэн, амьдралын сэтгэл ханамжийн талаарх стандартын асуулга болон олон хэмжээст амьдралын сэтгэл ханамжийн асуулга (MSLSS; Vásquez et al., 2013, p.617-632) зэрэг бусад хэмжүүрүүдийг ашиглан цогц судалгаа хийх нь Монгол хүний амьдралын сэтгэл ханамжийг цогцоор нь ойлгоход чухал ач холбогдолтой билээ.

Дүгнэлт

Монгол оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийг үнэлэх судалгааны (Монгол хувилбар) үр дүнд тухайн шалгуур үнэлгээний найдварт болон хүчин тохирц чанар нь хүчин төгөлдөр болохыг батлагдаж байна. Асуулт тус бүрийн нийт оноо нь статистик ач холбогдол бүхий эерэг хамааралтай бөгөөд өндөр болон харьцангуй доор онооны бүлгийн хооронд статистикийн ялгаатай байгаа нь SWLS-ийн Монгол хэл дээрх хувилбарын хувьд асуултуудын дотоод уялдаа сайтай, тогтвортой шалгуур үнэлгээ болсныг харуулж байна. Найдварт чанарын шинжилгээний үр дүнгээс үзэхэд SWLS-ийн Кронбах альфа коэффициент 0.86, гурван сарын дараа тест-ритестын найдвартай чанар нь 0.67 байлаа. Тохирц чанарын хувьд хүчин зүйлийн анализ хийснээр аргачлалын нэг хэмжээст хүчин төгөлдөр дотоод бүтэцтэй болох нь харагдаж байна. Тухайн аргачлал нь сэтгэцийн эрүүл мэндийн бусад аргачлалтай нягт холбоотой, тухайлбал, эерэг нөлөөллийн аргачлалтай (PANAS-PA) статистикийн ач холбогдол бүхий эерэг хамааралтай байсан бол сөрөг нөлөөллийн аргачлалтай (PANAS-NA) статистикийн ач холбогдол бүхий сөрөг хамааралтай байв. Үзүүлэлт бүр нь психометрийн шаардлагад нийцэж, Монгол оюутнуудын амьдралын сэтгэл ханамжийн байдлыг зөв оновчтой үнэлж болох стандарт шалгуур болсныг баталж байна. Тухайн судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын хувьд амьдралын сэтгэл ханамж байдал нь хүн ам зүйн хүйсийн хувьд харьцангуй тогтвортой, курс, мэргэжлийн хувьд өөрийн гэсэн онцлогтой байна.

Ашигласан бүтээлийн жагсаалт

- McMahon, D.M. (2006). *Happiness: A history*. New York, NY:Grove Press.
- Hervás G., & Vázquez C. (2006). Emotion regulation: Models, research and implications for mental and physical health. *Revista de Psicología General & Aplicada*, 59, 9–32.
- Gouveia, V. V., Milfont, T. L., Da Fonseca, P. N., & de Miranda Coelho, J. A. P. (2009). Life satisfaction in Brazil: Testing the psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in five Brazilian samples. *Social Indicators Research*, 90(2), 267-277. doi:<https://doi.org/10.1007/s11205-008-9257-0>
- Swami, V., & Chamorro-Premuzic, T. (2009). Psychometric evaluation of the Malay Satisfaction with Life Scale. *Social Indicators Research*, 92(1), 25-33. doi:<https://doi.org/10.1007/s11205-008-9295-7>
- Hultell, D., & Gustavsson, J. P. (2008). A psychometric evaluation of the Satisfaction with Life Scale in a Swedish nationwide sample of university students. *Personality and Individual Differences*, 44(5), 1070-1079. doi:<https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.10.030>
- Zimet, G.D.; Dahlem, N.W.; Zimet, S.G.; Farley, G.K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *J. Personal. Assess.* 52(1), 30–41. doi:https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2
- Di Fabio, A.; Busoni, L. (2008). Measuring perceived social support: Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) in a sample of university students. *Risorsa Uomo*, 2008(3), 339–350
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172. doi:<https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137-155. doi:<https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi:https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Michael Galanakis, Agathi Lakioti, Christos Pezirkianidis, Eirini Karakasidou Dr. Anastasios Stalikas. (2017). Reliability and Validity of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in a Greek Sample. *The International Journal of Humanities & Social Studies*. 20-127.
- Radka Hanzlová. (2022). An Item Response Theory Analysis and Psychometric Properties of the Czech Version of the Satisfaction with Life Scalep. *Survey Research Methods* 16(3), 371-385 doi:<https://doi.org/10.18148/srm/2022.v16i3.7940>

A Study on College Students' Life Satisfaction

Aruna*, Ochirjav Myagmar, Enkhee Oktyabrijargal

Department of Psychology, School of Educational Studies, Mongolian National University of Education, Ulaanbaatar, Mongolia

*Corresponding Author: aruun182@yahoo.com

ORCID – <https://orcid.org/0009-0004-0624-5348>

Received: 2024.03.10

Revised: 2024.05.08

Accepted: 2024.05.15

Abstract

This study was based on the " Satisfaction with Life Scale " written by Diner in 1985 and included college students (n=300) from NUM, MNUE, MULS in order to analyze the psychometric indicators of the scale. The reliability of the scale was 0.86 and the test-retest coefficients was 0.67 in a follow-up study three months later (n=77). The validity indices were $\chi^2=21.60$, $df=2.423$, $RMSEA=0.05$, $CFI=0.965$, and $GFI=0.951$, indicating a good model fit. The total life satisfaction score was positively correlated with positive affect ($r=0.327$) and negatively correlated with negative affect ($r=-0.223$). The high reliability and validity indicators indicate that this scale is a scientifically valid method for assessing the life satisfaction among Mongolian college students. Mongolian college students' life satisfaction was generally above average, and no significant gender differences were observed. However, differences were notable across major and grade. Specifically, students in art major reported higher life satisfaction scores compared to those in natural and social science majors. Freshmen had higher life satisfaction scores, while juniors had lower scores.

Keywords: Life satisfaction · Happiness · Positive and negative emotions

Introduction

While scientific research on happiness is relatively new, the human desire for well-being has been a concern for thousands of years. This interest has influenced important psychological theories (McMahon, 2006, p.15-20). Firstly, well-being plays a critical role in emotional and behavioral self-regulation (Hervás & Vázquez, 2006, p.9). On the other hand, assessing psychological well-being is both a crucial task and a significant scientific challenge. In psychology, life satisfaction measures are commonly used to evaluate an individual's overall life contentment (Zhou and Zhou, 2008, p.807). The Satisfaction With Life Scale (SWLS) is the most widely used measurement globally for measuring life satisfaction (Vásquez et al., 2013, pp.1-15). Currently, 39 countries have translated and implemented the SWLS in their languages, including Spain (Vásquez et al., 2013, pp.1-15), Brazil (Gouveia et al., 2009, pp.267-277), Malaysia (Swami and Chamorro-Premuzic, 2009, pp.25-33), and Sweden (Hultell and Gustavsson, 2008, p.1070). There are also cases where special versions of the SWLS have been developed and used for children and adolescents (Zimet et al., 1988, p.30; Di Fabio et al., 2008, p.339). The SWLS has proven to be a

reliable measurement, with cross-cultural studies yielding consistent results. For instance, the Cronbach's alpha coefficient was 0.84 for the Greek version (Michael Galanakis et al., 2017, p.120) and 0.90 for the Czech version (Radka Hanzlová, 2022, pp.371-385). The SWLS also shows strong correlations with other life satisfaction measures (Pavot & Diener, 1993, p.164) and psychological well-being (Lyubomirsky & Lepper, 1999, p.137).

This study aims to systematically examine the reliability and validity of methods for determining students' life satisfaction. Students face significant challenges in education, career, and personal development, making it crucial to accurately assess their life satisfaction to improve their mental health and future confidence.

Methodology

This study involved 300 undergraduate students from the National University of Mongolia (NUM), the Mongolian National University of Education (MNUE), and the Mongolian University of Life Sciences (MULS). Participants were aged 17 to 23, with an average age of 19.5 years ($SD = 4.5$). The sample consisted of 72% females and 28% males. Data collection was conducted through a paper-based questionnaire, resulting in 281 valid responses (93.8%) and 19 invalid ones (6.2%). The data were analyzed using SPSS 26.0 and AMOS-26.0 software. To determine the reliability of the Satisfaction with Life Scale (SWLS), two methods were used: Internal Consistency and Test-Retest. Internal consistency was assessed by calculating Cronbach's alpha coefficients for the five factors of the SWLS. Test-retest reliability was evaluated by re-administering the survey to 77 participants after three months, with the correlation coefficient between the two tests indicating the stability of the questionnaire over time.

Consistency of the SWLS was further confirmed through factor analysis (FA) and principal component analysis (PCA), both of which supported the one-dimensional structure of the method. Confirmatory factor analysis (CFA) validated this structure, with goodness-of-fit indices ($GFI > 0.9$, $CFI > 0.9$, $NFI > 0.9$, $RMSEA < 0.5$, $KMO > 0.6$) indicating a good model fit. The study also examined differences in life satisfaction among Mongolian students based on gender, profession, and year of study. Independent t-tests and analysis of variance were used for this analysis, with a significance level set at $P < 0.05$. The SWLS assesses the cognitive component of psychological well-being (SWB) by asking individuals to rate their life satisfaction. Participants responded to each item on a 7-point (Likert) scale, ranging from 1 (strongly disagree) to 7 (strongly agree). The scores from all questions are summed to produce an overall life satisfaction level score. The possible range of scores is between 5 and 35, with higher scores indicating greater life satisfaction. The original SWLS has a reliability score of 0.87 and a test-retest reliability of 0.82 after two months (Ed Diener, 1985, p.167). The SWLS was translated and culturally adapted for Mongolian students to ensure accurate understanding and eliminate cultural differences.

Additionally, the Positive and Negative Affect Scale (PANAS) was used to measure positive and negative affect. The PANAS is a twenty-word self-report questionnaire (Watson et al., 1988, p.54). Previous research in Brazil, Lithuania, China, and other

countries has demonstrated the effectiveness of the PANAS in reducing intercultural differences, which underpinned its inclusion in this study.

Results

Analysis of Questions:

The mean score for the five questions on the Mongolian version of the life satisfaction assessment is 4.41, with scores ranging from 3.69 to 4.96 (SD=1.46), indicating higher than average level of life satisfaction among Mongolian students, see the results in Table 1. The average correlation between the scores of the five questions is 0.512, with individual correlations ranging from 0.406 to 0.585 ($P < 0.001$), indicating moderate inter-question correlation. The correlation coefficients between each question and the total score range from 0.716 to 0.807 ($P < 0.001$), see the results in Table 2.

Table 1
Descriptive statistics results of life satisfaction

Items	n	Mean	SD
Q1	300	4.10	1.38
Q2	300	4.83	1.37
Q3	300	4.96	1.29
Q4	300	4.47	1.47
Q5	300	3.69	1.78
Average	300	4.41	1.46

Table 2
Correlations between items in the Satisfaction with Life Scale

Items	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	t
Q1	1					
Q2	.479**	1				
Q3	.586**	.545**	1			
Q4	.538**	.382**	.503**	1		
Q5	.455**	.406**	.423**	.447**	1	
SWLS	.807**	.716**	.794**	.746**	.744**	

** $P < 0.001$

Reliability:

The Cronbach's alpha coefficient of the Mongolian version of the life satisfaction assessment method is 0.86. The test-retest reliability is 0.67, with all significance levels meeting $P < 0.001$, indicating high internal consistency. This demonstrates that the Mongolian version of the life satisfaction assessment method is structurally stable and can be reliably assessed over time.

Validity:

Exploratory Factor Analysis (EFA): To analyze the structural consistency of the method, the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) measure of sampling adequacy was 0.835, and Bartlett's test of sphericity was significant ($\chi^2 = 178.4$, $df = 10$, $P < 0.001$). This data confirmed the suitability of the dataset for factor analysis as the next level of analysis. Without limiting the number of factors, the results of principal component analysis (PCA) revealed that the data supports a single factor, which explains 65.84% of the total variance. The factor loadings for the questions range from 0.771 to 0.837, confirming good loadings for Q1, Q2, Q3, Q4, and Q5, see the results in Table 3.

Table 3
Factor analysis of the Satisfaction with Life Scale (SWLS)

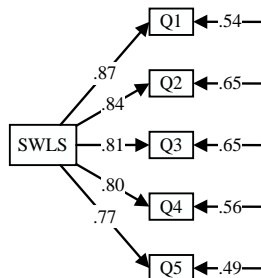
Items	Component Matrix	Communalities
Q1	.837	.641
Q2	.836	.699
Q3	.810	.701
Q4	.801	.656
Q5	.771	.595
Total variance explained	65.84%	

Confirmatory Factor Analysis (CFA):

The CFA results (Figure 1) show a good model fit with indices: $\chi^2 = 21.60$, $df = 2.4$, $RMSEA = 0.05$, $CFI = 0.96$, $GFI = 0.95$. Factor loadings for each question are greater than 0.5, and the average variance extracted (AVE) values are also above 0.5, indicating good convergent validity and a strong fit between the data and the theoretical model.

Figure 1

The results of the confirmatory factor analysis of the Satisfaction with Life Scale (SWLS)



Relationship with Other Measures:

To determine whether the Mongolian version of the SWLS has a statistical relationship with other mental health measures, its relationship with the Positive and Negative Affect Scale (PANAS) was examined. The results showed a statistically significant positive correlation between life satisfaction and positive affect (0.327**), and a statistically significant negative correlation with negative affect (-0.223**).

Conditions of Students' Life Satisfaction:

The study investigated differences in life satisfaction across gender, academic year (grade 1-4), and major area of study (social sciences, natural sciences, arts) using SPSS for independent t-tests and analysis of variance (ANOVA).

There was no statistically significant difference in life satisfaction scores between male and female students ($t = 1.69$, $df = 298$, $P = 0.091$). Table 4 and Table 5 reveal statistically significant differences in life satisfaction scores based on major and grade of study ($P < 0.05$). Art students reported higher life satisfaction than those in natural and social sciences. Additionally, life satisfaction scores of first-year students were relatively high, while those of third-year students were lower. This suggests that while life satisfaction is relatively stable across gender, it varies significantly with academic year and field of study.

Table 4

The results of the ANOVA analysis of life satisfaction across major

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	398.288	2	199.144	5.089	.007
Within Groups	11622.629	297	39.133		
Total	12020.917	299			

** $P > 0.01$

Table 5

The results of the ANOVA analysis of life satisfaction among grade

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	362.226	3	120.742	3.065	.028
Within Groups	11658.691	296	39.387		
Total	12020.917	299			

* $P > 0.05$

Discussion

The SWLS (Satisfaction with Life Scale) is a valuable psychometric measure for cross-cultural research due to its simplicity and ease of understanding. Pavot and Diener (1993) highlighted the SWLS as a criterion measure which is effective in various countries and cultures. Radka and Hanzlová (2022, p.371-385) confirmed these findings in a study conducted in the Czech Republic, reaffirming the SWLS's stability in different cultural contexts. Studies in Western countries further support the SWLS's cultural adaptability. For instance, Tay & Diener (2011 p.354-367) found

the SWLS valid for assessing life satisfaction in East Asian and Southeast Asian countries, despite significant cultural differences. Similarly, Li Shuang's 2023 study found no statistically significant differences in life satisfaction among students based on gender and profession.

Our study focused on university students in Ulaanbaatar, providing a foundation for broader regional research with more diverse demographic indicators. In addition, comprehensive research using other measures, such as the Standard Life Satisfaction Instrument and the Multidimensional Student's Life Satisfaction Scale (MSLSS; Vazquez, 2013, p.617-632), is important to comprehensively understand life satisfaction in Mongolia.

Conclusion

The study result confirms the reliability and validity of the Mongolian version of the SWLS for assessing life satisfaction among students. The total score for each question has a statistically significant positive correlation, and the statistical difference between the high and relatively low score groups indicates that the Mongolian version of the SWLS has good internal consistency and stable criterion evaluation. The reliability analysis yielded a Cronbach's alpha coefficient of 0.86 and a test-retest reliability of 0.67 after three months.

Factor analysis indicated a one-dimensional valid internal structure, and the SWLS was closely related to other mental health measures. There was a statistically significant positive correlation with the Positive Affect modality (PANAS-PA) and a significant negative correlation with the Negative Affect modality (PANAS-NA). These findings confirm that the SWLS meets psychometric requirements and serves as a standard criterion for accurately assessing life satisfaction among Mongolian students.

The study also found that life satisfaction is relatively stable across demographics of gender but varies across grade and majors. For instance, art students reported higher life satisfaction than students in natural and social sciences. Additionally, first-year students had high life satisfaction scores, though these scores were lower compared to third-year students. This suggests that while life satisfaction remains consistent across gender, it significantly differs by grade and major.

References

- McMahon, D.M. (2006). *Happiness: A history*. New York, NY:Grove Press.
- Hervás G., & Vázquez C. (2006). Emotion regulation: Models, research and implications for mental and physical health. *Revista de Psicología General & Aplicada*, 59, 9–32.
- Gouveia, V. V., Milfont, T. L., Da Fonseca, P. N., & de Miranda Coelho, J. A. P. (2009). Life satisfaction in Brazil: Testing the psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in five Brazilian samples. *Social Indicators Research*, 90(2), 267-277. doi:<https://doi.org/10.1007/s11205-008-9257-0>
- Swami, V., & Chamorro-Premuzic, T. (2009). Psychometric evaluation of the Malay Satisfaction with Life Scale. *Social Indicators Research*, 92(1), 25-33. doi:<https://doi.org/10.1007/s11205-008-9295-7>

- Hultell, D., & Gustavsson, J. P. (2008). A psychometric evaluation of the Satisfaction with Life Scale in a Swedish nationwide sample of university students. *Personality and Individual Differences*, 44(5), 1070-1079. doi:<https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.10.030>
- Zimet, G.D.; Dahlem, N.W.; Zimet, S.G.; Farley, G.K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *J. Personal. Assess.* 52(1), 30–41. doi:https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2
- Di Fabio, A.; Busoni, L. (2008). Measuring perceived social support: Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) in a sample of university students. *Risorsa Uomo*, 2008(3), 339–350
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172. doi:<https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137-155. doi:<https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. doi:https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Michael Galanakis, Agathi Lakioti, Christos Pezirkianidis, Eirini Karakasidou Dr. Anastasios Stalikas. (2017). Reliability and Validity of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in a Greek Sample. *The International Journal of Humanities & Social Studies*. 20-127.
- Radka Hanzlová. (2022). An Item Response Theory Analysis and Psychometric Properties of the Czech Version of the Satisfaction with Life Scale. *Survey Research Methods* 16(3), 371-385 doi:<https://doi.org/10.18148/srm/2022.v16i3.7940>