

Skala zaangażowania w dobrowolną prostotę: arkusz testowy i instrukcja do obliczania wyników

Dawid Le Hai

Uniwersytet Kazimierza Wielkiego, Wydział Psychologii

Paweł Larionow

Uniwersytet Kazimierza Wielkiego, Wydział Psychologii

Cytowanie:

Le Hai, D., Larionow, P. (2022). W stronę psychologii i edukacji prośrodowiskowej: osobowościowe i socjodemograficzne korelaty tożsamości środowiskowej i dobrowolnej prostoty. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 41(4), 53–76. <http://dx.doi.org/10.17951/lrp.2022.41.4.53-76>

Skala zaangażowania w dobrowolną prostotę

(polskie tłumaczenie: Le Hai, Larionow i Izdebski, 2022)

Voluntary Simplicity Engagement Scale (VSES; Rich, Wright i Bennett, 2019)

Instrukcja. Niniejszy kwestionariusz mierzy różne aspekty Twoich poglądów i zachowań. Oceń proszę poniższe stwierdzenia na skali w stopniu, w którym poprawnie Cię opisują. Zakreśl krzyżykiem lub kółkiem jedną z podanych odpowiedzi dla każdego z 21 zdań.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

1. Raczej naprawiam zepsute przedmioty niż je wymieniam.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

2. Korzystam z tego, co mam pod ręką, zamiast kupować coś nowego.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

3. Unikam kupowania produktów, które zostały tak zaprojektowane, że w krótkim czasie stają się przestarzałe.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

4. Zwracam szczególną uwagę na to, ile zużywam prądu, wody i paliwa (w tym gazu lub drewna).

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

5. Kiedy to możliwe, kupuję produkty w spółdzielni spożywczej.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

6. Kupuję bezpośrednio od producentów, aby upewnić się, że otrzymują oni pełną zapłatę za swoje produkty.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

7. Kiedy kupuję produkty spożywcze, upewniam się, że pochodzą z upraw możliwie jak najbardziej lokalnych.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

8. W miarę możliwości unikam pakowanych produktów.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

9. Jaki procent żywności, którą spożywasz jest uprawiany, hodowany lub produkowany przez Ciebie?

Żaden	10–20% żywności	20–30% żywności	Około połowa	60–70% żywności	80–90% żywności	Cała żywność
-------	-----------------	-----------------	--------------	-----------------	-----------------	--------------

10. Uprawa żywności i bycie samowystarczalnym jest zbyt czasochłonne; wolał(a)bym raczej płacić innym za ich produkty i mieć więcej czasu dla siebie.

Zdecydowanie nie zgadzam się	Nie zgadzam się	Raczej się nie zgadzam	Ani się zgadzam, ani nie zgadzam	Raczej się zgadzam	Zgadzam się	Zdecydowanie się zgadzam
------------------------------	-----------------	------------------------	----------------------------------	--------------------	-------------	--------------------------

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

11. Konserwuję owoce i warzywa sezonowe, żeby wykorzystać je później.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

12. Dzielę się swoimi umiejętnościami i wysiłkiem z innymi, nawet gdy nie jestem w pracy.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

13. Dzielę się owocami mojej pracy z ludźmi spoza mojej najbliższej rodziny.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

14. Z zaangażowaniem wspieram moją społeczność.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

15. Nie potrzebuję wielu dóbr materialnych, aby mieć satysfakcjonujące życie.

Zdecydowanie nie zgadzam się	Nie zgadzam się	Raczej się nie zgadzam	Ani się zgadzam, ani nie zgadzam	Raczej się zgadzam	Zgadzam się	Zdecydowanie się zgadzam
------------------------------	-----------------	------------------------	----------------------------------	--------------------	-------------	--------------------------

16. Nie posiadam wielu rzeczy.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

17. Dorównywanie innym ludziom pod względem statusu i stanu majątkowego nie jest ważne.

Zdecydowanie nie zgadzam się	Nie zgadzam się	Raczej się nie zgadzam	Ani się zgadzam, ani nie zgadzam	Raczej się zgadzam	Zgadzam się	Zdecydowanie się zgadzam
------------------------------	-----------------	------------------------	----------------------------------	--------------------	-------------	--------------------------

18. Powiedział(a)bym, że raczej pracuję, aby żyć, niż żyję, aby pracować.

Bardzo do mnie niepasujące	Niepasujące do mnie	Raczej do mnie niepasujące	Neutralne	Raczej do mnie pasujące	Pasujące do mnie	Zupełnie do mnie pasujące
----------------------------	---------------------	----------------------------	-----------	-------------------------	------------------	---------------------------

19. Czas jest naszym najcenniejszym zasobem.

Zdecydowanie nie zgadzam się	Nie zgadzam się	Raczej się nie zgadzam	Ani się zgadzam, ani nie zgadzam	Raczej się zgadzam	Zgadzam się	Zdecydowanie się zgadzam
------------------------------	-----------------	------------------------	----------------------------------	--------------------	-------------	--------------------------

20. Status zawodowy nie definiuje mojego sukcesu jako człowieka.

Zdecydowanie nie zgadzam się	Nie zgadzam się	Raczej się nie zgadzam	Ani się zgadzam, ani nie zgadzam	Raczej się zgadzam	Zgadzam się	Zdecydowanie się zgadzam
------------------------------	-----------------	------------------------	----------------------------------	--------------------	-------------	--------------------------

21. Chętnie dostosuję swoje wydatki, jeśli oznacza to, że mogę pracować mniej.

Zdecydowanie nie zgadzam się	Nie zgadzam się	Raczej się nie zgadzam	Ani się zgadzam, ani nie zgadzam	Raczej się zgadzam	Zgadzam się	Zdecydowanie się zgadzam
------------------------------	-----------------	------------------------	----------------------------------	--------------------	-------------	--------------------------

Obliczanie wyników w Skali zaangażowania w dobrowolną prostotę

Skala zaangażowania w dobrowolną prostotę (*Voluntary Simplicity Engagement Scale*, VSES; Rich i in., 2019) to 21-pozycyjny kwestionariusz samoopisowy służący do oceny ilości i natężenia działań ograniczających konsumpcję dóbr materialnych, a także innych sfer i wartości charakterystycznych dla prostego stylu życia.

Kwestionariusz pozwala na określenie wyniku ogólnego poprzez zsumowanie wszystkich cyfr, którym odpowiadają zakreślone przez osobę badaną odpowiedzi na 7-stopniowej skali. **Uwaga:** pozycję nr 10, która jest pozycją odwróconą, należy przekodować przed obliczeniem wyniku, zgodnie z następującym szablonem: 1 => 7, 2 => 6, 3 => 5, 5 => 3, 6 => 2, 7 => 1. Im wyższy wynik ogólny, tym wyższy jest poziom zaangażowania w dobrowolną prostotę.

Możliwe jest również obliczenie wyników dla sześciu podskal poprzez zsumowanie odpowiednich pozycji. Im wyższy wynik dla poszczególnych podskal, tym wyższy poziom wymiarów zaangażowania w dobrowolną prostotę.

Poniższa tabela obrazuje wszystkie podskale, a także wskazuje, jak je obliczyć.

Podskale	Pozycje do zsumowania
1. Zasoby (<i>Resources</i>)	1, 2, 3, 4
2. Nabywanie (<i>Procurement</i>)	5, 6, 7, 8
3. Samowystarczalność (<i>Self-sufficiency</i>)	9, 10, 11
4. Dobroczytność (<i>Beneficence</i>)	12, 13, 14
5. Prostota materialna (<i>Material simplicity</i>)	15, 16, 17
6. Preferencja pracy/życia (<i>Work/life preference</i>)	18, 19, 20, 21

Aby uzyskać więcej informacji na temat właściwości psychometrycznych i rozwoju VSES, patrz: Rich i in. (2019). Polskie tłumaczenie skali zostało przygotowane przez Dawida Le Hai, Pawła Larionowa i Pawła Izdebskiego (Wydział Psychologii, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego). W celu uzyskania dodatkowych informacji prosimy o kontakt e-mail do Pawła Larionowa: pavel@ukw.edu.pl

Bibliografia

- Le Hai, D., Larionow, P. (2022). W stronę psychologii i edukacji prośrodowiskowej: osobowościowe i socjodemograficzne korelaty tożsamości środowiskowej i dobrowolnej prostoty. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 41(4), 53–76. <http://dx.doi.org/10.17951/lrp.2022.41.4.53-76>
- Rich, S. A., Wright, B. J., Bennett, P. C. (2019). Development of the Voluntary Simplicity Engagement Scale: measuring low-consumption lifestyles. *Journal of Consumer Policy*, 43(2), 295–313. <https://doi.org/10.1007/s10603-018-9400-5>