

Zoznam príloh

Príloha č. 1: 1. dotazník, pilotná štúdia.

Príloha č. 2: 2. dotazník, pilotná štúdia.

Príloha č. 3: 1. dotazník, základný výskum.

Príloha č. 4: 2. dotazník, základný výskum.

Príloha č. 5 : Štatistické údaje o výskumnej vzorke, pilotná štúdia.

Príloha č 6. : Štatistické údaje o výskumnej vzorke, základný výskum.

Príloha č. 7: Testy normality údajov v pilotnej štúdii a v základnom výskume.

Príloha č. 8: Zoznam kategórií a početnosť ich výskytu v kvalitatívnej analýze zozbieraných dát.

Príloha č.1: 1. dotazník, pilotná štúdia.

Výskum šťastia

Ďakujeme, že ste sa rozhodli zapojiť do tohto výskumu a veríme, že prinesie úžitok i vám.

V najbližších týždňoch budete niekoľkokrát kontaktovaný/á, ale ani raz by Vám zodpovedanie otázok nemalo zaberať viac než niekoľko minút. Napriek tomu vás prosíme, aby ste otázkam venovali pozornosť a aspoň chvíľu sa nad nimi zamysleli.

Vaše údaje a odpovede budú anonymizované a využité len pre účely diplomového výskumu.

Na stupnici 0 – 10 označte, ako spokojný/á ste sa uplynulý víkend cítil/a.

Mimoriadne nespokojný/á

Mimoriadne spokojný/á

0 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Boli počas posledného víkendu momenty, kedy ste sa cítil/a šťastný/á resp. veľmi spokojný/á?

Ak áno, aké momenty to boli a čo ich spôsobilo?

Čo bolo tento víkend pre vás iné než minulý víkend?

Akým aktivitám ste sa počas víkendu venovali?

Váš vek:

Pohlavie:

Najvyššie dosiahnuté vzdelanie:

Uveďte odbor vášho vzdelania:

Identifikačný kód:

Aby vaše odpovede mohli byť v ďalších týždňoch spárované, uveďte prosím identifikačný kód v tvare: Iniciály vašej matky - posledné dvojčísle vášho rodného čísla - iniciály otca (Príklad: LK67PK)

Príloha č. 2: 2. dotazník, pilotná štúdia.

Výskum šťastia

Prosíme vás opäť o zodpovedanie otázok. Pokúste sa venovať im pozornosť a dôkladne sa zamyslieť nad tým, čo ste prežili.

Na stupnici 0 – 10 označte, ako spokojný/á ste sa uplynulý víkend cítil/a.

Mimoriadne nespokojný

Mimoriadne spokojný

0 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Boli počas posledného víkendu momenty, kedy ste sa cítil/a šťastný/á resp. veľmi spokojný/á?

Ak áno, aké momenty to boli a čo ich spôsobilo?

Čo bolo tento víkend pre vás iné než minulý víkend?

Akým aktivitám ste sa počas víkendu venovali?

Urobili ste niečo, čo by ste inak bez výzvy, ktorú sme vám dali v piatok, neurobili? Ak áno, čo to bolo?

Akým spôsobom ste sa snažili zlepšiť svoj víkend?

Identifikačný kód:

Aby vaše odpovede mohli byť v ďalších týždňoch spárované, uveďte prosím identifikačný kód v tvare: Iniciály vašej matky - posledné dvojčíslicie vášho rodného čísla - iniciály otca (Príklad: LK67PK)

Príloha č. 3: 1. dotazník, základný výskum.

Výskum šťastia

Do okienka napíšte číslo, ktorým na stupnici 0 - 100 vyjadríte, ako spokojný/á ste sa cítili dnes medzi 18:00 - 19:00 (Číslo 0 má hodnotu „mimoriadne nespokojný/á“ a číslo 100 hodnotu „mimoriadne spokojný/á“).

Chceme, aby ste sa zamysleli nad hodinou času z tohto dňa a posúdili, ako ste sa počas nej cítili.

Váš vek:

Pohlavie:

Najvyššie dosiahnuté vzdelanie:

Uveďte odbor vášho vzdelania:

Identifikačný kód:

Aby vaše odpovede mohli byť v ďalších týždňoch spárované, uveďte prosím identifikačný kód v tvare: Iniciály vašej matky - posledné dvojčísle vášho rodného čísla - iniciály otca (Príklad: LK67PK)

Príloha č. 4: 2. dotazník, základný výskum.

Výskum šťastia

Do okienka napíšte číslo, ktorým na stupnici 0 - 100 vyjadríte, ako spokojný/á ste sa cítili dnes medzi 18:00 - 19:00. (Číslo 0 má hodnotu „mimoriadne nespokojný/á“ a číslo 100 hodnotu „mimoriadne spokojný/á“).

Chcem, aby ste sa zamysleli nad hodinou času z tohto dňa a posúdili, ako ste sa počas nej cítili.

Čo ste počas tejto hodiny robili?

Čo ste urobili preto, aby ste sa cítili lepšie?

Identifikačný kód:

Aby vaše odpovede mohli byť v ďalších týždňoch spárované, uveďte prosím identifikačný kód v tvare: Iniciály vašej matky - posledné dvojčísle vášho rodného čísla – iniciály otca (Príklad: LK67PK)

Príloha č. 5 : Štatistické údaje o výskumnej vzorke, pilotná štúdia.

Tabuľka A: Deskriptívne údaje premennej „vek“ vo výskumnej vzorke pilotnej štúdie.

	N	Priemer	Štandardná	Minimum	Maximum
Vek	42	24,7	4,9	19	49

Tabuľka B: Zloženie vzorky z hľadiska odborov vzdelania, pilotná štúdia.

Odbor vzdelania	Počet probandov
Psychológia	15
Ekonomické odbory	6
Iné humanitné odbory	5
Prírodovedné odbory	3
Pedagogické odbory	3
Matematické odbory	2
Medicínske odbory	2
Informatické odbory	2
Neuvedené	2
Technické odbory	1
Umelecké odbory	1
Spolu	42

Príloha č 6. : Štatistické údaje o výskumnej vzorke, základný výskum.

Tabuľka C: Deskriptívne údaje premennej „vek“ vo výskumnej vzorke.

	N	Priemer	Štandardná odchýlka	Minimum	Maximum
Vek	71	24,6	4,7	17	52

Tabuľka D: Zloženie výskumnej vzorky z hľadiska odborov vzdelania.

Odbor vzdelania	Počet probandov
Psychológia	17
Ekonomické odbory	10
Informatické odbory	10
Iné humanitné odbory	9
Matematické odbory	7
Prírodovedné odbory	6
Umelecké odbory	4
Pedagogické odbory	3
Medicínske odbory	3
Technické odbory	1
Neuvedené	1
Spolu	71

Príloha č. 7: Testy normality údajov v pilotnej štúdií a v základnom výskume.

Tabuľka E: Shapiro-Wilkovov test pre testovanie normality nameraných údajov, pilotná štúdia.

	Testovaná veličina W	Stupne voľnosti	Hladina významnosti
Prvý týždeň	0,932	42	0,015
Druhý týždeň	0,952	42	0,074
Tretí týždeň	0,926	42	0,009
Štvrtý týždeň	0,939	42	0,027

Tabuľka F: Shapiro-Wilkovov test pre testovanie normality nameraných údajov, základný výskum.

	Testovaná veličina W	Stupne voľnosti	Hladina významnosti
Hodnoty pretestu	0,895	71	0
Hodnoty posttestu	0,874	71	0

Príloha č. 8: Zoznam kategórií a početnosť ich výskytu v kvalitatívnej analýze zozbieraných dát.

Kategória	Subkategória	Početnosť	Početnosť spolu	Príklad odpovede
Byť s druhými	Kamaráti	10	18	„Stretla som sa s kamarátmi po dlhšom čase. Byť v ich prítomnosti stačilo, počúvať a zdieľať s nimi.“
	Partner	5		„Písal som si s priateľkou.“ „Bola som s milovanou osobou.“
	Rodina	3		„Snažil som sa byť trochu viac s rodinou.“ „Včas som odišla k svokre - odpočívať a pekne sa porozprávať.“
Myslieť pozitívne		16	16	„Snažila som sa pozitívne myslieť.“ „Premýšľala som nad tým, čo ma robí šťastnou.“
Vychutnať si jedlo		11	11	„Dobre som sa navečerala.“ „Kúpil som si keksík Mäta.“ „Jedol som najlepší hermelín v meste.“
Počúvať hudbu		10	10	„Pustil som si obľúbenú hudbu.“ „Počúvala som obľúbené pesničky z MP3.“
Relax, pohodlie, ničnerobenie		10	10	„Pauza od štúdia.“ „Odpočívala som a krmila sa lentilkami.“
Venovať sa záľubám	Šport a pohyb	3	7	„Bicyklovala som sa.“ „Schválne som šla trasou, aby som musela ísť pešo.“
	Hra na hudobný nástroj	2		„Hra na hudobnom nástroji.“
	Čítanie	1		„Čítal som si.“
	Fotografovanie	1		„Fotografoval som okolie.“
Nič špeciálne		7	7	„Nebolo čo.“ „Úplne som na to zabudol.“
Byť na vzduchu, prechádzka, príroda		5	5	„Šla som sa prejsť do krásneho parku v krásnom počasí.“ „Užívala som si pekné počasie.“
Pocit dobre vykonanej práce	Štúdium	4	5	„Hotová vec je najspokojnejšia - úlohy.“ „Učila som sa, lebo už je najvyšší čas.“
	Manuálna práca	1		„Schválne som si naplánovala, aby som v tejto dobe robila nejakú manuálnu činnosť, aby som nemusela premýšľať.“