



Анкета ценностного образа жизни (VLQ)

Авторы: Келли Уилсон и Грум

VLQ исследует 10 жизненных сфер, включающих:

1. Семья
2. Брак/пары/близкие отношения
3. Родительство
4. Дружба
5. Работа
6. Образование
7. Отдых
8. Духовность
9. Гражданственность
10. Забота о себе.

Оценка: респондентам предлагается оценить 10 областей жизни по шкале от 1 до 10, указывая уровень их важность и насколько они жили в соответствии с этими ценностями на прошлой неделе. Для получения подробной информации об оценке VLQ см. Wilson and Murrell (2004).

Надежность: инструмент показал хорошую надежность при повторных тестированиях.

Валидность: в настоящее время собирается.

Источник: Wilson, K. G. & Groom, J. (2002). The Valued Living Questionnaire. Available from Kelly Wilson. Wilson, K. G. & Murrell, A. R. (2004). Values work in acceptance and commitment therapy: Setting a course for behavioral treatment. In S. C. Hayes, V. M. Follette, & M. M. Linehan (Eds.), *Mindfulness and acceptance: Expanding the cognitivebehavioral tradition* (pp. 120-151). New York, NY: Guilford Press.

Copyright © 2002, by Kelly Wilson.
Перевод и дизайн HappyPeople.blog



Больше техник и статей в нашем телеграм канале
[@happypeople_blog](https://t.me/happypeople_blog)

Подписывайтесь!