

АНДРЕЄВА Олена

Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0002-2893-1224>
oandreeva@uni-sport.edu.ua

СТЕПАНЮК Вадим

Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0002-8856-5588>
fannnaaat@gmail.com

КЕНСИЦЬКА Ірина

Національний університет фізичного виховання і спорту України
<https://orcid.org/0000-0003-1020-400X>
ikensytska@uni-sport.edu.ua

ІВЧАТОВА Тетяна

Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана
<https://orcid.org/0009-0005-4441-2538>
tetianaivchatova@gmail.com

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЯКОСТІ ТА РІВНЯ ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Стаття присвячена оцінці взаємозв'язку якості життя та задоволеності ним здобувачів вищої освіти в сучасних умовах. У роботі проаналізовано сучасні підходи до підвищення якості фізкультурно-оздоровчих послуг з урахуванням якості та задоволеності життям здобувачів освіти, визначено ключові фактори, що впливають на якість та задоволеність життям та запропоновано ефективні стратегії для її оптимізації. Дослідження базується на використанні таких методів дослідження: соціологічні методи дослідження, оцінка якості життя за методикою SF36, Шкала задоволеності життям (SWLS), що вимірює суб'єктивне відчуття благополуччя, методи математичної статистики. Отримані результати засвідчили, що студенти з вищим рівнем рухової активності демонструють вищий рівень задоволеності життям та кращі показники фізичного й психологічного стану. Виявлено, що існують гендерні відмінності у сприйнятті та оцінці якості фізкультурно-оздоровчих послуг. Студентки частіше відзначають вплив занять руховою активністю на психоемоційний стан, тоді як студенти чоловічої статі більше орієнтовані на покращення фізичної підготовленості. Це підкреслює необхідність розробки диференційованих фізкультурно-оздоровчих програм, враховуючи специфічні потреби різних груп здобувачів освіти. Аналіз рівня доступності та якості ФОП у ЗВО вказує на необхідність удосконалення організаційно-методичних підходів до їх надання. Отримані результати мають практичне значення для підвищення ефективності організації фізкультурно-оздоровчої роботи на базі ЗВО та можуть бути використані для покращення надання якості послуг.

Ключові слова: якість життя, задоволеність, здобувачі вищої освіти, рухова активність

[https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).56](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).56)

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Сучасні тенденції розвитку системи вищої освіти передбачають не лише забезпечення якісного освітнього процесу, а й створення сприятливих умов для підтримки фізичного та психоемоційного здоров'я здобувачів освіти [3, 5]. Якість життя студентської молоді є важливим показником соціального благополуччя та особистісного розвитку, а рівень задоволеності ним безпосередньо впливає на мотивацію до навчання, професійне становлення та загальну життєву активність [6, 13, 14]. Одним із ключових аспектів формування

високої якості життя студентів є доступ до фізкультурно-оздоровчих послуг (ФОП), які сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню рівня рухової активності та формуванню культури здорового способу життя. Спортивні клуби закладів вищої освіти (СК ЗВО) відіграють важливу роль у створенні таких умов, пропонуючи широкий спектр оздоровчих програм, спортивних секцій та можливостей для рекреаційної діяльності. Однак, незважаючи на значну кількість досліджень у сфері рухової активності здобувачів вищої освіти, питання оцінки якості фізкультурно-оздоровчих послуг у контексті їх впливу на якість життя та рівень задоволеності ним залишається недостатньо

вивченим [2, 9, 12]. Більшість наукових робіт фокусуються на окремих аспектах фізичного розвитку, підготовленості, залишаючи поза увагою комплексний аналіз задоволеності студентів умовами, доступністю та ефективністю послуг, які надаються СК ЗВО [1, 11].

Актуальність даного дослідження зумовлена необхідністю розробки науково обґрунтованих підходів до оцінки якості ФОП, визначення їх впливу на якість життя здобувачів вищої освіти та формування рекомендацій щодо підвищення рівня задоволеності студентів. Результати дослідження сприятимуть удосконаленню діяльності СК ЗВО, розширенню доступу до якісних оздоровчих програм та покращенню фізичного й психоемоційного стану здобувачів вищої освіти, що в кінцевому підсумку сприятиме підвищенню їхньої академічної успішності та соціальної активності.

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Дослідження взаємозв'язку якості життя та рівня задоволеності ним серед здобувачів вищої освіти є актуальним напрямом сучасної науки, що охоплює психологічні, соціальні та медико-біологічні аспекти. Аналіз останніх наукових праць свідчить про значний інтерес до цієї тематики як в українських, так і в зарубіжних дослідженнях. У працях [5, 9, 12, 14] розглянуто загальні підходи до оцінки якості життя студентів. Дослідження доводять, що рухова активність є одним із ключових факторів, що впливають на самопочуття та суб'єктивне благополуччя молоді [1, 2]. Низка досліджень [9, 11] вказують на значущість рухової активності у структурі життєвої задоволеності студентів. Виявлено, що підвищений рівень рухової активності позитивно корелює з показниками психологічного благополуччя, зниженням стресу та тривожності, а також покращенням когнітивних функцій. Крім того, у дослідженнях [5, 12] підкреслюється роль спортивних клубів закладів вищої освіти у формуванні культури здорового способу життя та створенні умов для рекреаційної діяльності студентів. Окремі роботи [13, 14] аналізують гендерні особливості задоволеності життям та якістю фізкультурно-оздоровчих послуг.

3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ

Попри значний науковий інтерес до проблеми якості життя здобувачів вищої освіти, більшість досліджень зосереджені на загальних аспектах фізичного і психоемоційного благополуччя або ж на впливі окремих факторів на рівень задоволеності життям [4, 5, 8]. Водночас залишається недостатньо вивченим комплексний взаємозв'язок між рівнем задоволеності життям і якістю фізкультурно-оздоровчих послуг, доступних у закладах вищої освіти. Зокрема, актуальним є питання оцінки суб'єктивного сприйняття студентами цих послуг та їхньої ефективності у контексті підтримки фізичного й психоемоційного здоров'я, особливо в умовах кризових соціальних обставин, таких як війна. Наявні наукові праці часто розглядають рухову активність як окремий чинник, однак не аналізують його взаємодії з психологічними та соціальними аспектами задоволеності життям. Крім того, відсутні системні дослідження, які б оцінювали гендерні відмінності у рівні задоволеності життям здобувачів вищої освіти та визначали, яким чином вони корелюють із рівнем рухової активності та залученістю у фізкультурно-оздоровчі заходи. Незважаючи на значний масив досліджень, питання комплексної оцінки якості фізкультурно-оздоровчих послуг у контексті їхнього впливу на рівень задоволеності життям здобувачів вищої освіти залишається недостатньо висвітленим. Більшість праць фокусуються на окремих аспектах рухової активності, тоді як аналіз ефективності та доступності фізкультурно-оздоровчих послуг потребує подальшого поглиблення. Відтак, актуальним є розроблення диференційованих програм, що враховують потреби різних груп студентів, а також впровадження науково обґрунтованих методів оцінки якості та ефективності фізкультурно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти.

Дослідження виконано згідно з темою «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації

0121U107534) у відповідності до Плану НДР НУФВСУ на 2021–2025 рр. та теми прикладного дослідження, що виконується за рахунок видатків загального фонду державного бюджету МОН України «Зниження стрес-асоційованих ризиків у військовослужбовців та молоді України засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності» (номер держреєстрації 0124U000705).

4. ФОРМУВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета – оцінити взаємозв'язок якості життя та рівня задоволеності ним у здобувачів вищої освіти.

Учасники

У дослідженні взяли участь здобувачі вищої освіти Національного університету харчових технологій, які відповідали таким критеріям включення: вік до 25 років включно; громадянство України; повне та коректне заповнення опитувальника. Критеріями виключення були: вік понад 25 років; відсутність громадянства України; неповне або некоректне заповнення опитувальника. Після первинного опрацювання отриманих 182 анкет, до фінального аналізу було включено 172 студенти, які відповідали зазначеним критеріям. Серед них 48,8 % становили чоловіки, а медіана віку респондентів становила 20 (20; 21) років.

Організація дослідження

У ході дослідження ми використовували Шкалу задоволеності життям (SWLS), що вимірює суб'єктивне відчуття благополуччя. Шкала була розроблена Diener et al. (1985), яка широко тестувалася вченими [4, 7, 10] та довела свої високі психометричні властивості та продемонструвала високу ретестову надійність (узгодженість результатів при повторному застосуванні). У нашому дослідженні шкала SWLS продемонструвала високу внутрішню узгодженість. Коефіцієнт альфа Кронбаха склав 0,829, а спліт-надійність (розщеплення на парні та непарні питання) – 0,843, що свідчить про високу надійність інструменту.

Для оцінки показників якості життя використано методику (SF-36). Наше дослідження показало, що опитувальник SF-36 характеризується достатньою внутрішньою узгодженістю. Коефіцієнт альфа Кронбаха склав 0,753, а спліт-

надійність при розщепленні на парні та непарні питання – 0,810, що свідчить про високу надійність інструменту.

Статистичний аналіз

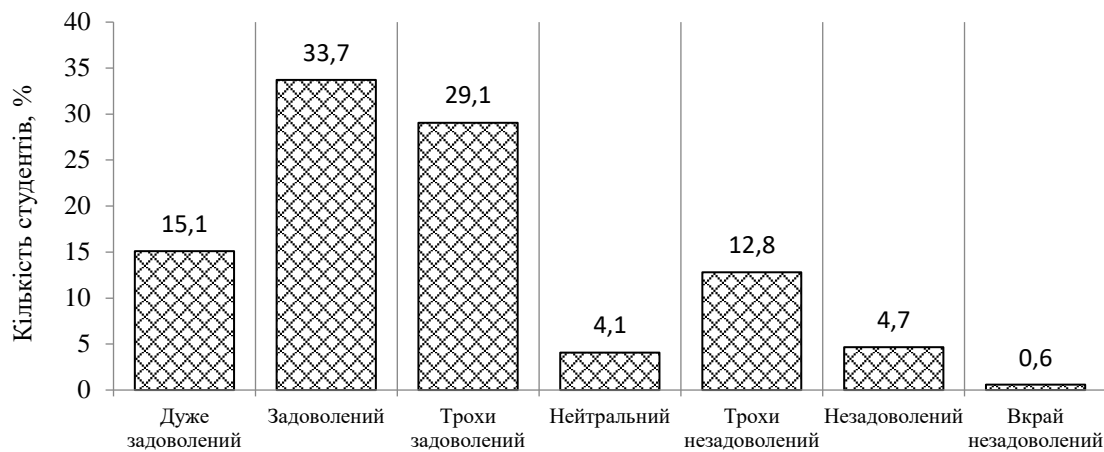
Перевірка числових даних на нормальність їхнього розподілу з використанням критерію W-Шапіро-Уїлка показала, що вони (вік, задоволеність життям, показники якості життя за виключенням Загального стану ($W=0,988$; $p=0,1507$), фізичний компонент якості життя) не підпорядковуються нормальному закону розподілу. Тому для порівняльного аналізу використано непараметричні критерії (застосовувався U-критерій Манна-Уїтні, який є непараметричним аналогом t-критерію Стьюдента, з додатковим розрахунком Z-статистики). При цьому за умови, що вибірки є залежними (наприклад, фізичний та психологічний компоненти здоров'я), для їх порівняння застосовувався непараметричний T-критерій Вілкоксона, а для порівняння більш як двох залежних вибірок (наприклад, компоненти якості життя) – критерій Фрідмана (Friedman Test), який є непараметричним аналогом однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA) для залежних вибірок. Для узгодженості питань анкети використовували Коефіцієнт альфа Кронбаха. Визначення напрямку й тісноти зв'язку між досліджуваними показниками відбувалось за допомогою рангового коефіцієнту кореляції Спірмена (ρ). При перевірці статистичних гіпотез за рівень статистичної значущості прийнято величину альфа, рівну 0,05 ($p < 0,05$). Для обробки емпіричних даних використана таблицний редактор MS Excel та програма Statistica 10.0 (USA, Soft).

5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБГРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У ході дослідження нами було визначено особливості якості життя здобувачів вищої освіти України в воєнний період та здійснена оцінка їхнього суб'єктивного благополуччя. Максимальна частка опитаних (33,7 %) вирізнялась задоволеністю життям. В той же час, 4,7 % повідомили, що вони незадоволені, а ще 0,6 % – що вкрай незадоволені своїм життям (рис. 1). Результати аналізу задоволеності життям показали, що розподіл

здобувачів вищої освіти між групами «задоволені/дуже задоволені» та «трохи незадоволені/нейтральні/ незадоволені/дуже

незадоволені» не мав статистично значущих відмінностей ($\chi^2=0,093$; $df=1$; $p<0,05$).



Ступінь задоволеності життям

Рис. 1. Розподіл здобувачів вищої освіти за рівнем задоволеності життям (n = 172)

Водночас серед досліджуваних статистично значуще переважає частота випадків, коли здобувачі вищої освіти дуже задоволені й задоволені життям, порівняно з частотою випадків, коли вони трохи незадоволені, незадоволені або вкрай незадоволені ($\chi^2=61,965$; $df=1$; $p<0,05$). Можливо, студентська молодь, попри війну, знаходить способи підтримувати свою задоволеність життям, зосереджуючись на тому, що вони можуть контролювати.

У процесі дослідження з'ясовано, що ступінь задоволеності життям здобувачів вищої освіти статистично значуще відрізняється за статтю ($U=2687,0$; $Z=3,089$; $p=0,0020$) на користь студенток. У дівчат

оцінка задоволеності життям склала 27,0 (22,0; 31,0) балів, а у здобувачів освіти чоловічої статі – 24,0 (20,5; 27,0) балів. Тобто медіанна оцінка задоволеності життям студенток на 11,1 % перевищує показник студентів. Ймовірно, дівчата активніше використовують механізми копінгу, такі як соціальна підтримка, емоційна регуляція або пошук сенсу в складних обставинах. Результати дослідження показали, що показники якості життя здобувачів вищої освіти статистично значуще не відрізняються за статтю, за винятком показника GH (General Health – загальне здоров'я) ($U=2984,5$; $Z=-2,178$; $p=0,0294$) (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняльний аналіз показників якості життя здобувачів вищої освіти за статтю (n = 172)

Показники	Сума рангів		Порівняльний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні		
	студенти (n=84)	студентки (n=88)	U	Z	p
PF	7496,0	7382,0	3580,0	-0,354	0,7235
RP	6981,5	7896,5	3065,5	-1,930	0,0536
BP	7826,5	7051,5	3481,5	0,656	0,5121
GH	6900,5	7977,5	2984,5	-2,178	0,0294
VT	8118,5	6759,5	3189,5	1,550	0,1211
SF	7576,5	7301,5	3660,5	-0,107	0,9146
RE	7207,0	7671,0	3291,0	-1,239	0,2153
MH	7687,5	7190,5	3620,5	0,230	0,8183

Також не було виявлено статистично значущих відмінностей між здобувачами вищої освіти різної статі за фізичним ($U=3526,0$; $Z=-0,519$; $p=0,6036$) та психічним ($U=3636,0$; $Z=-0,182$; $p=0,8554$)

компонентами якості життя. Враховуючи відсутність статистично значущих відмінностей за більшістю показників, було прийнято рішення досліджувати показники якості життя, включаючи фізичний та

психічний компоненти, незалежно від статі. Установлено, що оцінки показників якості життя статистично значуще відрізняються між собою (Фрідман $\chi^2 = 209,878$; $df=7$; $p < 0,05$). Найвищі медіанні оцінки здобувачі вищої освіти демонстрували за такими доменами, як RP (Role-Physical – рольове фізичне функціонування; 100 (50; 100) балів)

та RE (Role-Emotional – рольове емоційне функціонування; 100 (33,3; 100) балів). Найнижчі медіанні оцінки спостерігалися за шкалами GH (General Health – загальне здоров'я; 63,5 (52; 72) балів) та VT (Vitality – життєздатність; 60 (50; 75) балів) (рис. 2).

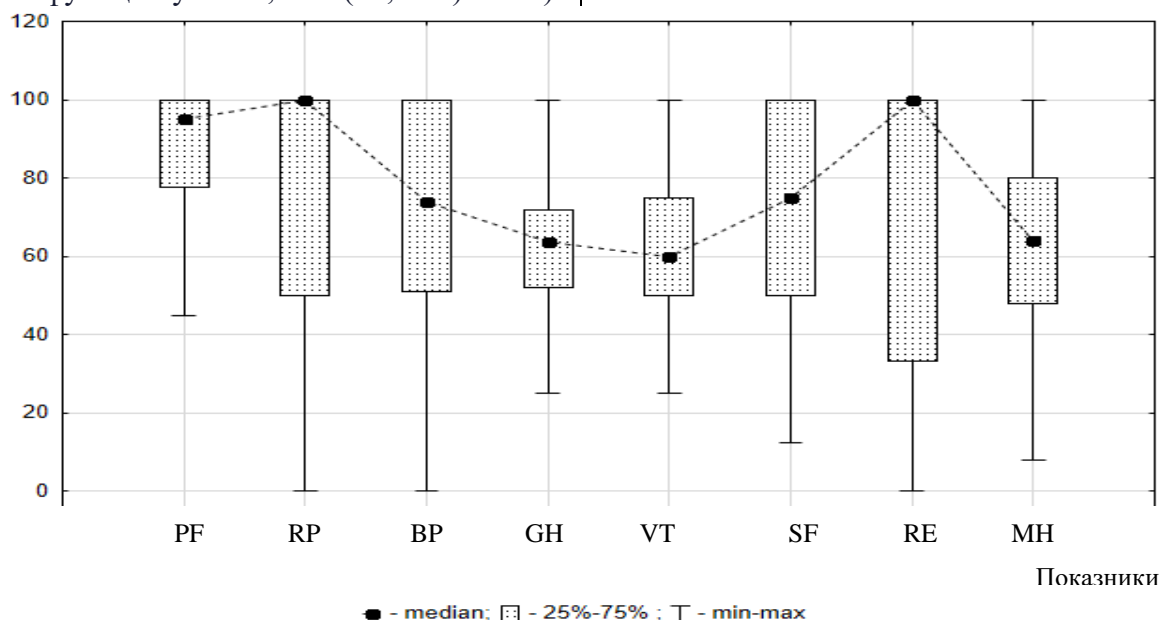


Рис. 2. Показники якості життя здобувачів вищої освіти (n = 172)

Низькі медіанні оцінки за шкалами GH та VT можуть бути обумовлені війною. Постійний стан стресу, тривоги та страху негативно впливає на фізичне і психічне здоров'я. Крім того, обмеження можливостей для відпочинку, розваг та соціальної активності додатково знижують життєздатність студентів.

Кореляційний аналіз дозволяє стверджувати, що, незважаючи на слабкий зв'язок (ρ Спірмена від 0,162 до 0,365), задоволеність життям прямо та статистично значуще ($p < 0,05$) корелює з усіма показниками якості життя студентів (RP, RE, GH, VT, SF, PF, BP, MH) (рис. 3).

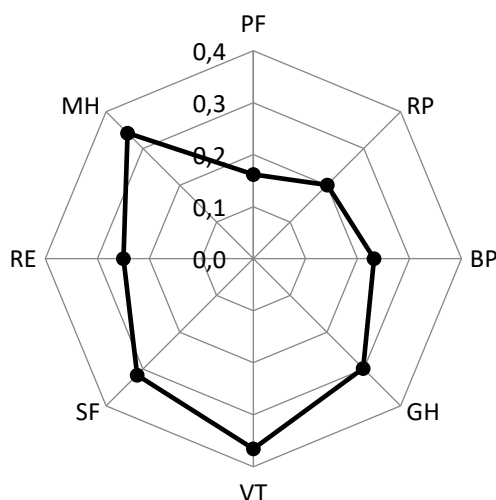


Рис. 3. Кореляційний зв'язок якості життя здобувачів вищої освіти з їхньою задоволеністю життям (n = 172)

Дослідження показало, що фізичний компонент здоров'я (ФКЗ) студентів становить 50,9 (44,2; 55,5) балів, а психологічний компонент здоров'я (ФЗП) – 45,5 (38,5; 53,9) балів. Тобто медіанне значення ФЗП на 10,6 % нижче, ніж медіанне значення ФКЗ, що є статистично значущими відмінностями ($T=4939,0$; $Z=3,823$; $p=0,0001$). Таким чином, в умовах воєнного часу у

студентів особливо знизився психологічний компонент якості життя. Це підкреслює важливість подальшого аналізу та розробки підтримуючих заходів для поліпшення загального стану здоров'я молоді в умовах кризи. Так, нами визначено співвідношення якості та задоволеності життям здобувачів вищої освіти залежно від рівня рухової активності (табл.2).

Таблиця 2

Порівняльний аналіз показників задоволеності та якості життя здобувачів вищої освіти за систематичністю відвідування ФОК (n = 172)

Показники	Центральна тенденція та розкид						Порівняльний аналіз за U-критерієм Манна-Уїтні		
	Систематично (n=76)			Нерегулярно (n=96)			U	Z	p
	Me	25%	75%	Me	25%	75%			
Задоволеність	25,0	19,5	29,0	25,5	22,0	28,0	3489,5	-0,487	0,6261
PF	100,0	85,0	100,0	92,5	60,0	100,0	3069,5	1,782	0,0747
RP	100,0	50,0	100,0	100,0	50,0	100,0	3249,0	1,229	0,2192
BP	77,0	51,0	100,0	73,0	52,0	100,0	3514,0	0,412	0,6806
GH	62,0	50,0	77,0	65,0	52,0	72,0	3610,0	-0,116	0,9079
VT	60,0	50,0	75,0	60,0	50,0	72,5	3467,0	0,557	0,5778
SF	75,0	50,0	100,0	75,0	62,5	100,0	3542,5	-0,324	0,7461
RE	100,0	33,3	100,0	100,0	33,3	100,0	3560,0	-0,270	0,7873
MH	64,0	52,0	80,0	64,0	48,0	84,0	3592,5	-0,170	0,8653
ФКЗ (PCS)	53,2	45,9	56,7	49,4	43,7	54,7	2952,0	2,144	0,0320
ФЗП (MCS)	45,5	38,0	53,0	45,4	39,4	54,6	3415,0	-0,717	0,4734

Доведено, що студенти, які систематично відвідують ФОК, демонструють на 7,7 % кращі показники ФКЗ порівняно з іншими випробуваними і виявлені відмінності є статистично значущими ($U=2952,0$; $Z=2,144$; $p=0,0320$).

6. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Дослідження підтвердило значний вплив фізкультурно-оздоровчих послуг, доступних у закладах вищої освіти, на якість життя здобувачів освіти. Встановлено, що рівень задоволеності життям студентів безпосередньо корелює з можливістю участі в оздоровчих програмах, фізкультурно-спортивних заходах та рекреаційній діяльності, організованих СК ЗВО. Використання шкали задоволеності життям (SWLS) та опитувальника якості життя (SF-36) дозволило об'єктивно оцінити рівень благополуччя студентів та визначити основні фактори, що впливають на їхнє фізичне та психоемоційне здоров'я. Отримані результати засвідчили, що студенти з вищим

рівнем рухової активності демонструють вищий рівень задоволеності життям та кращі показники фізичного й психологічного стану. Виявлено, що існують гендерні відмінності у сприйнятті та оцінці якості фізкультурно-оздоровчих послуг. Студентки частіше відзначають вплив занять руховою активністю на психоемоційний стан, тоді як студенти чоловічої статі більше орієнтовані на покращення фізичної підготовленості. Це підкреслює необхідність розробки диференційованих фізкультурно-оздоровчих програм, враховуючи специфічні потреби різних груп здобувачів освіти. Аналіз рівня доступності та якості ФОП у ЗВО вказує на необхідність удосконалення організаційно-методичних підходів до їх надання. Запропоновано розширити спектр доступних програм, оптимізувати розклад занять, а також підвищити рівень інформованості студентів про можливості участі у фізкультурно-оздоровчих заходах. Дослідження засвідчило, що підвищення рівня задоволеності якістю фізкультурно-оздоровчих послуг сприяє не лише покращенню фізичного стану студентів, але й їхній соціальній активності, зниженню стресу

та підвищенню академічної успішності. Це підкреслює важливість інтеграції оздоровчо-рекреаційної діяльності в освітній процес ЗВО як ключового чинника гармонійного розвитку особистості.

Отримані результати можуть бути використані для розробки рекомендацій щодо

вдосконалення фізкультурно-оздоровчих послуг у закладах вищої освіти, що сприятиме формуванню здорового способу життя серед студентської молоді та підвищенню загальної якості їхнього життя.

References

1. Andrieieva O., Byshevets N., Kashuba V., Hakman A., Grygus I. Changes in physical activity indicators of Ukrainian students in the conditions of distance education // *Physical Rehabilitation and Recreational Health Technologies*. – 2023. – Vol. 8(2). – P. 75–81. DOI: [https://doi.org/10.15391/prrht.2023-8\(2\).01](https://doi.org/10.15391/prrht.2023-8(2).01).
2. Andrieieva O., Maltsev D., Kashuba V., Byshevets N., Horodinska I. Relationship between quality of life and level of physical activity and family well-being // *Physical Education Theory and Methodology*. – 2022. – Vol. 22(4). – P. 569–575.
3. Byshevets N., Andrieieva O., Dutchak M., Shynkaruk O., Dmytriv R., Zakharina I., Serhiienko K., Hres M. The influence of physical activity on stress-associated conditions in higher education students // *Physical Education Theory and Methodology*. – 2024. – Vol. 24(2). – P. 245–253. DOI: <https://doi.org/10.17309/tmfv.2024.2.08>.
4. Galanakis M., Lakioti A., Pezirkianidis C., Karakasidou E., Stalikas A. Reliability and Validity of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in a Greek Sample // *The International Journal of Humanities & Social Studies*. – 2017. – Vol. 5(2). – P. 120–127.
5. Imas Y., Dutchak M. V., Andrieieva O. V., Kashuba V. O., Kensytska I. L., Sadovskiy O. O. Modern approaches to the problem of values' formation of students' healthy lifestyle in the course of physical training // *Physical Education of Students*. – 2018. – Vol. 22(4). – P. 182–189. DOI: <https://doi.org/10.15561/20755279.2018.0403>.
6. Latas M., Stojković T., Ralić T., Jovanović S., Spirić Z., Milovanović S. Medical students' health-related quality of life – a comparative study // *Vojnosanit Pregl*. – 2014. – Vol. 71(8). – P. 751–756. DOI: 10.2298/vsp14087511. PMID: 25181835.
7. Mead E. 4 Popular Life Satisfaction Scales & Questionnaires (SWLS) // *PositivePsychology.com*. – 2019. – 12 квітня. – URL: <https://positivepsychology.com/life-satisfaction-scales/>.
8. Olmos-Gómez M. d. C., Luque-Suárez M., Ferrara C., Cuevas-Rincón J. M. Quality in Higher Education and Satisfaction among Professors and Students // *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*. – 2021. – Vol. 11(1). – P. 219–229. DOI: <https://doi.org/10.3390/ejihpe11010017>.
9. Oztasan N., Ozyrek P., Kilic I. Factors associated with health-related quality of life among university students in Turkey // *Mater Sociomed*. – 2016. – Vol. 28(3). – P. 210–214. DOI: 10.5455/msm.2016.28.210-214. PMID: 27482164; PMCID: PMC4949046.
10. Pavot W., Diener E. The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction // *The Journal of Positive Psychology*. – 2008. – Vol. 3(2). – P. 137–152. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>.
11. Pekmezovic T., Popovic A., Tepavcevic D.K., Gazibara T., Paunic M. Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University students // *Qual Life Res*. – 2011. – Vol. 20(3). – P. 391–397. DOI: 10.1007/s11136-010-9754-x.
12. Sabbah I., Sabbah H., Khamis R., Sabbah S., Droubi N. Health related quality of life of university students in Lebanon: Lifestyles behaviors and socio-demographic predictors // *Health*. – 2013. – Vol. 5. – P. 1–12. DOI: 10.4236/health.2013.57A4001.
13. Wan Sulaiman W. Z., Razali M. H., Abdul Majid N. D., Moh Hussin N., Ramli A. The Relationship Between Quality of Life (QoL) and Academic Performance During E-Learning Among Students in Higher Learning Institution // *International Journal of Public Health Research*. – 2024. – Vol. 14(2). – P. 2038–2045. URL: <https://spaj.ukm.my/ijphr/index.php/ijphr/article/view/490>.
14. Yaşartürk F., Akyüz H., Gönülateş S. The Investigation of the Relationship between University Students' Levels of Life Quality and Leisure Satisfaction // *Universal Journal of Educational Research*. – 2019. – Vol. 7, No. 3. – P. 739–745. DOI: 10.13189/ujer.2019.070313.

Abstract

ANDRIEIEVA Olena, STEPANIUK Vadym, KENSYTSKA Iryna
National University of Ukraine on Physical Education and Sport
IVCHATOVA Tetiana
Kyiv National Economic University named after Vadym Hetman

RELATIONSHIP BETWEEN THE QUALITY OF LIFE AND LIFE SATISFACTION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS

The article addresses the relationship between quality of life and life satisfaction of higher education students in contemporary settings. The paper analyzes modern approaches to improving the quality of physical education and health-enhancing services, taking into account the quality of life and life satisfaction of students, identifies key factors that affect

these parameters, and proposes effective strategies for their optimization. The following methods were used in the study: sociological, assessment of quality of life using the SF-36 Health survey questionnaire, the Satisfaction with Life Scale (SWLS), which measures the subjective aspects of well-being, and mathematical statistics. The results obtained showed that students with a higher level of physical activity demonstrate a higher level of life satisfaction and better scores of physical and mental conditions. The study revealed gender differences in the perception and assessment of the quality of physical education and health-enhancing services. Female students more often noted the impact of physical activity on their mental-emotional status, while male students were more focused on improving their physical fitness. This underscores the necessity for the development of diversified physical education and health-enhancing programs, with a focus on the distinct needs of various student populations. The analysis of the level of accessibility and quality of PE in higher education institutions indicates the need to improve organizational and methodological approaches to their provision. The findings of this study are of practical importance for improving the efficiency of the organization of physical education and health-enhancing activities in higher education institutions and can be used to improve the quality of services.

Keywords: quality of life, life satisfaction, higher education students, physical activity.

Стаття надійшла до редакції 23.01.2025 р.