

KWESTIONARIUSZ OCENY PRĘŻNOŚCI (KOP-26) KONSTRUKCJA I WŁAŚCIWOŚCI PSYCHOMETRYCZNE NARZĘDZIA

Krzysztof Gąsior¹, Jan Chodkiewicz², Wojciech Cechowski³

¹Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Świętokrzyskie Centrum Profilaktyki i Edukacji
Jan Kochanowski University in Kielce, Center of Prevention and Education

²Instytut Psychologii, Uniwersytet Łódzki
Institute of Psychology, University of Lodz

³Świętokrzyskie Centrum Profilaktyki i Edukacji
Center of Prevention and Education

RESILIENCE IN ADULTS – CHARACTERISTICS AND MEASUREMENT – QUESTIONNAIRE KOP-26

Summary. The article presents characteristics and measurement of a resilience construction and psychometric properties of Polish questionnaire to measure resilience in adults – KOP-26 (QuR-26). The KOP-26 consist of 26 items, rating of the 5-point scale. In a sample comprised of 721 students (mean age 24; 65.2% women and 34.8% men) 3-factor structure of the questionnaire was revealed, which explained 46.1% of total variance. The internal consistency of the questionnaire is satisfying, with Cronbach's alpha for the KOP-26 = 0.90, for particular factors (from 0.78 to 0.90). Results of KOP-26 correlate positively with resiliency (SPP-25, $r = 0.62$; ER/SSP, $r = 0.59$), coherence (SOC-29, $r = 0.60$) and social support (F-SozU, $r = 0.57$). The questionnaire is defining the resilience through personal competence, family competence and social competence.

Key words: resilience, questionnaire, psychometric properties

Wprowadzenie

Pojęcie „resilience” (rezyliencja/prężność psychiczna) pojawiło się w psychologii zaledwie 30 lat temu. Jest zatem dość młodym konstruktem, który dopiero od paru lat zwrócił uwagę większej grupy badaczy i teoretyków. Wzmoczone nim zainteresowanie związane jest z odchodzeniem psychologów od podejścia patogenetycznego na rzecz orientacji salutogenetycznej. Prężność psychiczna wpisuje się w ten trend, ponieważ odnosi się przede wszystkim do czynników chroniących oraz umiejętności i procesów związanych z dobrym radzeniem sobie w sytuacjach zagrożenia. Jednym z pierwszych autorów, którzy zainteresowali się tą problematyką był Garmezy (1973). W latach 60. zajmował się badaniami nad schizofrenią

Adres do korespondencji: Krzysztof Gąsior, e-mail, gasior@profilaktyka.com

strona 76

i zaobserwował, że część dzieci wzrastających w rodzinach z osobą chorą na schizofrenię, mimo różnych przeciwności losu, nie przejawiało żadnych problemów psychicznych i rozwijało się prawidłowo. Nasuwało się pytanie, z czego wynika odporność tych dzieci? Garmezy jako pierwszy skupił się na analizie czynników chroniących i czynników ryzyka w rozwoju jednostki. Przełomowe również okazały się longitudinalne badania rodzin z wyspy Kauai na Hawajach przeprowadzone przez Werner i Smith (1982). Badaczki towarzyszyły 698 dzieciom od okresu prenatalnego do wczesnej dorosłości. We wnioskach płynących z tych badań autorki wskazują na duże znaczenie czynników chroniących zarówno rodzinnych (przynajmniej jeden bezpieczny obiekt – rodzic), społecznych (przynależność do grup – np. kościół, szkoła), jak i indywidualnych (wewnętrzne poczucie kontroli, pozytywny obraz siebie). Werner była jedną z pierwszych osób, które wprowadziły i rozpropagowały pojęcie „resilience”. Zostało ono zaczerpnięte z nauk przyrodniczych, gdzie jest rozumiane jako „sprężystość”, właściwość substancji do odzyskania pierwotnej formy po usunięciu sił zewnętrznych wywołujących zniekształcenie (Junik, 2011). Psychologowie starają się przenieść to zjawisko na grunt nauk społecznych, rozumiejąc psychikę człowieka na podobieństwo „substancji”, a siły zewnętrzne wywołujące „zniekształcenia” jako traumatyczne przeżycia, doświadczane w ciągu życia. Tak rozumiana prężność psychiczna oznaczałaby umiejętność powrotu do równowagi psychicznej po niekorzystnych i urazowych doświadczeniach (Ogińska-Bulik, Juczyński, 2008a).

Prężność – przegląd definicji i narzędzi

Rozwój teorii dotyczącej prężności ściśle powiązany jest z historią budowy kolejnych narzędzi badających ten konstrukt. Ogólnego przeglądu najbardziej popularnych skal badających prężność dokonały Windle, Bennett i Noyes (2011). Początkowo prężność rozumiano jako pewne stałe cechy jednostki. Jeden z pierwszych kwestionariuszy *The Dispositional Resilience Scale* służący do badania resilience został stworzony przez Bartone i współpracowników (Bartone i in., 1989). Oparł się on na teorii odporności – twardości (*hardiness*) Kobasy (1979). Kobasa definiuje twardość jako właściwość osobowości obejmującą trzy powiązane ze sobą cechy: zaangażowanie (*commitment*), poczucie kontroli (*control*) i stawianie czoła wyzwaniom (*challenge*). Z biegiem czasu podjęto kolejne próby bardziej precyzyjnego zdefiniowania tego zjawiska. Jedną z nich jest definicja Ruttera (1987), który podkreśla, że jest to końcowy etap procesu buforowania stresu, który nie niweluje go, ani też nie zmniejsza zagrożenia, pozwala jednak jednostce efektywniej sobie z nim radzić. Na kanwie kolejnych badań powstała *The Resilience Scale*, skala ciesząca się do dnia dzisiejszego dużą popularnością (Wagnild, Young, 1993). Ujmuje ona prężność jako stałą właściwość osoby, która przejawia się w dwóch wymiarach: kompetencjach osobistych (*personal competence*) oraz akceptacji siebie i życia (*acceptance of self and life*). W tym samym czasie zaczęło także pojawiać się pojęcie „ego-resilience” (prężność ego). Block i Kremen (1996) zdefiniowali je jako zestaw takich cech, jak: dzielność w radzeniu sobie ze stresem, siła charakteru i elastyczność w przystosowywaniu się do nowych warunków. Junik (2011, s. 51) stwierdziła, że „ego-rezyliencja

może występować bez konieczności pojawienia się życiowych trudności w przeciwieństwie do rezyliencji, której warunkiem jest ekspozycja na ryzyko". Tym samym wskazała na różnice między tymi pojęciami. Block i Kremen (1996) na podstawie swojej koncepcji stworzyli *Ego Resiliency Scale*. Składa się ona z 14 stwierdzeń, z czego większość zaczerpnięta została z *Minnesota Multiphasic Personality Inventory* i ma charakter jednoczynnikowy.

Kolejnym ważnym krokiem w rozwoju teorii prężności były obserwacje Connor i Davidson (2003). Stworzyli oni *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC). Opierając się na skali, prowadzili badania porównawcze w różnych grupach klinicznych. W wyniku przeprowadzonych badań stwierdzili, że poziom prężności psychicznej nie jest stały i zależy od stanu zdrowia oraz ogólnego funkcjonowania jednostki. Wyszuli więc wniosek, że poziom prężności jest modyfikowalny i może wzrastać w trakcie leczenia. Oznacza to, że wraz z poprawą stanu zdrowia zwiększa się odporność psychiczna, co więcej: im szybszy wzrost odporności, tym sprawniej przebiega proces powrotu do zdrowia. Badania te pokazały, że prężność psychiczna nie jest stałą, wrodzoną cechą rozwiniętą w dzieciństwie, lecz pewną właściwością jednostki, która może zmieniać się zależnie od różnych doświadczeń i przeżyć w trakcie całego życia.

W czasie gdy Connor i Davidson pracowali nad swoim kwestionariuszem, pojawiło się wiele nowych definicji prężności. Objaśniały ją nie tyle jako właściwość, ile proces względnie pozytywnej adaptacji pomimo różnych przeciwności losu. Nowe koncepcje i związane z nimi definicje zawierały w sobie dwa główne założenia dotyczące prężności (Luthar, Zelazo 2003; Rutter, 2006). Pierwsze z nich wskazywało na konieczność występowania podwyższonego poziomu ryzyka w życiu jednostki. Oznacza to, że obserwacja prężności psychicznej osoby możliwa jest, gdy jest ona narażona na traumatyczne doświadczenia ze względu na czynniki rodzinne (np. alkoholizm, przemoc domową), indywidualne (np. trudny temperament, niski poziom inteligencji), czy też środowiskowe (np. wysoki poziom bezrobocia, przestępczość). Drugim założeniem jest pojawienie się pozytywnej adaptacji, czyli faktu, że pomimo doświadczanego kryzysu jednostka jest w stanie poradzić sobie z przeciwnościami w zdrowy sposób, nie przejawiając zachowań autodestrukcyjnych. Masten (2001) wyróżniła dwa rodzaje kryteriów związanych z pozytywną adaptacją: zewnętrzne (np. pozytywne osiągnięcia szkolne, posiadanie grupy znajomych), wewnętrzne (np. dobre samopoczucie, niski poziom stresu). Zaczęto powoli odchodzić od rozumienia prężności jako wyłącznie cechy jednostki, na rzecz rozumienia jej jako procesu. Taki punkt widzenia prezentuje na przykład Luthar i Zelazo (2003), uznając, że prężność odnosi się do dynamicznego procesu pozytywnej adaptacji w obliczu pojawiających się przeciwności. Jej aktywacja wymaga doświadczenia bezpośredniego zagrożenia lub wystąpienia sytuacji traumatycznej, a sama prężność związana jest z umiejętnym wykorzystaniem możliwości oraz kompetencji do poradzenia sobie z tymi przeciwnościami. Można więc powiedzieć, że prężność jest procesem polegającym na wzajemnej interakcji czynników chroniących i czynników ryzyka.

Podstawy teoretyczne narzędzia KOP-26

Wynikiem ujmowania prężności jako właściwości osobowości, ale i procesu jest pojawienie się kwestionariusza *Resilience Scale for Adults* (RSA) Friborga i współpracowników (Friborg i in., 2003). Narzędzie to mierzy prężność na pięciu skalach, są nimi: siła osobista (*Personal strength*), kompetencje społeczne (*Social competence*), styl strukturyzujący (*Structured style*), spójność rodzinna (*Family cohesion*), zasoby społeczne (*Social Resources*). Skala próbuje ująć prężność jako proces zmieniający się w czasie, zależny również od czynników zewnętrznych. Opierając się na powyższych koncepcjach rozumienia prężności psychicznej, prowadzono liczne badania i tworzono na ich bazie nowe teorie. Wskazują one, że procesy prężności kształtują się przede wszystkim w trzech wymiarach ludzkiej egzystencji: indywidualnym, rodzinnym i społecznym. Jednym z teoretycznych podejść opartych na tych wnioskach jest model stworzony przez Haase (2004). Choć został on opracowany dla specyficznej grupy (młodzież chora na raka), jednak zawiera wiele treści uniwersalnych. Jest przykładem koncepcji prężności opierającej się na pozytywnym ujęciu zdrowia psychicznego. Twórczyni modelu wyróżniła trzy grupy czynników chroniących, składających się na prężność psychiczną. Pierwsza grupa to czynniki indywidualne odnoszące się do strategii skutecznego poznawczego oraz emocjonalnego radzenia sobie (*coping*) w sytuacjach problemowych/stresowych. Należą do nich: nadzieja, odwaga, wiara, pozytywny obraz siebie, umiejętność radzenia sobie ze stresem, czy otwartość na innych ludzi. Druga grupa to czynniki rodzinne, które skupiają się wokół rodzinnej atmosfery, wsparcia rodzinnego oraz bezpieczeństwa dawanego przez rodzinę (np. wsparcie ze strony rodziny, dobre, życzliwe kontakty między członkami rodziny). Trzecią grupą są czynniki społeczne/środowiskowe, które związane są z radzeniem sobie w otoczeniu rówieśników oraz otrzymywanym wsparciem od nich – np. posiadanie bliskich znajomych, możliwość zwrócenia się o pomoc. Wnikliwe zbadanie tych wszystkich czynników wymaga użycia wielu różnorodnych narzędzi. Dodatkowo, jeżeli badacz chce dokonać oceny prężności jako przebiegających w czasie procesów, winien ująć te czynniki w kategoriach systemu, bowiem to system jest nośnikiem procesu.

Warto wspomnieć także o polskim wkładzie w tworzenie narzędzi do badania prężności psychicznej. Jednym z pierwszych polskich narzędzi jest Kwestionariusz Poczucia Bezpieczeństwa i Prężności Osobowej (KPB-PO) stworzony przez Uchnasta (1998). Uchnast jako pierwszy wprowadził do polskiej literatury pojęcie ego-rezyliencji zaproponowane przez Blocka (1996), na którego teorii oraz Skali prężności-ego (ER-89) w dużej mierze oparł się, tworząc swoje narzędzie. Nie zgadzając się jednak w pełni z autorem (Uchnast, 1997), uważał, że w jego ujęciu brakuje aspektu afektywno-motywacyjnego. Postanowił uzupełnić zatem opis tego konstruktów, odwołując się do teorii motywacji Masłowa oraz jego *Security-Insecurity Inventory*. Kwestionariusz Uchnasta pozwala mierzyć pięć czynników: bliskość, stabilność, zaufanie do siebie, poczucie bezpieczeństwa, prężność osobową. Nowszym i obecnie jedynym dostępnym polskim narzędziem jest Skala Pomiaru Prężności SPP-25 stworzona przez Ogińską-Bulik oraz Juczyńskiego (2008a, b). Oparli się oni na definicji prężności jako właściwości osobowości jednostki. Skala składa

się z 25 stwierdzeń pogrupowanych w pięć czynników, którymi są: 1) wytrwałość i determinacja w działaniu, 2) otwartość na nowe doświadczenia i poczucie humoru, 3) kompetencje osobiste do radzenia sobie i tolerancja negatywnych emocji, 4) tolerancja na niepowodzenia i traktowanie życia jako wyzwania, 5) optymistyczne nastawienie do życia i zdolność mobilizowania się w trudnych sytuacjach. Na jej bazie powstała również wersja dla dzieci i młodzieży – SPP-18 (Ogińska-Bulik, Juczyński, 2011). W Polsce dostępna jest także przeprowadzona przez Kaczmarską (2011) adaptacja kwestionariusza *Ego Resiliency Scale* pod nazwą Skala Sprężystości Psychiczej.

Wyżej opisane kwestionariusze skupiają się przede wszystkim na cechach indywidualnych jednostki, nie próbując odwoływać się do szerszego kontekstu. Były także próby adaptacji innych narzędzi (np. RSA), jednak różnice kulturowe sprawiają, że w naszych warunkach jedynie niektóre z oryginalnych czynników zostały potwierdzone w badaniach adaptacyjnych (por. Kühn-Dymecka, 2012). Wszystko to ma bardzo ograniczony dostęp do polskich narzędzi badających prężność w jej różnorodnych aspektach.

Powyższe wnioski stały się przesłanką do stworzenia nowego narzędzia do pomiaru poczucia prężności u dorosłych. Koncepcja na której oparto budowę narzędzia odwołuje się do modelu stworzonego przez Haase (2004). Zarówno ten model, jak i inne badania wskazują, że procesy prężności kształtują się przez całe życie, szczególnie w wymiarach indywidualnym, rodzinnym i społecznym (Friborg i in., 2003; Masten, O'Dougherty, Wright, 2009). Założono więc, że dokładna eksploracja tych właśnie trzech wymiarów może pozwolić na rozszerzoną i pogłębianą ocenę prężności. Z jednej strony możemy bowiem mówić o bezpiecznej bazie, jaką jest dla jednostki rodzina, o wsparciu na jakie może liczyć i o ludziach, dzięki którym wzmacniają się także indywidualne jej cechy, takie jak pozytywny obraz siebie, odwaga czy otwartość na innych. Z drugiej strony możemy mówić o kontaktach z innymi osobami, umiejętnościach zjednywania sobie ludzi oraz proszenia o pomoc. Tworząc prezentowane poniżej narzędzie starano się, w odróżnieniu od innych dostępnych w Polsce metod, uwzględnić jak najszerszą perspektywę prężności jednostki. Chodziło o to, aby umożliwić zaobserwowanie wszystkich trzech płaszczyzn, na których kształtuje się odporność człowieka oraz poznać zależności między tymi płaszczyznami.

Konstrukcja narzędzia

Konstruowanie narzędzia rozłożone zostało na kilka etapów. We wstępnym etapie wybrana została pula bazowa pytań kwestionariuszowych. W tym celu zastosowano strategię teoretyczną i indukcyjną zwaną też wewnętrzną (Hornowska, 2009). Punktem wyjścia były teorie wskazujące na istnienie wielu czynników powiązanych z prężnością odnoszące się zarówno do właściwości osobowości, jak i środowiska społecznego. Metodą sędziów kompetentnych (4 psychologów teoretyków i praktyków) wstępnie określono 6 wymiarów prężności, spodziewano się bowiem uzyskania maksymalnie pięcio-, sześcioczynnikowej struktury testu. Wymiary te odniesiono do relacji rodzinnych, kompetencji społecznych, kome-

tencji osobistych, ego resilience, wsparcia społecznego oraz poczucia sensu życia. W celu poszukania inspiracji dla tworzonej bazy twierdzeń dokonano przeglądu odpowiadających założeniom teoretycznym testów i kwestionariuszy anglojęzycznych, szczególnie biorąc pod uwagę *Resilience Scale for Adults*. RSA jest bowiem skalą, która próbuje prężność ująć nie tylko w kategoriach właściwości, ale i efektów procesów odpornościowych. Wersja początkowa Kwestionariusza Oceny Prężności łącznie zawierała 70 twierdzeń. Zadbano o stronę językową, np. w odpowiednich przypadkach podano zarówno żeńsko-, jak i męskoosobową formę odmiany. Badanie pilotażowe przeprowadzone zostało na grupie 195 osób. Uzyskane wyniki wskazały na sensowność rozważenia modelu czteroczynnikowego, na który składały się relacje rodzinne, reagowanie na stres, kompetencje społeczne oraz sens i cele życiowe. Analiza treściowa czynników sugerowała jednak, że reagowanie na stres bardziej odnosi się do podatności na stres niż odporności na przeciwności losu. Ponadto czynnik ten bardzo słabo korelował ze skalami prężności (SPP-25 czy SSP). Ponownie odwołano się więc do metody sędziów kompetentnych i opierając się na ich opinii usunięto 10 pozycji cechujących się małą trafnością treściową, odnoszącą się do proponowanych wymiarów prężności. W wersji kwestionariusza przeznaczonej do badania selekcyjnego znalazło się ostatecznie 60 pozycji: kompetencje osobiste (12 pozycji), społeczne (10 pozycji), relacje rodzinne (11 pozycji), ego-resilience (10 pozycji), wsparcie społeczne (7 pozycji) oraz poczucie sensu życia (10 pozycji). Celem badania selekcyjnego była weryfikacja wewnętrznej struktury kwestionariusza przy użyciu eksploracyjnej analizy czynnikowej (EFA, *exploratory factor analysis*). Następnie uzyskana struktura czynnikowa miała zostać potwierdzona przez konfirmacyjną analizę czynnikową (CFA, *confirmatory factor analysis*), która jest jedną z najbardziej optymalnych metod weryfikujących wielowymiarowość narzędzia pomiarowego (Konarski, 2010). CFA stosuje się, opierając ją na spójnej teorii lub co najmniej na wnioskach z wcześniej przeprowadzonej analizy eksploracyjnej, co miało miejsce w przypadku prezentowanych badań. Końcowy etap badań miał na celu ponowną weryfikację ostatecznej wersji kwestionariusza przy użyciu eksploracyjnej analizy czynnikowej na nowej grupie badanych ($N = 241$).

Metoda

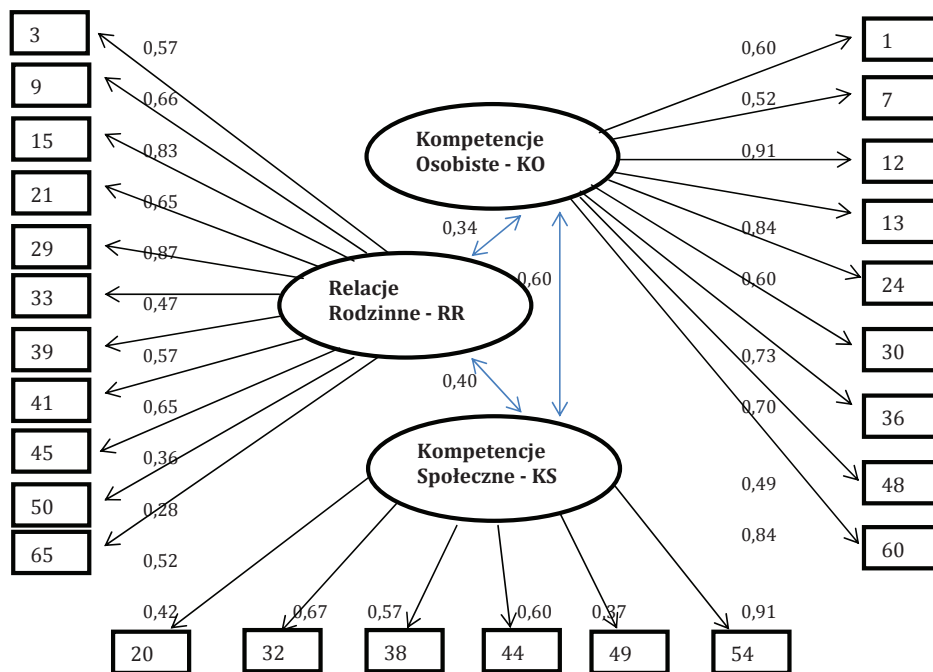
Główne badanie przeprowadzono na grupie 502 studentów (66,5% kobiet) studiów stacjonarnych i niestacjonarnych w wieku od 19 do 55 lat ($M = 25,2$; $SD = 6,22$). Do analiz statystycznych wykorzystany został pakiet STATISTICA v.10. oraz SPSS. Stworzono baterię testów, w skład której oprócz eksperymentalnej wersji budowanego Kwestionariusza Oceny Prężności weszły: Skala Pomiaru Prężności (SPP-25) Ogińskiej-Bulik i Juczyńskiego (2008b), Kwestionariusz Orientacji Życiowej (SOC-29) Antonovsky'ego (1995) zaadoptowany przy współpracy Zakładu Psychologii Klinicznej IPN, Zakładu Psychoprofilaktyki, Instytutu Psychologii UAM oraz Zakładu Psychologii Pracy IMP w Łodzi (Koniarek, Dudek, Makowska, 1993), Skala Wsparcia Społecznego (F-SozU) w adaptacji Juczyńskiego (Fydrich, Sommer, Brähler, 2007; Juczyński, 2007) oraz w późniejszym etapie Skala Sprężystości Psychiczej (ER) w adaptacji Kaczmarska (2011). Badana grupa losowo podzie-

lona została na dwa równoliczne podzbiory ($N = 251$). W pierwszym podzbiore ustalono trafność i strukturę wewnętrzną kwestionariusza. W tym celu wykorzystana została eksploracyjna analiza czynnikowa (test osypiska, metoda głównych składowych, rotacja Oblimin z normalizacją Kaisera – wykorzystano pakiet SPSS). Zastosowanie w eksploracyjnej analizie czynnikowej rotacji Oblimin było spowodowane przyjętym założeniem nieortogonalności czynników. Drugi podzbiór ($N = 251$) miał potwierdzić uzyskaną strukturę za pomocą konfirmacyjnej analizy czynnikowej. Ostatni etap badania przeprowadzono w nowej grupie badanych ($N = 241$; 65,4% kobiet), a jego celem była ponowna weryfikacja struktury kwestionariusza za pomocą eksploracyjnej analizy czynnikowej.

Wyniki

Wyniki uzyskane w analizie eksploracyjnej ze względu na kształt osypiska i merytoryczny sens przemawiały za przyjęciem rozwiązania trójczynnikowego (po odrzuceniu testowanego wcześniej rozwiązania 4- i 5-czynnikowego). Aby sprawdzić dokładność doboru próby, zastosowano test Kaisera-Mayera-Olkina ($KMO = 0,878$). Jego wielkość wskazała na to, że występują silne podstawy do zastosowania analizy czynnikowej. Wskaźnik Bartletta = 2663,5767 ($p < 0,000$) również zasygnalizował, że macierz korelacji nie jest macierzą jednostkową, co potwierdziło sensowność zastosowania analizy czynnikowej. Po przeprowadzeniu EFA z rotacją Oblimin (założenie o nieortogonalności czynników) pierwszy czynnik wyjaśnił 28,0% wariancji, drugi 11,3%, a trzeci 7,2% wariancji. Łącznie za pomocą 3 czynników wyjaśniono 46,1% wariancji wspólnej. Dla każdego czynnika wybrano pozycje o ładunkach czynnikowych większych niż 0,50 (por. tabela 1). Uzyskano w ten sposób rozwiązanie składające się z 26 pozycji w trzech czynnikach, które nazwano: relacje rodzinne (11 pozycji), kompetencje osobiste (9 pozycji) i kompetencje społeczne (6 pozycji).

Na podstawie rozwiązania eksploracyjnego zbudowany został ścieżkowy model analizy konfirmacyjnej (rycina 1).



Rycina 1. Diagram ścieżkowy konfirmacyjnej analizy czynnikowej KOP-26

Źródło: opracowanie własne

Illustration 1. Path diagram of confirmative factorial analysis KOP-26. KO – Personal competence, RR – Family Relation, KS – Social competence

Source: own elaboration

Tabela 1. Ładunki czynnikowe dla poszczególnych pozycji KOP-26 tworzących strukturę trójczynnikową ($N = 251$). Eksploracyjna analiza czynnikowa z rotacją Oblimin (delta = 0)/Factor loadings for particular positions of KOP-26 forming three-factor structure ($N = 251$). Exploratory factor analysis with Oblimin's rotation (delta = 0).

| Pozycja | Czynnik 1. Relacje rodzinne/ Family Relation | Pozycja | Czynnik 2. Kompetencje osobiste/ Personal Competence | Pozycja | Czynnik 3. Kompetencje społeczne/ Social Competence |
|---------|--|---------|--|---------|---|
| R50 | 0,85 | K30 | 0,74 | O49 | 0,80 |
| R45 | 0,80 | K36 | 0,72 | O20 | 0,79 |
| R9 | 0,76 | K1 | 0,68 | O32 | 0,67 |
| R3 | 0,75 | K7 | 0,66 | O44 | 0,65 |
| R21 | 0,73 | K24 | 0,66 | O38 | 0,63 |

cd. tabeli 1

| | | | | | |
|-----|------|-----|------|-----|------|
| R39 | 0,67 | K48 | 0,64 | O54 | 0,52 |
| R33 | 0,66 | K12 | 0,61 | | |
| R29 | 0,64 | K13 | 0,56 | | |
| R55 | 0,62 | K60 | 0,55 | | |
| R41 | 0,62 | | | | |
| R15 | 0,61 | | | | |

Procent wariacji wyjaśnianej: cz. 1. 28,0%, cz. 2. 11,3%, cz. 3. 7,2%

Źródło: opracowanie własne

Percentage explained variation: f. 1. 28.0%, f. 2. 11.3%, f. 3. 7.2%

Source: own elaboration

W modelu założono, że zarówno zmienne latentne, jak i błędy pomiaru dla poszczególnych pozycji testowych mogą być ze sobą skorelowane. Wartości parametrów modelu zostały oszacowane metodą najmniejszych kwadratów (GLS). Model okazał się dobrze dopasowany w świetle zdecydowanej większości przyjętych kryteriów. Pomimo tego, że χ^2 okazał się istotny przy wartości p mniejszej niż 0,05, to jednak szereg innych wskaźników potwierdza dopasowanie modelu (GFI Joreskoga = 0,925; AGFI Joreskoga = 0,852; RMSEA = 0,038). Warto zauważyć, że każdy model jest daleki od ideału, z tego powodu nie tyle wybiera się dopasowanie najlepsze, ile najmniej złe. Prócz dobroci dopasowania modelu konieczne jest sprawdzenie zgodności wewnętrznej i trafności zewnętrznej narzędzia.

Ocena zgodności wewnętrznej ustalona została na podstawie *alfa* Cronbacha (tabela 2). Uzyskane wartości są wysokie (*alfa* od 0,778 do 0,895) i świadczą o w pełni zadowalającej rzetelności wewnętrznej kwestionariusza.

Tabela 2. Ocena zgodności wewnętrznej KOP-26 – *alfa* Cronbacha / Assessment of internal consistency KOP-26 – *alpha* Cronbach

| Skala KOP-26 | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>Alfa</i> |
|--------------|----------|-----------|-------------|
| KR | 46,46 | 7,26 | 0,90 |
| KO | 35,43 | 5,27 | 0,82 |
| KS | 20,15 | 4,27 | 0,78 |
| KOPSUM | 102,04 | 12,98 | 0,90 |

KR – Kompetencje Rodzinne, KO – Kompetencje Osobiste, KS – Kompetencje Społeczne, KOPSUM – wynik ogólny prężności

Źródło: opracowanie własne

KR – Family Competence, KO – Personal Competence, SC – Social Competence, KOPSUM – Vague resilience result

Source: Own elaboration

Ocena trafności zewnętrznej (kryterialnej) wypada zadowolająco. Uzyskane wyniki KOP-26 w omawianych badaniach skorelowano (r -Pearsona) z wynikami testów: Skalą Pomiaru Prężności SSP-25, Skalą Wsparcia Społecznego F-SozU, Skalą Sprężystości Psychiczej SSP oraz Kwestionariuszem Orientacji Życiowej SOC-29 (tabele 3, 4, 5, 6).

Tabela 3. Ocena trafności zewnętrznej. Korelacje między KOP-26 a Skalą Pomiaru Prężności SPP-25/Assessment of external validity. Correlations between KOP-26 and a Resilience Measure Scale SPP-25

| Zmienna | Korelacje KOP-26 i SSP-25 | | | | | |
|---------|--|---------|---------|---------|---------|---------|
| | N = 497 (Braki danych usuwano przypadkami) | | | | | |
| | SPP1 | SPP2 | SPP3 | SPP4 | SPP5 | SPPSUM |
| RR | 0,31*** | 0,32*** | 0,28*** | 0,31*** | 0,26*** | 0,34*** |
| KO | 0,62*** | 0,54*** | 0,58*** | 0,56*** | 0,56*** | 0,65*** |
| KS | 0,36*** | 0,44*** | 0,51*** | 0,49*** | 0,47*** | 0,51*** |
| KOPSUM | 0,55*** | 0,54*** | 0,56*** | 0,56*** | 0,53*** | 0,62*** |

*** $p < 0,001$

SPP1. Wyrwałość i determinacja w działaniu/Endurance and determination in acting; SPP2. Otwartość na nowe doświadczenia i poczucie humoru/Openness to new experiences and sense of humor; SPP3. Kompetencje osobiste do radzenia sobie i tolerancja negatywnych emocji/Personal competence to overcoming adversities and tolerance for negative emotions; SPP4. Tolerancja na niepowodzenia i traktowanie życia jako wyzwania/Tolerance for failure and treating life as challenge; SPP5. Optymistyczne nastawienie do życia i zdolność mobilizowania się w trudnych sytuacjach/Optimistic attitude to life and ability to mobilize in case of difficulties; SPPSUM. Wynik ogólny/Vague result

Źródło: opracowanie własne/Source: own elaboration

Tabela 4. Ocena trafności zewnętrznej. Korelacje między KOP-26 a Skalą Wsparcia Społecznego F-SozU/Assessment of external validity. Correlations between KOP-26 and Social Support Scale F-SozU

| Zmienna | Korelacje KOP-26 i F-SozU | | | |
|---------|--|---------|---------|---------|
| | N = 304 (Braki danych usuwano przypadkami) | | | |
| | FS1 | FS2 | FS3 | FSUM |
| RR | 0,48*** | 0,49*** | 0,43*** | 0,52*** |
| KO | 0,36*** | 0,35*** | 0,39*** | 0,41*** |
| KS | 0,30*** | 0,27*** | 0,38*** | 0,35*** |
| KOPSUM | 0,51*** | 0,50*** | 0,53*** | 0,57*** |

*** $p < 0,001$

FS1. Wsparcie emocjonalne/Emotional Support; FS2. Wsparcie praktyczne/Practical Support; FS3. Integracja społeczna/Social Integration; FSUM. Wsparcie ogólne/General Support

Źródło: opracowanie własne/Source: own elaboration

Tabela 5. Ocena trafności zewnętrznej. Korelacje między KOP-26 a Kwestionariuszem Orientacji Życiowej SOC-29/Assessment of external validity. Correlation between KOP-26 and Life Orientation Questionnaire SOC-29

| Zmienna | Korelacje KOP-26 i SOC-29 | | | |
|---------|--|---------|---------|---------|
| | N = 300 (Braki danych usuwano przypadkami) | | | |
| | PZR | PZ | PS | KOH |
| RR | 0,27*** | 0,45*** | 0,43*** | 0,44*** |
| KO | 0,34*** | 0,47*** | 0,58*** | 0,54*** |
| KS | 0,32*** | 0,34*** | 0,33*** | 0,39*** |
| KOPSUM | 0,39*** | 0,55*** | 0,59*** | 0,60*** |

*** $p < 0,001$

PZR. Poczucie zrozumiałości/comprehensibility; PZ. Poczucie zaradności/manageability; PS. Poczucie sensowności/meaningfulness; KOH. Wynik ogólny/Vague result

Źródło: opracowanie własne/Source: own elaboration

Tabela 6. Ocena trafności zewnętrznej. Korelacje między KOP-26 a Skalą Sprężystości Psychicznej (ER)/Assessment of external validity. Correlation between KOP-26 and Psychological Resilience Scale (ER)

| Zmienna | Korelacje KOP-26 i RS |
|---------|---|
| | N = 79 (Braki danych usuwano przypadkami) |
| | SSP |
| RR | 0,42*** |
| KO | 0,48*** |
| KS | 0,52*** |
| KOSUM | 0,59*** |

*** $p < 0,001$

Źródło: opracowanie własne/Source: own elaboration

Jak pokazują tabele, wartości współczynników korelacji między ogólnym wynikiem KOP-26 a wymienionymi testami są dodatnie i silne, wynoszą od 0,57 do 0,62. Relacje Rodzinne najsilniej korelują ze Skalą Wsparcia Społecznego, zwłaszcza ze wsparciem emocjonalnym i praktycznym. Tymczasem Kompetencje Osobiste najsilniej korelują ze Skalą Sprężystości Psychicznej, głównie z wytrwałością i determinacją w działaniu. Równie silne korelacje dotyczą Kwestionariusza Orientacji Życiowej, zwłaszcza poczucia sensowności i zaradności. Kompetencje Społeczne najsilniej korelują ze Skalą Sprężystości Psychicznej (ER) oraz Skalą Pomiaru Prężności, przy czym w przypadku SPP-25 z podskalą kompetencji osobistych do radzenia sobie i tolerancją negatywnych emocji. Powyższe wskazuje na to, że KOP-26 jest narzędziem, które nie powiela żadnej z wymienionych wyżej skal. Jego obszar badawczy, choć ogólnie odnosi się do prężności, ujmuje ten konstrukt odmiennie, uwzględniając kompetencje odnoszące się do różnych obszarów funkcjonowania jednostki oraz wskazuje na istotne znaczenie relacji rodzinnych, czego nie uwzględniają opisane wyżej narzędzia.

Końcowy etap badań miał na celu ponowną ocenę ostatecznej 26-pozycyjnej wersji kwestionariusza przy użyciu eksploracyjnej analizy czynnikowej na nowej grupie badanych studentów ($N = 241$; ważnych $N = 219$). Uzyskane wyniki potwierdziły wcześniejsze analizy (tabela 7).

Tabela 7. Ładunki czynnikowe dla poszczególnych pozycji KOP-26 tworzących strukturę trójczynnikową ($N = 219$). Eksploracyjna analiza czynnikowa z rotacją Oblimin (delta = 0)/Factor loadings for particular positions of KOP-26 forming three-factor structure ($N = 219$). Exploratory factor analysis with Oblimin's rotation (delta = 0)

| Pozycja | Czynnik 1. Relacje Rodzinne/ Family Relations | Pozycja | Czynnik 2. Kompetencje Osobiste/ Personal Competence | Pozycja | Czynnik 3. Kompetencje Społeczne/ Social Competence |
|----------|---|----------|--|----------|---|
| RR2(3) | 0,73 | KO1(1) | 0,74 | KS8(20) | 0,84 |
| RR4(9) | 0,88 | KO3(7) | 0,63 | KS13(32) | 0,79 |
| RR7(15) | 0,59 | KO5(12) | 0,62 | KS16(38) | 0,73 |
| RR9(21) | 0,83 | KO6(13) | 0,63 | KS19(44) | 0,64 |
| RR11(29) | 0,51 | KO10(24) | 0,46 | KS22(49) | 0,80 |
| RR14(33) | 0,57 | KO12(30) | 0,42 | KS24(54) | 0,39 |
| RR17(39) | 0,76 | KO15(36) | 0,35 | | |
| RR18(41) | 0,74 | KO21(48) | 0,38 | | |
| RR20(45) | 0,79 | KO26(60) | 0,43 | | |
| RR23(50) | 0,78 | | | | |
| RR25(55) | 0,71 | | | | |

Kaiser-Mayer-Olkin = 0,895, Test Bartletta = 2762,02, $p < 0,0000$. Procent wariancji wyjaśnianej: cz. 1. 33,6%, cz. 2. 10,5%, cz. 3. 6,4%

Źródło: opracowanie własne

Kaiser-Mayer-Olkin = 0,895, Bartlett Test of Sphericity = 2762,02, $p < 0,0000$. Percentage explained variation: f. 1. 33.6%, f. 2. 10.5%, f. 3. 6.4%

Source: own elaboration

(W nawiasach – numery pozycji wersji KOP 60-pozycyjnej/In brackets – numbers of the position from the version KOP 60-items)

Ocena zgodności wewnętrznej wypadła zadowalająco (*alfa* Cronbacha = 0,81; dla KO = 0,91; RR = 0,80; KS = 0,91). Ocena trafności zewnętrznej również okazała się zadowalająca. Uzyskane wyniki KOP-26 ponownie skorelowano ze Skalą Pomiaru Prężności (0,52), Skalą Wsparcia Społecznego F-SozU (0,43), Skalą Sprężystości Psychicznej SSP (0,46) oraz Kwestionariuszem Orientacji Życiowej SOC-29 (0,53). Ogólne wyniki, choć niższe, w swej strukturze nie odbiegały od wyników poprzednich analiz.

Opis, sposób badania i interpretacja wyników KOP-26

Kwestionariusz Oceny Prężności KOP-26 jest przeznaczony do badania osób dorosłych. Zawiera 26 twierdzeń. Dotyczą one różnych właściwości osobowości, jak i opisują szczególne relacje rodzinne i kompetencje społeczne utożsamiane z odpornością psychiczną. Dzięki temu narzędzie to, opisując prężność, przekracza jej rozumienie tylko w kategoriach właściwości i zbliża się do charakterystyki efektów oddziaływań procesualnych. Ocena w jakim stopniu badany zgadza się z danym twierdzeniem dokonywana jest na 5-stopniowej skali typu Likerta. Prócz wyniku ogólnego kwestionariusz mierzy trzy czynniki o następujących charakterystykach:

Relacje Rodzinne

Osoba, która jest ważna dla swojej rodziny i rodzina dla niej, lubi przebywać z rodziną. Ma bliski kontakt z jej członkami. W rodzinie potrafi rozwiązywać konflikty i osiągać porozumienie. W sytuacjach trudnych może liczyć na wsparcie rodziny. Pozycje to:

- Jestem kimś ważnym dla mojej rodziny
- Najważniejsza w moim życiu jest rodzina
- Lubię spędzać czas z moją rodziną
- Lubię wracać po pracy do domu
- Utrzymuję bardzo bliski kontakt przynajmniej z niektórymi członkami mojej rodziny
- Przekonałam/łem się, że moim bliskim i znajomym naprawdę zależy na mnie
- Dobrze rozumiemy się w rodzinie
- W trudnych sytuacjach zawsze mogę liczyć na kogoś z mojej rodziny
- Są osoby, na które zawsze mogę liczyć
- W sytuacjach trudnych staramy się wzajemnie wspierać w mojej rodzinie
- Potrafimy rozwiązywać konflikty w rodzinie.

Kompetencje Osobiste

Osoba, która umie stawiać sobie w życiu jasne cele i nowe wyzwania. Co więcej, posiada główny cel w swoim życiu. Wierzy we własne zdolności i umiejętności. Działa według wcześniej ułożonego planu. Często też przyjmuje odpowiedzialność za wykonanie jakiegoś zadania. Swoje życie uważa za wartościowe, sądzi, że ma ono sens, nawet wbrew przeciwnościom losu. W przyszłość patrzy z nadzieją (pozycje poniżej):

- Umie stawiać sobie w życiu jasne, konkretne cele
- Lubię stawiać przed sobą nowe wyzwania
- Mam pewien główny cel w moim życiu
- Często przyjmuję na siebie odpowiedzialność za wykonanie zadania
- Zazwyczaj działam według wcześniej ułożonego planu
- Wierzę we własne zdolności i umiejętności
- Moje życie jest wartościowe

- Mimo różnych przeciwności losu czuję, że moje życie ma sens
- Z nadzieją patrzę w przyszłość.

Kompetencje Społeczne

Osoba, która łatwo nawiązuje nowe znajomości i przyjaźnie. Ma zdolność do zjednywania sobie ludzi. Posiada liczne grono znajomych, a w nowych miejscach szybko się adaptuje. Prośenie o pomoc innych ludzi przychodzi jej z łatwością. W skład skali wchodzi następujące pozycje:

- Szybko nawiązuje nowe przyjaźnie
- Łatwo zjednuje sobie innych ludzi
- Łatwo nawiązuje kontakty z nieznanymi
- Nawet w nieznanym miejscu czuję się „jak u siebie”
- W porównaniu z innymi mam dużo znajomych
- Łatwo przychodzi mi prosić o pomoc innych ludzi.

Obliczanie i interpretacja wyników

KOP-26 jest narzędziem samoopisowym. Wypełnienie kwestionariusza zajmuje około 10 minut. Zamieszczona instrukcja informuje o celu badania i sposobie odpowiadania, narzędzie więc może być wykorzystywane do badań indywidualnych jak i grupowych. Uzyskane wyniki, po ich obliczeniu za pomocą klucza diagnostycznego, informują o nasileniu prężności w poszczególnych czynnikach. Obecnie narzędzie jest wstępnie znormalizowane na 498-osobowej grupie studentów. Z tego też powodu wyniki uzyskane w innych populacjach należy traktować z ostrożnością. Wynik ogólny jak i częściowe, poddane standaryzacji, wyrażone zostały w skali centylowej, gdzie wynik przeciętny lokuje się w przedziale 30-70 centyli. Uzyskane w ten sposób tymczasowe, orientacyjne normy podano w tabeli 8.

Tabela 8. Tabela norm tymczasowych Kwestionariusza Oceny Prężności (KOP-26)/
Table of norms of Resilience Evaluation Questionnaire (KOP-26)

| Wynik (centyle)/percentiles | KO | RR | KS | WO |
|-----------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| Niski/low (1-30 centyl) | ≤ 32 | ≤ 43 | ≤ 17 | ≤ 97 |
| Przeciętny/average (31-70 centyl) | 33-39 | 44-51 | 18-22 | 98-109 |
| Wysoki/high (71-100 centyl) | ≥ 40 | ≥ 52 | 23 | ≥ 110 |

Tymczasowa grupa normalizacyjna $N = 489$ (kobiety $N = 325$; mężczyźni $N = 164$), wiek 19-55 lat ($M = 25,2$; $SD = 6,22$). Studenci studiów stacjonarnych i niestacjonarnych/Students $N = 489$ (women $N = 325$; men $N = 164$), age 19-55 ($M = 25,2$; $SD = 6,22$)

KO – Personal Competence, RR – Family Relation, KS – Social Competence, WO – Vague resilience result

Źródło: opracowanie własne/Source: own elaboration

Podsumowanie

Prężność jest zbiorem właściwości osobowościowych oraz umiejętności i kompetencji wspomagających radzenie sobie ze stresem, traumą, problemami życiowymi oraz przeciwnościami losu. Ujmowana może być nie tylko jako właściwość osobowości, ale również jako złożone procesy, które warunkują dobre przystosowanie i rozwój osób oraz rodzin doświadczających różnorodnych zagrożeń i przeciwności losu. Mimo 30 lat badań nad tym konstruktem brak jest ciągle jasności jak się kształtuje, czym jest, ale też jak badać prężność. Artykuł prezentuje cechy i właściwości psychometryczne Kwestionariusza Oceny Prężności KOP-26. Narzędzie to bada konstrukt prężności rozumianej jako właściwość osobowości i efekt oddziaływań procesów odpornościowych zachodzących w środowisku, które mogą być opisane poprzez kompetencje osobiste i społeczne jednostki oraz jej relacje rodzinne. Kompetencje osobiste odnoszą się do umiejętności celowego, planowego i odpowiedzialnego działania oraz poczucia sensowności życia i żywienia nadziei mimo różnych przeciwności losu. Kompetencje społeczne związane są z umiejętnością zjednywania sobie ludzi, łatwością adoptowania się do nowych warunków oraz otwarciem na pomoc innych. Prężność powiązana jest również z relacjami rodzinnymi, w szczególności zaś z bliskimi kontaktami i wzajemnym zrozumieniem, zdolnością do rozwiązywania konfliktów, udzielaniem sobie wsparcia w sytuacjach trudnych oraz dobrą atmosferą wewnątrzrodzinną. Takie ujęcie prężności nawiązuje do koncepcji prężności wśród adolescentów Hasse (2004), ale rozszerza je na dalsze, dorosłe już etapy życia. Kwestionariusz Oceny Prężności jest jeszcze w procesie normalizacji, niemniej dotychczas uzyskane wyniki wskazują na jego znaczną wartość diagnostyczną i zachęcają do dalszych badań. Jego istotnym ograniczeniem jest grupa badawcza (studenci, w większości kobiety w 3 i 4 dekadzie życia), w której prowadzone były badania. Koniecznym jest więc sprawdzenie jego struktury i opracowanie norm w ogólnej populacji.

Literatura cytowana

- Antonovsky, A. (1995). *Rozwikłanie tajemnicy zdrowia. Jak radzić sobie ze stresem i nie zachorować*. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Bartone, P.T., Ursano, R., Wright, K., Ingraham, L. (1989). The impact of military air disaster on the health of assistance workers. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 177, 317-328.
- Block, J., Kremen, A.M. (1996). IQ and Ego-Resiliency: Conceptual and Empirical Connections and Separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (2), 349-361.
- Connor, K.M., Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J.H., Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind

- healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12, 65-76.
- Fydrich, T., Sommer, G., Brähler, E. (2007). *F-SozU – Fragebogen zur sozialen Unterstützung*. Göttingen: Hogrefe.
- Garmezy, N. (1973). Competence and adaptation in adult schizophrenic patients and children at risk. W: S.R. Dean (red.), *Schizophrenia: The first ten Dean Award Lectures* (s. 163-204). New York: MSS Information Corp.
- Hasse, J. (2004). The Adolescent Resilience Model as a Guide to Interventions. *Journal of Pediatric Oncology Nursing*, 21, 289-299.
- Hornowska, E. (2009). *Testy psychologiczne. Teoria i praktyka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Juczyński, Z. (2007). *Polska adaptacja Kwestionariusza Wsparcia Społecznego F-SozU* (Materiał niepublikowany). Łódź.
- Junik, W. (2011). Zjawisko rezyliencji – wybrane problemy metodologiczne. W: W. Junik (red.), *Resilience. Teoria – badania – praktyka* (s. 47-66). Warszawa: Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia.
- Kaczmarek, Ł. (2011). Skala Sprężystości Psychicznej – polska adaptacja Ego Resiliency Scale. *Czasopismo Psychologiczne*, 17, 263-265.
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Konarski, R. (2010). *Modele równań strukturalnych*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Koniarnek, J., Dudek, B., Makowska, Z. (1993). Kwestionariusz Orientacji Życiowej. Adaptacja The Sense of Coherence Questionnaire (SOC-29) A. Antonowsky'ego. *Przegląd Psychologiczny*, 36 (4) 491-502.
- Kühn-Dymecka, A. (2012). Występowanie wybranych zasobów osobistych u osób z rozpoznaniem schizofrenii. *Psychiatria Polska*, 46 (2), 167-176.
- Luthar, S.S., Cicchetti, D., Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71 (3), 543-562.
- Luthar, S.S., Zelazo, L.B. (2003). Research on Resilience. An Integrative Review. W: S.S. Luthar (red.), *Resilience and Vulnerability* (s. 510-549). Cambridge: Cambridge University Press.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic. *American Psychologist*, 56 (3), 227-238.
- Masten, A.S., O'Dougherty Wright, M. (2009). Resilience over the Lifespan. W: J.W. Reich, A.J. Zautra, J.S. Hall (red.), *Handbook of Adult Resilience* (s. 213-237). New York: Guilford Press.
- Ogińska-Bulik, N., Juczyński, Z. (2008a). *Osobowość. Stres a zdrowie*. Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Ogińska-Bulik, N., Juczyński, Z. (2008b). Skala Pomiaru Prężności (SPP-25). *Nowiny Psychologiczne*, 3, 39-56.
- Ogińska-Bulik, N., Juczyński, Z. (2011). Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar – polska skala SPP-18. *Polskie Forum Psychologiczne*, 16 (1), 7-28.
- Pospiszył, I. (1994). *Przemoc w rodzinie*. Warszawa: WSiP.

- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanism. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, Resilience in Children, 1-12.
- Tugade, M.M., Fredrickson, B.L. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back from Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86 (2), 320-333.
- Uchnast, Z. (1997). Prężność osobowa: Empiryczna typologia i metoda pomiaru. *Roczniki Filozoficzne*, 45 (4), 27-51.
- Uchnast, Z. (1998). Prężność osobowa a egzystencjalne wymiary wartościowania. *Roczniki Psychologiczne*, 1, 8-28.
- Wagnild, G.M., Young, H.M. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measures*, 1, 165-178.
- Werner, E.E., Smith, R.S. (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York: McGraw-Hill.
- Windle, G., Bennett, K.M., Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9, 8, <http://www.hqlo.com/content/9/1/8>

Streszczenie. Artykuł prezentuje sposób tworzenia i właściwości psychometryczne polskiego kwestionariusza (KOP-26) badającego konstrukt prężności wśród dorosłych. Kwestionariusz w swej strukturze definiuje prężność poprzez ocenę kompetencji osobistych, rodzinnych i społecznych. Składa się z 26 pozycji ocenianych na skali 5-punktowej. Badania przeprowadzono na próbie 721 studentów (średni wiek badanych wyniósł 24 lata; 65,2% kobiet i 34,8% mężczyzn). W wyniku zastosowania eksploracyjnej i confirmacyjnej analizy czynnikowej uzyskano 3-czynnikową strukturę kwestionariusza (wyjaśniającą 46,1% całkowitej wariancji). Wewnętrzna zgodność kwestionariusza ustalona na podstawie *alfa* Cronbacha wyniosła dla całego narzędzia 0,90, zaś dla poszczególnych czynników od 0,78 do 0,90. Trafność KOP-26 oceniona została poprzez korelacje z innymi narzędziami mierzącymi prężność (SPP-25, $r = 0,62$; ER/SSP, $r = 0,59$) oraz poczucie koherencji (SOC-29, $r = 0,60$) i wsparcie społeczne (F-SozU, $r = 0,57$). Uzyskane wyniki okazały się zadowalające. Metodę można więc rekomendować do stosowania w badaniach naukowych.

Słowa kluczowe: prężność, kwestionariusz, właściwości psychometryczne