

VARIA

EETP Vol. 16, 2021, No. 4(62)
ISSN 1896-2327 / e-ISSN 2353-7787
DOI: 10.35765/eetp.2021.1662.08



Nadesłano: 10.09.2021
Zaakceptowano: 18.10.2021

Sugerowane cytowanie: Boczkowska M. (2021). *Skala Resilience Nauczycieli (SRN) – polska adaptacja Teachers' Resilience Scale (TRS) M. Platsidou i A. Danilidou*, „Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce”, vol. 16, nr 4(62), s. 109-132.
DOI: 10.35765/eetp.2021.1662.08

Magdalena Boczkowska

ORCID: 0000-0003-3435-8193
Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej

Skala Resilience Nauczycieli (SRN) – polska adaptacja Teachers' Resilience Scale (TRS) M. Platsidou i A. Danilidou

Teachers' Resilience Scale (SRN) – Polish Adaptation
of Teachers' Resilience Scale (TRS) by M. Platsidou
and A. Danilidou

SŁOWA KLUCZOWE

Resilience nauczycieli, resilience, nauczyciele, czynniki chroniące, czynniki ryzyka

ABSTRAKT

W artykule zaprezentowano polską adaptację narzędzia Teachers' Resilience Scale (M. Platsidou, A. Danilidou). Skala służy do diagnozowania resilience (zdolności adaptacyjnych jednostek, grup społecznych lub społeczeństw) wśród nauczycieli. W artykule zawarto informacje dotyczące procedury adaptacyjnej – opracowania polskiej wersji językowej i sprawdzenia właściwości psychometrycznych skali. Badania walidacyjne zostały przeprowadzone wśród 317 nauczycieli. Podstawowa struktura skali zbliżona jest do wersji oryginalnej – eksploracyjna i konfirmacyjna analiza czynnikowa potwierdziły jej czteroczynnikową strukturę (Kompetencje osobiste, Spójność rodziny, Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników, Znaczenie duchowości). Uzyskane dane empiryczne wskazują na satysfakcjonującą rzetelność, stabilność i trafność prezentowanego narzędzia.

KEYWORDS ABSTRACT

Resilience, teacher's resilience, teachers, protective factors, risk factors

This article presents the Polish adaptation of Teachers' Resilience Scale (M. Platsidou, A. Danilidou). The scale is used to diagnose resilience among teachers. The article contains information about the adaptation procedure – development of the Polish language version and testing the psychometric properties of the scale. Validation studies were conducted among 317 teachers. The primary structure of the scale is similar to the original version – exploratory and confirmatory factor analysis confirmed its four-factor structure (Personal Competences, Family Cohesion, Social Competence and Peer Support, Spiritual Influences). The empirical data obtained indicate satisfactory reliability, stability and accuracy of the presented scale.

Wprowadzenie

Resilience

Chociaż teoria i badania nad *resilience* sięgają 1970 roku, to w ostatniej dekadzie zainteresowanie tą problematyką w wielu dziedzinach – w tym w naukach społecznych – wzrosło (por. Masten 2018). Badacze koncentrują się na możliwości zrozumienia fenomenu pozytywnej adaptacji w kontekście doświadczania trudnych, stresujących, czy wręcz traumatycznych zdarzeń życiowych jednostek, rodzin czy całych społeczności.

Po raz pierwszy termin „*resilience*” został użyty przez Holinga w 1973 roku (por. Danilidou & Platsidou 2018) na określenie zdolności ekosystemów do odbudowy po katastrofie i od tego czasu jest używany w różnych kontekstach na określenie zdolności adaptacyjnych jednostek, grup społecznych lub społeczeństw. Definicje *resilience* ewoluowały wraz z rozwojem wiedzy naukowej i dociekaniem empirycznymi z tego zakresu i są różnie ujmowane – jako cecha, proces, rezultat owego procesu, wzór przebiegu życia, albo szeroka koncepcja obejmująca wszystkie te ujęcia (Luthar 2006). W wąskim ujęciu *resilience* jest postrzegane jako względnie stała cecha osobowości uaktywniająca się w sytuacji jednorazowej krótkotrwałej traumy. Z czasem rozszerzono zakres rodzajów przeciwności o negatywne wydarzenia w całym okresie życia, które wiązały się z trudnościami adaptacyjnymi lub zaburzeniami psychicznymi w późniejszym życiu (problemu wychowawcze, ubóstwo, bezdomność, wydarzenia traumatyczne, katastrofy naturalne, przemoc, wojny, terroryzm, choroby) (Herrman i wsp. 2011). Według Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego (APA 2014) *resilience* jest definiowane w kategorii procesu „dobrego przystosowania się w obliczu przeciwności losu, traumy, tragedii lub zagrożeń a nawet znaczących źródeł stresu”

(paragraf 4). Podobnie C. Panter-Brick i J. F. Leckman (2013) *resilience* postrzegają jako proces, który pozwala wykorzystać zasoby w celu podtrzymania dobrostanu. Zwraca się jednak uwagę, że definicje *resilience* zazwyczaj są znacznie uproszczone, gdyż nie odzwierciedlają złożonej natury omawianej koncepcji, której determinanty obejmują szereg czynników biologicznych, psychologicznych, społecznych i kulturowych wzajemnie na siebie oddziałujących, warunkujących adaptację jednostek czy społeczeństw doświadczających stresujących bodźców. M. Ungar (2012) kieruje uwagę w stronę perspektywy społeczno-ekologicznej, zgodnie z którą *resilience* jest definiowane jako zestaw zachowań jednostki, które odzwierciedlają interakcje pomiędzy nią a środowiskiem. R. Yehuda (za: Southwick i wsp. 2014) podkreśla, że *resilience* odnosi się do reintegracji siebie – włożeniu świadomego wysiłku i wyciągnięciu konstruktywnych wniosków z niekorzystnych doświadczeń, aby móc „iść naprzód”. Badacze, podkreślając potencjał dociekań empirycznych nad *resilience*, postulują konieczność zmiany paradygmatu – z badania negatywnych konsekwencji stresu i traumy, w kierunku modeli opartych na mocnych stronach i metod wzmacniających *resilience* (Southwick i wsp. 2014). Definicje *resilience* obejmują nie tylko powrót do poprzedniego poziomu zdrowia, ale – w wielu przypadkach – trwały wzrost jako rezultat reakcji na stresujące wydarzenia (Reich, Zautra, Hall 2010). Samo zjawisko *resilience* można rozpatrywać jako dynamiczną zdolność powrotu do równowagi po przebytej traumie, „samonaprawiania” (ang. *self-righting-tendency*) (Werner 2005). Metaanalizy dotyczące *resilience* są nadal nieliczne ze względu na niespójności definicyjne i operacyjne niniejszej koncepcji (Masten & Cicchetti 2016). Badacze jednak są zgodni co do tego, że konceptualizacja *resilience* obejmuje wiele poziomów funkcjonowania (od biologicznego do społecznego) podkreślając jednocześnie dynamiczną naturę tej koncepcji, a odchodząc już od definiowania jej w kategoriach stałej cechy osobowości (Denckla i wsp. 2020).

Konstrukty teoretyczny

W niniejszym opracowaniu przychyłono się do postrzegania *resilience* w kategorii wielowymiarowej i złożonej koncepcji, w której zasoby osobiste i kontekstowe są wykorzystywane przez jednostki poprzez stosowanie różnych strategii, które w efekcie umożliwiają osiągnięcie rezultatu w postaci pozytywnej adaptacji (Beltman i wsp. 2018). W tym ujęciu *resilience* jest ujmowane jako dynamiczny proces nierozzerwalnie związany z rozwojem jednostki prowadzący do pozytywnej adaptacji pomimo niesprzyjających okoliczności lub traumatycznych zdarzeń życiowych uważanych za czyniki ryzyka (Masten 2001).

Narzędzia do pomiaru *resilience*

W badaniach nad *resilience* stosowane są różne metody i narzędzia pomiaru, które w zdecydowanej większości przeznaczone są do badań osób dorosłych. Najczęściej wykorzystywanymi narzędziami są The Connor-Davidson Scale (CD-Risk) oraz Resilience Scale for Adults (RSA) – jest to skala samoopisu do pomiaru prężności i narzędzie kliniczne do oceny reakcji ludzi w trakcie leczenia lęku, depresji i w sytuacji stresu.

W CD-Risk *resilience* jest konceptualizowane jako zdolność człowieka do radzenia sobie ze stresem. Wymiary *resilience* w CD-RISK to: 1. Kompetencje osobiste, wysokie standardy i wytrwałość; 2. Zaufanie do swoich uczuć, tolerancja na negatywne skutki i wzmocnienie skutków stresu; 3. Pozytywna akceptacja zmian i bezpieczne relacje; 4. Kontrola; 5. Wpływ duchowy. Rzetelność skali wynosi $\alpha=0,89$ (Connor, Davidson, & Lee 2003). Narzędzie zostało przetłumaczone na 52 języki i przetestowane na różnych populacjach struktura czynnikowa różniła się w zależności od kontekstu kulturowego i charakterystyki próby.

W Resilience Scale for Adults (RSA) Friborga i współpracowników (Friborg i wsp. 2003) *resilience* ujmowane jest jako cecha odnosząca się do zarówno inter-, jak i intrapersonalnych czynników ochronnych. Skala zawiera sześć podskal, a jej rzetelność wynosi: $\alpha =$ od 0,73 do 0,83 (dla poszczególnych czynników).

W Polsce do najczęściej stosowanych narzędzi do pomiaru *resilience* zaliczane są między innymi:

- Skala Pomiaru Prężności SPP-25 stworzona przez N. Ogińską-Bulik oraz Z. Juźnińskiego (2008), w której *resilience* ujęte zostało jako właściwość osobowości istotna w procesie skutecznego radzenia sobie w obliczu zarówno traumatycznych zdarzeń, jak i stresów życia codziennego. Skala zawiera 25 stwierdzeń pogrupowanych w pięć czynników: Wytrwałość i determinacja w działaniu; Otwartość na nowe doświadczenia i poczucie humoru; Kompetencje osobiste do radzenia sobie i tolerancja negatywnych emocji; Tolerancja na niepowodzenia i traktowanie życia jako wyzwania; Optymistyczne nastawienie do życia i zdolność do mobilizowania się w trudnych sytuacjach. Zgodność wewnętrzna narzędzia wynosi $\alpha =0,89$, zaś dla poszczególnych podskal od 0,67 do 0,75;
- Skala Sprężystości Psychiczej (Ego Resiliency Scale w polskiej adaptacji Ł.D. Kaczmarka) (2011), która składa się z 14 twierdzeń i jest jednoczynnikowa. Rzetelność skali wynosi $\alpha=0,76$;
- Kwestionariusz Oceny Prężności (KOP-26) K. Gąsiorowskiego, J. Chodkiewicz, W. Cechowskiego (2016), który zawiera 26 twierdzeń opisujących relacje rodzinne i kompetencje, osobiste i społeczne. *Resilience* utożsamiane jest w tym ujęciu jako odporność psychiczna – autorzy w ten sposób ujmując *resilience*, wyszli

poza rozumienie koncepcji w kategoriach właściwości, a odwołali się do efektów oddziaływań procesualnych. Wartości alfa Cronbacha wynoszą odpowiednio: dla narzędzia $\alpha = 0,90$, dla poszczególnych podskal od 0,78 do 0.90.

Resilience nauczycieli

Zainteresowanie badaczy problematyką *resilience* nauczycieli wynika z różnych przyczyn. Jedną z nich jest duży odsetek rezygnacji z zawodu nauczyciela w krajach wysoko rozwiniętych gospodarczo (Smith & Ulvik 2017; Perryman & Calvert 2020). Niektóre badania wskazują, że aż 40–50% nauczycieli odchodzi z zawodu w ciągu pierwszych pięciu lat pracy (Darling-Hammond 2010; Gallant & Riley 2014; Arnup & Bowles 2016). Wśród przyczyn porzucania tej profesji wskazuje się znaczne obciążenie pracą – w konsekwencji prowadzące do osłabienia zaangażowania, podleganie ciągłej kontroli i „hiperkrytycznemu zarządzaniu” (Perryman & Calvert 2020), wysoki poziom doświadczanego stresu, wypalenie zawodowe, (por. Ryan i wsp. 2017; Kyriacou 2011). W Polsce zwraca się uwagę na fakt, że wchodzący do zawodu nauczyciel ma taki sam zakres obowiązków i odpowiedzialności, jak doświadczeni współpracownicy, co skutkuje wyższym poziomem stresu, poczucia sprawstwa i kompetencji czy trudności w nawiązywaniu relacji (Kędzierska 2018). Stresujące warunki pracy są związane z niższym poczuciem własnej skuteczności, nauczyciela, silniejszymi symptomami wypalenia zawodowego i odejściem z zawodu (Skaalvik & Skaalvik 2017).

Zaistniała zatem pilna konieczność poszukiwania czynników chroniących przed stresem i wypaleniem zawodowym osób wykonujących tę profesję. Rozwijający się prężnie nurt psychologii pozytywnej kieruje dociekania empiryczne badaczy w kierunku poszukiwania zasobów do radzenia sobie w kontekście rozmaitych wyzwań i stresorów. W tym kontekście przywołuje się *resilience* – jest ono postrzegane jako czynnik chroniący przed zamiarem odejścia z zawodu nauczyciela (Arnup & Bowles 2016) i jednocześnie wzmacniający utrzymanie zaangażowania w nauczanie mimo trudnych warunków i doświadczania niepowodzeń (Brunetti 2006).

Resilience nauczycieli jawi się jako zdolność jednostki do pomyslnego radzenia sobie z osobistymi słabościami i stresorami środowiskowymi (Oswald, Johnson, & Howard 2003). Różne czynniki mogą wzmacniać lub osłabiać *resilience* w tej grupie zawodowej. Za czynniki ryzyka na poziomie indywidualnym uznaje się niską samoocenę, trudności w szukaniu pomocy, wyczerpanie emocjonalne i nieodpowiednie przygotowanie do realiów wykonywania zawodu nauczyciela. Środowiskowe czynniki ryzyka to ciągle zmiany w systemie edukacji, które zwiększają poziom niepewności, presji i obciążenia pracą tą grupę osób (Gu & Day 2007). Czynniki chroniące natomiast mają znaczenie dla *resilience* poprzez łagodzenie czynników ryzyka. *Resilience* nauczycieli wiąże się z pozytywnymi efektami jak zaangażowanie, dobre samopoczucie

i satysfakcja z pracy (Gu & Li 2013). Wskazuje się, że *resilience* początkującego nauczyciela, wzmocnione poprzez silne poczucie własnej skuteczności i kompetencje emocjonalne może stanowić klucz do ich większej pewności siebie i zaangażowania w nauczanie w dłuższej perspektywie (Tait 2008). Kategorie czynników chroniących, zaproponowane przez Mansfield, Beltman, Price i McConneya (2012), odnoszą się do czterech wymiarów funkcjonowania nauczycieli – zawodowego, emocjonalnego, społecznego i motywacyjnego. Podkreśla się znaczenie wdrażania programów wzmacniających *resilience* już w trakcie ich kształcenia (Buchanan i wsp. 2013). Wzmacnianie *resilience* wśród nauczycieli uważa się za istotny czynnik mający związek z ich „szybkim odbiciem się” po niepowodzeniach, wzrostem wiary we własne możliwości, zmniejszenia wpływu stresu i poprawy jakości pracy (Arnup i Bowles 2016).

Oryginalna wersja skali

Teachers' Resilience Scale (TRS) składa się z 26 pozycji i ocenia cztery wymiary *resilience* nauczycieli: (a) Kompetencje osobiste i wytrwałość (9 pozycji); (b) Znaczenie duchowości (3 pozycje); (c) Spójność rodziny (7 pozycji) oraz (d) Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników (7 pozycji). Odpowiedzi na dwóch pierwszych podskalach, które pochodzą ze skali CD-Risc, udzielano na 5-punktowej skali Likerta od 0 (zupełnie nieprawdziwe) do 4 (prawie zawsze prawdziwe); na dwóch podskalach pochodzących z RSA zastosowano dyferencjał semantyczny, w którym odpowiedzi wahają się od 1 do 5, przy czym 3 oznacza punkt neutralny.

Polska adaptacja skali

Ze względu na rosnące zainteresowanie koncepcją *resilience*, zdecydowano o adaptacji narzędzia greckiego Teachers' Resilience Scale. W naszym kraju obecnie nie ma narzędzi do pomiaru *resilience* konkretnie w tej grupie zawodowej. Jest to zawód z grupy wysokiego ryzyka wypaleniem zawodowym i rezygnacji z zawodu, istnieje zatem konieczność poszukiwania i wzmacniania zewnętrznych i wewnętrznych czynników chroniących i eliminacji/ograniczenia wpływu czynników ryzyka.

Opracowanie polskiej wersji językowej

Do badań adaptacyjnych przystąpiono zgodnie z procedurami właściwymi dla przeprowadzania adaptacji kulturowej testu psychologicznego opisanymi przez Hornowską i Paluchowskiego (2004).

Autorki skali – Maria Platsidou i Athina Danilidou wyraziły zgodę na przeprowadzenie badań w warunkach polskich. W pierwszej kolejności skala została przetłumaczona przez dwoje niezależnych tłumaczy języka angielskiego (instrukcja 26 itemów skali, nazwy podskal, odpowiedzi). W drugim etapie trzech niezależnych sędziów posługujących się językiem angielskim (psycholog, pedagog, nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej) dokonali uzgodnienia wspólnej wersji językowej, która podlegała tłumaczeniu odwrotnemu (back translation). Uzyskane wersje porównano, aby sprawdzić trafność tłumaczenia, które okazały się bardzo zbliżone.

Właściwości psychometryczne polskiej wersji TRS

Ustalenie właściwości psychometrycznych polskiej wersji Teachers' Resilience Scale (TRS) składało się z kolejnych etapów: a) analiza struktury wewnętrznej; b) oszacowanie rzetelności i stabilności narzędzia; c) ustalenie trafności kwestionariusza (teoretycznej, zbieżnej, kryterialnej).

Badana grupa

Badania prowadzono od października 2020 do marca 2021 roku. Z uwagi na fakt, że badani mieli za zadanie odnieść się do swoich osobistych doświadczeń zawodowych z ostatniego miesiąca, zdecydowano o nieprzebiegnięciu badań na przełomie grudnia i stycznia (czas okołoświąteczny i ferii zimowych). Ze względu na konieczność zachowania reżimu sanitarnego zdecydowano o przeprowadzeniu badań drogą elektroniczną, za pośrednictwem ankiety internetowej, która została przygotowana w formularzu Google Forms.

Przebadano łącznie 317 nauczycieli. W większości grupę badanych stanowią kobiety – 88,6%, mężczyźni stanowią 10,7% badanych, a 2 osoby odmówiły odpowiedzi na pytanie o płeć. Ponad połowa badanych (58,7%) mieszka w dużym mieście, 26,5% w małym mieście, a 14,2% na wsi. Zdecydowana większość badanych pozostaje w związku małżeńskim (65,9%), co piąty badany (21,5%) zadeklarował stan wolny, a 11,7% bycie rozwiedzionym. Najwięcej osób spośród wszystkich badanych pracuje w szkole podstawowej (62,1%), co piąty badany w liceum (20,8%), 8,5% w przedszkolu, 6,3% w szkole specjalnej, a po trzy badane osoby w branżowej szkole I i II stopnia (1,8%). Niemalże wszyscy badani pracowali w placówkach publicznych (93,4%), 5,7% w niepublicznych, a trzy osoby nie udzieliły odpowiedzi na to pytanie. Prawie wszyscy badani nauczyciele byli zatrudnieni na pełen etat (92,4%). Połowa badanych to nauczyciele dyplomowani (50,5%), co piąty badany (24%) to nauczyciel kontraktowy, 17,7% mianowany, a 7,3% to stażysta. Średni wiek badanych wynosi 43,96 lat ($SD=10,74$, min. 23, maks. 70), a średni staż pracy – 17,70 ($SD=11,37$, min. 1, maks. 49).

Struktura wewnętrzna skali

W celu ustalenia struktury wewnętrznej skali przeprowadzono dwa rodzaje analiz czynnikowych – eksploracyjną i konfirmacyjną. Eksploracyjną analizę czynnikową przeprowadzono za pomocą metody głównych składowych z rotacją Varimax. Wskaźniki uzasadniające wybór tej metody były satysfakcjonujące (miara adekwatności doboru próby $KMO=0,84$, test sferyczności Bartletta – 3283,87 przy $p<0,001$). Do wyodrębnienia czynników wykorzystano wykres osypiska, który dał podstawę do wskazania czterech czynników, które łącznie wyjaśniają 51,65 wariacji całkowitej (tabela 1). Przyjęto, iż wartość ładunków czynnikowych wchodzących w skład poszczególnych czynników wynosiła 0,35 i powyżej.

Tabela 1. Wartości własne i procent wyjaśnianej wariacji wyodrębnionych czynników

Czynnik	Wartość własna	% wyjaśnianej wariacji	% skumulowany
1	5,70	21,92	21,92
2	3,58	13,76	35,70
3	2,62	10,09	45,79
4	1,52	5,86	51,65

Źródło: opracowanie własne

Ładunki czynnikowe zawierają się w przedziale od 0,35 do 0,86 (tabela 2). Należy zaznaczyć, iż zarówno wartość wyjaśnianej wariacji adaptowanej skali jest nieco wyższa niż w skali oryginalnej (48,56%), jak i otrzymane wartości poszczególnych ładunków czynnikowych twierdzeń.

Tabela 2. Wyniki eksploracyjnej analizy czynnikowej

Numer itemu	Czynnik I	Czynnik II	Czynnik III	Czynnik IV
1	0,17	0,15	0,47	0,16
2	-0,13	0,09	0,02	0,80
3	-0,08	0,02	0,09	0,79
4	0,04	0,01	0,48	0,08
5	0,08	-0,01	0,71	0,11

Numer itemu	Czynnik I	Czynnik II	Czynnik III	Czynnik IV
6	0,19	-0,03	0,39	0,28
7	0,05	0,15	0,70	-0,05
8	0,13	-0,03	0,69	-0,07
9	-0,01	0,17	0,67	-0,22
10	0,05	-0,10	0,28	0,26
11	0,21	0,10	0,59	0,13
12	0,07	0,17	0,35	0,29
13	0,69	0,19	0,08	0,10
14	0,71	-0,01	0,21	-0,02
15	0,56	0,08	0,30	-0,01
16	0,74	0,14	0,16	0,07
17	0,07	0,74	0,01	0,14
18	0,03	0,83	0,08	-0,01
19	0,06	0,86	0,11	-0,01
20	0,11	0,76	0,09	0,01
21	-0,01	0,79	0,07	-0,07
22	0,09	0,80	0,07	0,06
23	0,72	-0,08	0,08	0,02
24	0,80	-0,02	0,15	-0,10
25	0,78	0,07	-0,01	-0,07
26	0,79	0,10	-0,01	-0,10

Źródło: opracowanie własne

Tabela 3. Ładunki czynnikowe polskiej wersji Teachers' Resilience Scale – wyniki eksploracyjnej analizy czynnikowej

Podskala i wchodzące w jej skład twierdzenia	Czynniki			
	I	II	III	IV
Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników				
13. Lubię przebywać z innymi ludźmi w moim miejscu pracy.	0,69	0,19	0,08	0,10
14. Z łatwością przychodzi mi nawiązywanie przyjaźni w moim miejscu pracy.	0,71	-0,01	0,21	-0,02
15. Z łatwością nawiązuję kontakty z nowymi osobami w miejscu pracy.	0,56	0,08	0,30	-0,01
16. Czerpię radość z przebywania ze swoimi współpracownikami.	0,74	0,14	0,16	0,07
23. Mogę rozmawiać o problemach osobistych ze swoimi współpracownikami.	0,72	-0,08	0,08	0,02
24. Ze współpracownikami łączą mnie silne więzi.	0,80	-0,02	0,15	-0,10
25. Otrzymuję wsparcie od współpracowników.	0,78	0,07	-0,01	-0,07
26. W razie potrzeby zawsze znajdę pomoc u moich współpracowników.	0,79	0,10	-0,01	-0,10
Spójność rodziny				
17. Ja i moja rodzina mamy podobne spojrzenie na to, co w życiu jest ważne.	0,07	0,74	0,01	0,14
18. Czuję się bardzo szczęśliwy w mojej rodzinie.	0,03	0,83	0,08	-0,01
19. Moją rodzinę cechuje spójność.	0,06	0,86	0,11	-0,01
20. W trudnych chwilach moja rodzina optymistycznie patrzy w przyszłość.	0,11	0,76	0,09	0,01
21. W kontaktach z innymi ludźmi nasza rodzina zachowuje lojalność względem siebie.	-0,01	0,79	0,07	-0,07
22. W mojej rodzinie lubimy spędzać ze sobą czas.	0,09	0,80	0,07	0,06
Kompetencje osobiste				
1. Potrafię przystosować się do zmian.	0,17	0,15	0,47	0,16
4. Działając pod presją, potrafię skoncentrować się i jasno myśleć.	0,04	0,01	0,48	0,08
5. Wolę przejąć inicjatywę w rozwiązywaniu problemów.	0,08	-0,01	0,71	0,11
6. Pomimo porażek nie zniechęcam się zbyt łatwo.	0,19	-0,03	0,39	0,28
7. Uważam się za silną osobę.	0,05	0,15	0,70	-0,05

Podskala i wchodzące w jej skład twierdzenia	Czynniki			
	I	II	III	IV
8. Jeśli jest to konieczne, jestem w stanie podejmować trudne decyzje dotyczące innych ludzi.	0,13	-0,03	0,69	-0,07
9. Potrafię radzić sobie z nieprzyjemnymi emocjami, takimi jak złość czy strach.	-0,01	0,17	0,67	-0,22
11. Lubię wyzwania.	0,21	0,10	0,59	0,13
12. Ciężko pracuję, aby osiągnąć swoje cele.	0,07	0,17	0,35	0,29
Znaczenie duchowości				
2. Czasem los lub wiara w Boga pomaga mi stawić czoła wyzwaniom.	-0,13	0,09	0,02	0,80
3. Czasami wierzę, że nic nie dzieje się bez przyczyny.	-0,08	0,02	0,09	0,79

Źródło: opracowanie własne

Przeprowadzone analizy wartości ładunków czynnikowych wskazują na spójność wewnętrzną poszczególnych składników, jak i na wysoką zgodność twierdzeń składających się na czynniki w oryginalnej skali. Jedynie item 10 (ang. „Sometimes I have to act on a hunch”, pol. „Czasami muszę zdać się na intuicję”) w badaniach adaptacyjnych nie wszedł w zakres żadnego czynnika z uwagi na zbyt niski ładunek czynnikowy (0,26) i moc dyskryminacyjną ($r=0,14$). Zdecydowano o niewłączeniu niniejszego itemu do skali. Należy wspomnieć, iż po jego usunięciu z czynnika IV zwiększył się wskaźnik rzetelności skali.

Ostatecznie polska wersja skali TRS składa się z 25 itemów, które wchodzą w skład 4 podskal. Ich nazwy pochodzą z oryginalnej wersji: Czynniki I – *Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników* (KS), Czynniki II – *Spójność rodziny* (SR), Czynniki III – *Kompetencje osobiste i wytrwałość* (KO), Czynniki IV – *Znaczenie duchowości* (ZD). W tabeli 4 przedstawiono statystyki opisowe dla poszczególnych podskal.

Tabela 4. Statystyki opisowe dla podskal

Nazwa podskali	Liczba itemów	Min.	Max.	M	SD	Mediana	Skośność	Kurtoza	Wariancja
KS	8	15	40	28,71	4,91	29	-0,16	-0,12	24,09
SR	6	10	30	24,50	3,70	25	-0,98	0,95	13,69
KO	9	18	45	33,38	4,15	33	-0,22	0,56	17,22
ZD	2	2	10	7,50	1,68	8	-0,44	-0,04	2,83

Źródło: opracowanie własne

Kolejnym etapem podczas sprawdzania struktury wewnętrznej skali było przeprowadzenie analizy korelacyjnej między podskalami prezentowanego narzędzia. Zanotowano istotne statystycznie współzależności wyjątek stanowi związek między Czynnikiem II odnoszącym się do spójności rodziny a Czynnikiem IV dotyczącym znaczenia duchowości. Siły związków pomiędzy czynnikami określić należy jako słabe.

Za pomocą programu AMOS 26 Graphics, w celu zweryfikowania uzyskanej struktury czynnikowej, przeprowadzono analizę konfirmacyjną, w której przetestowano model z czterema czynnikami. Uzyskano satysfakcjonujące wskaźniki dopasowania modelu do danych empirycznych: $\chi^2=718,4$; $df=269$; $p<0,001$; $RMSEA=0,073$, $GFI=0,84$; $NFI=0,784$; $TLI=0,835$. Uzyskane wyniki potwierdziły czteroczynnikową strukturę polskiej wersji Teachers' Resilience Scale.

Rzetelność i stabilność skali

Rzetelność polskiej wersji skali została oszacowana przy wykorzystaniu współczynnika *alfa* Cronbacha, a uzyskane wartości okazały się wysoce zadowalające (tabela 5). Dla wyniku ogólnego jego wartość wyniosła 0,84, a dla kolejnych podskal odpowiednio: *Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników* – 0,86, *Spójność rodziny* – 0,89, *Kompetencje osobiste i wytrwałość* – 0,76, *Znaczenie duchowości* – 0,65. Z uwagi na fakt, iż trzy z czterech podskal wyraźnie przekraczają wartość 0,7, która uznawana jest za zadowalającą (Hornowska 2009), a jedna z podskal znajduje się na granicy tej wartości można przyjąć, że Skala Resilience Nauczycieli cechuje się satysfakcjonującą rzetelnością.

Tabela 5. Współczynnik alfa Cronbacha dla całej skali (SRN) i poszczególnych jej podskal

Skala/podskala	Alfa Cronbacha
SRN	0,84
SRN KS	0,86
SRN SR	0,89
SRN KO	0,76
SRN ZD	0,65

Legenda: SRN Skala Resilience Nauczycieli, SRN KS – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników); SRN SR – Skala Resilience Nauczycieli (Spójność Rodziny); SRN KO – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje osobiste); SRN ZD – Skala Resilience Nauczycieli (Znaczenie duchowości)

Źródło: opracowanie własne

Zweryfikowano również stabilność narzędzia na podstawie wyników dwukrotnego pomiaru w tej samej grupie osób ($n=65$) w odstępie dwóch tygodni. Uzyskane współczynniki korelacji wskazują na stabilność narzędzia i sytuują się od 0,73 do 0,83 ($p<0,001$), przy czym najwyższą stabilność zanotowano dla podskali *Spójność rodziny* (SR), a najniższą – *Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników* (KS).

Trafność skali

Kolejnym etapem polskiej adaptacji Teachers' Resilience Scale było ustalenie jej trafności teoretycznej, zbieżnej i kryterialnej. Trafność teoretyczna wynika z założenia o wielowymiarowości konstruktów *resilience* nauczycieli i opiera się na teorii Boyda i Eckerta (2002), którzy ujmują tę koncepcję jako interakcję pomiędzy cechami osobistymi jednostki, a środowiskowymi czynnikami chroniącymi, które pomagają jej przezwycięzać przeciwności losu po ekspozycji na stresory i wyzwania. W tym podejściu podkreśla się, że jednostki stawiają czoła przeciwnościom losu w ramach dynamicznej interakcji czynników wewnętrznych i zewnętrznych – wykorzystując swoje mocne strony i zasoby osobiste, przy jednoczesnym poszukiwaniu wsparcia na zewnątrz – w rodzinie czy współpracownikach. Nie bez znaczenia jest również duchowość, gdyż jest ona silnie oparta na osobistym dążeniu do zrozumienia kwestii dotyczących życia i jego sensu (Connor i wsp. 2003).

Trafność zbieżną ustalono na podstawie związków polskiej wersji TRS z innymi narzędziami, które są wykorzystywane na gruncie polskim do pomiaru *resilience*. W tym celu wykorzystano dwa narzędzia badawcze: Skalę Pomiaru Prężności (SPP-25) autorstwa N. Ogińskiej-Bulik i Z. Juczyńskiego, oraz Kwestionariusz Oceny Prężności (KOP-26) K. Gąsiora, J. Chodkiewicza i W. Cechowskiego. Związki korelacyjne pomiędzy *resilience* nauczycieli a *resilience* ujmowanym jako prężność psychiczna należy określić jako istotne statystycznie. Jedynie w zakresie podskali *Znaczenie duchowości* nie odnotowano istotnych związków z podskalami SPP-25: *Wytrwałość i determinacja w działaniu*, *Otwartość na nowe doświadczenia i poczucie humoru* oraz *Kompetencje osobiste do radzenia sobie i tolerancja negatywnych emocji*. Ze względu na fakt, iż skala SPP-25 dokonuje pomiaru *resilience* rozumianego jako jednostkowa właściwość ujmowana w kategorii w miarę stałej cechy, oczekiwano, że istnieją związki pomiędzy wynikiem *resilience* nauczycieli w zakresie podskali odnoszącej się do kompetencji osobistych i wynikiem ogólnym SPP-25 oraz pozostałymi podskalami. Tak jak przewidywano, najsilniejszy związek zanotowano pomiędzy podskala SRN *Kompetencje osobiste i wytrwałość* i SPP-25 *Kompetencje osobiste do radzenia sobie i tolerancja negatywnych emocji*, a siłę tego związku można określić jako bardzo wysoką (Guilford 1965). W przypadku pozostałych podskal SPP-25 siły związków korelacyjnych okazały się wysokie (współczynniki korelacji zawierają się w zakresie 0,53-0,66). Szczegółowe wyniki przedstawiono w tabeli 6.

Tabela 6. Związki korelacyjne pomiędzy Skalą Resilience Nauczycieli a Skalą Pomiaru Prężności (SPP-25) (współczynnik korelacji r Pearsona)

Podskale	SPP WDD	SPP ON	SPP KO	SPP TN	SPP ONŻ
SRN KS	0,24**	0,35**	0,29**	0,30**	0,28**
SRN SR	0,24**	0,21**	0,23**	0,30**	0,25**
SRN KO	0,53**	0,55**	0,77**	0,66**	0,65**
SRN ZD	0,10	0,11	0,10	0,15**	0,20**

**p<0,01

Legenda: SRN KS – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników); SRN SR – Skala Resilience Nauczycieli (Spójność Rodziny); SRN KO – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje osobiste); SRN ZD – Skala Resilience Nauczycieli (Znaczenie duchowości); SPP WDD – Skala Pomiaru Prężności (Wytrwałość i determinacja w działaniu); SPP ON – Skala Pomiaru Prężności (Otwartość na nowe doświadczenia i poczucie humoru); SPP KO – Skala Pomiaru Prężności (Kompetencje osobiste do radzenia sobie i tolerancja negatywnych emocji); SPP TN – Skala Pomiaru Prężności (Tolerancja na niepowodzenia i traktowanie życia jako wyzwania); SPP ONŻ – Skala Pomiaru Prężności (Optymistyczne nastawienie do życia i zdolność mobilizowania się w trudnych sytuacjach)

Źródło: opracowanie własne

Przewidywano ponadto, że istnieją związki podskal SRN i KOP-26, przy czym zakładano, że najsilniejsze zależności dotyczyć będą podskal odnoszących się do kompetencji osobistych i relacji rodzinnych. Uzyskane wyniki zawarto w tabeli 7. Zgodnie z przewidywaniami podskala SRN *Spójność rodziny* najsilniej korelowała ze skalą KOP-26 *Relacje rodzinne*, a siłę tego związku można określić jako bardzo wysoką. Związki korelacyjne o przeciętnej sile zanotowano pomiędzy podskalami SRN *Kompetencje społeczne i wytrwałość* i KOP-26 *Kompetencje społeczne* oraz *Kompetencje osobiste* (SRN i KOP-26).

Tabela 7. Związki korelacyjne pomiędzy SRN a KOP-26 (współczynnik korelacji r Pearsona)

Podskale	KOP RR	KOP KO	KOP KS
SRN KS	0,26**	0,21**	0,54**
SRN SR	0,70**	0,33**	0,17**
SRN KO	0,23**	0,58**	0,37**
SRN ZD	0,09	0,23**	-0,06

** $p < 0,01$

SRN KS – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników); SRN SR – Skala Resilience Nauczycieli (Spójność rodziny); SRN KO – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje osobiste); SRN ZD – Skala Resilience Nauczycieli (Znaczenie duchowości); KOP RR – Kwestionariusz Oceny Prężności (Relacje rodzinne); KOP KO – Kwestionariusz Oceny Prężności (Kompetencje osobiste); KOP KS – Kwestionariusz Oceny Prężności (Kompetencje społeczne)

Źródło: opracowanie własne

Trafność kryterialna została określona na podstawie analizy związków SRN z narzędziami do pomiaru zmiennych, które powinny korelować z *resilience*: radzenia sobie ze stresem, dyspozycyjnym optymizmem, poczuciem własnej skuteczności, satysfakcji z życia oraz samooceną, co wynika z doniesień teoretycznych (m.in. Bissessar 2014; Skinner & Beers 2016; Yada i wsp. 2021). Zastosowano: Kwestionariusz COPE (Coping Orientations to Problems Experienced) C.S. Carver, M.F. Scheier, J.K. Weintraub (polska adaptacja S. Piątek i K. Wrześniewski), Test Orientacji Życiowej LOT-R, M.F. Scheier, C.S. Carver, M.W. Bridges (polska adaptacja R. Poprawa, Z. Juczyński), Skalę Uogólnionej Własnej Skuteczności GSES (R. Schwarzer, M. Jerusalem, Z. Juczyński), Skalę Satysfakcji z Życia SWLS (E. Diener, R.A. Emmons, R.J. Larson, S. Griffin, polska adaptacja Z. Juczyński), Skalę Samooceny Rosenberga SES (M. Rosenberg, polska adaptacja I. Dzwonkowska, K. Lachowicz-Tabaczek, M. Łaguna). Założono, że wystąpią istotne współzależności pomiędzy *resilience* mierzonym SRN a strategiami radzenia sobie, dyspozycyjnym optymizmem, przekonaniem o własnej skuteczności, satysfakcją z życia i samooceną.

Zamieszczone w tabeli 8 współczynniki korelacji wskazują na silny związek pomiędzy Podskalą SRN *Znaczenie duchowości* i COPE *Zwracanie się ku religii* ($p < 0,01$). Istotne związki zanotowano ponadto pomiędzy podskalą SRN *Kompetencje osobiste i wytrwałość* oraz COPE *Koncentracja na problemie* ($p < 0,01$). Ujemną zależność otrzymano pomiędzy podskalą SRN *Spójność rodziny* i COPE *Używanie alkoholu* ($p < 0,01$). Oznacza to, że im wyższa postrzegana spójność rodziny badanych nauczycieli, tym

rzadziej w sytuacjach problemowych jako strategię do radzenia sobie badani wybierają używanie alkoholu.

Tabela 8. Związki korelacyjne pomiędzy SRN i COPE

Podskale	KNP	Z	KNE	PEW	A	R	PH	UA
SRN KS	0,14*	-0,04	0,03	0,22*	0,03	-0,15**	0,13	-0,06
SRN SR	0,16**	-0,11	-0,19**	0,02	0,04	0,10	-0,10	-0,36**
SRN KO	0,37**	-0,16**	-0,17**	0,01	0,14*	-0,02	0,12*	-0,17**
SRN ZD	0,18**	-0,14*	0,03	0,11*	0,16**	0,74**	-0,06	0,01

**p<0,01, *p<0,05

Legenda: SRN KS – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników); SRN SR – Skala Resilience Nauczycieli (Spójność Rodziny); SRN KO – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje osobiste); SRN ZD – Skala Resilience Nauczycieli (Znaczenie duchowości); KNP – Koncentracja na problemie; Z – Zaprzeczanie; KNE – Koncentracja na emocjach i ich wyładowaniu; PEW – Poszukiwanie emocjonalnego wsparcia; A – Akceptacja; R – Zwracanie się ku religii; PH – Poczucie humoru; UA – Używanie alkoholu lub innych środków odurzających

Źródło: opracowanie własne

W tabeli 9 przedstawiono związki korelacyjne dla Skali Resilience Nauczycieli i pozostałych narzędzi służących do oceny kryterialnej skali. Uzyskane wyniki pozwalają na stwierdzenie, że podskala SRN *Kompetencje osobiste i wytrwałość* jest skorelowana z poczuciem własnej skuteczności (GSES, korelacja wysoka, p<0,01) i dyspozycyjnym optymizmem (LOT-R, korelacja przeciętna, p<0,01). Można zatem przyjąć, że im wyższy poziom postrzeganych przez jednostkę: własnych kompetencji i wytrwałości do realizacji założonych celów, tym wyższe poczucie samoskuteczności i dyspozycyjnego optymizmu objawiającego się uogólnioną, względnie stabilną tendencją jednostki do oczekiwania pozytywnych wyników swoich działań. Ponadto dowiedziono istnienie związku o przeciętnej sile pomiędzy Podskalą *Spójność rodziny* i *Satysfakcji z życia* (SWLS, p<0,01) – im wyższy poziom postrzeganej spójności rodziny wśród badanych nauczycieli, tym wyższy poziom satysfakcji z dotychczasowego życia.

Tabela 9. Związki korelacyjne pomiędzy SRN oraz LOT-R, GSES, SWLS, SES

Podskale	LOT-R	GSES	SWLS	SES
SRN KS	0,31**	0,22**	0,17**	-0,01
SRN SR	0,32**	0,17**	0,44**	0,19**
SRN KO	0,48**	0,65**	0,36**	0,04
SRN ZD	0,13	0,05	0,17**	-0,08

** $p < 0,01$, * $p < 0,05$

Legenda: SRN KS – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników); SRN SR – Skala Resilience Nauczycieli (Spójność Rodziny); SRN KO – Skala Resilience Nauczycieli (Kompetencje osobiste); SRN ZD – Skala Resilience Nauczycieli (Znaczenie duchowości); LOT-R – Dyspozycyjny optymizm, GSES – Poczucie własnej skuteczności, SWLS – Satysfakcja z życia, SES – Samoocena

Źródło: opracowanie własne.

Autorki narzędzia oryginalnego nie przeprowadzały badań trafności w odniesieniu do innych miar *resilience* i/lub zmiennych kontrolnych, dlatego też nie ma możliwości weryfikacji uzyskanych wyników.

Normalizacja

Normalizacji Skali Resilience Nauczycieli dokonano na grupie 195 nauczycieli szkół podstawowych. W zdecydowanej większości były to kobiety (89,7%). Średnia wieku badanych wyniosła 45,25 lat (SD=10,25, min=23, max=67). Ponad połowa badanych pochodziła z dużego miasta (52,8%), 30,8% z małego miasta, a 15,4% ze wsi. Dwie osoby nie udzieliły odpowiedzi na pytanie o miejsce zamieszkania. Ponad połowa badanych (53,8%) w trakcie badań była nauczycielami dyplomowanymi, 22,6% kontraktowymi, 19% mianowanymi, a zaledwie 4,6% stażystami. Średni staż pracy badanych osób wyniósł 18,70 lat (SD=11,40, min=1, max=45).

Podstawowe statystyki grupy normalizacyjnej w poszczególnych podskalach i w wyniku ogólnym zawarto w tabeli nr 10.

Tabela 10. Statystyki opisowe

Nazwa podskali	n	Min.	Max.	M	SD
KS	195	3	10	7,61	1,57
SR	195	23	44	33,22	4,00
KO	195	15	40	28,78	4,88
ZD	195	14	30	24,80	3,49
WO	195	75	123	94,41	9,08

Legenda: KS – Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników, SR – Spójność rodziny, KO – Kompetencje osobiste, ZD – Znaczenie duchowości, WO – Wynik ogólny

Źródło: opracowanie własne

Wyniki surowej próby normalizacyjnej przekształcono na jednostki skali stenowej. W tabeli 11 zawarto tymczasowe polskie normy dla nauczycieli szkół podstawowych.

Tabela 11. Tymczasowe normy polskie dla Skali Resilience Nauczycieli opracowane dla nauczycieli szkół podstawowych (n=195).

Sten	Zakres punktowy wyników	Wynik
1	25–77	niski
2	78–81	
3	82–85	
4	86–90	
5	91–94	przeciętny
6	95–99	
7	100–104	wysoki
8	105–108	
9	109–113	
10	114–125	

Źródło: opracowanie własne

Wyniki z przedziału 5–6 sten traktuje się jako wyniki przeciętne, 7–10 – wysokie, natomiast 1–4 – niskie (Brzeziński 2005).

Opis narzędzia, obliczanie i interpretacja wyników

Prezentowana Skala Resilience Nauczycieli (SRN) stanowi narzędzie służące do diagnozowania złożonej koncepcji *resilience* wśród nauczycieli. Skala składa się z 25 itemów, które z kolei reprezentują cztery podskale: I *Kompetencje społeczne i wsparcie współpracowników* (KS) – item 12, 13, 14, 15, 22, 23, 24, 25; II *Spójność rodziny* (SR) – item 16, 17, 18, 19, 20, 21; III *Kompetencje osobiste i wytrwałość* (KO) – item 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11; IV *Znaczenie duchowości* (ZD) – item 2, 3. Każde twierdzenie jest oceniane przez badanego na pięciostopniowej skali, gdzie 1 oznacza – nigdy, a 5 – zawsze. Badany odnosi się do zawartych w skali stwierdzeń, które opisują sposoby reagowania na sytuacje, których doświadczył w środowisku pracy w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie, lub – jeśli dana sytuacja się nie zdarzyła – deklaruje, jak myśli, żeby się czuł. Otrzymane wartości sumuje się dla wyniku ogólnego oraz poszczególnych podskal. Im wyższy wynik ogólny, tym wyższy poziom *resilience* osób badanych.

Podsumowanie

Przeprowadzone analizy psychometryczne polskiej wersji Teachers' Resilience Scale wskazują na jej satysfakcjonującą rzetelność, stabilność i trafność. Niewielkie różnice w analizie czynnikowej odnoszące się do wartości ładunków czynnikowych oraz przynależności jednego itemu do podskali nie wpływają znacząco na strukturę wewnętrzną skali, która okazała się być zbieżna z oryginalną, skonstruowaną przez M. Platsidou i A. Danilidou. Prezentowana skala umożliwia pomiar *resilience* ujmowanego w kategorii wielowymiarowego konstruktów i odnoszącego się zarówno do kompetencji osobistych, jak i społecznych, z uwzględnieniem specyficznego środowiska pracy i znaczenia kwestii duchowości. Narzędzie może być stosowane do realizacji celów badawczych – zarówno teoretycznych, jak i praktycznych.

Ograniczenia

Skala Resilience Nauczycieli jest narzędziem samoopisowym – dostarcza zatem deklaracje w omawianym zakresie, a nie wiedzę na temat rzeczywistego poziomu *resilience* badanych nauczycieli. Ponadto w badaniach adaptacyjnych wzięli udział nauczyciele z różnych poziomów nauczania, chociaż dominującą grupę stanowili nauczyciele szkół podstawowych. Nauczanie na każdym poziomie wiąże się z unikatowym zestawem wyzwań, przed którymi stają nauczyciele. Kolejne dociekania empiryczne mogłyby koncentrować się na *resilience* nauczycieli danego szczebla edukacji,

w aspekcie poszukiwania konkretnych determinantów radzenia sobie i pozytywnej adaptacji w obliczu stresu i wyzwań codzienności szkolnej. W badaniu adaptacyjnym i normalizacyjnym przeważały kobiety. Wydaje się być zasadna replikacja badań normalizacyjnych w próbie bardziej zrównoważonej pod względem płci.

Bibliografia

- American Psychological Association (2014). *The road to resilience*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Arnup J., & Bowles T. (2016). *Should I stay or should I go? Resilience as a protective factor for teachers' intention to leave the teaching profession*, "Australian Journal of Education", 60(3), s. 229–244.
- Beltman S., Mansfield C. F., Wosnitzer M., Weatherby-Fell N., Broadley T. (2018). *Using Online Modules to Build Capacity for Teacher Resilience*, [w:] Wosnitzer M., Peixoto F., Beltman S., Mansfield C. (red.) *Resilience in Education*. Springer, Cham, DOI: 10.1007/978-3-319-76690-4_14.
- Bissessar C. S. (2014). *An exploration of the relationship between teachers' psychological capital and their collective self-esteem*, "Australian Journal of Teacher Education", 39(9), s. 35–52.
- Brunetti G. J. (2006). *Resilience under fire: Perspectives on the work of experienced, inner city high school teachers in the United States*, "Teaching and Teacher Education", 22, s. 812–825.
- Brzeziński J. (2005). *Metodologia badań psychologicznych*, Warszawa: PWN, s. 541–543.
- Buchanan J., Prescott A., Schuck S., Aubusson, P. & Burke P. (2013). *Teacher retention and attrition: Views of early career teachers*, "Australian Journal of Teacher Education", 38(3), s. 112–129, DOI: 10.14221/ajte.2013v38n3.9.
- Connor K. M., Davidson J. R. T., & Lee L. C. (2003). *Spirituality, resilience, and anger in survivors of violent trauma: A community survey*. "Journal of Traumatic Stress", 16, s. 487–494.
- Danilidou A., Platsidou M. (2018). *Teachers' resilience scale: An integrated instrument for assessing protective factors of teachers' resilience*, "Hellenic Journal of Psychology", 15(1), s. 15–39.
- Darling-Hammond L. (2010). *Recruiting and retaining teachers: Turning around the race to the bottom in high-need schools*, "Journal of Curriculum and Instruction", 4 (1), s. 16–32, DOI: 10.3776/joci.2010.v4n.1p16-32.
- Denkla C. A., Cicchetti D., Kubzansky L. D., Seedat S., Teicher M. H., Williams, D. R. & Koenen, K. C. (2020). *Psychological resilience: an update on definitions, a critical appraisal, and research recommendations*, "European Journal of Psychotraumatology", 11(1).
- Friborg O, Hjemdal O, Rosenvinge J, Martinussen M. (2003). *A new rating scale for adult resilience: what are the central protective resources behind healthy adjustment?*, "Int. J. Meth. Psychiatr. Res.", 12 (2), s. 65–76.

- Gallant A., & Riley P. (2014). *Early career teacher attrition: new thoughts on an intractable problem*, "Teacher Development", 18(4), DOI: 10.1080/13664530.2014.945129.
- Gąsior K., Chodkiewicz J., & Cechowski W. (2016). *Resilience measure questionnaire (KOP-26). Construction and characteristic of psychological instruments*, [w:] T. M. Ostrowski, I. Sikorska, K. Gerc (red.), *Resilience and Health: in a Fast-Changing World*, Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, s. 239–252.
- Gu Q., & Day C. (2007). *Teachers' resilience: A necessary condition for effectiveness*, "Teaching and Teacher Education", 23(8), s. 1302–1316.
- Gu Q. & Li Q. (2013). *Sustaining resilience in times of change: Stories from Chinese teachers*, "Asia-Pacific Journal of Teacher Education", 41(3), s. 288–303, DOI: 10.1080/1359866X.2013.809056.
- Guilford J. P. (1965). *Fundamental in Statistics in Psychology and Education*, New York.
- Herrman H., Stewart D. E., Diaz-Granados N., Berger E. L., Jackson B., & Yuen T. (2011). *What is resilience?*, „The Canadian Journal of Psychiatry”, 56(5), s. 258–265.
- Hornowska E. (2009). *Testy psychologiczne. Teoria i praktyka*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Hornowska E., Paluchowski W. J. (2004). *Kulturowa adaptacja testów psychologicznych*, [w:] J. Brzeziński (red.), *Metodologia badań psychologicznych. Wybór tekstów*, s. 151–191, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kaczmarek Ł. (2011). *Skala Sprężystości Psychicznej – polska adaptacja Ego Resiliency Scale*, „Czasopismo Psychologiczne”, 17, s. 263–265.
- Kędzierska H. (2018). *Socjalizacja profesjonalna nauczycieli na starcie kariery zawodowej – druga strona medalu*, „Zarządzanie Publiczne”, 41(1), s. 75–89.
- Kyriacou C. (2011). *Teacher stress: from prevalence to resilience* [w:] J. Langan-Fox, & C.L. Cooper (red.), *Handbook of stress in the occupations*, Cheltenham, UK: Edward Elgar Publishing Inc., s. 161–173.
- Luthar S. S. (2006). *Resilience in development: A synthesis of research across five decades*, w: D. Cicchetti & D. J. Cohen (red.), "Developmental psychopathology": Vol. 3. *Risk, disorder, and adaptation*, s. 739–795, DOI: 10.1002/9780470939406.ch20.
- Mansfield C. F., Beltman S. Price, A., & McConney A. (2012). *"Don't sweat the small stuff": Understanding teacher resilience at the chalkface*, "Teaching and Teacher Education", 28, s. 357–367.
- Masten A. S. (2001). *Ordinary magic*, "American Psychologist", 56(3), s. 227–238.
- Masten A. S. (2018). *Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise*, "Journal of Family Theory & Review", 10(1), s. 12–31.
- Masten A. S., & Cicchetti D. (2016). *Resilience in development: Progress and transformation*, [w:] D. Cicchetti (red.), "Developmental psychopathology", Vol. 4, s. 271–333. DOI: 10.1002/9781119125556.devpsy406.
- Ogińska-Bulik N., Juczyński Z. (2011). *Prężność u dzieci i młodzieży: charakterystyka i pomiar – polska skala SPP-18*, „Polskie Forum Psychologiczne”, 16(1), s. 7–28.
- Oswald M., Johnson B., & Howard S. (2003). *Quantifying and evaluating resilience promoting factors-teachers' beliefs and perceived roles*, "Research in Education", 70, s. 50–64.

- Panter-Brick C., Leckman J. F. (2013). *Editorial commentary: Resilience in child development—Interconnected pathways to wellbeing*, “The Journal of Child Psychology and Psychiatry”, 54, s. 333–336.
- Perryman J., & Calvert G. (2020). *What motivates people to teach, and why do they leave? Accountability, performativity and teacher retention*, “British Journal of Educational Studies”, 68(1), s. 323.
- Perryman J., & Calvert G. (2020). *What motivates people to teach, and why do they leave? Accountability, performativity and teacher retention*, “British Journal of Educational Studies”, 68(1), s. 323.
- Reich J. W., Zautra A. J., & Hall J. S. (red.). (2010). *Handbook of adult resilience*, New York: Guilford Press.
- Ryan S. V., von der Embse N. P., Pendergast L. L., Saeki E., Segool N., Schwing S. (2017). *Leaving the teaching profession: The role of teacher stress and educational accountability policies on turnover intent*, “Teaching and Teacher Education”, Vol. 66, s. 111, DOI: 10.1016/j.tate.2017.03.016.
- Skaalvik E. M., & Skaalvik S. (2017). *Motivated for teaching? Associations with school goal structure, teacher self-efficacy, job satisfaction and emotional exhaustion*. “Teaching and Teacher Education”, 67, s. 152–160.
- Skinner E., & Beers J. (2016). *Mindfulness and teachers’ coping in the classroom: A developmental model of teacher stress, coping, and everyday resilience*, [w:] *Handbook of mindfulness in education*, Springer: New York, NY, s. 99–118.
- Smith K., & Ulvik M. (2017). *Leaving teaching: lack of resilience or sign of agency?*, “Teachers and Teaching”, 23(8), s. 928–945.
- Southwick S. M., Bonanno G. A., Masten A. S., Panter-Brick C., & Yehuda R. (2014). *Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives*, “European Journal of Psychotraumatology”, 5(1), 1–14.
- Tait M. (2008). *Resilience as a Contributor to Novice Teacher Success, Commitment, and Retention*, “Teacher Education Quarterly”, 35, s. 57–76.
- Ungar M. (red.). (2012). *The social ecology of resilience: A handbook of theory and practice*. New York: Springer.
- Werner E. (2005). *Resilience and Recovery. Findings from the Kauai longitudinal study*, “Research, Policy and Practice in Children’s Mental Health”, Vol. 19, Nr 1, s. 11–14.
- Yada A., Björn P. M., Savolainen P., Kyttälä M., Aro M., & Savolainen H. (2021). *Pre-service teachers’ self-efficacy in implementing inclusive practices and resilience in Finland*, “Teaching and Teacher Education”, 105, DOI: 10.1016/j.tate.2021.103398.

ADRES DO KORESPONDENCJI

Magdalena Boczkowska
 Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej
 e-mail: magdalena.boczkowska@mail.umcs.pl

Aneks

Skala Resilience Nauczycieli

Teachers' Resilience Scale, TRS,
A. Danilidou, M. Platsidou

polska adaptacja: Magdalena Boczkowska

Resilience to proces radzenia sobie i pozytywnej adaptacji w obliczu trudnych czy stresujących zdarzeń. Poniżej proszę zaznaczyć stopień, w jakim zgadza się Pan/i z poniższymi stwierdzeniami opisującymi sposoby reagowania na sytuacje, których doświadczył/a Pan/i w swoim środowisku pracy przez ostatni miesiąc. Jeśli konkretna sytuacja nie przydarzyła się ostatnio, proszę odpowiedzieć zgodnie z tym, jak Pan/i myśli, że by się czuł/a.

Lp.	Twierdzenie	Nigdy	Rzadko	Czasami	Często	Zawsze
1.	Potrafię przystosować się do zmian.	1	2	3	4	5
2.	Czasem los lub wiara w Boga pomaga mi stawić czoła wyzwaniom.	1	2	3	4	5
3.	Czasami wierzę, że nic nie dzieje się bez przyczyny.	1	2	3	4	5
4.	Działając pod presją, potrafię skoncentrować się i jasno myśleć.	1	2	3	4	5
5.	Wolę przejąć inicjatywę w rozwiązywaniu problemów.	1	2	3	4	5
6.	Pomimo porażek nie zniechęcam się zbyt łatwo.	1	2	3	4	5
7.	Uważam się za silną osobę.	1	2	3	4	5
8.	Jeśli jest to konieczne, jestem w stanie podejmować trudne decyzje dotyczące innych ludzi.	1	2	3	4	5
9.	Potrafię radzić sobie z nieprzyjemnymi emocjami, takimi jak złość czy strach.	1	2	3	4	5
10.	Lubię wyzwania.	1	2	3	4	5
11.	Ciężko pracuję, aby osiągnąć swoje cele.	1	2	3	4	5
12.	Lubię przebywać z innymi ludźmi w moim miejscu pracy.	1	2	3	4	5
13.	Z łatwością przychodzi mi nawiązywanie przyjaźni w moim miejscu pracy.	1	2	3	4	5
14.	Z łatwością nawiązuję kontakty z nowymi osobami w miejscu pracy.	1	2	3	4	5
15.	Czerpię radość z przebywania ze swoimi współpracownikami.	1	2	3	4	5
16.	Ja i moja rodzina mamy podobne spojrzenie na to, co w życiu jest ważne.	1	2	3	4	5
17.	Czuję się bardzo szczęśliwy w mojej rodzinie.	1	2	3	4	5
18.	Moją rodzinę cechuje spójność.	1	2	3	4	5
19.	W trudnych chwilach moja rodzina optymistycznie patrzy w przyszłość.	1	2	3	4	5
20.	W kontaktach z innymi ludźmi nasza rodzina zachowuje lojalność względem siebie.	1	2	3	4	5
21.	W mojej rodzinie lubimy spędzać ze sobą czas.	1	2	3	4	5
22.	Mogę rozmawiać o problemach osobistych ze swoimi współpracownikami.	1	2	3	4	5
23.	Ze współpracownikami łączą mnie silne więzi.	1	2	3	4	5
24.	Otrzymuję wsparcie od współpracowników.	1	2	3	4	5
25.	W razie potrzeby zawsze znajdę pomoc u moich współpracowników.	1	2	3	4	5