

## Kwestionariusz radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych

Danuta Borecka-Biernat<sup>1</sup>

Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski

### THE QUESTIONNAIRE OF COPING STRATEGY IN THE DIFFICULT SOCIAL SITUATIONS

**Abstract.** Because there is no suitable Polish questionnaire to measure the strategy that are assumed by the adolescent in the difficult situation of social contact, the author undertook the work upon the preparation of her own tool that could be used to measure the activity that is taken by the teen-ager in the situation when his or her values and targets are threatened or frustrated by the others. The readers are acquainted with the construction procedure of RTSS questionnaire and with the evaluation of its values. The validation procedure results allowed to formulate the arguments that confirm the reliability and rightness of RTSS questionnaire as the tool measuring the aggressive, avoidance and rational strategy of coping in the difficult situation of social contact in the adolescents. This questionnaire fulfils the basic psychometric requirements and can be used as one of the diagnostic techniques in the psychological research to determine the method of coping with the difficult social situation.

### WPROWADZENIE

W literaturze psychologicznej dotyczącej sytuacji trudnych wiele uwagi poświęca się zagadnieniom reakcji na nie, ponieważ w zachowaniu człowieka znajdującego się w tego rodzaju sytuacjach zachodzą charakterystyczne zmiany. Opisywano je m.in. pod nazwą reakcji na frustrację, zachowania w sytuacji stresu czy strategii radzenia sobie w stresie. Pojęcie „stres”, ujmowane z punktu widzenia oddziaływań środowiska (otoczenia), traktuje się jako różnego rodzaju sytuacje trudne i używa się zamiennie z pojęciem „sytuacja trudna” (por. Oniszczenko, 1998). Podejmuje się próby zmierzające do ustalenia rodzaju i kierunku zmian w zachowaniu się człowieka w sytuacjach trudnych oraz ich wyjaśnienia na gruncie teorii psychologicznej poprzez tworzenie modelu teoretycznego genezy reakcji na frustrację, zmian w zachowaniu się człowieka pod wpływem stresu / sytuacji trudnej (por. Terelak, 2001).

Znaczną rolę w powstawaniu tych reakcji odgrywa sposób ujmowania przez człowieka własnej sytuacji działania. Biorąc pod uwagę kryterium kierunku zmian aktywności osoby, Newcomb (1962) wyróżnia ujmowanie sytuacji działania z punktu widzenia celu oraz z punktu widzenia własnego bezpieczeństwa, które staje się nowym celem, skłaniającym do nowych działań. Pierwszemu z tych sposobów ujmowania sytuacji odpowiada reagowanie adekwatne, skierowane na pokonanie przeszkody, na znalezienie innej drogi do określonego celu. Przeszkoda jest traktowana jako problem do rozwiązania, obiektywna trudność wymagająca od człowieka wzmoczenia wysiłku, zmiany szczegółów taktyki postępowania, wykorzystania w pełni swoich możliwości intelektualnych, fizycznych, wytworzenia nowego pomysłu, który pozwala na przezwycięzenie trudności przy utrzymaniu zasadniczego kierunku czynności. Jeżeli nawet pojawia się negatywna reakcja emocjonalna, wywiera ona wspomagający wpływ na motywację. Z kolei drugiemu z tych sposobów ujmowania przeszkody odpowiada reagowanie obronne, którego przyczyną (a także następstwem) jest niezdolność do poradzenia sobie z przeszkodą. Charakteryzuje się on powstaniem silnych emocji negatywnych i zmianą kierunku działania. Cel, jakim jest rozwiązanie stojącego przed osobą zadania, zostaje zastąpiony nowym celem – atakiem na źródło zagrożenia lub ucieczką, wycofaniem się z sytuacji trudnej (fizycznym lub symbolicznym). Ponadto, jak stwierdza Lazarus (1986), zanim człowiek zacznie wybierać odpowiednie strategie (sposoby) radzenia sobie w sytuacji stresu, rozumianej jako konkretne działania (intrapsychiczne lub zewnętrzne) podejmowane w celu zmniejszenia danej trudności, musi ona zinterpretować dane wydarzenie życiowe jako wyzwanie, zagrożenie albo utratę. To, jak oceniony zostanie bodziec stresowy, decyduje o przebiegu transakcji stresowej i jej efektach.

Według Lazarusa (1966), w sytuacji zagrożenia psychologicznego podejmowane są dwie strategie zmierzające do wyeliminowania lub zmniejszenia przewidywanego niebezpieczeństwa: atak i strategia unikowa. Atak (lub inaczej agresja) jest formą radzenia sobie z niebezpieczeństwem. Ma na celu zniszczenie, usunięcie lub powstrzymanie niebezpieczeństwa. Afektem towarzyszącym jest złość lub gniew. Do wybrania tej formy radzenia sobie muszą zaistnieć dodatkowe warunki o charakterze sytuacyjno-społecznym: niebezpieczeństwo

<sup>1</sup> Adres do korespondencji: Instytut Psychologii, Uniwersytet Wrocławski, ul. Dawida 1, 50-527 Wrocław.

jest spostrzegane i lokalizowane; osoba uważa, że atak jest celowy, ponieważ siła obrony przeciwnika jest nieduża; świadome przekonanie, że atak w danej sytuacji jest uzasadniony. Strategia typu unikania, motywowana strachem i lękiem, jest jedną z częstszych i powszechnie stosowanych form radzenia sobie z niebezpieczeństwami, która prowadzi do wycofania się z sytuacji zagrażającej. Jest podejmowana w określonych warunkach sytuacyjno-społecznych, a mianowicie wtedy, gdy niebezpieczeństwo jest postrzegane i lokalizowane; człowiek ocenia je jako tak duże, że można sobie z nim poradzić przez wycofanie się, i jednocześnie przewiduje sposoby wycofania się; unikanie jest zachowaniem kulturowo i społecznie aprobowanym.

Sytuacje trudne nie stanowią jednolitej klasy sytuacji, lecz są grupą wyraźnie zróżnicowaną wewnątrznie. Z wielu znanych w literaturze podziałów sytuacji trudnych popularna jest propozycja Tyszkowej (1979). Autorka wyróżnia trudne sytuacje społeczne, w których „wartości i dążenia jednostki podlegają zagrożeniu lub udaremnieniu przez innych ludzi, przez sam fakt ich obecności bądź też wskutek szczególnych form ich oddziaływania przeciwstawnego lub tylko niezgodnego z własnymi dążeniami jednostki” (tamże, s. 211). Wśród sytuacji tego rodzaju Tyszkowa wyróżnia: sytuacje ekspozycji społecznej, w których osoba wystawiona na widok publiczny jest oceniana i krytykowana przez innych i gdzie zagrożone jest jej poczucie własnej wartości; sytuacje społecznego konfliktu, w których dążenia i cele człowieka są niezgodne z dążeniami innych ludzi lub sprzeczne z nimi i zagrożone są jej własne interesy; sytuacje nacisku społecznego, w których inni ludzie wywierają na osobę presję zmierzającą do zmiany kierunku lub celu jej własnych dążeń i gdzie zagrożone jest osiągnięcie przez nią celu (ryzyko porażki). Należy jednak podkreślić, iż te sytuacje trudne nie wykluczają się wzajemnie, lecz w jednej i tej samej sytuacji mogą występować równocześnie trudności różnego typu.

Trudne sytuacje społeczne przy pewnym układzie i właściwościach struktur poznawczych człowieka nabierają cech sytuacji zagrożenia, w której – zdaniem Tomaszewskiego (1984, s. 142) – „zagrożony jest system wartości człowieka lub jakaś pojedyncza wartość wchodząca w skład tego systemu. [...] Działają jakieś czynniki przeciwne czemuś, na czym człowiekowi zależy, sytuacje pod jakimś względem dla człowieka niebezpieczne”. Jako zagrożenia odbierane są przez osobę wszelkie sygnały i informacje mówiące o zbliżającym się niebezpieczeństwie dla życia, zdrowia (zagrożenie fizyczne), dobrego samopoczucia, pozycji społecznej czy możliwym podważeniu samooceny działającej osoby, np. ostra krytyka, szyderstwa, sygnały niepowodzenia – mówi się wtedy o zagrożeniu własnego „ja” („ego”).

Trudne sytuacje społeczne to takie sytuacje społecznej ekspozycji, konfliktu i nacisku społecznego, w których wartości i dążenia (cele) człowieka są zagrożone lub udaremnione przez innych. Niektórzy młodzi ludzie dobrze sobie radzą w trudnych sytuacjach, nie poddają się losowi, traktują te sytuacje jako wyzwanie dla siebie, co skłania ich do mobilizacji swych zasobów w celu pokonania przeszkód uniemożliwiających realizację potrzeb. Są jednak i tacy, którzy w obliczu trudnych sytuacji nie potrafią podjąć aktywności sprawczej, przyjmują strategię zabezpieczenia się przed szkodliwym działaniem stresu poprzez agresję i unikanie bezpośredniej konfrontacji z trudnościami (por. Heszen-Niejodek, 1996; Plopa, 1996; Tyszkowa, 1986; Łosiak, 1995; Maruszewski, 1981). Stąd też wynikła chęć uchwycenia i opisanego przez autorkę artykułu charakterystycznych strategii działania osób dorastających w sytuacjach społecznych uznawanych za trudne. Nie jest to zadanie łatwe, biorąc pod uwagę fakt, że istniejące w polskiej wersji językowej techniki amerykańskie do pomiaru strategii radzenia sobie ze stresem (WCQ Folkmana i Lazarusa oraz BEFO Heima) budzą wiele zastrzeżeń i przeznaczone są do badania osób dorosłych (por. Wrześniewski, 1996a). Wrześniewski i Zalewska (Wrześniewski, 1996b) skonstruowali kwestionariusz do pomiaru strategii (RSSS wersja B) radzenia sobie ze stresem szkolnym dla młodzieży. W wersji B kwestionariusza badany jest proszony o odpowiadanie na zamieszczone w nim pytania zgodnie z tym, jak się zachowywał w sytuacji, w której doznał pierwszego szkolnego niepowodzenia (otrzymanie negatywnej oceny z jakiegoś przedmiotu).

Ponieważ na gruncie polskim nie znaleziono kwestionariusza do pomiaru strategii, które człowiek dorastający podejmuje w sytuacjach społecznie trudnych, podjęto pracę nad przygotowaniem odpowiedniego narzędzia, które mogłoby służyć temu celowi. Poniżej jest zamieszczony opis kwestionariusza oraz jego ocena.

## PRACE NAD KONSTRUOWANIEM KWESTIONARIUSZA RTSS

W fazie wstępnej konstruowania Kwestionariusza Radzenia Sobie w Trudnych Sytuacjach Społecznych (RTSS) zastosowano empiryczny sposób zbierania danych, który polegał na przeprowadzeniu w dwóch etapach badań ankietowych w szkołach podstawowych i gimnazjach we Wrocławiu i w Wilnie. Badaniami objęto 300-osobową grupę uczniów w wieku 13-15 lat z klas ósmych szkół podstawowych i pierwszych gimnazjalnych. Najpierw badani mieli za zadanie opisać trudną dla siebie sytuację, jaką przeżyli. Przed badaniem ankietowym podano następującą instrukcję: „Każdy z nas przeżywa czasem sytuacje, w których czuje się zdenerwowany, przestraszony, zmartwiony. Przypomnij sobie jakieś trudne dla Ciebie zdarzenie (coś, co sprawiło, że poczułeś się zdenerwowany, zmartwiony) i spróbuj je opisać”.

## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

Z uzyskanych opisów sytuacji trudnych wyodrębniono pięćdziesiąt opisów, eliminując te, które powtarzały się, były niejasne, zbyt ogólne, niedokończone, niezwiązane tematycznie z zagadnieniem. Każdy z tych opisów był oceniany przez siedmiu sędziów kompetentnych (psychologów) pod kątem stopnia trafności ich przyporządkowania do sytuacji trudnych społecznie. Za kryterium oceny przyjęto definicję sytuacji społecznie trudnych podaną przez Tyszkową (1979). Ostatecznie wybrano trzydzieści opisów trudnych sytuacji, które były sugerowane przez co najmniej pięciu sędziów.

W drugim etapie badania uczniowie otrzymywali arkusz testowy z następującą instrukcją: „Poniżej zamieszczono opisy 30 różnych sytuacji. Niektóre z tych opisanych sytuacji mogą Ci być znane z własnego doświadczenia. Wspólne dla nich jest to, że są one sytuacjami życia codziennego. Znaczy to, że każdy człowiek miał możliwość znalezienia się w podobnej sytuacji bądź jest w stanie wyobrazić sobie, jak by się w niej zachował. Oczywiście w tej samej sytuacji różne osoby mogą zachowywać się inaczej. Zatem interesuje nas, jak człowiek reaguje na spotykające go sytuacje życiowe. Dlatego też pod każdą z opisanych sytuacji napisz, jak zachowałeś/ęś lub jak byś się zachował(a), będąc w podobnej sytuacji”.

Na podstawie badań uzyskano listę różnych zachowań wyrażających radzenie sobie w konkretnej sytuacji. Analiza teoretyczna oraz otrzymane dane empiryczne pozwoliły wyodrębnić trzy strategie radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych: agresywną – A, unikową – U i racjonalną (zadaniową) – R strategię. Listę tych behawioralnych odpowiedzi (reakcji) na sytuacje trudne oraz opis trzech strategii radzenia sobie w sytuacjach społecznie trudnych przedstawił siedmiu sędziom kompetentnym (psychologom). Po zapoznaniu się z charakterystyką skal kwestionariusza RTSS (określającą strategię), każde stwierdzenie dotyczące zachowań, jakie osoba podejmuje w sytuacji stresowej, eksperci mieli zaklasyfikować do czterech kategorii: „agresywne radzenie sobie”, „unikowe radzenie sobie”, „racjonalne radzenie sobie” oraz „inne”. Za wskaźnik zgodności sędziów kompetentnych przyjęto co najmniej 70% zbieżnych przyporządkowań danej pozycji do przypisywanej jej skali. Do pilotażowej wersji kwestionariusza włączono sześćdziesiąt stwierdzeń dotyczących agresywnego radzenia sobie w sytuacjach społecznie trudnych, sześćdziesiąt – unikowego radzenia sobie z sytuacją i sześćdziesiąt – racjonalnego radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

Następnym krokiem była konstrukcja wstępnej wersji kwestionariusza, który oprócz instrukcji zawierał opis trzydziestu sytuacji trudnych społecznie. Każda sytuacja była opisana za pomocą sześciu stwierdzeń dotyczących zachowań podejmowanych w sytuacjach trudnych: dwa, które odnosiły się do agresywnego radzenia, dwa – do unikowego radzenia i dwa – do racjonalnego radzenia sobie w sytuacji stresu. Badania wstępne, które miały na celu wyselekcjonowanie pozycji do ustalenia wersji ostatecznej, przeprowadzono wśród 1502 uczniów, w tym 752 dziewcząt i 750 chłopców, w wieku 13-15 lat, z klas ósmych szkół podstawowych oraz pierwszych i drugich klas gimnazjalnych z siedmiu miejscowości (Wrocław, Kały Wrocławskie, Oborniki Śląskie, Brzeg, Kędzierzyn-Koźle, Częstochowa, Twardogóra).

## ANALIZA MOCY DYSKRYMINACYJNEJ I TRAFNOŚCI POZYCJI KWESTIONARIUSZA RTSS

Wyniki uzyskane w badaniach wstępnych pozwoliły obliczyć moc dyskryminacyjną poszczególnych pozycji kwestionariusza na podstawie skorygowanej korelacji pozycji z odpowiadającą jej skalą (item-total) oraz testu istotności różnic między dwoma średnimi wynikami grup skrajnych (dolne i górne 27% przebadanej próby). Dane stwierdzenie włączano do ostatecznej wersji kwestionariusza wtedy, gdy wartość współczynnika korelacji „pozycja-skala” była mniejsza niż 0,10, a wartość testu t-Studenta była istotna przy  $p < 0,01$ . Te ograniczenia spowodowały, że do ostatecznej wersji kwestionariusza przyjęto łącznie dziewięćdziesiąt stwierdzeń, które przyporządkowano do trzech skal określających trzy strategie radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych. W tabeli 1 przedstawiono podstawowe charakterystyki pozycji trzech skal kwestionariusza RTSS. W przypadku każdej pozycji są podane wskaźniki mocy dyskryminacyjnej. W odniesieniu do mocy dyskryminacyjnej żadna pozycja ze skali A nie uzyskała wartości poniżej 0,10. Również wartości testu t obliczone dla skrajnych grup, obejmujących 27% badanej próby, były istotne dla wszystkich stwierdzeń przy  $p < 0,001$ . Wydaje się więc, że wszystkie pozycje skali A kwestionariusza spełniają wymagane kryteria.

Tabela 1.

Charakterystyka pozycji skali agresywnego (A), unikowego (U) i racjonalnego (R) radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych: skorygowane współczynniki korelacji pozycja-skala i statystyka testu t-Studenta

Numer pozycji skali A	Korelacja pozycja-skala A	t-Studenta	Numer pozycji skali U	Korelacja pozycja-skala U	t-Studenta	Numer pozycji skali R	Korelacja pozycja-skala R	t-Studenta
	Ogółem <i>N</i> = 1502	Ogółem <i>N</i> = 909 <i>df</i> = 907 <i>tk</i> = 2,58		Ogółem <i>N</i> = 1502	Ogółem <i>N</i> = 909 <i>df</i> = 907 <i>tk</i> = 2,58		Ogółem <i>N</i> = 1502	Ogółem <i>N</i> = 909 <i>df</i> = 907 <i>tk</i> = 2,58
1a	0,34	17,47*	1b	0,21	7,61*	1c	0,40	19,57*
2a	0,45	16,90*	2b	0,05	6,82*	2c	0,25	12,18*
3a	0,34	11,36*	3b	0,15	6,03*	3c	0,34	14,38*
4a	0,30	9,39*	4b	0,21	11,93*	4c	0,47	25,48*
5a	0,45	21,66*	5b	0,19	8,54*	5c	0,25	11,78*
6a	0,21	11,74*	6b	0,18	9,92*	6c	0,37	18,17*
7a	0,46	20,76*	7b	0,29	13,88*	7c	0,43	16,65*
8a	0,30	10,11*	8b	0,09	8,07*	8c	0,35	16,07*
9a	0,41	13,70*	9b	0,28	13,86*	9c	0,32	14,82*
10a	0,29	12,50*	10b	0,32	15,40*	10c	0,41	21,29*
11a	0,42	24,89*	11b	0,20	7,36*	11c	0,35	17,59*
12a	0,36	14,30*	12b	0,15	9,56*	12c	0,21	10,26*
13a	0,40	14,38*	13b	0,21	12,37*	13c	0,34	16,81*
14a	0,34	10,47*	14b	0,11	6,75*	14c	0,27	11,34*
15a	0,26	13,59*	15b	0,14	7,90*	15c	0,43	20,32*
16a	0,40	19,46*	16b	0,23	12,92*	16c	0,34	16,62*
17a	0,52	25,38*	17b	0,11	7,48*	17c	0,27	11,92*
18a	0,37	15,79*	18b	0,29	14,98*	18c	0,43	22,19*
19a	0,45	23,92*	19b	0,10	5,97*	19c	0,36	17,39*
20a	0,35	11,88*	20b	0,22	11,25*	20c	0,38	18,11*
21a	0,41	13,46*	21b	0,27	12,45*	21c	0,35	15,76*
22a	0,26	8,24*	22b	0,31	15,62*	22c	0,45	24,39*
23a	0,26	13,81*	23b	0,29	15,51*	23c	0,46	24,42*
24a	0,45	16,18*	24b	0,30	14,62*	24c	0,42	21,39*
25a	0,53	27,41*	25b	0,21	10,87*	25c	0,34	17,15*
26a	0,33	11,98*	26b	0,15	8,85*	26c	0,28	13,24*
27a	0,42	21,25*	27b	0,25	12,53*	27c	0,42	21,69*
28a	0,36	11,20*	28b	0,29	16,30*	28c	0,49	25,41*
29a	0,35	12,55*	29b	0,27	10,62*	29c	0,26	11,57*
30a	0,33	18,28*	30b	0,20	9,22*	30c	0,34	17,81*

\*istotne przy  $p < 0,001$

W skali U znajdują się dwa pytania o niskiej mocy dyskryminacyjnej, stwierdzonej w grupie nie uwzględniającej specyfiki płci. Korelacje poniżej 0,10 mają pozycje o numerach: 2b i 8b. Usunięcie tych pozycji podwyższa wskaźnik  $\alpha$  Cronbacha o czteretysięczne i dwutysięczne, nie ma więc w praktyce większego znaczenia. Na podstawie tych wyników podjęto decyzję o zastosowaniu do dalszych badań pełnej skali U, bez redukcji liczby pozycji. Pojedyncze niskie współczynniki mocy dyskryminacyjnej mogą świadczyć o braku stabilnych odpowiedzi na niektóre pytania, zaś w odniesieniu do wszystkich pozycji z tej skali uzyskana wartość  $t$  jest istotna na poziomie  $p < 0,001$ .

Tabela 2.

Dane dotyczące trafności treściowej pozycji kwestionariusza RTSS

Numer pozycji w kwestionariuszu RTSS	Wskaźniki trafności treściowej			
	Trudne sytuacje społeczne	Strategia agresji	Strategia uniku	Strategia racjonalna
1(a,b,c)	2,8	1,8	2,4	1,2
2(a,b,c)	2,8	1,8	1,6	2,6
3(a,b,c)	1,8	2,4	1,8	3,0
4(a,b,c)	2,4	1,2	2,2	2,6
5(a,b,c)	2,4	2,2	2,6	1,6
6(a,b,c)	2,0	1,6	2,4	2,4
7(a,b,c)	2,8	2,2	2,4	2,4
8(a,b,c)	2,0	2,6	2,2	2,6
9(a,b,c)	2,0	2,2	2,4	2,4
10(a,b,c)	2,6	1,8	2,8	2,4
11(a,b,c)	2,2	2,0	2,0	2,0

## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

12(a,b,c)	1,6	2,4	1,8	1,8
13(a,b,c)	2,0	2,2	2,0	1,6
14(a,b,c)	1,6	2,8	2,0	3,0
15(a,b,c)	1,6	2,2	1,8	3,0
16(a,b,c)	2,2	2,0	2,8	1,8
17(a,b,c)	2,6	2,8	2,4	2,6
18(a,b,c)	2,0	2,0	2,2	2,4
19(a,b,c)	2,8	1,2	2,2	2,6
20(a,b,c)	1,8	1,2	2,0	2,6
21(a,b,c)	2,0	2,8	2,0	1,8
22(a,b,c)	2,0	2,4	2,4	2,6
23(a,b,c)	2,6	1,6	2,4	2,6
24(a,b,c)	2,6	2,6	2,4	2,8
25(a,b,c)	2,2	3,0	2,4	2,4
26(a,b,c)	1,2	3,0	3,0	2,6
27(a,b,c)	2,0	2,4	2,0	2,8
28(a,b,c)	2,0	2,2	2,0	2,2
29(a,b,c)	1,8	2,6	2,4	3,0
30(a,b,c)	2,2	2,4	2,2	2,4
Średnia wartości trafności pozycji	2,15	2,19	2,24	2,39
Współczynnik W-Kendalla	W = 0,31	W = 0,47	W = 0,21	W = 0,39
$\chi^2$ ANOVA N = 5, df = 29	44,91 p<0,03	67,52 p<0,00007	30,23 p<0,04	56,14 p<0,002

W skali R kwestionariusza wszystkie pozycje wykazują zadowalające korelacje z własną skalą. W odniesieniu do wszystkich pozycji z tej skali, wartość testu t osiągnęła wielkości wymagane dla konwencjonalnych poziomów istotności. Uzyskana wartość *t* jest istotna na poziomie  $p < 0,001$ .

Ten zestaw dziewięćdziesięciu pozycji kwestionariusza RTSS przedstawiono tym razem pięciu sędziom kompetentnym (pracownikom naukowo-dydaktycznym Instytutu Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego), których poproszono, aby ocenili stopień trafności zaklasyfikowania sytuacji trudnych, opisanych w kwestionariuszu RTSS, do trudnych sytuacji społecznych oraz by oszacowali stwierdzenia opisujące wymienione trzy strategie radzenia sobie w sytuacjach trudnych pod względem trafności przyporządkowania do przypisywanej im skali. Każda z pozycji była oceniana przez sędziego na 4-stopniowej skali Likerta, gdzie „0” punktów oznaczało stwierdzenie „zdecydowanie nie”, 1 pkt. – „raczej nie”, 2 pkt. – „raczej tak”, 3 pkt. – „zdecydowanie tak”. Kryterium oceny była definicja sytuacji społecznie trudnych podana przez Tyszkową (1979) oraz opis trzech strategii radzenia sobie w sytuacjach społecznie trudnych: agresywnej, unikowej i racjonalnej (zob. opis skal kwestionariusza RTSS). Wskaźniki trafności poszczególnych pozycji zakwalifikowanych do kwestionariusza RTSS przedstawia tabela 2. Za wielkość kryterialną przyjęto wartość 1,2. Do ostatecznej wersji kwestionariusza RTSS zakwalifikowano pozycje o wskaźniku trafności przekraczającym tę wartość. Zdaniem sędziów charakteryzowały się one zadowalającą trafnością. Średnie wskaźniki trafności treściowej dla poszczególnych skal wahają się od 2,15 do 2,39. Otrzymane współczynniki zgodności W-Kendalla wynoszą od 0,21 do 0,47 i są istotne na poziomie  $0,03 < p < 0,00007$ , co wydaje się dowodem na rzetelność „narzędzia pomiarowego” trafności treściowej, jakim byli sędziowie kompetentni.

Łączne zastosowanie kryteriów mocy dyskryminacyjnej i trafności treściowej pozwoliło zakwalifikować do ostatecznej wersji kwestionariusza RTSS trzydzieści opisów sytuacji trudnych z 3-kategorialnym systemem odpowiedzi. Ogólnie większość stwierdzeń w kwestionariuszu RTSS charakteryzuje się zadowalającymi parametrami.

### RZETELNOŚĆ KWESTIONARIUSZA RTSS

Podstawą oceny wartości testu są dane o jego trafności. Rzetelność określa natomiast precyzję pomiaru; w przypadku kwestionariusza RTSS oceniono ją za pomocą trzech metod, obliczając współczynniki: (1) zgodności wewnętrznej – według wzoru  $\alpha$  Cronbacha, (2) równoważności międzypółkowej – według wzoru Spearmana-Browna na podstawie korelacji między parzystą i nieparzystą połową testu, (3) stabilności bezwzględnej – test-retest (Brzeziński, 1980).

W badaniach wzięło udział 1502 uczniów (752 dziewczęta i 750 chłopców) w wieku 13-15 lat, z klas gimnazjalnych z siedmiu miejscowości (Wrocław, Kąty Wrocławskie, Oborniki Śląskie, Brzeg, Kędzierzyn-Koźle,

DANUTA BORECKA-BIERNAT

Częstochowa, Twardogóra).

Estymacji zgodności wewnętrznej skal kwestionariusza dokonano, obliczając współczynniki zgodności wewnętrznej  $\alpha$  Cronbacha. Uzyskane współczynniki zgodności wewnętrznej są zadowalająco wysokie zarówno dla skali racjonalnego radzenia sobie w sytuacjach społecznie trudnych R (0,84), jak i skali agresywnego radzenia sobie w sytuacjach trudnych A (0,84). Rzetelność skali unikowego radzenia sobie w sytuacjach trudnych U (0,67) jest niższa od wartości 0,70. Niemniej jednak można uznać rzetelność kwestionariusza określoną na podstawie współczynników  $\alpha$  Cronbacha za zadowalającą.

Do ustalenia estymacji równoważności międzypółkowej trzy skale RTSS podzielono na dwie części: pozycje parzyste i nieparzyste, a następnie obliczono wartości współczynnika rzetelności półkowej  $r_{sb}$  Spearmana-Browna. Uzyskane współczynniki rzetelności półkowej kwestionariusza są zadowalające. Ocena rzetelności skali U (0,63) jest niższa w zestawieniu z pozostałymi skalami RTSS. Skale R (0,85) i A (0,82) są wysoce rzetelne w badaniach młodzieży dorastającej.

Stabilność bezwzględna kwestionariusza RTSS sprawdzono, obliczając współczynnik korelacji według momentu iloczynowego  $r$  Pearsona dla całej grupy – 220 uczniów (114 dziewczynek, 106 chłopców) z klas drugich gimnazjum, badanych dwukrotnie w odstępie czterech tygodni i trzech miesięcy. Wszystkie współczynniki korelacji dotyczące rzetelności testowo-retestowej są istotne statystycznie na poziomie  $p < 0,05$ . Wskaźniki stałości są najwyższe po upływie czterech tygodni; dotyczy to skal A i R (0,73). Dla skali U uzyskano istotnie niższy wynik (0,60). Wszystkie pozostałe pomiary po upływie trzech miesięcy mieszczą się w granicach od 0,57 do 0,72. To, że pomiar dokonany po czterech tygodniach koreluje z wcześniejszym pomiarem wyżej niż pomiar dokonany po trzech miesiącach, wydaje się zrozumiiałe. Uzyskane współczynniki świadczą o dobrej stabilności pomiaru. Można uznać, że rzetelność kwestionariusza RTSS jest wystarczająca do celów badawczych.

## TRAFNOŚĆ KWESTIONARIUSZA RTSS

Trafność kwestionariusza RTSS została sprawdzona metodą trafności diagnostycznej (kryterialnej), czynnikowej, teoretycznej i treściowej (zaprezentowana wcześniej).

Jako kryteria sprawdzenia trafności diagnostycznej RTSS wykorzystano zewnętrzne inne miary agresywnych, unikowych i racjonalnych zachowań wyrażających radzenie sobie w sytuacjach społecznie trudnych. Były to następujące metody:

(1) Kwestionariusz „Nastroje i Humory” Buss-Durkee w adaptacji M. Choynowskiego, który składa się ze stu stwierdzeń, wchodzących w skład siedmiu skal przeznaczonych do badania form agresji i wrogości oraz ze skali mierzącej stopień poczucia winy.

(2) Kwestionariusz Radzenia Sobie ze Stresem Szkolnym (RSSS) wersja B Wrześniewskiego, Zalewskiej, służący do badania strategii RSSS. Badani odpowiadają, jak się zachowywali w konkretnej, podanej w instrukcji sytuacji stresowej. Składa się z czterdziestu dwu stwierdzeń (dziewięć ma charakter buforowy), wchodzących w skład trzech skal: Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na emocjach (Rse), Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na unikaniu (Rsu), Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na problemie (Rsp).

(3) Technika Nominacyjna do Badania Strategii Radzenia Sobie w Trudnych Sytuacjach Społecznych (TN RTSS) w opracowaniu autorki artykułu. Ta metoda jest przeznaczona do badania grupowego klasy szkolnej, podobnie jak inne techniki socjometryczne, z których się wywodzi. Diagnozuje ogólny poziom strategii agresywnej, unikowej i racjonalnej osoby w trudnych sytuacjach społecznych; jest anonimowa. Uczniowie odpowiadają na czternaście pytań dotyczących nazwisk osób z ich klasy, które wyróżniają się – w opinii koleżanek i kolegów – agresywną, unikową i racjonalną strategią radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych. Pytania te ułożone są w postaci: Kto w klasie... np. „Do klasy wchodzi uczeń/uczennica i zauważa, że ktoś inny zajął mu miejsce w ławce. Kto w klasie w tej sytuacji:

a) wyzywa intruza i każe mu się wynieść lub spycha z krzesła, krzyżąc: „To moje miejsce, ja tu siedzę”;

b) siada w innej ławce, z której widać gorzej tablicę;

c) stanowczo oznajmia mu, że to jest jego/jej miejsce i pertraktuje z nim, by się przesiadł w inne miejsce”.

Analiza wyników uzyskanych za pomocą Techniki Nominacyjnej jest zbliżona do analizy innych technik socjometrycznych i polega na obliczaniu, ile razy nazwisko danego ucznia pojawia się w odpowiedziach młodzieży dotyczących różnych przejawów agresywnej, unikowej i racjonalnej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Maksymalna, teoretycznie możliwa do uzyskania liczba wskazująca na poziom agresywnej, unikowej i racjonalnej strategii osoby, wynosi  $14$  (liczba pytań diagnostycznych)  $\times n - 1$ , gdzie  $n$  to liczba uczniów w klasie; minimalna liczba jest równa  $0$ .

Jak już wspomniano, trafność diagnostyczną stwierdzono przez porównanie wyników uzyskanych w kwestionariuszu RTSS oraz w innych kwestionariuszach oceniających zbliżone zmienne. W tym celu kwestionariuszem RTSS oraz „Nastroje i Humory” Buss-Durkee zbadano 223 uczniów (118 dziewcząt i 105

## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

chłopców) w wieku 13-15 lat, z klas ósmych szkół podstawowych i pierwszych gimnazjum z czterech miast (Wrocław, Częstochowa, Twardogóra, Brzeg). Uzyskane współczynniki korelacji liniowej  $r$  Pearsona zostały podane w tabeli 3.

Uzyskane wyniki można scharakteryzować następująco:

(1) Skala A kwestionariusza RTSS dodatnio koreluje ze skalą Negatywizmu (Ngt), Napastliwości fizycznej (Npf), Napastliwości słownej (Nps), Napastliwości pośredniej (Npp) i Drażliwości (Drl) oraz z wynikiem ogólnym (wo) Kwestionariusza „Nastroje i Humory” Buss-Durkee. Warto dodać, iż skale Napastliwość fizyczna (Npf), Napastliwość słowna (Nps), Napastliwość pośrednia (Npp) i Drażliwość (Drl) składają się na tzw. czynnik agresji, zaś pozostałe skale tworzą czynnik wrogości. Wartość otrzymanych współczynników waha się od 0,25 do 0,49 i jest statystycznie istotna na poziomie  $p < 0,05$ , co potwierdza diagnostyczność skali A kwestionariusza RTSS.

**Tabela 3.**

**Współczynniki korelacji  $r$  Pearsona między skalami kwestionariuszy RTSS i „Nastroje i Humory” Buss-Durkee**

Osoby badane	Skale	Ngt	Npf	Nps	Pdj	Npp	Urz	Drl	Wo	Pw
Ogółem $N = 223$	A	0,39*	0,49*	0,34*	0,01	0,36*	0,12	0,25*	0,42*	-0,10
	U	0,08	-0,03	-0,00	0,01	0,09	0,12	0,03	0,05	-0,06
	R	-0,34*	-0,32*	-0,23*	0,02	-0,29*	-0,15*	-0,20*	-0,32*	0,14*

\* istotne przy  $p < 0,05$ ; A – agresywne radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych, U – unikowe radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych, R – racjonalne radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych, Ngt – Negatywizm, Npf – Napastliwość fizyczna, Nps – Napastliwość słowna, Pdj – Podejrzliwość, Npp – Napastliwość pośrednia, Urz – Uraza, Drl – Drażliwość, Wo – Wynik ogólny, Pw – Poczucie winy.

(2) Skala U nie koreluje z żadną ze skal Kwestionariusza „Nastroje i Humory” Buss-Durkee (zgodnie z oczekiwaniami).

(3) Skala R koreluje ujemnie, istotnie statystycznie ( $p < 0,05$ ) ze skalą Negatywizmu (Ngt), Napastliwości fizycznej (Npf), Napastliwości słownej (Nps), Napastliwości pośredniej (Npp) i Drażliwości (Drl) oraz z wynikiem ogólnym (Wo) Kwestionariusza „Nastroje i Humory”. Wartość otrzymanych współczynników waha się od -0,15 do -0,34. Ujemna korelacja oznacza, że wysoki wynik w skali R kwestionariusza RTSS wiąże się z niższą pozycją w skalach Kwestionariusza „Nastroje i Humory” Buss-Durkee.

Na wynikach tej samej grupy osób badanych przeprowadzono analizę czynnikową (metodą głównych składowych z rotacją varimax) obejmującą trzy skale kwestionariusza RTSS i osiem skal Kwestionariusza „Nastroje i Humory” Buss-Durkee. Otrzymano rozwiązanie 3-czynnikowe (zob. tabela 4).

Skala A kwestionariusza RTSS z ładunkiem dodatnim (0,49) wraz z podobnymi teoretycznie i treściowo skalami Kwestionariusza „Nastroje i Humory” Buss-Durkee: Negatywizm, Napastliwość fizyczna, Napastliwość słowna, Napastliwość pośrednia, Drażliwość i Wynik ogólny składa się na czynnik I, który można zidentyfikować jako zachowanie agresywne. Czynnik II najsilniej nasycony jest skalą U z ładunkiem dodatnim (0,79) i skalą R z ładunkiem ujemnym (-0,92) oraz skalą A, która uzyskała dodatnie ładunki o niższej wartości (0,59). W skład III czynnika weszły jedynie skale Kwestionariusza „Nastroje i Humory” Buss-Durkee: Podejrzliwość (0,73), Uraza (0,71) i Poczucie winy (0,64).

Wartości własne wyodrębnionych czynników oraz procent wyjaśnionej wariancji prezentują się następująco: czynnik I (4,89) wyjaśnił 40,73% wariancji, czynnik II (1,83) – 15,22% wariancji i czynnik III (1,34) – 11,19% wariancji. Największa wartość własna odnosi się do czynnika I, który był pozytywnie skorelowany ze skalą A kwestionariusza RTSS. Wyodrębnione czynniki wyjaśniają wspólnie 67,14% wariancji.

**Tabela 4.****Macierz czynnikowa skal kwestionariuszy RTSS i „Nastroje i Humory” Buss-Durkee**

Osoby badane	Skale	Czynnik I	Czynnik II	Czynnik III
Ogółem N = 223	A	0,49	0,59	-0,22
	U	-0,13	0,79	0,16
	R	-0,28	-0,92	0,12
	Ngt	0,78	0,16	0,01
	Npf	0,75	0,15	0,05
	Nps	0,81	-0,0002	-0,03
	Pdj	0,25	-0,03	0,73
	Npp	0,82	0,11	0,19
	Urz	0,33	0,18	0,71
	Drl	0,72	0,01	0,13
	WO	0,94	0,12	0,32
	Pw	-0,13	-0,11	0,64

Nazwy skal zob. tabela 3

Otrzymany wzorec korelacji skal kwestionariuszy RTSS i „Nastroje i Humory” Buss-Durkee można traktować jako potwierdzenie trafności kryterialnej skali A. Wyniki analizy czynnikowej pokazują, że skala A, mierzona kwestionariuszem RTSS, tworzy czynnik z pięcioma skalami Kwestionariusza „Nastroje i Humory” Buss-Durkee, a zatem mierzy podobny konstrukt co kwestionariusz Bussa i Durkee.

Korelację między skalami kwestionariuszy RTSS i RSSS (wersja B) Wrześniewskiego i Zalewskiej obliczono na próbie 457 uczniów (239 dziewcząt i 218 chłopców), w wieku 14-15 lat, z klas drugich szkół gimnazjalnych z Wrocławia. Uzyskane współczynniki zostały podane w tabeli 5.

**Tabela 5.****Współczynniki korelacji r Pearsona między skalami kwestionariuszy RTSS a RSSS wersja B Wrześniewskiego i Zalewskiej**

Osoby badane	Skale	Rse	Rsu	Rsp
Ogółem N = 457	A	-0,02	0,20*	-0,24*
	U	-0,05	0,16*	-0,10*
	R	0,05	-0,20*	0,26*

\* istotne przy  $p < 0,05$ ; A – Agresywne radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych, U – Unikowe radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych, R – Racjonalne radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych, Rse – Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na emocjach, Rsu – Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na unikaniu, Rsp – Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na problemie.



## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

Uzyskane wyniki można scharakteryzować następująco:

(1) Skala A kwestionariusza RTSS koreluje ze skalą Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na problemie (Rsp) kwestionariusza RSSS (wersja B). Korelacja jest ujemna, co oznacza, że osoby, które w sytuacjach trudnych nie podejmują konkretnych działań zmierzających do rozwiązania problemu, próbują bronić się przed nim, używają siły fizycznej i wyrażają swoje negatywne uczucia wobec innych w formie wypowiedzi poniżających, szkodzących i napastliwych. Współczynnik korelacji A RTSS i Rsp RSSS (wersja B) ma wartość  $-0,24$  i jest istotny na poziomie  $p < 0,05$ . Korelacja jest zgodna z przewidywaniami teoretycznymi, natomiast wbrew oczekiwaniom skala A kwestionariusza RTSS uzyskała słaby współczynnik korelacji ( $0,20$ ) ze skalą Rsu RSSS (wersja B). Być może bierze się to stąd, że badani uczniowie spostrzegli poszczególne sytuacje trudne jako jakościowo niepodobne do siebie (społeczne sytuacje trudne oraz sytuacja, w której przeżyli pierwsze szkolne niepowodzenie związane z otrzymaniem negatywnej oceny z jakiegoś przedmiotu).

(2) Zgodnie z oczekiwaniami, skala U kwestionariusza RTSS koreluje dodatnio ze skalą Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na uniku (Rsu) oraz ujemnie ze skalą Radzenia sobie ze stresem skoncentrowane na problemie (Rsp) kwestionariusza RSSS (wersja B). Wartość otrzymanych współczynników wynosi odpowiednio:  $0,16$ ;  $-0,10$  i jest statystycznie istotna na poziomie  $p < 0,05$ .

(3) Zgodnie z oczekiwaniami, skala R kwestionariusza RTSS koreluje dodatnio, istotnie statystycznie ( $p < 0,05$ ), ze skalą Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na problemie (Rsp) oraz ujemnie ze skalą Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na uniku (Rsu). Uzyskane współczynniki korelacji wynoszą odpowiednio:  $0,26$  i  $-0,20$ .

(4) Warto również podkreślić, iż skala Rse kwestionariusza RSSS (wersja B) nie koreluje istotnie z żadną skalą RTSS, co wydaje się teoretycznie uzasadnione.

Ogólnie należy stwierdzić, że dane uzyskane w odniesieniu do skal: U i R przemawiają na korzyść trafności kwestionariusza RTSS.

Na wynikach tej samej grupy osób badanych przeprowadzono analizę czynnikową (metodą głównych składowych z rotacją varimax) obejmującą trzy skale kwestionariusza RTSS i trzy skale kwestionariusza RSSS (wersja B).

Otrzymano rozwiązanie 3-czynnikowe (zob. tab. 6).

Skala R kwestionariusza RTSS z ładunkiem dodatnim ( $0,79$ ) wraz z podobną teoretycznie i treściowo skalą Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na problemie (Rsp:  $0,49$ ) kwestionariusza RSSS (wersja B) składa się na czynnik I, który jest nasycony również skalą agresji (A) z ładunkiem ujemnym ( $-0,93$ ). Czynnik II jest najsilniej nasycony skalą Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na emocjach (Rse) z ładunkiem dodatnim ( $0,78$ ). W skład III czynnika weszła skala U wskazująca na unikowe zachowanie z ładunkiem dodatnim ( $0,98$ ) i skala Radzenie sobie ze stresem skoncentrowane na uniku (Rsu) z ładunkiem dodatnim ( $0,39$ ).

Wartości własne wyodrębnionych czynników oraz procent wyjaśnionej wariancji prezentują się następująco: czynnik I ( $2,20$ ) wyjaśnił  $36,61\%$  wariancji, czynnik II ( $1,31$ ) –  $21,84\%$  wariancji, a czynnik III ( $1,00$ ) –  $16,70\%$  wariancji. Wyodrębnione czynniki wyjaśniają w sumie  $75,15\%$  wariancji.

**Tabela 6.**

**Macierz czynnikowa skal kwestionariuszy RTSS i RSSS (wersja B) Wrześniewskiego i Zalewskiej**

Osoby badane	Skale	Czynnik I	Czynnik II	Czynnik III
Ogółem $N = 457$	A	$-0,93$	$0,03$	$0,01$
	U	$-0,08$	$-0,02$	$0,98$
	R	$0,79$	$0,05$	$-0,58$
	Rse	$0,03$	$0,78$	$-0,07$
	Rsu	$-0,01$	$0,62$	$0,39$
	Rsp	$0,49$	$0,57$	$0,06$

Nazwy skal zob. tabela 5.

Otrzymany wzorzec korelacji skal kwestionariuszy RTSS i RSSS (wersja B) można traktować jako potwierdzenie trafności kryterialnej skali U i R.

Do badań nad trafnością diagnostyczną skal kwestionariusza RTSS wykorzystano Technikę Nominacyjną do Badania Strategii Radzenia Sobie w Trudnych Sytuacjach (TN RTSS). W badaniach wzięło udział 483 uczniów (222 dziewczynki, 261 chłopców) w wieku 13-15 lat z klas pierwszych i drugich gimnazjum z Wrocławia. Uzyskane współczynniki zostały podane w tabeli 7.

**Tabela 7.**

**Współczynniki korelacji  $r$  Pearsona między skalami kwestionariusza RTSS a Techniką Nominacyjną do Badania Strategii Radzenia Sobie w Trudnych Sytuacjach (TN RTSS)**

Osoby badane	Skale	La	Lu	Lr
--------------	-------	----	----	----

## DANUTA BORECKA-BIERNAT

Ogółem N = 483	A	0,59*	0,16	-0,25*
	U	-0,25*	0,32*	-0,27*
	R	-0,43*	-0,20*	0,40*

\* istotne przy  $p < 0,000$ ; La – liczba wyborów wskazująca na poziom strategii agresji, Lu – liczba wyborów wskazująca na poziom strategii unikowej, Lr – liczba wyborów wskazująca na poziom strategii racjonalnej.

Dane przedstawione w tabeli 7 rzucają światło na trafność zbieżną kwestionariusza RTSS:

(1) Skala A kwestionariusza RTSS koreluje w stopniu umiarkowanym z liczbą uzyskanych wyborów wskazującą na poziom manifestowania przejawów agresywnej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych (La). Wartość otrzymanego współczynnika wynosi 0,59 i jest statystycznie istotna na poziomie  $p < 0,00$ . Uzyskano istotnie statystyczną, niską korelację ujemną skali A RTSS z liczbą otrzymanych wyborów określającą na poziom racjonalnej strategii radzenia sobie w sytuacjach społecznie trudnych (Lr;  $r = -0,25$ ). Równocześnie brak znaczącej korelacji skali A RTSS z liczbą otrzymanych wyborów świadczy o poziomie unikowej strategii radzenia w trudnych sytuacjach (Lu).

(2) Skala U kwestionariusza RTSS koreluje pozytywnie z liczbą uzyskanych wyborów wskazującą na poziom unikowej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych (Lu). Wartość otrzymanego współczynnika wynosi 0,32 i jest statystycznie bardzo istotna na poziomie  $p < 0,00$ . Jednocześnie ta skala RTSS ujemnie koreluje z liczbą otrzymanych wyborów określającą poziom agresywnej (La;  $r = -0,25$ ) i racjonalnej (Lr;  $r = -0,20$ ) strategii radzenia sobie w sytuacjach społecznie trudnych.

(3) Skala R kwestionariusza RTSS koreluje umiarkowanie (wynik bardzo istotny statystycznie –  $p < 0,00$ ) z liczbą uzyskanych wyborów świadczącą o poziomie racjonalnej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych (Lr). Wartość otrzymanego współczynnika wyniosła 0,40. Uzyskano istotną statystycznie, ujemną korelację skali R kwestionariusza RTSS z liczbą otrzymanych wyborów wskazującą na poziom agresywnej (La;  $r = -0,43$ ) i unikowej (Lu;  $r = -0,20$ ) strategii radzenia sobie w sytuacjach społecznie trudnych.

Wyniki tej samej grupy osób badanych poddano analizie czynnikowej (metodą głównych składowych z rotacją varimax) obejmującej trzy skale kwestionariusza RTSS i otrzymane Techniką Nominacyjną liczby wyborów wskazujące na poziom manifestowania przejawów agresywnej (La), unikowej (Lu) i racjonalnej (Lr) strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Otrzymano rozwiązanie 3-czynnikowe (zob. tabela 8).

Tabela 8.

**Macierz czynnikowa skal kwestionariuszy RTSS i Techniki Nominacyjnej do Badania Strategii Radzenia Sobie w Trudnych Sytuacjach Społecznych (TN RTSS)**

Osoby badane	Skale	Czynnik I	Czynnik II	Czynnik III
Ogółem N = 457	A	0,95	0,08	-0,10
	U	-0,14	-0,86	0,36
	R	-0,85	0,42	-0,10
	La	0,74	0,36	0,29
	Lu	0,11	-0,15	0,91
	Lr	-0,34	0,68	0,45

Nazwy skal zob. tabela 7.

Skala A kwestionariusza RTSS z ładunkiem dodatnim (0,95) tworzy czynnik I z ilością uzyskanych wyborów wskazującą na poziom agresywnej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach (La), która w tym czynniku uzyskała ładunek o wartości 0,74. Czynnik II jest najsilniej nasycony skalą R z ładunkiem dodatnim (0,42) i liczbą otrzymanych głosów określającą poziom manifestowania przejawów racjonalnej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach (Lr), której ładunek czynnikowy uzyskał wartość 0,68. W skład III czynnika weszła skala uniku U z ładunkiem dodatnim (0,36) wraz z liczbą uzyskanych wyborów świadczącą o poziomie unikowej strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach (Lu) z ładunkiem dodatnim (0,91).

Wartości własne wyodrębnionych czynników oraz procent wyjaśnionej wariancji prezentują się następująco: czynnik I (2,37) wyjaśnił 39,49% wariancji, czynnik II (1,53) – 25,50% wariancji, a czynnik III (1,23) – 20,60% wariancji. Uzyskana na tej podstawie struktura 3-czynnikowa wyjaśnia 85,59% wariancji całkowitej.

Przedstawione wyniki przemawiają na korzyść trafności kryterialnej kwestionariusza RTSS.

Trafność testu określono za pomocą analizy czynnikowej (trafność czynnikowa), stosując metodę głównych składowych z rotacją varimax. Analiza czynnikowa 90 pozycji (wzory zachowań w trudnych sytuacjach) RTSS przeprowadzona na wynikach uzyskanych przez 223 uczniów (118 dziewcząt, 105 chłopców) ujawniła aż 33 czynniki wyjaśniające 78,76% wariancji. Druga analiza, w której ograniczono liczbę czynników do trzech, dała

## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

łatwe do zinterpretowania czynniki odpowiadające trzem skalom kwestionariusza RTSS: I strategia racjonalna (13,01% wariancji wyjaśnionej), II strategia unikowa (4,92%) i III strategia agresywna (3,61%). Te czynniki wyjaśniają zaledwie 21,53% wariancji. Tym niemniej analiza potwierdziła, że trzy czynniki w RTSS są zgodne z trzema skalami kwestionariusza.

Wykorzystując do analizy ładunków czynnikowych obiektywne kryteria zaproponowane przez Helmesa (1989), obliczono wskaźnik trafności zbieżnej oraz trafności różnicowej.

Wskaźnik trafności zbieżnej to proporcja liczby pozycji, które mają najwyższe ładunki we własnym czynniku (skali), do ogólnej liczby twierdzeń w skali. W czynniku I (strategia racjonalna) 27 na 30 twierdzenia wchodzące w skład skali R miały w tym czynniku swoje najwyższe ładunki. Wskaźnik trafności zbieżnej wyniósł zatem 0,90. W czynniku II (strategia unikowa) wskaźnik trafności zbieżnej wyniósł 0,57, zaś w czynniku III (strategia agresji) – 0,83. Optymalnym wynikiem jest tu wartość wskaźnika równa 1, czyli sytuacja, w której wszystkie twierdzenia tworzące daną skalę mają najwyższe ładunki w danym czynniku.

Wskaźnik trafności różnicowej to proporcja liczby pozycji z obcych skal, które w danym czynniku mają swoje najwyższe ładunki, do ogólnej liczby twierdzeń w skali. W czynniku pierwszym (strategia racjonalna) znaleziono trzy twierdzenia z obcych skal (ze skali A) o najwyższych ładunkach w tym czynniku, liczba stwierdzeń w skali R jest równa 30, zaś wskaźnik trafności różnicowej wynosi 0,1. W czynniku drugim (strategia unikowa) wskaźnik trafności różnicowej jest równy 0,43, zaś w czynniku trzecim (strategia agresji) – 0,17. Optymalnym wynikiem jest tu zerowa wartość wskaźnika, czyli sytuacja, w której żadne pytanie z danej skali nie ma najwyższego ładunku w obcym czynniku.

Skale R i A kwestionariusza RTSS dobrze spełniają kryterium trafności zbieżnej i różnicowej; gorsze zaś są wskaźniki trafności zbieżnej i rozbieżnej skali U.

O trafności teoretycznej kwestionariusza świadczy układ wewnętrznych zależności między poszczególnymi skalami RTSS. Z uzyskanego na podstawie badań 1502 uczniów (752 dziewczęta i 750 chłopców w wieku 13-15 lat) wzoru interkorelacji między skalami RTSS można zauważyć, że skale A i U są w dużym stopniu od siebie niezależne, o czym świadczy słaby (ujemny, bliski zera) współczynnik korelacji według momentu iloczynowego  $r$  Pearsona pomiędzy wynikami uzyskanymi w tych skalach. Otrzymana wartość  $-0,04$  potwierdza względną ortogonalność skal A i U w RTSS. Z kolei skala R wysoko koreluje (ujemnie) ze skalą A ( $-0,79$ ) i umiarkowanie ujemnie ze skalą U ( $-0,55$ ). Wszystkie współczynniki korelacji między skalami są istotne statystycznie na poziomie  $p < 0,001$ . Otrzymane wyniki potwierdzają teoretyczne założenie, zgodnie z którym działań racjonalnych i nieracjonalnych nie należy traktować jako wzajemnie wykluczających się, gdyż – jak się zakłada – mogą one występować równocześnie u tej samej osoby.

W odniesieniu do badań nad trafnością kwestionariusza RTSS należy również dodać, że sprawdzono stopień, w jakim skale kwestionariusza są odporne na wpływy aprobaty społecznej. W tym celu poproszono 231 uczniów (123 dziewczęta i 110 chłopców) w wieku 14-15 lat, z drugich klas gimnazjum z Wrocławia, o wypełnienie kwestionariusza RTSS i Kwestionariusza Aprobaty Społecznej (KAS), opracowanego przez J. Wilczyńską i R. Drwała. Obliczono współczynniki korelacji  $r$  Pearsona pomiędzy wynikami otrzymanymi za pomocą tych narzędzi. Współczynniki korelacji  $r$  Pearsona pomiędzy wynikami poszczególnych skal kwestionariusza RTSS a wynikami KAS wahają się od  $-0,28$  do  $0,28$ , co świadczy o tym, że sposób odpowiadania w kwestionariuszu RTSS nie jest obciążony aprobatą społeczną.

## NORMALIZACJA

Normy opracowano na podstawie badania 1502 uczniów (752 dziewczęta i 750 chłopców, w wieku 13-15 lat) z klas ósmych szkół podstawowych oraz pierwszych i drugich klas gimnazjum z siedmiu miejscowości (Wrocław, Kąty Wrocławskie, Oborniki Śląskie, Brzeg, Kędzierzyn-Koźle, Częstochowa, Twardogóra). Dobór szkół był losowy (spośród szkół dostępnych osobom przeprowadzającym badania). Udział w badaniu był dobrowolny. Badania przeprowadzono grupowo, uczniowie podpisywali się pseudonimami lub inicjałami.

Jako miarę tendencji centralnej obliczono średnie wyników kwestionariusza RTSS dla dziewcząt, chłopców i całej grupy w trzech skalach testu, zaś jako miarę zmienności – odchylenia standardowe. Dane te są przedstawione w tabeli 9.

W skali Agresywnie radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych (A) dziewczęta uzyskują znacznie niższe wyniki od chłopców. Kierunek różnic jest odwrotny w skali Racjonalnego (R) radzenia sobie w sytuacjach trudnych: dziewczęta uzyskują wyższe wyniki od chłopców. W badanej grupie (uwzględniając płeć) w skali U różnice w wynikach są mało wyraźne. Ze względu na to, że różnice między średnimi dla dziewcząt i chłopców w skali A, U i R kwestionariusza RTSS są istotne statystycznie, normy zostały obliczone osobno dla dziewcząt i chłopców. Potwierdza to ogólnie znaną prawidłowość, że dziewczynki rzadziej stosują agresywne sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych niż chłopcy. Zaskakująca wydaje się niższa częstość strategii polegającej

DANUTA BORECKA-BIERNAT

na zachowaniu racjonalnym u chłopców (por. El-Shiekh, Klaczyński, Valaik, 1989). W tabeli 9 zostały przedstawione normy stenowe dla kwestionariusza RTSS, obliczone dla skali A, U i R. Wyniki z przedziału 1-4 sten traktuje się jako niskie, 5-6 – jako przeciętne, 7-10 – jako wysokie (Brzeziński, 1980).

**Tabela 9.**  
**Średnie ( $\bar{X}$ ) i odchylenia standardowe ( $SD$ ) kwestionariusza RTSS**

Skala RTSS	Badani	$\bar{X}$	$SD$	t-Studenta $df = 1500, p < 0,01$ $tk = 2,581$
A	Dziewczeta	5,21	4,04	11,730*
	Chłopcy	8,15	5,56	
	Ogółem	6,78	5,07	
U	Dziewczeta	7,63	3,74	3,05**
	Chłopcy	7,06	3,53	
	Ogółem	7,35	3,65	
R	Dziewczeta	17,23	5,53	7,68*
	Chłopcy	14,87	6,34	
	Ogółem	16,05	6,07	

\* istotne przy  $p < 0,001$ ; \*\*istotne przy  $p < 0,002$ ; nazwy skal zob. tabela 3.

**Tabela 10.**  
**Normy stenowe dla skal kwestionariusza RTSS**

Steny	Wyniki surowe					
	Skala A		Skala U		Skala R	
	Dziewczeta	Chłopcy	Dziewczeta	Chłopcy	Dziewczeta	Chłopcy
1	0	0	0	0	0-5	0-1
2	0	0	1	1	6-8	2-5
3	0	1-2	2-3	2	9-10	6-7
4	1-2	3-4	4-5	3-4	11-13	8-10
5	3-4	5-6	6	5-6	14-16	11-14
6	5-6	7-9	7-8	7-8	17-19	15-17
7	7-9	10-12	9-10	9	20-22	18-21
8	10-12	13-16	11-13	10-11	23-25	22-24
9	13-14	17-20	14-15	12-14	26-27	25-27
10	15-30	21-30	16-30	15-30	28-30	28-30

Nazwy skal zob. tabela 3.

## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

### OPIS KWESTIONARIUSZA RTSS

Kwestionariusz RTSS jest przeznaczony do badania strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych podejmowanej przez młodzież w średnim wieku szkolnym. Czas badania nie jest z góry określony.

Dotychczasowe doświadczenia wskazują, że trwa ono około 40 minut. Kwestionariusz zawiera instrukcję podaną na arkuszu testowym, z którą badany zapoznaje się przed przystąpieniem do wypełnienia testu. W instrukcji są zamieszczone niezbędne wyjaśnienia dotyczące metody oraz jest opisany sposób, w jaki należy udzielać odpowiedzi. Kwestionariusz RTSS składa się również z opisu trzydziestu sytuacji trudnych społecznie. Do każdej sytuacji podano trzy zachowania wyrażające radzenie sobie w sytuacji trudnej; pierwsze odnosi się do agresywnego radzenia, drugie do unikowego radzenia, a trzecie do racjonalnego radzenia sobie w sytuacji trudnej.

Skala Agresywne radzenie sobie w trudnych sytuacjach społecznych (A) określa strategię radzenia sobie w społecznych sytuacjach trudnych charakterystyczną dla osób, które w tych sytuacjach „atakują problemem”, nie rozwiązują go, używają siły fizycznej przeciw osobom, rzeczom lub/i wyrażają swoje negatywne uczucia wobec innych w formie wypowiedzi napastliwych, szkodzących i poniżających. Zatem strategia ta ma na celu zniszczenie, usunięcie lub powstrzymanie zagrożenia. Przyjmuje ona postać m.in. bójek, uderzenia, popychania, rzucania przedmiotami, ale także klótni, krzyków, przekleństw, gróźb, przezywania, ośmieszania, nadmiernego krytykowania, robienia wymówek, złośliwego wyśmiewania oraz podawania fałszywych informacji. Skali A dotyczą pozycje kwestionariusza: 1a-30a (por. Aneks).

Skala Unikowe radzenie sobie w społecznych sytuacjach trudnych (U) określa strategię radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych charakterystyczną dla osób, które w tych sytuacjach nie podejmują jakichkolwiek działań i wysiłków zmierzających do rozwiązania problemu. Ta strategia przejawia się w formie wycofania się z sytuacji trudnej, unikania kontaktu z tą sytuacją, lekceważenia i ignorowania problemu czy wystrzegania się myślenia i przeżywania tej sytuacji poprzez angażowanie się w czynności zastępcze (myślenie o sprawach przyjemnych, marzenia, słuchanie muzyki, sen, spacer) i nawiązywanie kontaktu z drugą osobą. Skali U dotyczą pozycje kwestionariusza: 1b -30b (por. Aneks).

Skala Racjonalne (zadaniowe) radzenie sobie w społecznych sytuacjach trudnych (R) wyraża strategię radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych charakterystyczną dla osób, które podejmują konkretne działania zmierzające do rozwiązania problemu lub zmniejszenia i złagodzenia wywołanych przez niego negatywnych skutków. Mieszczą się tu próby behawioralnego przekształcenia sytuacji zagrażającej lub zmiany własnego działania, za pomocą których człowiek opanowuje problem, trudności, usuwa stan napięcia, a zarazem osiąga uprzedni cel czy też cel równoważny. Do skali R należą pozycje kwestionariusza: 1c-30c (por. Aneks).

Badania za pomocą kwestionariusza RTSS można przeprowadzić indywidualnie lub grupowo. Zadaniem osoby badanej, po przypomnieniu sobie sytuacji podobnej do opisanej, w której miała możliwość znalezienia się, lub wyobrażeniu sobie, że znajduje się w tej sytuacji, jest dokonanie wyboru zachowania (z trzech podanych przykładów), które charakteryzowałoby ją, gdyby znalazła się w takiej sytuacji. Wyniki uzyskuje się dla każdej skali oddzielnie poprzez sumowanie zaznaczonych zachowań w trzydziestu sytuacjach, należących do danej skali. Ponieważ skale składają się z trzydziestu pozycji, badani mogą w każdej z nich uzyskać od 0 do 30 punktów. Wyniki surowe przekształca się na wyniki znormalizowane – stenowe, co umożliwia określenie strategii, które osoba podejmuje w społecznie trudnych sytuacjach.

Ze względu na to, że kwestionariusz RTSS jest zaopatrzony w szczegółową instrukcję, arkusz odpowiedzi oraz klucz do oceny odpowiedzi, można go uznać za wystandaryzowany i obiektywny.

### WNIOSKI

Przedstawione wyniki dotychczasowych badań pozwalają na sformułowanie następujących wniosków potwierdzających rzetelność i trafność kwestionariusza RTSS jako narzędzia mierzącego strategię radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych:

- (1) zadowalające współczynniki mocy dyskryminacyjnej i współczynniki rzetelności wskazują na homogeniczność skal RTSS, która może być wskaźnikiem trafności teoretycznej;
- (2) uzyskane współczynniki stabilności potwierdzają, że RTSS mierzy określone działania, jakie osoba podejmuje w trudnych sytuacjach; stałość testu jest również potwierdzeniem trafności teoretycznej;
- (3) RTSS koreluje z innymi uznanymi kwestionariuszami mierzącymi sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach, co świadczy o trafności zbieżnej;
- (4) wyniki kwestionariusza RTSS są słabo skorelowane z aprobatą społeczną, co jest szczególnie ważne w badaniach nie mających charakteru anonimowego;
- (5) skale A i U charakteryzuje dostateczna rzetelność, są one ortogonalne w stosunku do siebie, co świadczy o ich

DANUTA BORECKA-BIERNAT

użyteczności;

(6) skale A i R oraz U i R, mimo istotnej ujemnej interkorelacji, pozwalają na odmienne przewidywania, co również świadczy o ich użyteczności.

Kwestionariusz RTSS jest wartościową metodą w badaniach naukowych, ale jest za słaby, by używać go do diagnozy i prognozy indywidualnej, dlatego wymaga dalszych analiz psychometrycznych. Szczególnie ważna wydaje się modyfikacja tych pozycji w skali U, które nie spełniają określonych kryteriów psychometrycznych; zapewne wpłynęłyby to na zwiększenie trafności skali. Należy nadmienić, że wyeliminowanie niektórych pozycji w skali U nie powoduje istotnych zmian w charakterystyce psychometrycznej skali U kwestionariusza RTSS i nadal spełnia on podstawowe wymogi psychometryczne. Może on być wykorzystywany jako jedna z technik diagnostycznych w badaniach psychologicznych do określenia strategii radzenia sobie w trudnych sytuacjach społecznych podejmowanej przez dorastającą młodzież.

## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

### BIBLIOGRAFIA

- Brzeziński, J. (1980). *Elementy metodologii badań psychologicznych*. Warszawa: PWN.
- El-Shiekh, M., Klaczyński, P., Valaik, M. (1989). Stress and coping across the life course. *Human Development*, 32, 113-117.
- Helmes, E. (1989). Evaluating the internal structure of the Eysenck Personality Questionnaire: Objective criteria. *Multivariate Behavioral Research*, 24, 3, 353-364.
- Heszen-Niejodek, I. (1996). Stres i radzenie sobie – główne kontrowersje. W: I. Heszen-Niejodek, Z. Ratajczak (red.), *Człowiek w sytuacji stresu* (s. 12-43). Katowice: Wyd. Uniwersytet Śląski.
- Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Lazarus, R. (1986). Paradygmat stresu i radzenia sobie. *Nowiny Psychologiczne*, 3-4, 2-39.
- Łosiak, W. (1995). Podstawowe koncepcje stresu i radzenia sobie. *Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Jagiellońskiego*, 12,13-23. Prace psychologiczne, MCLXVIII [D. Kubacka-Jasiecka (red.), Wybrane problemy zmagania się ze stresem].
- Maruszewski, T. (1981). *Mechanizmy zwalczania stresu egzaminacyjnego i ich indywidualne wyznaczniki*. Poznań: Wyd. Naukowe UAM.
- Newcomb, T. (1962). Dwa typy nastawienia wobec przeszkód. W: A. Malewski (red.), *Zagadnienia z psychologii społecznej* (s. 195-208). Warszawa: PWN.
- Oniszczenko, W. (1998). *Stres to brzmi groźnie*. Warszawa: Wydawnictwo „Żak”.
- Plopa, M. (1996). *Stres w izolacji morskiej. Psychospołeczne uwarunkowania*. Gdańsk: Wyd. UG.
- Terelak, J. (2001). *Psychologia stresu*. Bydgoszcz: Oficyna Wydawnicza BRANTA.
- Tomaszewski, T. (1984). *Ślady i wzorce*. Warszawa: WSiP.
- Tyszkowa M. (1979). Funkcjonowanie dzieci w sytuacjach trudnych. *Oświata i Wychowanie*, 6, 210-216.
- Tyszkowa, M. (1986). *Zachowanie się dzieci szkolnych w sytuacjach trudnych*. Warszawa: PWN.
- Wrześniewski, K. (1996a). Style a strategie radzenia sobie ze stresem. Problemy pomiaru. W: I. Heszen-Niejodek, Z. Ratajczak (red.), *Człowiek w sytuacji stresu* (s. 44-64). Katowice: Wyd. Uniwersytet Śląski.
- Wrześniewski, K. (1996b). Pomiar radzenia sobie ze stresem – wybrane zagadnienia. *Promocja Zdrowia. Nauki Społeczne i Medycyna*, 8-9, 34-46.

DANUTA BORECKA-BIERNAT

ANEKS

KWESTIONARIUSZ RTSS

Imię i nazwisko (lub kod)

Płeć: K M. Wiek

INSTRUKCJA: Poniżej zamieszczono opisy 30 różnych sytuacji społecznych. Niektóre z tych opisanych sytuacji mogą być Ci znane z własnego doświadczenia. Wspólne dla nich jest to, iż każdy człowiek miał możliwość znalezienia się w podobnej sytuacji bądź jest w stanie wyobrazić sobie, jak by się w niej zachował. Oczywiście w tej samej sytuacji różne osoby mogą zachowywać się inaczej. Zatem interesuje nas, jak człowiek reaguje na spotykające go sytuacje społeczne. Dlatego też pod każdą z opisanych sytuacji znajdują się trzy stwierdzenia, które reprezentują możliwe w nich zachowania. Przeczytaj je uważnie i wybierz spośród nich stwierdzenie, które Twoim zdaniem najlepiej opisuje to, jak Ty się zachowujesz lub jak Ty zachował(a)byś się w tej sytuacji. Dla ułatwienia odpowiedzi obok każdego stwierdzenia jest litera, którą możesz zakreślić w zależności od Twego przekonania.

Dziękujemy Ci za pomoc i współpracę.

1. Wróciłaś/eś ze szkoły do domu. Jesteś w bardzo złym nastroju. Włączyłaś/eś głośno magnetofon, by przy muzyce się zrelaksować. Nagle do Twego pokoju wchodzi rodzic, który gwałtownie wyciągając wtyczkę magnetofonu z gniazdka, krzyczy na Ciebie, że się nie uczysz. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Klócisz się z rodzicem

b. Wychodzisz z domu na spacer

c. Tłumacząc, że jesteś zmęczona/y i należy się Ci chwila odpoczynku, włączasz cicho magnetofon

2. Zapadł zmrok. Wracasz samotnie ze spaceru do domu. Zauważasz idące ku Tobie podejrzanie wyglądające osoby. Próbujeś je ominąć, ale zastępują Ci drogę. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Mówisz im parę przykrych słów lub bijesz się z nimi

b. Robisz w tył zwrot i uciekasz w „siną dał”

c. Mówisz: „Przepraszam” i „krokiem pewnym” idąc do przodu, przepychasz się przez ich szereg

3. Piszesz sprawdzian z matematyki. Nie umiesz rozwiązać zadania. Osoba siedząca w ławce przed Tobą ma wysoką notę z tego przedmiotu. Szturchasz ją, aby dała Ci odpisać zadanie. Niestety, nie odwraca się w Twoją stronę. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Odgrażasz się jej: „Jeszcze przyjdzie koza do woza, a wtedy ja Ci się odwzajemnię”

b. Rezygnujesz z rozwiązania zadania i do końca już lekcji rysujesz esy-floresy na pulpicie ławki

c. Próbujeś sam/a rozwiązać zadanie

4. Nie pytając się o zgodę rodziców, wybrałaś/eś się na wycieczkę ze znajomymi poza miasto. Jest już wieczór, gdy zadowolona/y z eskapady wracasz do domu. Przed blokiem zauważył Cię rodzic, który już z daleka głośno grozi Ci karą. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Krzyczysz: „Po co ten wrzask! Ciesz się, że w ogóle wróciła(e)m do domu!”

b. Słuchasz „kazania” rodzica jednym uchem, a wypuszczasz drugim

c. Przepraszasz rodzica i przyrzekasz, że następnym razem uprzedzisz go o swej wycieczce

5. Jest chłodny dzień. Wychodzisz na podwórko. Spotykasz swoich przyjaciół. Siadacie na krawędzi oparcia ławki i zaczynacie rozmawiać. Raptem nieznani chłopcy ściągają Ci czapkę z głowy. Żądają za nią okupu pieniężnego. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Nie przebijając w słowach mówisz im, co o nich myślisz lub bijesz się z nimi

b. Nie zwracasz uwagi na nich i na ich żądania

c. Starasz się odebrać im czapkę

6. Pokłóciłaś się z bratem/siostrą i doszło między wami do drobnej bójki. Wina była po jego/jej stronie. Rodzice zaś wymierzają Tobie karę. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Wściekasz się na rodziców, że postępują wobec Ciebie niesprawiedliwie

b. Idziesz do swego pokoju i włączasz muzykę „na full”, żeby poczuć się lepiej

c. Przedstawiasz rodzicom argumenty wskazujące na winę brata/siostry.

7. Stoisz przed tablicą i czujesz na sobie wzrok całej klasy. Nie umiesz rozwiązać zadania z matematyki. Nauczyciel upokarza Ciebie, mówiąc, jaka/jaki to jesteś głupa/i, bezmyślna/ny i że do niczego w życiu nie dojdiesz. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Mówisz: „Jaki nauczyciel, taki uczeń”

b. Nie odzywasz się słowem, a siadając do ławki, myślisz sobie: „To nieprawda”

c. Prosisz nauczyciela, by pomógł ci zrozumieć treść zadania



#### KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

8. Podczas wakacji wybrałaś/eś się do cudzego sadu na śliwki. Wchodzisz na rozłożyste drzewo i zaczynasz objadać się śliwkami. Widzisz jak z daleka nadbiega gospodarz sadu, który krzyczy do Ciebie i wymachuje kijem. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

a. Stojącego pod drzewem gospodarza obrzucasz śliwkami

b. Zeskakujesz z drzewa i uciekasz

c. Przepraszając gospodarza obiecujesz, że to się więcej nie powtórzy i proponujesz wynagrodzenie za wyrządzoną szkodę

9. Solidnie i systematycznie przygotowujesz się do lekcji z historii. Szczególnie zależy Ci na dobrych ocenach z tego przedmiotu. Na lekcji historii nauczyciel wezwał Cię do odpowiedzi. Dostajesz za swoją wypowiedź ocenę niższą, niż się spodziewałaś/eś. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

## DANUTA BORECKA-BIERNAT

- a. Podniesionym głosem zarzucasz nauczycielowi niesprawiedliwość w ocenie Twojej wypowiedzi
- b. Siadasz do ławki i myślisz o czymś innym, niż o tym, co się stało
- c. Prosisz nauczyciela o uzasadnienie oceny i możliwość jej poprawienia

10. Wróciłaś/eś ze szkoły. W domu rodzice kłócą się. Dochodzi do wyzwisk i rękoczynów. Bardzo kochasz swoich rodziców i pragniesz, aby oni wzajemnie się szanowali i kochali. Nagle matka/ojciec oświadcza Ci: „Dziecko bardzo Cię kocham, ale nie mogę dłużej z Twoim/Twoją ojcem/matką żyć. Odchodzę”. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Grozisz rodzicom, że jeżeli nie będą razem, to uciekniesz z domu i nigdy Ciebie nie znajdą
- b. Wychodzisz z domu i włóczysz się po mieście
- c. Usiłujesz pogodzić rodziców, każąc im jeszcze raz przemyśleć decyzję, bo przecież tyle lat przeżyli razem

11. Po lekcji wychowania fizycznego, w szatni nie możesz znaleźć swego ubrania. Koleżanki/koleżdy uśmiechają się porozumiewawczo do siebie. Na zadane im przez Ciebie pytanie: „Gdzie jest moje ubranie?” słyszysz odpowiedź: „Wyrzuciliśmy je przez okno”. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Mocno przyciskasz takiego „żartownisia” do ściany lub rzucasz im wiązankę wyzwisk
- b. Wychodzisz z szatni i idziesz na lekcję w stroju gimnastycznym
- c. Idziesz zobaczyć, gdzie jest ubranie; szukasz je

12. W czasie wakacji, będąc u babci na wsi, zaopiekowałaś/eś się chorym psem. Weterynarz nie mógł mu pomóc. Pies zdechł. Chcesz powiedzieć o tym kuzynowi. Spotykasz go nad rzeką łowiącego ryby. Żaląc mu się słyszysz, jak „cedzi przez zęby”: „Zamknij się! Spłoszysz mi ryby!” Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Krzyczysz na niego, że jest bezdusznym, nieczułym głupkiem lub wrzucasz kamień do wody
- b. Bez słowa odchodzisz; wracając do domu, próbujesz zająć się miłymi wspomnieniami
- c. By nie płoszyć ryb, starasz się mówić ciszej

13. Czekając na autobus, palisz papierosa. Nie zauważyłaś/eś jak podeszła do Ciebie wychowawczyni klasy. Gwałtownym ruchem wyjmuje Ci z ust papierosa i odchodzi. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Wołasz za nauczycielką: „Przecież sama możesz sobie kupić papierosy! Nie musisz mi zabierać moich!”
- b. Wracasz pieszo do domu, mówisz sobie rzeczy, które Ci pomagają czuć się lepiej
- c. Prosisz nauczycielkę, żeby nic nie mówiła Twoim rodzicom i obiecujesz, że to się więcej nie powtórzy

14. Uczestniczysz w szkolnym konkursie tanecznym. W skład jury weszli nauczyciele. W czasie tańca Twój/Twoja partner/ka, wykonując figurę taneczną, potyka się z Twojej winy i upada na parkiet. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Mówisz do partnera: „Ty durny/a, nie umiesz tańczyć, jesteś pijany/a!”
- b. Schodzisz z parkietu tanecznego
- c. Tańczysz dalej tak, jak gdyby upadek partnera/ki był zaplanowanym elementem tańca

15. Rodzice każą Ci pozmywać naczynia po obiedzie. Wiedzą, że nie masz czasu, bo umówiłaś/eś się z kolegą/koleżanką. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Krzyczysz na rodziców, że są niesprawiedliwi, bo wiedzieli, że umówiłaś/eś się z kolegą/koleżanką, a teraz każą Ci zmywać naczynia
- b. Niezauważona/y przez rodziców wychodzisz z domu
- c. Szybko myjesz naczynia i pędzisz na spotkanie

16. Brałaś/eś udział w zawodach sportowych. Niestety nie byłaś/eś w dobrej formie. Twoja drużyna przegrała mecz. Za słaby wynik gry zespół obwinia Ciebie. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Krzyczysz: „Partacze odwalcie się ode mnie, to wasza wina!” i „wygarniasz” im ich błędy popełnione w meczu
- b. Odchodzisz z drużyny; więcej w niej nie będziesz grać
- c. Przyznajesz im rację i obiecujesz, że w następnym meczu „dasz z siebie wszystko”

17. Pełnisz dyżur na korytarzu szkolnym. Najgorsze są dla Ciebie przerwy. Kilka/u dziewcząt/chłopców stale Ci dokucza, przeszkadza, wyśmiewa, a nawet szturcha i popycha. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Wyzywasz ich lub bijesz się z nimi
- b. Nie reagujesz na ich zaczepne zachowanie
- c. Próbujesz się z nimi dogadać

18. Rodzice wyszli wieczorem z domu. Przed wyjściem zabronili Ci oglądać telewizję. Ty jednak złamałaś/eś zakaz. Oglądasz film, mając na uszach słuchawki stereofoniczne. Nieoczekiwanie do pokoju wchodzi rodzice. Za swoje nieposłuszeństwo otrzymujesz karę. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi

## KWESTIONARIUSZ RADZENIA SOBIE W TRUDNYCH SYTUACJACH SPOŁECZNYCH

się do Ciebie.

- a. Siedząc dalej przy telewizorze, mówisz im, co myślisz o ich karze
- b. Idziesz spać, żeby zapomnieć o całej sprawie
- c. Przepraszasz rodziców i usiłujesz złagodzić karę, tłumacząc się, że nie mogłaś/eś zasnąć i dlatego włączyłaś/eś telewizor

19. Dostałaś/eś od rodziców kieszonkowe. W szkole zaczepia Cię kolega. Grozi, że zrobi Ci krzywdę, jeśli nie dasz mu pieniędzy. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Wyśmiewasz go, mówiąc: „Z takim tekstem idź do swojej mamuski!”
- b. Wyrwywasz się, próbujesz mu uciec
- c. Zdecydowanie mówisz mu, żeby dał Ci spokój, bo i tak się go nie boisz i nie dasz mu pieniędzy

20. Byłaś/eś z koleżanką/kolegą na wagarach. Wieczorem, kiedy wszyscy domownicy byli w domu, zadzwonił telefon. Rodzic odebrał go. Dzwoniła wychowawczyni. Rozmawiali dość długo, gdy naraz nauczycielka zapytała: „Czy córka/syn jest chora/y?” Rodzic zapytał: „Dlaczego miał(a) być chora/y?” Nauczycielka odpowiedziała: „Nie było jej/jego dzisiaj w szkole”. Rodzic podaje Ci słuchawkę, mówiąc: „Wychowawczyni chce Ciebie o coś spytać”. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Odpowiadasz ze złością wychowawczyni: „Jestem na tyle dorosła(y), że nie muszę się nikomu tłumaczyć!”
- b. Mówisz do rodzica: „Nie chcę rozmawiać z nauczycielką” i zamykasz się w swoim pokoju, do którego nikogo nie wpuszczasz
- c. Przyznajesz się do wagarów i obiecujesz, że to więcej się nie powtórzy

21. W czasie roku szkolnego Dyrekcja szkoły zorganizowała dla Twojej klasy kilkudniową wycieczkę za granicę. Ucieszyłaś/eś się, że będziesz mogła/mógł wyjechać poza granice kraju. Mówisz o tym swoim rodzicom, ale oni nie wyrażają zgody na Twój wyjazd. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Klócisz się z rodzicami, wyzywając ich od „dusigroszy”
- b. Zamykasz się w swoim pokoju i usiłujesz zająć się przyjemnymi sprawami
- c. Nalegasz, obiecujesz, że będziesz grzeczniejsza/szy, pilniejsza/szy, żebyś tylko mogła/mógł pojechać

22. Ktoś z Twoich bliskich jest bardzo chory. Ty zaś masz problemy w szkole. Chciał(a)byś o tym porozmawiać z rodzicami. Tymczasem w domu nie mówi się o niczym innym tylko o chorobie, lekarstwach i nowych sposobach leczenia. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Robisz awanturę domownikom, winiąc ich za swoje niepowodzenia
- b. Starasz się jak najwięcej czasu przebywać poza domem
- c. Mówisz rodzicom, że masz problemy i musisz z nimi pogadać na ten temat

23. Zmęczona/ny przychodzisz do domu, marząc o chwili spokoju, a zastajesz w nim kłócących się ze sobą rodziców. „Obrzucają się” wyzwiskami i nie zwracają na Ciebie żadnej uwagi. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Krzyczysz do nich, żeby się uspokoiłi, bo nie masz ochoty słuchać ich kłótni.
- b. Wychodzisz do kolegi/koleżanki i wracasz późnym wieczorem
- c. Próbujesz złagodzić konflikt, pytając rodziców: „Czy rzeczywiście jest aż taki ważny powód, aby się tak lekceważyć? Czy nie można rozwiązać tego problemu spokojnie?”

24. Oddając prace klasowe z języka polskiego, nauczyciel ostro gani i krytykuje kilka z nich. Podaje nazwiska autorów tych prac. Wśród nich wymienia i Twoje. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

DANUTA BORECKA-BIERNAT

- a. Mówisz nauczycielowi, że skoro wymyśla głupi temat wypracowania, to nie powinien oczekiwać wybitnych prac
- b. Zachowujesz się tak, jakby nic się nie stało
- c. Pytasz się nauczyciela o powód tak niskiej oceny pracy i możliwość jej poprawienia

25. W dzień wagarowicza wybrałaś/eś się do kina. W sali filmowej siedzą już Twoi znajomi z klasy. Widząc Ciebie, nachylili się ku sobie. Słyszysz, jak opowiadają dowcipy na Twój temat, śmiejąc się przy tym głośno. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Uderzasz rozbawionego kolegę w twarz, mówiąc: „Za przezwiska biją po pyskach”
- b. Wychodzisz z kina i chodzisz po sklepach
- c. Przysiadasz się do nich mówiąc: „O widzę, że wam wesoło, to może pośmiejemy się razem”

26. Jesteś z koleżankami/kolegami w pizzerii. Prowadzicie ożywioną dyskusję. Do waszego stolika podchodzi brudne, biednie ubrane dziecko. Szarpie Cię za rękaw, mówiąc: „Daj mi pieniądze, bo jestem głodny”. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Odpychasz go ze złością od siebie i obrzucasz wyzwiskami
- b. Odwracasz głowę, udajesz, że go nie widzisz
- c. Dajesz mu trochę pieniędzy lub częstujesz go kawałkiem pizzy

27. Zapomniałaś/eś odrobić zadanie domowe. W czasie lekcji nauczyciel podchodzi do każdego ucznia i sprawdza pracę domową. Zaczynasz szybko pisać zadanie. Zanim nauczyciel podszedł do Ciebie, miałaś/eś je zrobione. „Życzliwa/y” Tobie koleżanka/kolega informuje nauczyciela, że zadanie domowe napisałaś/eś teraz na lekcji. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Krzyczysz do niej/niego: „Jesteś podła/y, a na przerwie oberwiesz!”
- b. Traktujesz lekko sytuację, usiłujesz nie brać jej poważnie
- c. Rzeczowo wyjaśniasz nauczycielowi powód, dla którego nie odrobiłaś/eś zadania domowego

28. Wybrałaś/eś się na szkolną dyskotekę. Rodzice kazali Ci wrócić do domu najpóźniej o godzinie dziewiątej wieczór. Zabawa była „super”. Do domu jednak wracasz późno. Mocno zdenerwowani rodzice witają Cię „kazaniem”. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Z ironią w głosie mówisz: „To co, że jest po jedenastej w nocy, mogłam/mogłem wcale nie wrócić”
- b. Nie zwracasz uwagi na „ochrzan” rodziców i idziesz szybko spać
- c. Przepraszając ich, że z Twego powodu nie mieli spokojnego wieczoru, mówisz im: „Ależ kochani, zabawa był fajna. Nic się nie stało, a że wróciłam trochę później, mam przecież swoje lata i mogę raz w tygodniu trochę poszaleć”.

29. Rodzice obiecali Tobie wspólny, sobotnio-niedzielnny wyjazd poza miasto. Długo czekałaś/eś na tę wycieczkę. W dniu wyjazdu dowiadujesz się, że z winy rodziców weekend spędzisz w domu. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Robisz im „piekielną” awanturę
- b. Zamykasz się w swoim pokoju, by w ciszy trochę pomarzyć
- c. Sam/a sobie organizujesz czas wolny

30. Jest dość późno. Wracasz ze znajomymi z dyskoteki szkolnej do domu. Rozmawiacie o minionej zabawie. Stwierdzasz, że współczesny taniec dyskotekowy jest wyrazem fantazji tancerza. Na potwierdzenie tych słów kilku kolegów parodiuje Twoje ruchy i gesty taneczne, wzbudzając śmiech u innych. Jak zachowujesz się lub jak zachował/a/byś się w tej sytuacji? Zaznacz kółkiem stwierdzenie, które odnosi się do Ciebie.

- a. Z przekąsem mówisz: „Skoro sami tak świetnie tańczycie, to dlaczego w sali wyglądaliście, jak zdechłe muchy porażone prądem elektrycznym”
- b. Idziesz naprzód i nie zwracasz na nich uwagi
- c. Przyjmujesz to za żart i śmiejąc się wraz z nimi, mówisz: „Chodzę na dyskotekę, by się wyszaleć, a jeżeli wam jest wesoło z mego powodu, to korzystajcie sobie do woli”