



A355721

II

Ryszard Stach

Kwestionariusz do badania optymizmu



WYDAWNICTWO UNIwersYTETU JAGIELLOŃSKIEGO

Kwestionariusz do badania optymizmu

Ryszard Stach

**Kwestionariusz
do badania
optymizmu**



WYDAWNICTWO UNIWERSYTETU JAGIELLOŃSKIEGO

Książka finansowana przez Wydział Zarządzania i Komunikacji Społecznej
Uniwersytetu Jagiellońskiego

Recenzent

Andrzej Beauvale

Projekt okładki

Dorota Heliasz

Redakcja wydawnicza

Dorota Heliasz

Jerzy Hrycyk

© Copyright by Ryszard Stach & Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego

Wydanie I. Kraków 2002

ISBN 83-233-1546-9

Druki kwestionariusza i klucz do nabycia w Wydawnictwie Uniwersytetu Jagiellońskiego.
Osoby prywatne proszone są o dołączenie do zamówienia kserokopii dyplomu ukończenia studiów psychologicznych, socjologicznych, pedagogicznych lub pokrewnych

Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego

Dystrybucja: ul. Bydgoska 19 C, 30-056 Kraków

tel. (012) 636-80-00 w. 2022, 2023, fax (012) 430-19-95

tel. kom. 0604 414-568, e-mail: wydaw@if.uj.edu.pl

<http://www.wydawnictwo.uj.edu.pl>

Konto BPH SA IV/O Kraków nr 10601389-320000478769

Spis treści

Wstęp	7
Podstawy teoretyczne kwestionariusza	9
Przebieg konstruowania metody	14
Ustalenia trafności treściowej	16
Ustalenie mocy dyskryminacyjnej	17
Własności psychometryczne kwestionariusza optymizmu	19
Ustalenie rzetelności	19
Stołość	24
Ustalenie trafności kwestionariusza	24
Normy	27
Opis zeszytu kwestionariuszowego i sposób badania	33
Obliczanie wyników i interpretacja	34
Piśmiennictwo	37
Dodatek	39

Wstęp

Kwestionariusz ten służy do badania poziomu optymizmu u osób dorosłych. Optymizm definiowany jest jako ogólna, względnie trwała tendencja do spostrzegania, wyjaśniania i oceniania świata i zjawisk w nim zachodzących w kategoriach raczej pozytywnych niż negatywnych oraz względnie trwała skłonność do oczekiwania przyszłych wydarzeń – szczególnie tych związanych z podmiotem – jako raczej dla niego pomyślnych niż niepomyślnych.

Definicja ta zgodna jest w ogólnym zarysie ze słownikowymi i encyklopedycznymi określeniami optymizmu (Doroszewski, 1973). Zgodna jest także z definicjami wielu autorów – badaczy zjawiska optymizmu. Dla J. Czapińskiego (1985 i 1988) optymizm jest wyrazem funkcjonowania inklinacji pozytywnej, czyli powszechnej tendencji do akcentowania, w ocenach i nastrojach pozytywnych aspektów rzeczywistości. Antropolog L. Tiger (1979) określa optymizm jako „nastrój i/lub postawa związana z oczekiwaniami i przewidywaniami dotyczącymi społecznej i materialnej przyszłości, które oceniający spostrzega jako społecznie pożądane, dla siebie korzystne lub przyjemne”.

Kwestionariusz składa się z 32 pozycji odnoszących się do różnorodnych zdarzeń, zjawisk i obszarów życia. Różnorodność ta umożliwia ocenę owej ogólnej tendencji do pozytywnego wartościowania świata i przyszłych wydarzeń na podstawie wyniku uzyskanego w kwestionariuszu.

Potrzeba dokonywania takiej oceny wydaje się aż nadto oczywista. Co prawda, nie potrafimy jeszcze precyzyjnie przewidywać zachowań ludzkich w oparciu o ocenę poziomu optymizmu, ale nie ulega wątpliwości, że optymizm, jego poziom wpływa na funkcjonowanie ludzi. Można to wykazać, odwołując się do najprostszej formuły procesu motywacyjnego, zgodnie z którą motywacja do określonego działania jest funkcją spodziewanej użyteczności wyniku tego działania oraz subiektywnej oceny prawdopodobieństwa osiągnięcia tego wyniku

(Reykowski, 1970). Od wielkości optymizmu może zależeć owa subiektywna ocena prawdopodobieństwa powodzenia w działaniu, zaniżona (przy braku optymizmu) bądź zawyżona (przy odpowiednio dużym optymizmie). Wpływając na ocenę prawdopodobieństwa powodzenia w działaniu, optymizm staje się jednym z czynników kształtujących motywację.

Poziom optymizmu – szczególnie tego odnoszącego się ogólnie do świata i zjawisk w nim występujących – może wpływać na nastrój rozumiany jako swego rodzaju „tło emocjonalne” niekoniecznie ściśle związane przyczynowo z konkretnymi obiektami czy wydarzeniami.

Ocena świata lub któregoś z jego elementów, np. ludzi, w kategoriach pozytywnych może – i najczęściej tak się właśnie dzieje – przyczyniać się do odczuwania dobrego nastroju lub ugruntować już odczuwany dobry nastrój. I odwrotnie, wartościowanie świata w kategoriach negatywnych może spowodować doświadczanie złego nastroju. Bycie w dobrym nastroju sprzyja odczuwaniu zadowolenia i satysfakcji z życia, wpływa na ogólnie rozumianą jakość życia, subiektywnie podnosząc ją. Zły nastrój zaś nie sprzyja zadowoleniu, obniża subiektywną ocenę jakości życia (Csikszentmihalyi, 1998). Dobry nastrój ułatwia, a być może mobilizuje do różnorodnych działań, zły nastrój działa dokładnie przeciwnie (Peterson, 2000). Jednakże, oprócz tych pozytywnych, adaptacyjno-motywacyjnych wpływów optymizmu może on nieść z sobą pewne zagrożenie. Mam na myśli ten rodzaj czy takie nasilenie optymizmu, które w literaturze przedmiotu bywa niezbyt szczęśliwie określane optymizmem nierealistycznym. Może się bowiem zdarzyć, że za sprawą owego nadmiernego optymizmu ludzie podejmują decyzje i wykonują działania, których pomyślne zakończenie jest bardzo mało prawdopodobne (Weinstein, 1989).

Od strony metodologicznej wszystkie pozycje kwestionariuszowe można podzielić na takie, które są:

- a. prośbą skierowaną do osoby badanej o wyrażenie opinii lub przekonania na temat różnorodnych wydarzeń życia osobistego lub społecznego – spraw, które nie są jednoznaczne lub są kontrowersyjne,
- b. pytaniami o możliwość pojawienia się zachowań warunkujących pomyślne wydarzenia w przyszłości, zachowań zarówno osób badanych, innych osób, jak i instytucji społecznych.

Podstawy teoretyczne kwestionariusza

Pojęcie optymizmu jest często stosowane zarówno w życiu potocznym, jak i w języku nauki, tak w swoim „przedmiotowym” aspekcie – czyli jakie treści wypowiedzi, poglądy, oceny lub przekonania świadczą o optymizmie – jak też i w aspekcie „podmiotowym” – czyli czym charakteryzuje się osoba, którą moglibyśmy nazwać optymistką lub optymistą. Przykładem potocznego stosowania pojęcia optymizmu jest sytuacja, w której o naszym znajomym mówimy, że jest optymistą, lub gdy znany polityk wyznaje, że w określonej sprawie posiada pogląd optymistyczny. Przykładem stosowania pojęcia optymizmu w nauce może być fakt, że w Inwentarzu Osobowości NEO-PI-R Costy i McCrae jednym z sześciu składników czynnika ekstrawersji jest właśnie optymizm życiowy (Costa, McCrae, 1992). Mimo to, metody lub sposoby badania optymizmu nie osiągnęły zadowalającego poziomu. Myślę zarówno o ilości, jak i jakości stosowanych metod. Spośród istniejących chciałbym wspomnieć o kilku z nich, tych mianowicie, które są najczęściej używane.

Należy do nich Skala Nierealistycznego Optymizmu Weinsteina. Posługując się tą metodą, osoba badana ocenia prawdopodobieństwo pojawienia się w jej osobistym życiu wydarzeń pomyślnych i niepomyślnych, porównując się ze swoimi rówieśnikami (Weinstein, 1980). Pomijając niezbyt szczęśliwą i mylącą nazwę – optymizm nierealistyczny – skala ta bada tylko ten rodzaj optymizmu, który odnosi się do przyszłych wydarzeń, ignorując opinie, przekonania i postawy dotyczące „natury świata” i ważnych zdarzeń i faktów o zasięgu ponadjednostkowym, czyli optymizm esencjalny lub metafizyczny. Ponadto, sposób skonstruowania skali powoduje, że jest rzeczą niezwykle trudną określenie, czy za wynik uzyskany przez osobę badaną „odpowiedzialne” jest wyłącznie „myślenie życzeniowe” (*wishful thinking*) dotyczące własnej przyszłości, czy też może opinie, przekonania i postawa optymistyczna.

Inne podejście do pomiaru optymizmu prezentuje M. Seligman. Skonstruował on kwestionariusz optymizmu w oparciu o własną teorię wyuczonej bezradności i teorię atrybucji B. Weinera, a dotyczącą spostrzegania przyczyn sukcesów i niepowodzeń (Seligman, 1993). Zdaniem Seligmana, poziom optymizmu zależy od sposobu (stylu) wyjaśniania przyczyn sukcesów i niepowodzeń, jakich doświadczają ludzie w swoim życiu. Wyjaśnianie przyczyn sukcesów i niepowodzeń dokonuje się przy pomocy trzech istotnych wymiarów: a) umiejscowienia przyczyny, b) stałości jej działania oraz b) rozległości (zasięgu). Ku optymizmowi skłania nas przekonanie, że przyczyną naszych sukcesów jesteśmy my sami, nasze zdolności, pracowitość, wytrwałość (umiejscowienie wewnętrzne), a sukcesy, przyczyny ich wystąpienia mają charakter stały, a zaś ich zasięg – obszar życia, którego dotyczą – jest rozległy, uniwersalny. Ku optymizmowi skłania nas także przekonanie, że to nie my, ale inni ludzie lub okoliczności ponoszą odpowiedzialność za nasze niepowodzenia, że niepowodzenia te mają chwilowy charakter i ograniczony zasięg. Taki właśnie styl wyjaśniania nazywa Seligman optymistycznym i próbuje go badać z pomocą kwestionariusza (Seligman, 1993). Wydaje się jednak, że próba ta nie jest w pełni udana. Trudno bowiem zgodzić się z przypuszczeniem, że nasza pomyślność zależy tylko od nas samych, a to, w jaki sposób oceniamy świat, i wszystko to, co się w nim dzieje, nie ma wpływu na postawę optymistyczną. Poziom nadziei możliwy do obliczenia z wyników uzyskanych w kwestionariuszu wynika wyłącznie z przekonania i wiary, że nic złego nie przydarzy się nam. Tak pojmowana nadzieja ma więc charakter *antynegatywny*. Wydaje się jednak, że istnieje taka składowa nadziei, taki jej rodzaj, który wynika z przekonania i/lub wiary, że doświadczać będziemy czegoś pozytywnego. Ten rodzaj nadziei nazwać można *propozytywnym* (Magaletta, Oliver, 1999).

Sposób obliczania ostatecznego wskaźnika optymizmu wskazuje na to, że autor kwestionariusza umieszcza optymizm i pesymizm na jednym, ciągłym wymiarze. Jest to pogląd stale jeszcze powszechnie spotykany, choć istnieją obserwacje i teorie skłaniające do bodaj częściowo rozłącznego pojmowania optymizmu i pesymizmu (Stach, 1997).

Relacja pomiędzy optymizmem a pesymizmem nie została dostatecznie wyjaśniona, wydaje się jednak, że nie polega ona wyłącznie na wzajemnym redukowaniu się.

Ukazane powyżej niedoskonałości kwestionariusza M. Seligmana przyczyniają się być może do tego, że jego adaptacja do warunków polskich natrafiła na liczne trudności (świadczą o tym moje własne doświadczenia w próbach adaptacji kwestionariusza i ustne relacje innych badaczy). Do badania natężenia optymizmu stosowane także bywają metody, które wykazują co prawda pewien związek z optymizmem, ale związek ten nie jest ścisły, a w każdym razie wystarczająco precyzyjnie określony. Do takich metod należą między innymi tzw. *drabinki* H. Cantrila, zachęcające osobę badaną na przykład do oceny jakości własnego życia (Cantril, 1965).

Prace nad konstrukcją kwestionariusza optymizmu oparłem na przeświadczeniu, że optymizm – lub jego brak – jest jednym z wielu przejawów funkcjonowania umysłu*. Szczególnie zaś tej jego funkcji, która polega na dostarczaniu odpowiedzi na wielką różnorodność pytań, jakie człowiekowi (umysłowi) stawia otaczająca rzeczywistość i on sam (umysł) również. Z punktu widzenia optymizmu istotne są dwa rodzaje pytań szczególnie trudne dla umysłu. Pierwsze z nich to bardzo ogólne pytania o „naturę”, „istotę” czy „kondycję” świata i ludzi. Pytania tutaj pojawiające się mogą dotyczyć przeszłości – czy świat był dobry, teraźniejszości – czy ludzie są dobrzy, oraz przyszłości – czy ludzkość potrafi przezwyciężyć groźne tendencje, np. powiększanie się sfery ubóstwa ludzi. Drugi rodzaj pytań dotyczy przyszłych wydarzeń jednostkowych mniej lub bardziej bezpośrednio związanych z życiem konkretnych osób, np. czy potrafią opanować lęk przed publicznym wystąpieniem lub czy uda im się wybudować garaż.

Trudności związane z pytaniami o naturę czy istotę świata i ludzi wynikają między innymi stąd, że pojedynczy, a w wielu przypadkach nawet „zbiorowy”, umysł ludzki nie jest w stanie zgromadzić, uporządkować i wykorzystać wszystkich informacji, które powinny być wzięte pod uwagę przy formułowaniu odpowiedzi. To właśnie powoduje, że odpowiedzi na owe pytania nie dają się w prosty sposób (a może nawet w ogóle) zweryfikować w kategoriach prawdy i fałszu. Logika dnia

* Zgromadzone fakty pozwalają na sugestię, że funkcja umysłu, o której piszę, wynika z filogenetycznie uwarunkowanej skłonności do wartościowania pozytywnego, czyli zgodnie z terminologią J. Czapieńskiego z inklinacji pozytywnej z jednej strony oraz z dostępności informacji, sposobów gromadzenia i przetwarzania informacji o samym sobie i zjawiskach otaczającego świata – z drugiej strony.

codziennego, logika działania ma głównie charakter zero-jedynkowy. Opinie, sądy o jakimś aspekcie rzeczywistości są albo prawdziwe, albo fałszywe. Od tej obserwacji zdarzają się oczywiście odstępstwa, nie są one jednak zbyt liczne. Z praktycznego bowiem punktu widzenia, w sferze działań, odpowiedź „nie wiem” lub „nie potrafię powiedzieć” jest mało przydatna, a poza tym ukazuje podmiotowi „próżnię poznawczą”, uświadamia brak kompetencji. Ludzie wykazują silną potrzebę, a może nawet imperatyw „aby wiedzieć”. Adaptacyjny charakter optymizmu (także pesymizmu) polega między innymi na tym, że pomaga udzielić odpowiedzi na pytania, które bez niego nie doczekałyby się tejże odpowiedzi. Takie bardzo ogólne pytania – o naturę świata i ludzi – pojawiają się w umyśle ludzi w różnych sytuacjach i nawet jeżeli nie zostaną w pełni świadomie zwerbalizowane, a tylko „pomyślane”, odpowiedzi na nie mogą okazać się ważną, a niekiedy decydującą przesłanką decyzji o podjęciu jakiegoś działania lub jednym z czynników wpływających na samopoczucie.

Drugim rodzajem pytań szczególnie kłopotliwych dla umysłu, a związanych z optymizmem, są pytania dotyczące przyszłych wydarzeń osobistych naszego życia. Wspomniane już powyżej pytanie o to, czy potrafię opanować lęk przed wystąpieniem publicznym, lub pytanie o to, czy mój syn zdoła przystosować się do warunków życia tzw. zielonej szkoły, są dobrymi przykładami pytań tego rodzaju. Trudności występujące w tego rodzaju pytaniach wynikają z oczywistego faktu, że nie sposób z całkowitą pewnością określić przebiegu i zakończenia przyszłych zdarzeń. Bywają także sytuacje, w których nawet określenie prawdopodobieństwa przebiegu i zakończenia przyszłych wydarzeń okazuje się bardzo trudne. Bywają w końcu i takie sytuacje, w których określenie owego prawdopodobieństwa jest – z racji oczekiwań, pragnień, a nawet marzeń – mniej lub bardziej świadomie zniekształcane. W przypadku optymizmu zniekształcenia te sprowadzić można głównie albo do przeceniania prawdopodobieństwa wystąpienia sprzyjających okoliczności, albo do niedoceny prawdopodobieństwa wystąpienia okoliczności niesprzyjających.

Podsumowując dotychczasowe rozważania, wszędzie tam, gdzie na ważne pytania o „naturę” świata bądź o przyszłe wydarzenia nie potrafimy udzielić pewnej odpowiedzi, takiej, którą można uznać za obiektywne prawdziwą lub fałszywą, albo jeszcze inaczej, wszędzie tam, gdzie nie dysponujemy fizykalnymi standardami pomiarowymi lub sprawdzo-

nymi, społecznie ugruntowanymi standardami wartościującymi, może pojawić się optymizm, czyli tendencja do spostrzegania, wyjaśniania i oceniania świata i ważnych jego elementów w kategoriach raczej pozytywnych niż negatywnych, oraz skłonność do przewidywania przyszłych wydarzeń jako raczej pomyślnych, niż niepomyślnych.

Kwestionariusz ten przeznaczony jest do badania natężenia wyżej wspomnianych tendencji i skłonności.

Przebieg konstruowania metody

Podstawowym problemem teoretycznym, wymagającym rozstrzygnięcia jeszcze przed podjęciem próby konstruowania poszczególnych pozycji kwestionariusza, była odpowiedź na pytanie o strukturę optymizmu. Czy jest on zjawiskiem jednorodnym, czy też można wyodrębnić w nim jakieś składowe – rodzaje optymizmu.

Pomocne w odpowiedzi na to pytanie okazały się nie tylko definicja optymizmu przytoczona w zakończeniu poprzedniego rozdziału, ale również rozważania F. Polaka (1972, cyt. za: Czapiński, 1985) oraz A. Sicińskiego (1972).

Zgodnie z nimi wyróżniono dwa podstawowe rodzaje optymizmu:

- **optymizm esencjalny lub metafizyczny**, obejmujący przekonania i oceny dotyczące „natury” świata lub ważnych jego składowych oraz

- **optymizm sprawczy**, czyli ten, który sprowadza się do przekonania i/lub wiary, że przyszłe konkretne i jednostkowe wydarzenia będą dla osoby raczej pomyślne niż niepomyślne, oraz jednocześnie wskazuje, gdzie leży tego przyczyna – kto lub co sprawi, że przyszłe wydarzenia będą pomyślne.

W optymizmie esencjalnym wyróżniono dwie odmiany:

- *esencjalny aktualny* czyli oceny i przekonania dotyczące świata w jego aktualnej postaci;

- *esencjalny antycypacyjny (przewidywany, przyszłościowy)* wyrażający się przekonaniem i/lub wiarą w to, że świat i ważne jego składowe w przyszłości będą raczej pozytywne niż negatywne.

Przy konstruowaniu kwestionariusza świadomie pominięto optymizm esencjalny odwołujący się do przeszłości jako mniej ważny.

W optymizmie sprawczym wyróżniono trzy odmiany (składowe):

- *sprawczy osobisty* – przyszłe wydarzenia będą pomyślne dla osoby, a będzie tak dzięki jej cechom, umiejętnościom i staraniom;

– *sprawczy społeczny* – pomyślność osoby w przyszłości będzie wynikała z działań, starań i pomocy innych ludzi. Mogą to być osoby z bliskiego kręgu społecznego, np. członkowie rodziny, przyjaciele lub znajomi, bądź instytucje społeczne, np. rząd, ministerstwo lub rady samorządowe;

– *sprawczy mistyczno-okazjonalny*, czyli przekonanie i/lub wiara w to, że pomyślność osoby w przyszłości będzie wynikiem działania sił nadprzyrodzonych, np. Opatrzności lub sprzyjających okazji potocznie określanych jako tzw. szczęście, np. wygrana na loterii lub sprzyjająca pogoda.

Od strony formalnej poszczególne pozycje kwestionariusza stanowią krótki opis rozmaitych wydarzeń, problemów, z którymi boryka się ludzkość, a także opis zwyczajnych sytuacji życiowych. Pod każdym z takich opisów (pozycji kwestionariusza) umieszczono cztery możliwości odpowiedzi, swego rodzaju rozwiązania czy zakończenia opisywanej sytuacji. Zadanie osoby badanej polega na wyborze jednej z nich, tej mianowicie, która jej zdaniem jest najbardziej prawdopodobna, jest najbliższa jej sposobowi myślenia, przekonaniom lub wierze. Spośród czterech możliwości odpowiedzi podanych osobie badanej do wyboru treść dwóch jest taka, że można wnioskować, iż osoba, która je wybrała, wykazuje postawę optymistyczną, treść jednej sugeruje postawę obojętną, a treść jednej sugeruje postawę pesymistyczną. Tylko dwie pierwsze możliwości są diagnostyczne, dwie ostatnie nie są punktowane – stanowią rodzaj odpowiedzi buforowych zapewniających badanym szerokie spektrum możliwości odpowiadania. Od strony psychologicznej wszystkie pozycje kwestionariuszowe można podzielić na takie, które są:

– wyrażeniem opinii w sprawie, która nie jest jednoznaczna lub jest kontrowersyjna,

– przewidywaniem zachowań własnych, innych ludzi lub instytucji społecznych.

W wersji początkowej zgromadzono sześćdziesiąt pozycji, ale po przeprowadzeniu badań pilotażowych zrezygnowano z dwunastu, a niektóre z tych pozostawionych uległy różnym modyfikacjom treściowym i językowym.

Ustalenie trafności treściowej

Trafność treściową poszczególnych pozycji kwestionariusza ustalono, posługując się metodą sędziów kompetentnych. Tytuły naukowe i dyscypliny, które reprezentują, przedstawia tabela I.

Tabela I

Dyscyplina nauki	Tytuł naukowy			
	magister	doktor	doktor hab.	profesor
psychologia	3	6		1
muzykologia				1
fizyka				1
geografia			1	
etnologia	1			
historia sztuki	1			

Ogółem sędziów było piętnastu. Poproszono ich o wykonanie trzech zadań. Pierwsze z nich polegało na wskazaniu spośród czterech możliwych odpowiedzi zamieszczonych pod każdą pozycją kwestionariusza tej lub tych, które zgodnie z przekazaną im definicją optymizmu są „optymistyczne”, mogą wskazywać na optymizm osoby, która je wybrała.

Wykonanie drugiego zadania uzależnione było od wyniku zadania pierwszego. Jeżeli sędzia w pierwszym zadaniu wskazał dwie odpowiedzi „optymistyczne”, wówczas był proszony o wskazanie tej, która, jego zdaniem jest mniej nasycona optymizmem, znamionuje mniejsze jego nasilenie, oraz tej, która jest bardziej nasycona optymizmem.

Wykonanie trzeciego zadania uzależnione było z kolei od wyników zadania drugiego. Było ono związane z podjęciem próby liczbowego przedstawienia różnic w nasyceniu optymizmem wybranych wcześniej odpowiedzi. Jeżeli sędzia wskazał dwie odpowiedzi różniące się stopniem nasycenia optymizmem, wówczas proszono go o to, aby – przy założeniu, że odpowiedzi mniej nasyconej optymizmem przypisujemy wartość jeden – przyporządkował tej drugiej odpowiedzi, bardziej nasyconej optymizmem, taką wartość wyższą, która jego zdaniem odzwierciedla różnicę nasycenia optymizmem obu odpowiedzi.

Aby ocenić stopień zgodności sędziów w odniesieniu do dwóch pierwszych zadań (wskazanie odpowiedzi „optymistycznych” oraz zróżnicowanie w stopniu nasycenia optymizmem), obliczono współczynnik **W-Kendalla**. Postępując zgodnie z procedurą opisaną przez J. Brzezińskiego (1978), ustalono, że **W** równa się **0,81** (alfa = 0,001) dla pierwszego zadania polegającego na wskazaniu odpowiedzi „optymistycznych” oraz **W** równa się **0,73** (alfa = 0,001) dla zadania drugiego, czyli wyboru odpowiedzi mniej i bardziej nasyconych optymizmem.

Ponieważ wartość **W** zależy od liczby sędziów, ustalono procent ogólnej wariancji decyzji sędziów dla zadania pierwszego, obliczając średnią korelację rangową tych decyzji.

Wartość współczynnika $\bar{r}$, wynosi 79%, co oznacza, że **W** = 0,81 tłumaczy 79% ogólnej wariancji wskazań odpowiedzi „optymistycznych”. Wartość współczynnika $\bar{r}$ dla drugiego zadania sędziów, czyli wyboru odpowiedzi mniej i bardziej nasyconych optymizmem, wynosi 71%, co oznacza, że **W** = tłumaczy 71% ogólnej wariancji wyborów.

Wartości obu statystyk, **W-Kendalla** i średnie korelacji rangowej decyzji sędziów, uznać można za zadowalające. Daje to podstawy do przekonania, że treść dwóch odpowiedzi z czterech, z których może wybierać osoba badana, są nasycone optymizmem oraz stopień tego nasycenia jest różny.

Wyniki trzeciego zadania sędziów, czyli próby przyporządkowania wartości liczbowej dla odpowiedzi bardziej nasyconych optymizmem, opracowano w następujący sposób. Po odrzuceniu po jednej skrajnej wartości liczbowej obliczono średnią dla każdej pozycji kwestionariusza. Średnie te mieściły się w przedziale od 1,87 do 2,34. W trosce o uniknięcie kłopotów arytmetycznych przy obliczaniu wyników badań kwestionariuszem, mając świadomość pewnej arbitralności zdecydowano, że wszystkie odpowiedzi bardziej nasycone optymizmem oceniane będą dwoma punktami, zaś odpowiedzi mniej nasycone jednym punktem.

Wiel. Jed

Ustalenie mocy dyskryminacyjnej

Ustalenie mocy dyskryminacyjnej poszczególnych pozycji kwestionariusza dokonano, obliczając współczynnik korelacji punktowo-czteropolowej **phi** z zastosowaniem reguły A.L. Edwardsa i F.P. Kilpatricka.

Zbadano 264 osób, 151 kobiet i 113 mężczyzn, posługując się kwestionariuszem o 48 pozycjach. Wiek badanych osób zawierał się w przedziale od 20 do 73 lat (wartość średnia 38,7). Osoby badane wykonują różne zawody, jest wśród nich 31 osób z wykształceniem podstawowym i zawodowym zasadniczym, 184 z wykształceniem średnim oraz 49 z wykształceniem wyższym. Rozkład wyników badanej próby był bardzo zbliżony do rozkładu normalnego. Wartość testu Kołmogorowa-Smirnowa wynosi 1,430 ($p < 0,032$ test dwustronny). Najbardziej krańcowe różnice wynosiły + 0,067 oraz -0,024.

Przy pomocy wzoru na współczynnik **phi** ze skrajnych grup, po 27% z dolnej i górnej części obliczono ten współczynnik dla poszczególnych pozycji kwestionariusza,

$$\mathbf{phi} = \frac{fg - fd}{\sqrt{(fg + fd)(2 - fg - fd)}},$$

gdzie: fg – proporcja osób odpowiadających zgodnie z kluczem w górnej części,

fd – proporcja osób odpowiadających zgodnie z kluczem w dolnej części.

Do dalszych badań nad kwestionariuszem zakwalifikowano te pozycje, dla których wartość współczynnika **phi** wynosiła 0,36 lub więcej. Przy zastosowaniu takiego kryterium mocy dyskryminacyjnej oraz w związku z liczebnością badanej grupy wartość **phi** jest statystycznie istotna na poziomie 0,01. Trzydzieści pozycji kwestionariusza nie spełniło wymaganego kryterium i zostało usunięte. Do badań psychometrycznych właściwości kwestionariusza przyjęto zatem wersję 35-punktową.

Własności psychometryczne kwestionariusza optymizmu

Ustalenie rzetelności

Rzetelność kwestionariusza ustalono za pomocą metody zgodności wewnętrznej. Jest to metoda powszechnie stosowana i zalecana przy analizach rzetelności wielu metod psychologicznych. Przy ocenie rzetelności kwestionariusza optymizmu zastosowano wzory dla alfa Cronbacha oraz współczynnika Spearmana-Browna. Przy obliczeniach posłużono się wynikami badania 451 osób, w tym 294 kobiet i 157 mężczyzn. Wiek badanych osób zawierał się w przedziale od 20 do 84 lat. W przedziale od 20 do 34 lat znajdują się wyniki 285 osób, w przedziale 35 do 54 lat wyniki 127 osób, a w przedziale 60 lat i powyżej wyniki 39 osób. Osoby badane wykonują różne zawody (patrz tabela grup normalizacyjnych). 48 osób posiada wykształcenie podstawowe i zasadnicze zawodowe, 302 wykształcenie średnie, a 101 osób wykształcenie wyższe.

Rozkład wyników badanej próby jest bardzo zbliżony do rozkładu normalnego. Wartość testu Kołmogorowa–Smirnowa wynosi 1,436 ($p < 0,031$, test dwustronny). Kurtoza wynosi 0,010 (S.E. 0,229), skośność wynosi 0,263 (S.E. 0,115).

Wyniki analiz statystycznych rzetelności wykorzystano niejako na dwa sposoby. Po pierwsze, do ustalenia rzetelności jako jednego z parametrów psychometrycznych oraz po drugie, do próby psychometrycznej weryfikacji teoretycznie wyodrębnionych rodzajów i odmian optymizmu. Innymi słowy, chcieliśmy uzyskać odpowiedź na pytanie, czy w konstruowanym kwestionariuszu wyodrębnione teoretycznie rodzaje i odmiany optymizmu mogą funkcjonować jako skale i ewentualnie podskale kwestionariusza.

Wyniki analiz statystycznych przedstawia tabela II. Można z niej odczytać, że rzetelność całej skali wyrażona współczynnikiem alfa Cronbacha wynosi 0,755, a współczynnik Spearmana-Browna jest podobny i wynosi 0,757. Są to wartości, które wstępnie można zaakceptować. Do zaakceptowania są także współczynniki rzetelności tej części kwestionariusza, która dotyczy optymizmu sprawczego (alfa Cronbacha równa się 0,684) oraz odmian tego optymizmu, optymizmu sprawczego osobistego (alfa Cronbacha równa się 0,550) i sprawczego społecznego (alfa Cronbacha równa się 0,555). Rzetelność tej części kwestionariusza, która odnosi się do optymizmu esencjalnego, jest nieco niższa i wynosi: alfa Cronbacha 0,514, a współczynnik Spearmana-Browna 0,526.

Tabela II

	Liczba pozycji	Średni współczynnik korelacji między pozycjami	Współczynnik alfa Cronbacha	Współczynnik rzetelności wg wzoru Spearmana-Browna
Kwestionariusz optymizmu	35	0,081	0,755	0,757
Optymizm esencjalny	10	0,099	0,514	0,526
aktualny	5	0,083	0,292	0,314
antycypacyjny	5	0,114	0,377	0,391
Optymizm sprawczy	25	0,079	0,684	0,683
osobisty	6	0,171	0,550	0,554
społeczny	10	0,108	0,555	0,547
krąg bliski	5	0,104	0,368	0,369
krąg instytucjonalny	5	0,129	0,444	0,425
Optymizm mistyczno-okazjonalny	9	0,067	0,382	0,394

W świetle analiz statystycznych rzetelności w prezentowanym kwestionariuszu wydaje się nieuzasadniony podział skali optymizmu esencjalnego na podskale odnoszące się do optymizmu esencjalnego aktualnego i antycypacyjnego. Postulowanej rzetelności nie uzyskała ta część metody, która odnosi się do optymizmu sprawczego mistyczno-

okazjonalnego i w związku z tym nie można jej traktować jako wyodrębniającej się skali. Niepowodzenia w psychometrycznym uzasadnieniu wyodrębnienia tej skali nie zmienia przekonania o ważnym znaczeniu optymizmu mistyczno-okazjonalnego dla ogólnej oceny optymizmu i dlatego pozycje kwestionariusza odnoszące się do niego nadal pozostaną częścią metody w ramach optymizmu sprawczego. Nie znajdujemy także psychometrycznych podstaw do wyodrębnienia w optymizmie sprawczym społecznym dwóch jego składowych – kręgu osób bliskich oraz kręgu instytucji społecznych.

Analiza współczynników korelacji poszczególnych pozycji kwestionariuszowych ze skalami lub podskalami, do których je wstępnie (teoretycznie) przyporządkowano, pozwoliła na dokonanie dwóch modyfikacji metody. Pierwsza z nich polegała na usunięciu trzech pozycji, tych, które wykazywały najniższą korelację ze skalami, do których je przyporządkowano. Zabieg ten nie tylko nie będzie miał ujemnych konsekwencji merytoryczno-treściowych, ale w niewielkim stopniu poprawi rzetelność zarówno całej metody, jak i skali optymizmu sprawczego.

Druga modyfikacja wynika z faktu, że cztery pozycje kwestionariusza silniej korelowały z innymi skalami bądź podskalami, niż z tymi, do których zostały przyporządkowane teoretycznie. Jedną z przyczyn tej obserwacji może być to, że osoby badane kojarzyły treść psychologiczną owych czterech pozycji z innymi rodzajami optymizmu, niż ten, do którego – zdaniem autora – miały się odnosić. Postanowiono przyłączyć wyżej wspomniane cztery punkty kwestionariuszowe do skal, z którymi wykazywały silniejszy związek korelacyjny, tym bardziej że ich treść i sens psychologiczny nie stały temu na przeszkodzie.

W wyniku obu tych modyfikacji powstał kwestionariusz pozwalający na ustalenie ogólnego poziomu (natężenia) optymizmu, składający się z 32 pozycji, w którym wyróżnić można:

- a. skalę optymizmu esencjalnego (12 pozycji kwestionariuszowych),
- b. skalę optymizmu sprawczego (20 pozycji) z dwiema podskalami:
 - sprawczego osobistego (7 pozycji),
 - sprawczego społecznego (8 pozycji).

Pięć pozycji kwestionariuszowych skali optymizmu sprawczego odnosi się do optymizmu mistyczno-okazjonalnego, ale wyniki analiz

statystycznych nie pozwalają na wyodrębnienie ich w zwartą podskale. Rzetelność ostatecznej wersji kwestionariusza obrazuje tabela III.

Tabela III

	Liczba pozycji	Średni współczynnik korelacji między pozycjami	Współczynnik alfa Cronbacha	Współczynnik rzetelności wg wzoru Spearmana-Browna
Kwestionariusz optymizmu – ogólny poziom optymizmu	32	0,092	0,758	0,765
Optymizm esencjalny	12	0,116	0,603	0,613
Optymizm sprawczy	20	0,088	0,652	0,659
w tym:				
osobisty	7	0,161	0,567	0,574
społeczny	8	0,098	0,468	0,466

Rozważając pytanie, „jaka jest dopuszczalna minimalna rzetelność testów do oceny indywidualnej”, cytowany już J. Brzeziński przytacza opinie F.B. Davisa, który uważa, że może to być nawet wartość 0,75. Podaje też dla orientacji, że rzetelność kwestionariuszy osobowości stosowanych w USA waha się w granicach 0,47–0,97.

Odnośnie do skal testów i kwestionariuszy powszechnie przyjmuje się, że ich rzetelność może być niższa od 0,75 do 0,10–0,15. Podskale zaś mogą różnić się od skal także o taką wartość. Zdaniem B. Zawadzkiego i J. Strelaua (1997) rzetelność kwestionariuszy osobowości mierzona współczynnikiem alfa Cronbacha zawiera się najczęściej w przedziale wartości od 0,70 do 0,80. Biorąc pod uwagę powyższe informacje, można przyjąć, że rzetelność kwestionariusza optymizmu i jego skal, choć niewysoka jest do zaakceptowania. Bardziej rygorystyczni przyszli użytkownicy kwestionariusza mogą w swoich badaniach nie uwzględniać podskal optymizmu sprawczego, ograniczając zastosowanie metody do oceny ogólnego poziomu optymizmu oraz do oceny optymizmu esencjalnego i sprawczego.

Obliczono także współczynniki korelacji r Pearsona pomiędzy poszczególnymi skalami i podskalami kwestionariusza. Korelacja pomiędzy skalą optymizmu esencjalnego i sprawczego wynosi + 0,508, po-

między skalą optymizmu esencjalnego a podskalami optymizmu sprawczego osobistego i społecznego odpowiednio + 0,395 i + 0,498.

Współczynnik korelacji pomiędzy podskalami optymizmu sprawczego, osobistego i społecznego wynosi + 0,385. Wszystkie współczynniki są statystycznie istotne na poziomie $p < 0,001$. Uzyskane współczynniki wskazują na średnie nasilenie zależności korelacyjnej pomiędzy skalami i podskalami kwestionariusza. Może to być interpretowane jako potwierdzenie tego, że badają one tę samą zmienną – optymizm właśnie, z jednej strony, ale z drugiej strony – wskazuje na pewną odrębność i specyfikę tego, co badają poszczególne skale i podskale.

Ustalenie korelacji pomiędzy skalami i podskalami kwestionariusza umożliwiło obliczenie współczynników z zastosowaniem wzoru badającego rzetelność z uwzględnieniem poprawki na obniżenie (Guilford, 1964, 481). Uzyskane wartości tych współczynników (0,813, 0,675, 0,920, 0,747) stanowią dodatkowe potwierdzenie możliwej do zaakceptowania rzetelności (zgodności wewnętrznej) skal i podskal kwestionariusza.

Podstawową charakterystykę psychometryczną kwestionariusza optymizmu (KO) przedstawia tabela IV.

Tabela IV

	Wartość średnia	Odchylenie standardowe	Współczynnik alfa Cronbacha	Standardowy błąd średniej
KO	29,09	8,42	0,758	0,40
Skala optymizmu esencjalnego	9,59	4,01	0,603	0,19
Skala optymizmu sprawczego	19,50	5,53	0,652	0,26
podskala sprawczy osobisty	7,48	2,88	0,567	0,14
podskala sprawczy społeczny	7,55	2,69	0,468	0,13

Stołość

Przeprowadzono także badania pozwalające na ustalenie stołości kwestionariusza. Obliczono współczynnik korelacji pomiędzy wynikami dwóch badań tej samej grupy osób ($n=64$) w odstępie 6-tygodniowym. Współczynnik r_{tt} równa się 0,799 i jest istotny na poziomie $p<0,001$. Taka wartość współczynnika pozwala uznać stołość kwestionariusza za zadowalającą.

Ustalenie trafności kwestionariusza

Trafność treściową kwestionariusza ustalono już we wcześniejszym etapie jego konstruowania. Uznając za zadowalający wynik badania tej trafności, podjęto próbę ustalenia trafności teoretycznej. Ustalano ją na podstawie obliczenia korelacji pomiędzy wynikami uzyskanymi w badaniu kwestionariuszem a wynikami badania wybranymi czynnikami Inwentarza Osobowości NEO-FFI Costy i McCrae (Zawadzki, Strelau, Szczepaniak, Śliwińska, 1998) oraz wynikami badania Skala Poczucia Beznadziejności – HS A. Becka i wsp. (1974).

W 5-czynnikowym Inwentarzu Osobowości NEO-FFI szczególnie interesującymi – ze względu na możliwe relacje z optymizmem – są dwa czynniki: neurotyczność i ekstrawersja.

Neurotyczność rozumiana jest przez autorów Inwentarza NEO-FFI jako podatność na doświadczanie negatywnych stanów emocjonalnych, takich jak lęk, strach, gniew, wrogość lub poczucie winy. Osoby o dużym nasileniu neurotyczności wykazują tendencję do zamartwiania się, łatwo zniechęcają się i załamują się w trudnych sytuacjach. Wszystko to powoduje, że wykazują one małą odporność na stres. Uzasadnione wydaje się przypuszczenie, że co najmniej w niektórych z wyżej wymienionych aspektów neurotyczność może być przeciwieństwem optymizmu w znaczeniu podmiotowym, czyli bycie optymistą, przyczynia się do pojawienia się doznań, stanów i odczuć przeciwnych do tych, które związane są z neurotycznością. A zatem pomiędzy neurotycznością a optymizmem należy spodziewać się ujemnej zależności korelacyjnej.

Drugi szczególnie interesujący czynnik to ekstrawersja. Odnosi się on do jakości i ilości interakcji społecznych, poziomu ogólnej aktywności i zdolności do doświadczania pozytywnych emocji. Osoby ekstrawertywne są przyjacielskie, poszukują pozytywnej stymulacji emocjonalnej, wykazują optymizm życiowy i pogodny nastrój. W Inwentarzu NEO-FFI nie występuje, co prawda, sześć formalnie wyróżnionych składników ekstrawersji, a wśród nich *emocjonalność w zakresie pozytywnych emocji*, czyli składnik bezpośrednio odnoszący się do optymizmu życiowego i pogodnego nastroju, ale dwa punkty inwentarzowe bezpośrednio odwołują się do optymizmu. Można uznać za uzasadnione przypuszczenie, że relacja pomiędzy ekstrawersją a optymizmem, w aspekcie podmiotowym, może mieć charakter dodatniej zależności korelacyjnej, a stany i doznania pojawiające się u osób ekstrawertywnych będą podobne do tych występujących u osób o postawach optymistycznych. Badania przeprowadzono z 73 osobami, wśród których było 40 kobiet i 33 mężczyzn. Wiek osób badanych zawierał się w przedziale od 20 do 48 lat. Wyniki zamieszczono w tabeli V.

Tabela V

	Inwentarz osobowości NEO-FFI				
Kwestionariusz optymizmu	N	E	O	U	S
Optymizm (ogólnie)	- 0,559**	0,661**	0,066	0,251*	0,147
Optymizm esencjalny	- 0,411**	0,460**	0,125	0,195	0,175
Optymizm sprawczy	- 0,561**	0,680**	0,014	0,244*	0,102
osobisty	- 0,516**	0,639**	- 0,108	0,145	0,115
społeczny	- 0,490**	0,521**	0,006	0,197	0,132

Czynniki NEO-FFI: N – neurotyczność, E – ekstrawersja, O – otwartość na doświadczenie, U – ugodowość, S – sumienność.

Istotność statystyczna współczynnika korelacji *r* Pearsona: * $p < 0,05$ ** $p < 0,001$.

Uzyskane współczynniki korelacji świadczą o tym, że w przypadku relacji pomiędzy neurotycznością a optymizmem mamy do czynienia ze zmiennymi przeciwnymi.

Natomiast w przypadku relacji ekstrawersji i optymizmu można sądzić, że pomiędzy zmiennymi badanymi przez obie metody istnieje znaczące podobieństwo. Niewielka i ograniczona, choć istotna statystycznie korelacja pomiędzy optymizmem a ugodowością, choć ciekawa i wymagająca wyjaśnienia przy innej okazji, nie wydaje się ważnym elementem z punktu widzenia ustalenia trafności kwestionariusza.

Zastosowanie Skali Poczucia Beznadziejności (HS) do weryfikacji kwestionariusza optymizmu wynika z psychologicznych relacji pomiędzy optymizmem a poczuciem beznadziejności. Relacje te są klarownie zawarte w języku potocznym. Jeżeli przyjąć, że odczuwanie nadziei jest swego rodzaju konsekwencją postawy optymistycznej, lub – jak chcą inni – składową optymizmu, to poczucie beznadziejności jest dość dokładnym przeciwieństwem optymizmu. Twórcy Skali utrzymują, że jest ona przeznaczona do badania pesymizmu i chociaż optymizm nie jest prostoliniową odwrotnością pesymizmu, nie ulega wątpliwości, że oba zjawiska są w dużym stopniu przeciwstawne.

Przed badaniami przy pomocy HS wprowadzono modyfikację sposobu odpowiadania przez osoby badane. W oryginalnej metodzie istnieją dwie możliwości odpowiadania – „prawda” lub „fałsz”. W wersji polskiej przyjmują one postać „tak” lub „nie”. W naszych badaniach powiększono możliwości udzielenia odpowiedzi o „raczej tak” i „raczej nie”. Zgodnie z opinią J. Brzezińskiego (1978), zabieg ten nie tylko jest zasadny, ale również korzystny. Badania przeprowadzono z 74 osobami (46 kobiet i 28 mężczyzn) w wieku od 20 do 51 lat. Wynik średni w badaniu KO tej grupy nie odbiegał znacząco od średniej dla wszystkich badanych i wynosił 30,13. Wyniki analizy zależności korelacyjnych przedstawia tabela VI.

Tabela VI

	Kwestionariusz optymizmu				
	Optymizm (ogólnie)	Esencjalny	Sprawczy	Osobisty	Społeczny
HS	- 0,867*	- 0,732*	- 0,809*	- 0,582*	- 0,604*

Istotność statystyczna współczynnika r Pearsona: * $p < 0,001$.

Zgodnie z oczekiwaniami, uzyskano wyniki świadczące o tym, że zmienne badane przez obie metody pozostają ze sobą w relacji przeciwnej.

Trafność kwestionariusza optymizmu oceniano także przy pomocy *metody sprawdzenia różnic międzygrupowych*. Grupę porównawczą (odniesienia) stanowiło 24 pacjentów (15 kobiet oraz 9 mężczyzn) z rozpoznaną depresją tzw. endogenną, a leczonych w oddziale stacjonarnym Kliniki Psychiatrycznej i w Oddziale Dziennym w Krakowie. Aby sprawdzić głębokość depresji u tych osób, posłużono się 21-punktowym Inwentarzem Depresji Becka (BDI).

Średni wynik tego badania wynosił 29,96 ($SD=7,32$) punktów i świadczy o poważnie nasilonej depresji. Wynik badania kwestionariuszem optymizmu tej grupy porównywano z wynikami badań dwóch grup osób. Po pierwsze, z wynikami 51-osobowej grupy (39 kobiet oraz 12 mężczyzn) wolnej od depresji (wynik badania BDI tej grupy wynosił 5,92, $SD = 1,87$) oraz ze średnim wynikiem badania optymizmu u wszystkich badanych osób ($n = 451$).

Pacjenci z rozpoznaną depresją uzyskali średni wynik 15,12 ($SD = 4,01$), osoby wolne od depresji wynik 28,45 ($SD = 9,24$), a wynik wszystkich zbadanych osób wynosi 29,09 ($SD = 8,42$). Różnice pomiędzy pacjentami a osobami zdrowymi są istotne na poziomie $p < 0,001$. Przedstawione powyżej wyniki badania trafności kwestionariusza upoważniają do stwierdzenia, że jest ona zadowalająca.

Normy

Badania normalizacyjne przeprowadzono, posługując się wynikami badań 440 osób, w tym część stanowiły wyniki uzyskane w poprzednich etapach konstruowania kwestionariusza. Indywidualne i grupowe badania kwestionariuszem przeprowadzono w okresie od stycznia 2000 roku do czerwca roku 2001. Przy doborze osób do badania starano się, na ile było to możliwe, uwzględnić szeroki przekrój wiekowy i zawodowy badanych osób. Ogólną charakterystykę grupy normalizacyjnej przedstawia tabela VII.

Posłużono się ostateczną, 32-punktową wersją KO. W każdym z punktów kwestionariuszowych, za odpowiedź zgodną z kluczem oso-

ba badana mogła uzyskać dwa punkty – jeżeli wybrała odpowiedź bardziej nasyconą optymizmem, bądź jeden punkt – jeżeli wybrała odpowiedź mniej nasyconą optymizmem, lub zero punktów – jeżeli wybrała jedną z dwóch odpowiedzi niezgodną z kluczem. Maksymalny wynik badania wynosi 64 punkty, minimalny 0 punktów. W całej badanej próbie nie stwierdzono wyników ekstremalnych. Minimalny obserwowany wynik wynosił 5 punktów, maksymalny 53 punkty. Rozkład wyników w grupie normalizacyjnej był bardzo zbliżony do rozkładu normalnego, a wartości testu Kołmogorowa-Smirnowa, wskaźniki kurtozy i skośności praktycznie nie różnią się od tych uzyskanych przy ustalaniu rzetelności.

Tabela VII

Ogólna charakterystyka grupy normalizacyjnej

Numer i opis grupy		Liczebność	Średnia	Odchylenie standardowe	Standardowy błąd średniej
1.	Personel średni firmy telekomunikacyjnej	10	27,12	8,63	2,61
2.	Mieszkańcy wsi woj. małopolskiego	50	30,52	9,04	1,28
3.	Personel pomocniczy firmy telekomunikacyjnej	37	28,73	8,69	1,43
4.	Personel kierowniczy firmy handlowej	6	40,67	8,52	3,48
5.	Słuchacze studiów podyplomowych (kierunek: zarządzanie)	22	32,68	8,11	1,73
6.	Średni personel firmy handlowej	36	30,03	7,33	1,22
7.	Akwizytorzy z Wielkopolski	8	32,10	7,94	2,51

Numer i opis grupy		Liczebność	Średnia	Odchylenie standardowe	Standardowy błąd średniej
8.	Robotnicy firmy farmaceutycznej	10	29,20	6,51	2,06
9.	Górnicy węgla kamiennego	25	25,92	6,90	1,38
10.	Pracownicy socjalni	17	26,76	5,74	1,39
11.	Studenci studiów licencjackich (zarządzanie)	30	29,50	9,00	1,64
12.	Badania indywidualne (różne zawody)	30	28,65	7,65	1,33
13.	Średni personel kierowniczy firmy telekomunikacyjnej	16	29,94	9,36	2,34
14.	Renciści i emeryci	37	23,35	8,79	1,45
15.	Pracownicy firmy ubezpieczeniowej	10	34,27	8,31	2,50
16.	Studenci studiów zaocznych	49	27,67	7,40	1,06
17.	Studenci psychologii	13	33,54	8,23	2,28
18.	Sezonowi robotnicy rolni	10	22,00	7,10	2,25
19.	Pielegniarki i lekarze	24	32,54	5,64	1,07
	Ogółem	440	29,30	8,44	0,48

Wartości średnie wyników uzyskanych przez kobiety i mężczyzn różnią się między sobą. Różnice te w przypadku wyniku ogólnego, skali optymizmu sprawczego oraz podskali optymizmu sprawczego osobistego osiągnęły znamienność statystyczną. Przedstawia to tabela VIII. Jednakże analiza rozkładu surowych wyników kobiet i mężczyzn wykazała, że rozkłady te poza wartością średnią różnią się minimalnie, wykazując niemal pełną „równoległość”. Stwierdzenie to, a także fakt,

że różnice wartości średnich są niewielkie i nie występują we wszystkich skalach kwestionariusza, skłania do ustalenia ogólnych norm wspólnych dla całej badanej populacji. Decyzja taka wynika również z niechęci do konstytuowania różnic międzypłciowych wszędzie tam, gdzie argumenty za tym nie są wystarczająco mocne, a praktyczna przydatność różnicowania trudna jest do ustalenia.

Tabela VIII

**Zależność pomiędzy wynikami uzyskanymi w kwestionariuszu
optymizmu a płcią badanych osób**

	Kobiety		Mężczyźni		Testy t-Studenta (df=438)	
	średnia	SD	średnia	SD	t	p
Optymizm (ogólnie)	28,48	8,23	30,49	8,66	- 2,22	0,027*
Optymizm esencjalny	9,49	4,03	9,92	3,96	- 0,92	0,361
Optymizm sprawczy	18,99	5,44	20,67	5,59	- 2,72	0,007**
osobisty	7,12	2,90	8,16	2,73	- 3,69	0,001***
społeczny	7,20	2,60	7,62	2,84	- 1,60	0,111

Istotność: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Spośród kilku skal standardowych stosowanych w procesie normalizacji wybrano skale: **stenową i centylową**. Skala stenowa jest najbardziej popularną skalą o niekwestionowanych walorach. Składa się z 10 jednostek, średnia równa się 5,5, a odchylenie standardowe wynosi 2,0. Jest to skala interwałowa odnosząca się do różnic w natężeniu badanej cechy. Przekształcenia wyników surowych na wyniki skali stenowej dokonano zgodnie z procedurą opisaną przez J. Brzezińskiego (1978). Obrazuje to tabela IX.

Zgodnie z poglądami M. Nowakowskiej (1970), wyniki w przedziale 7 do 10 stenów interpretuje się jako wysokie, wyniki w przedziale 5 do 6 stenów jako przeciętne, zaś wyniki w przedziale 1 do 4 stenów jako niskie.

Tabela IX

Normy stenowe kwestionariusza optymizmu

Wyniki surowe	Steny
64–48	10
47–43	9
42–38	8
37–33	7
32–29	6
28–25	5
24–21	4
20–17	3
16–14	2
13–0	1

Skala **centylowa** to druga skala standardowa, która wykorzystana będzie do normalizacji. Pozwala ona na ocenę indywidualnego wyniku w odniesieniu do znanych wyników jakiejś populacji lub próby. Pozwala także na sprowadzenie wyników różnych testów i kwestionariuszy do porównywalnej podstawy. Składa się z 101 jednostek – centyli. J.P. Guilford (1964) określa skalę centylową poprzez odwołanie się do jej jednostki – centyla. Napisał on, że centyl jest to wartość na skali wyników, poniżej której znajduje się określony procent obserwacji, np. centyl 90 jest to punkt, poniżej którego znajduje się 90% wyników. Wartość średnia tej skali to 50. Normy centylowe kwestionariusza optymizmu umieszczone zostały w tabeli X.

Tabela X

Normy centylowe kwestionariusza optymizmu

Wyniki surowe	Centyle
64–53	100
52–49	99
48	98
47–46	97
45	96
44	95
43	94
42	93

Wyniki surowe	Centyle
41	92
40	90
39	89
38	85
37	83
36	80
35	77
34	75
33	72
32	68
31	63
30	60
29	56
28	49
27	43
26	39
25	35
24	29
23	25
22	22
21	18
20	15
19	11
18	8
17	7
16	5
15	3
14–12	2
11–1	1

Wyniki powyżej 95 centyla interpretowane są jako bardzo wysokie, wyniki w przedziale 95 do 76 jako wysokie. Jako wyniki przeciętne interpretuje się te pomiędzy 75 a 25 centylem. Wyniki poniżej 25 centyla interpretowane są jako niskie, a poniżej 5 jako bardzo niskie.

Ustalenia rzetelności i trafności dopuściły możliwość wyodrębnienia w kwestionariuszu dwóch skal i dwóch podskal. Normy stenowe dla nich zamieszczono w tabeli XI.

Tabela XI

**Normy stenowe dla skal optymizmu esencjalnego i sprawczego
oraz dla podskal sprawczego osobistego i społecznego**

Wyniki surowe	Steny			
	optymizm esencjalny	optymizm sprawczy	osobisty	społeczny
40–36	–	10	–	–
35–30	–	9	–	–
29–26	–	8	–	–
25	–	7	–	–
24	10	7	–	–
23	10	7	–	–
22	10	6	–	–
21	10	6	–	–
20	9	6	–	–
19	9	5	–	–
18	8	5	–	–
17	8	4	–	–
16	8	4	–	10
15	7	4	–	10
14	7	3	10	10
13	7	3	10	10
12	6	3	10	9
11	6	3	9	9
10	5	3	8	8
9	5	3	8	7
8	5	3	7	6
7	4	3	6	5
6	4	2	5	5
5	3	2	5	4
4	3	2	4	4
3	3	2	4	4
2	2	2	3	3
1	2	1	2	2

Opis zeszytu kwestionariuszowego i sposób badania

Zeszyt kwestionariuszowy zawiera osiem stron. Na pierwszej stronie znajduje się wyczerpująca instrukcja dla badanych osób. W dalszej kolejności i na następnych stronach znajdują się 32 pozycje kwestionariusza. Pod każdą z nich zamieszczono cztery odpowiedzi (możliwości), z których osoba badana ma wybrać tylko jedną. Kolejność pozycji jest losowa. Na ostatniej stronie zamieszczono metryczkę oraz rubryki do wpisywania wyników surowych i przeliczonych. Wyjaśnienie użytych skrótów zamieszczono w dodatku. Ostatnia strona posiada także miejsce na uwagi i interpretację słowną.

Kwestionariusz można stosować zarówno w badaniach indywidualnych, jak i grupowych. Czas badania nie jest ograniczony. Przy badaniach grupowych dobrze jest poprosić osoby badane, aby w czasie pracy nad kwestionariuszem powstrzymały się od jakichkolwiek komentarzy, ponieważ te mogą wpłynąć na odpowiedzi innych badanych osób. Z dotychczasowych badań przy pomocy kwestionariusza wynika, że badani w znakomitej większości rozumieją instrukcję. Z bardzo rzadko pojawiających się u osób badanych problemów najczęstszym jest ten: „co zrobić, gdy żadna z podanych odpowiedzi nie jest tą, którą chciałabym (chciałbym) wybrać”. W takich sytuacjach podajemy pod rozważę możliwość wybrania odpowiedzi, która jest „najbliższa” tej preferowanej.

Obliczanie wyników i interpretacja

Obliczanie wyników surowych sprowadza się do podsumowania punktów uzyskanych przez osobę badaną w poszczególnych pozycjach kwestionariusza zgodnie z kluczem. Z czterech odpowiedzi (możliwości) podanych do wyboru osobie badanej w każdej pozycji tylko dwie są diagnostyczne. Za wybranie tej bardziej nasyczonej optymizmem badany uzyskuje dwa punkty, za wybór odpowiedzi w mniejszym stopniu nasyczonej optymizmem – jeden punkt, a za wybór jednej z dwóch pozostałych – zero punktów. Klucz I zamieszczony jest w Dodatku. Obliczanie wyników surowych w poszczególnych skalach

i podskalach polega na zsumowaniu wyników uzyskanych w tych pozycjach kwestionariusza, które zostały do nich przypisane. Nieodłączną pomocą w tej operacji jest Klucz II zamieszczony w Dodatku. Pokazuje on, która pozycja należy do konkretnej skali lub podskali. Maksymalny wynik w skali optymizmu esencjalnego wynosi 24, w skali optymizmu sprawczego 40, a w podskalach optymizmu sprawczego – osobistego, 14 punktów i sprawczego społecznego 16 punktów. Wyniki minimalne we wszystkich skalach i podskalach wynoszą zero punktów. Wyniki surowe zamienia się na wyniki skal standardowych, korzystając z odpowiednich tabel norm. Kwestionariusz przeznaczony jest do oceny ogólnej tendencji (skłonności) do pozytywnego wartościowania świata i przewidywania przyszłych wydarzeń jako pomyślnych dla jednostki. Wyniki wysokie, w granicach 7 do 10 stena, mogą być interpretowane jako znaczne nasilenie wyżej wspomnianej tendencji, a wyniki niskie, w granicach 4 do 1 stena, wskazują na jej niewielkie nasilenie. Osobę, która uzyskała wysoki wynik, możemy nazwać optymistką/optymistą, zaś osobę, która uzyskała niski wynik, możemy podejrzewać o mniejszy lub większy (w zależności od uzyskanego wyniku) brak optymizmu. Wysoki wynik nie stanowi jednakże gwarancji tego, że w jakiejś określonej sytuacji życiowej konkretnej osoby na pewno i w każdym przypadku ujawni się postawa optymistyczna. Zasadne natomiast jest przekonanie, że wynik wysoki zwiększa prawdopodobieństwo „dojścia do głosu” takiej postawy. Uzyskanie niskiego wyniku ogólnego nie stanowi również gwarancji tego, że we wszystkich sytuacjach życiowych i zawsze konkretnej osobie zabraknie postawy optymistycznej. Wynik ten pozwala jednak mieć przekonanie, że prawdopodobieństwo pojawienia się takiej postawy jest mniejsze w porównaniu z osobą, która uzyskała wysoki wynik w kwestionariuszu.

Zasady punktowania za wybór odpowiedzi zastosowane w tym kwestionariuszu nie upoważniają do traktowania wyników tak, jakby uzyskiwane były one przy zastosowaniu skali ilorazowej. Dla interpretacji fakt ten ma takie znaczenie, że nie ma podstaw do twierdzenia, iż osoba, która uzyskała wynik np. 50, jest dwa razy „większą” optymistką/optymistką w porównaniu z osobą, która uzyskała wynik 25 punktów. Są natomiast podstawy, aby twierdzić, że osoba z wynikiem 50 punktów prezentuje postawę bardziej optymistyczną w porównaniu z osobą z wynikiem 25.

Nie należy przypuszczać, że wynik uzyskany w kwestionariuszu ma charakter ponadczasowy. Z definicji optymizmu wynika bowiem, że jest on **względnie** trwałą tendencją do pozytywnego wartościowania. Ową względną trwałość, którą odzwierciedla definicja, można zaobserwować zarówno w codziennym życiu, jak i w badaniach naukowych, optymizm bowiem jest właściwością, która może ulegać zmianom (Scheier, Carver, 1992, Stach w przygotowaniu).

Wyniki uzyskane w poszczególnych skalach i podskalach kwestionariusza stanowić mogą przesłankę do wnioskowań na temat natężenia poszczególnych składowych, rodzajów optymizmu i ich udziału w ogólnym poziomie badanej właściwości u konkretnej osoby lub badanej grupy osób. Pomocne w takim wnioskowaniu może być posługiwanie się normami stenowymi dla poszczególnych skal i podskal kwestionariusza.

Kwestionariusz przeznaczony jest głównie do badań naukowych i pogłębionych analiz społecznych. Autor ma nadzieję, że przy jego pomocy możliwa będzie odpowiedź na niektóre bodaj pytania dotyczące zjawiska optymizmu. Czy poziom optymizmu związany jest z typem umysłu? Czy jest on zależny od wykształcenia? Czy zmienia się pod wpływem doświadczeń życiowych? Oto tylko niektóre z wielu pytań. Sądzę, że wyniki badań kwestionariuszem przyczynią się do udzielenia na nie odpowiedzi.

Można także wyobrazić sobie praktyczne zastosowanie metody. Wyniki przy jej pomocy uzyskane mogą być pomocne przy próbach zmiany postaw optymistycznych zarówno u osób, które z racji wykonywanego zawodu czy prowadzonej działalności „powinny” być optymistkami/optymistami, jak i u osób, które utraciły optymizm i to przeszkadza im w codziennym życiu.

Piśmiennictwo

- Beck A.T., Weissman A., Lester D., Trexler L. (1974). *The measurement of pessimism: the hopelessness scale*. J. Consulting and Clinical Psychology, 42, 861–865.
- Brzeziński J. (1978). *Elementy metodologii badań psychologicznych*. PWN, Warszawa.
- Cantril H. (1965). *The Pattern of Human Concerns*. New Brunswick NJ: Rutgers University Press.
- Costa P.T., Jr, McCrae, R.R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-NFI). Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Csikszentmihalyi M. (1998). *Urok codzienności*. Wyd. W.A.B, Warszawa.
- Czapiński J. (1985). *Wartościowanie – zjawisko inklinacji pozytywnej. O naturze optymizmu*. Ossolineum, Wrocław.
- Czapiński J. (1988). *Wartościowanie efekt negatywności (O naturze realizmu)*. Ossolineum, Wrocław.
- Doroszewski W.J. (1973). *Słownik poprawnej polszczyzny*. PWN, Warszawa.
- Guilford J.P. (1964). *Podstawowe metody statystyczne w psychologii i pedagogice*. PWN, Warszawa.
- Magaletta Ph.R., Oliver, J.M. (1999). *The hope construct, will, and ways: their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being*. J. Clinical Psychology, 55(5), 539–551.
- Nowakowska M. (1970) *Polska adaptacja 16-czynnikowego Kwestionariusza Osobowości R.B. Cattella*. Psychologia Wychowawcza, 13, 478–500.
- Reykowski J. (1975). *Emocje i motywacja*, w: Tomaszewski T. (red.), *Psychologia*. PWN, Warszawa, s. 566–628,
- Peterson Ch. (2000). *The future of optimism*. American Psychologist, 55(1), 44–55.

- Scheier M.F., Carver C.S. (1992).** *Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update.* Cognitive Therapy and Research, 16, 201–228.
- Seligman M.E.P. (1993).** *Optymizmu można się nauczyć.* Media Rodzina of Poznań, Poznań.
- Siciński A. (1972).** „Optymizm – Pesymizm” – Próba precyzacji pojęć i jej konsekwencje badawcze. Studia Socjologiczne, 4(47), 77–96.
- Stach R. (1997).** *Potęga myślenia nienegatywnego, czyli droga ku optyzmowi.* Zagadnienia Doradztwa Rolniczego, 12(1), 67–78.
- Stach, R.** *Optymizm.* (w przygotowaniu)
- Tiger L. (1979).** *Optimism: The Biology of Hope.* S. Schuster, New York.
- Weinstein, N.D. (1980).** *Unrealistic optimism about future life events.* J. Personality and Social Psychology, 39, 806–820.
- Weinstein, N.D. (1989).** *Optimistic biases about personal risks.* Science, 246, 1232–1233.
- Zawadzki B., Strelau J. (1997).** *Formalna Charakterystyka Zachowania – Kwestionariusz Temperamentu (FCZ-KT).* Podręcznik. Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa.
- Zawadzki B., Strelau J., Szczepanik P., Śliwińska M. (1998).** *Inwentarz Osobowości NEO-FFI Costy i Mccrae. Adaptacja polska.* Podręcznik. Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa.

Dodatek

Klucz I

Pozycja kwestiona- riusza	Odpowiedzi i punkty	Pozycja kwestiona- riusza	Odpowiedzi i punkty
1.	a-1, c-2	17.	b-2, d-1
2.	a-2, c-1	18.	a-2, d-1
3.	b-2, d-1	19.	b-1, c-2
4.	a-1, c-2	20.	a-2, d-1
5.	b-2, d-1	21.	b-2, c-1
6.	a-2, c-1	22.	a-1, c-2
7.	a-2, c-1	23.	b-1, d-2
8.	b-1, c-2	24.	b-2, d-1
9.	b-2, c-1	25.	a-2, b-1
10.	b-2, d-1	26.	a-1, c-2
11.	a-1, c-2	27.	a-1, c-2
12.	a-1, c-2	28.	a-1, c-2
13.	b-1, d-2	29.	a-2, b-1
14.	a-2, c-1	30.	a-2, d-1
15.	b-2, d-1	31.	a-2, c-1
16.	b-1, d-2	32.	b-2, d-1

Klucz II

Skale i podskale	Pozycje kwestionariusza
Skala optymizmu esencjalnego	2, 4, 8, 9, 12, 13, 16, 22, 26, 27, 28, 31
Skala optymizmu sprawczego	1, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 29, 30, 32
Podskala optymizmu sprawczego osobistego	3, 11, 17, 20, 25, 30, 32
Podskala optymizmu sprawczego społecznego	1, 6, 15, 18, 21, 23, 24, 29

15. LUT. 2002

**Druki kwestionariusza i klucz
do nabycia w Wydawnictwie
Uniwersytetu Jagiellońskiego**

ISBN 83-233-1546-9



9 788323 315469