

Jesu li otporniji ujedno i sretniji?

Konstrukcija novog Upitnika otpornosti

Tanja Karakaš, Tea Lipovac,
Marija Šmint, Slađana Vukojević

Tanja Karakaš
Filozofski fakultet u Osijeku
Odsjek za psihologiju
ORCID: 0000-0002-9006-028X

Marija Šmint
Filozofski fakultet u Osijeku
Odsjek za psihologiju
ORCID: 0000-0003-4087-0484

Tea Lipovac
Filozofski fakultet u Osijeku
Odsjek za psihologiju
ORCID: 0000-0003-2661-01094

Slađana Vukojević
Filozofski fakultet u Osijeku
Odsjek za psihologiju
ORCID: 0000-0002-2228-3924

SAŽETAK

ključne riječi: emocionalna kompetentnost, konstrukcija upitnika, oporavak, otpornost, subjektivna sreća

U ovom je radu konstrukt otpornosti definiran kao dinamičan proces oporavka nakon životnih nedaća koji uključuje sposobnost prilagodbe, us trajnost i efikasne strategije nošenja s problemima. Cilj je ovog rada konstruirati Upitnik otpornosti s obzirom na danu definiciju, ispitati faktorsku strukturu upitnika te provjeriti njegove metrijske karakteristike. Konačna obrada provedena je na 412 odraslih (71.80% žena i 28.20% muškaraca). Statističkom analizom pokazano je da se konačne 23 čestice Upitnika otpornosti grupira u 6 faktora: *percipirana samoefikasnost, duhovnost, suočavanje sa stresom, bliski odnosi, upornost* te *sposobnost brzog oporavka* koji objašnjavaju 55.62% ukupne varijance. Zadovoljena je unutarnja konzistentnost na svim faktorima. Konvergentna valjanost (ispitivana povezanošću s već postojećim indikatorom otpornosti), divergentna valjanost (ispitivana povezanošću s indikatorom emocionalne kompetent-

ABSTRACT

key words: emotional competence, questionnaire construction, resilience, revival, validation, subjective well-being

In this paper, the construct of resilience is defined as a dynamic process of recovery after life adversities. Resilience includes adaptability, perseverance, and effective coping strategies. The aim of this paper is to construct the Resilience Questionnaire, to examine the factor structure, and to check its metric characteristics. The study involved 412 participants (71.80% female and 28.20% male). Statistical analysis showed that the final 27 items of the Resilience Questionnaire are grouped into 6 factors: *Perceived Self-Efficiency, Spirituality, Coping with Stress, Close Relationships, Persistence, and Ability to Recover Rapidly*, which explain 55.62% of the total variance. The internal consistency of all the factors of the questionnaire is sufficient. Convergent validity (tested via indicator of resilience), divergent validity (tested via indicator of emotional competency) and criterion validity

nosti) i kriterijska valjanost (ispitivana s *Upitnikom subjektivne sreće*) pokazale su se zadovoljavajućima. Provrerom inkrementalne valjanosti pokazano je da novokreirani Upitnik otpornosti dodatno objašnjava 0.1% varijance kriterija subjektivne sreće. (tested via Subjective Happiness Questionnaire) proved to be satisfactory. Incremental validation showed that Resilience Istance Questionnaire further explains 0.1% of the variance of the subjective happiness criteria.

UVOD

Mnogobrojni su istraživači kroz povijest uočili kako različiti ljudi različito reagiraju na iste životne događaje te se diferenciraju s obzirom na mogućnosti nošenja s problemima. Takvo zanimanje potaklo je istraživanja o pojmu otpornosti pri čemu se teži razumjeti zašto su neki pojedinci u stanju izdržati, čak i napredovati pod pritiskom različitih životnih nedaća dok se drugi pred istima pokolebaju (Fletcher i Sarkar, 2013). Istraživanje pojma otpornosti nije započelo proučavanjem teorijskog konstrukta već promatranjem pojedinaca koji se vješto suočavaju s teškoćama. Sama riječ *resilience* (otpornost) u engleskom jeziku nastala je od latinskog glagola *resilire* što znači “skočiti nazad” te se prvi put spominje u 17. stoljeću (Merriam-Webster, 2018). Kao takva, javila se u znanosti (matematici i fizici), a Lazarus (1993) je opisuje na primjeru metala koji ne puca pod opterećenjem zbog određenog stupnja otpornosti. U psihologiji se ovaj pojam najviše razvio pod utjecajem fiziologije i istraživanja o otpornosti imunološkog sustava pa su se tako i prva psihološka istraživanja ovog konstrukta pojavila upravo u okviru istraživanja stresa (Tusaie i Dyer, 2004).

Iako se većina autora slaže oko toga da nam otpornost pomaže da se uspješno suočimo s nedaćama koje su nas zatekle, još uvijek postoje mnoge nejasnoće, kao i neslaganja, oko točne definicije ovog konstrukta. Brojni autori predložili su razne modele otpornosti te je definiraju kao kontinuum, osobinu, proces, ciklus ili pak kvalitativnu kategoriju (Jackson i sur., 2007). Ova potreba za definiranjem otpornosti prenosi se iz područja prirodnih znanosti u područje psihologije gdje se tijekom povijesti kreiraju različite definicije psihološke otpornosti kojima je zajedničko to što su gotovo sve operacionalizirane na temelju dva koncepta: nedaće i pozitivne prilagodbe.

Tijekom proteklih 20 godina način istraživanja otpornosti mijenjao se, a promjene koje su se odvijale mogu se svrstati u tri različita vala. Istraživači prvog vala usredotočili su se na pokušaj pronalaska i definiranja karakteristika pojedinca koje ga čine psihološki otpornim te omogućuju napredak i u situacijama različitih nedaća (Richardson, 2002). Prvi koji su otpornost definirali kao osobinu bili su Block i Block (1980; prema Fletcher i Sarkar, 2013), a u svom radu koristili su pojam ego-otpornosti kako bi opisali niz osobina ličnosti koje upućuju na sposobnost prilagodbe na okolinske zahtjeve. Osobine koje navode su samopoštovanje, samoučinkovitost i sposobnost pronalaska sustava podrške unutar i van obitelji (Richardson, 2002). Oni pojedinci koji postižu visoki rezultat na

skali ego-otpornosti također pokazuju visoke razine energije, optimizma i znatiželje (Fletcher i Sarkar, 2013). Istraživači drugog vala definiraju otpornost kao proces suočavanja sa stresorima, nedaćama i promjenama te mogućnosti obogaćivanja dotada utvrđenih zaštitnih faktora. Autori ovog razdoblja naglašavaju kako je otpornost dinamični proces koji se mijenja kontekstualno (od situacije do situacije) i vremenski (u okviru situacije, ali i tijekom cijelog života pojedinca). Prema ovoj perspektivi, pojedinac je različito otporan u različitim fazama svog života (Fletcher i Sarkar, 2013). Shvaćanje otpornosti kao osobine podrazumijeva njeno posjedovanje biloške, a možda i genetske pozadine, dok se u shvaćanju otpornosti kao procesa više razmatra utjecaj okoline na pojedinca i njegova interakcija s okolinom (Southwick i sur., 2014). Konačno, istraživači trećeg vala otpornost smatraju urođenom vrlinom te pokušavaju prepoznati motivacijske procese unutar pojedinca i skupina koji potiču aktivaciju urođenih snaga i pojedince vode k samoaktualizaciji (Richardson, 2002).

Jedna od prvih definicija nastala je 1987. godine kada Rutter definira otpornost kao skup zaštitnih faktora koji mijenjaju i poboljšavaju čovjekov odgovor na neku od opasnosti iz okoliša. Svega nekoliko godina kasnije, Masten, Best i Garmezy (1990) operacionaliziraju konstrukt otpornosti više kao proces prilagodbe usprkos izazovima i prijetnjama iz okoline, nego kao skup osobina koje osoba posjeduje. Deset godina kasnije Luthar i suradnici (2000) zadržavaju sličnu definiciju otpornosti kao i njihovi prethodnici smatrajući je procesom. Promjena u načinu definiranja otpornosti uočljiva je nekoliko godina nakon definiranja otpornosti kao procesa kada Connor i Davidson (2003) opisuju otpornost kao osobnu kvalitetu koja omogućuje suočavanje sa životnim nedaćama, ne referirajući se pri tome na otpornost kao na proces. Nedugo nakon njih, Agaibi i Wilson (2005) definiraju otpornost kao kompleksni repertoar bihevioralnih tendencija ne uključujući u definiciju pojam životnih nedaća kao dotadašnji autori. Leipold i Greve (2009) u svojoj definiciji, osim individualnih stabilnih osobina i mogućnosti oporavka, dodaju i mogućnost osobnog rasta pod utjecajem nepovoljnih uvjeta. Naposljetku, Smith i suradnici (2013) postavljaju teorijski model prema kojem osobni čimbenici poput svrhovitosti života, optimizma i obzirnosti prema drugima imaju ključnu ulogu pri izgradnji otpornosti.

Osim problema s kojima se istraživači susreću prilikom definiranja konstrukta otpornosti, javlja se i drugi problem: Je li otpornost jedinstveni konstrukt ili samo još jedan među mnogo sličnih? Literatura pokazuje kako postoje drugi konstrukti koji su usko povezani s otpornosti u koje uključujemo socijalnu kompetenciju, ego-otpornost i mentalnu čvrstoću (eng. *hardiness*). Najsličniji konstrukt otpornosti socijalna je kompetencija koja se od otpornosti razlikuje po tome što ima nešto užu definiciju. Otpornost, osim adaptacije na okolinu, stavlja naglasak i na prisustvo kritičnih faktora, dok se socijalna kompetencija fokusira samo na adaptaciju različitim situacijama (Merrell i sur., 2010). Ranije spomenuta ego-otpornost također se često miješa s konstruktom otpornosti, a razlikujemo ih po tome što se ego-otpornost definira kao osobina ličnosti (koja označava generalnu snalažljivost, snagu karaktera i fleksibilnost u reguliranju pri različitim okolnostima) (Block i Block, 1980; prema Fletcher i Sarkar, 2013), dok se otpornost definira kao fenomen. Mentalna čvrstoća (Luthar, 2000) predstavlja specifični set osobina ličnosti koji pojedinca definira

s tri dispozicije: predanost, kontrolu i izazov. Kao i otpornost, mentalna čvrstoća pretpostavlja postojanje rizika, a od nje se također razlikuje po tome što se ne definira kao fenomen, već kao crta ličnosti (Luthar, 2006). Osim navedenih, postoji cijeli niz konstrukata i psihosocijalnih faktora koji su djelomično povezani s otpornošću tako da pružaju “zaštitu” osobi u izrazito stresnim okolnostima: realističan optimizam, pozitivna emocionalnost, strategija suočavanja sa stresom usmjerena na rješavanje problema, altruizam, religioznost/spiritualnost, briga o fizičkom zdravlju, vježbanje, kognitivna fleksibilnost, disciplinirano usmjerenje na razvoj vještina, predanost svrsi te sposobnost kreiranja osobnog značenja iz teških situacija i života općenito (Southwick, 2005; prema Southwick i sur., 2011). Iako slični, ne smije se zanemariti da ovi konstrukti i psihosocijalni faktori objašnjavaju tek jedan dio definicije otpornosti. Neovisno o različitim pristupima u konceptualizaciji i s obzirom na odmak psihologije od modela koji naglašavaju nedostatke i bolest k modelima koji stavljaju naglasak na zdrav razvoj, u zadnjih nekoliko godina zanimanje za istraživanje konstrukta otpornosti sve više raste.

Unutar poslovne organizacije, Riolli i Savicki (2003) nastojali su otkriti prirodu povezanosti između individualne i organizacijske otpornosti te predlažu načine na koje se, kroz ljudske potencijale i promjenu kulture organizacije, može povećati otpornost pojedinca pa tako i organizacije. U obrazovanju, otpornost se može promatrati kod učitelja/nastavnika pri čemu se ispituje njihova sposobnost održavanja ravnoteže između zahtjeva posla i privatnog života, a da pritom ostanu ustrajni i efikasni u svome radu (Gu i Day, 2007). Osim kod nastavnika, konstrukt otpornosti mjeren je i kod učenika/studenata pri čemu su istraživači nastojali otkriti koji faktori pridonose njihovom ustrajanju u obrazovanju kada su izloženi stresorima u privatnom životu poput pripadanja nacionalnim manjinama u SAD-u (Perez i sur., 2009). Otpornost sportaša također je široko istraživani koncept, a istraživači na ovom području nastoje otkriti koji su to zaštitni faktori koji pomažu sportašima da nastave nakon poraza i uspješno balansiraju privatni život i naporno treniranje (Mummery i sur., 2004). Saznanja o otpornosti imaju i važnu praktičnu primjenu u osnaživanju djece i mladih u riziku od siromaštva te povećanju kvalitete života ljudi koji se bave pomagačkim zanimanjima poput medicinskih tehničara ili socijalnih radnika.

Za potrebe ovog rada, otpornost je definirana kao dinamičan proces oporavka nakon životnih nedaća koji uključuje sposobnost prilagodbe (adekvatna reakcija na promjene u okolini, prihvaćanje, fleksibilnost), ustrajnost (kontinuirano ulaganje napora unatoč poteškoćama) i efikasne strategije nošenja s problemima (npr. traženje socijalne potpore, usmjerenost na zadatak, uspješno nošenje sa stresom).

CILJ

Cilj ovog istraživanja je konstruirati Upitnik otpornosti te utvrditi njegovu faktorsku strukturu i ispitati konvergentnu, divergentnu, kriterijsku i inkrementalnu valjanost. Kako bi upitnik bio što kvalitetnije kreiran, provedeno je nekoliko istraživačkih studija, odnosno dva preliminarna

istraživanja te potom glavno istraživanje.

U prvom, preliminarnom istraživanju, cilj je bio provjeriti sadržajnu valjanost upitnika među studentima psihologije, odnosno prikupiti povratne informacije o tome koliko su kreirane čestice jasne i smislene te ih potom preoblikovati s obzirom na dobivene komentare kako bi upitnik bio što razumljiviji. Zatim je uslijedilo drugo, preliminarno istraživanje u kojem su sudionici popunjavali upitnik s preoblikovanim česticama. Cilj ovog dijela istraživanja bila je revizija upitnika isključivanjem preopćenitih čestica, odnosno statističkom analizom utvrditi koje čestice iz upitnika imaju asimetričnu distribuciju te ih potom isključiti iz daljnjeg istraživanja.

METODA

SUDIONICI

U grupnim razgovorima u prvom preliminarnom istraživanju sudjelovala su 52 studenta psihologije, a u drugom preliminarnom istraživanju 32 studenta psihologije te 39 studenata socijalnog rada. U glavnom istraživanju sudjelovalo je 414 sudionika, no odgovori dvaju sudionika su isključeni zbog odstupanja od dobne skupine. U obradu podataka uključeno je 412 sudionika (71.8% žena i 28.2% muškaraca) u dobi od 18 do 59 godina ($M = 30.13$, $SD = 11.29$) od kojih je 385 riješilo on-line, a 27 papir-olovka verziju upitnika (Tablica 1). Uzorak je obuhvatio stanovnike iz cijele Hrvatske, pri čemu se težilo da rod i dob sudionika budu proporcionalni rodu i dobi hrvatske populacije.

Tablica 1

Sudionici u uzorku glavnog istraživanja podijeljeni prema dobnoj skupini

Dobna skupina	Očekivani udio u uzorku (%)	Udio u uzorku (%)	Broj sudionika iz pojedine dobne skupine
18 - 29	26.45	62.4	257
30 - 44	35.28	22.3	92
45 - 59	38.28	15.3	63

INSTRUMENTI

Upitnik otpornosti. Upitnik otpornosti sastoji se od ukupno 23 čestica koje su raspoređene u šest subskala. Prva subskala naziva se *Percipirana samoeфикаsnost*, druga *Duhovnost*, treća je nazvana *Suočavanje sa stresom*, a četvrta *Bliski odnosi*. Peta se zove *Upornost* dok je posljednja subskala *Sposobnost brzog oporavka*. Zadatak sudionika je procijeniti u kojoj se mjeri svaka čestica odnosi na njih na skali od pet stupnjeva (1 - *Uopće se ne odnosi na mene*, 5 - *U potpunosti se odnosi na mene*). Ukupni rezultat formira se kao suma prosječnih vrijednosti (zbroj bodova postignut na svim česticama jedne subskale podijeljen s brojem čestica unutar te subskale) izračunatih za svaku subskalu. Pojedine

čestice potrebno je rekodirati, a veći rezultat na pojedinoj skali označava da je sudionik otporniji. Psihometrijske karakteristike ovog upitnika bit će navedene u daljnjem tekstu.

- 1 = “uopće se ne odnosi na mene”
 2 = “djelomično se ne odnosi na mene”
 3 = “niti se odnosi na mene, niti se ne odnosi na mene”
 4 = “djelomično se odnosi na mene”
 5 = “u potpunosti se odnosi na mene”

Ovaj upitnik nema točnih i netočnih odgovora, zato Vas molimo da pri ispunjavanju budete što iskreniji. Upitnik je u potpunosti anonim i služi isključivo u istraživačke svrhe.

	1 = U potpunosti se ne odnosi na mene 5 = U potpunosti se odnosi na mene
1. Sklon/a sam brzom oporavku nakon teškog životnog razdoblja.	1 2 3 4 5
2. Teško se suočavam sa stresom.	1 2 3 4 5
3. Treba mi duže vremena da savladam prepreke u svom životu.	1 2 3 4 5
4. Teško mi je “trgnuti se” kada se nešto loše dogodi.	1 2 3 4 5
5. Ne treba mi dugo vremena da se oporavim od stresnih događaja.	1 2 3 4 5
6. Zbog dosadašnjih uspjeha osjećam se samopouzđano u savladavanju novih izazova.	1 2 3 4 5
7. Bez obzira na poteškoće na koje nailazim, dajem sve od sebe.	1 2 3 4 5
8. Vjera može pomoći.	1 2 3 4 5
9. Neuspjeh me lako obeshrabri.	1 2 3 4 5
10. Stresni događaji mi previše ne zaokupljaju misli.	1 2 3 4 5
11. Nastojim problem sagledati iz više različitih perspektiva.	1 2 3 4 5
12. Nastojim razvijati svoje sposobnosti i vještine.	1 2 3 4 5
13. Ne volim velike promjene u svom dnevnom rasporedu.	1 2 3 4 5
14. Kada se suočavam sa životnim neprilikama teško mi je obavljati svakodnevne aktivnosti.	1 2 3 4 5
15. Stvari se događaju s razlogom.	1 2 3 4 5
16. Znam kome se mogu obratiti za pomoć.	1 2 3 4 5
17. Čak i kada stvari izgledaju beznadno, ja ne odustajem.	1 2 3 4 5
18. Ne ustručavam se podijeliti svoje osjećaje s bliskim osobama.	1 2 3 4 5
19. Lako se snalazim u novom okruženju.	1 2 3 4 5

20. Oslanjam se na svoju vjeru u Boga ili drugu višu silu.	1	2	3	4	5
21. Mogu reći za sebe da sam osoba koja ne odustaje.	1	2	3	4	5
22. Imam bliske i sigurne odnose sa svojom obitelji i prijateljima.	1	2	3	4	5
23. Pod pritiskom sam fokusiran/na i jasno razmišljam.	1	2	3	4	5
24. Marljivim radom mogu postići sve svoje ciljeve.	1	2	3	4	5
25. Stresni događaji ne ometaju me u obavljanju svakodnevnih aktivnosti.	1	2	3	4	5
26. Kada nađem na problem aktivno radim na tome da ga riješim.	1	2	3	4	5
27. Najstresnije životne događaje nastojim promatrati kao izazove koji će mi pomoći da se poboljšam.	1	2	3	4	5
28. U stresnim situacijama nastojim ostati smiren/na.	1	2	3	4	5
29. Nakon životnih nedaća, brzo mogu ponovno uspostaviti ravnotežu.	1	2	3	4	5
30. Kad se nađem u teškoj situaciji u životu, molim ili meditiram.	1	2	3	4	5
30. Kad se nađem u teškoj situaciji u životu, molim ili meditiram.	1	2	3	4	5

Connor-Davidson skala otpornosti (CD-RISC). Connor-Davidson skala otpornosti (Connor i Davidson, 2003) sastoji se od ukupno 25 čestica organiziranih u pet faktora. Prvi se faktor odnosi na osobne kompetencije sudionika, visoke standarde i žilavost. Drugim faktorom obuhvaćene su komponente vjere u vlastiti instinkt, tolerancije negativnih afekata te osnažujući utjecaj stresa. Treći faktor uključuje pozitivno prihvaćanje promjene i sigurne odnose dok se četvrti faktor odnosi na kontrolu. Konačno, peti faktor odnosi se na duhovne utjecaje. Zadatak sudionika pri rješavanju ovog upitnika je procijeniti kako su se osjećali tijekom proteklih mjesec dana pri čemu odgovore bilježe na skali od 5 stupnjeva i to od 0 (*Uopće se ne odnosi na mene*) do 4 (*Gotovo uvijek se odnosi na mene*). Ukupan rezultat na skali formira se kao zbroj bodova postignut na svim česticama. Rezultati upitnika kreću se od 0 do 100, a što je rezultat pojedinog sudionika veći, to se on smatra više otpornim. Autori skale (Connor i Davidson, 2003) u svom su istraživanju dobili unutaraju konzistenciju cijele skale $\alpha = .89$ dok u ovom istraživanju dobiveni koeficijent pouzdanosti iznosi .93.

Upitnik emocionalnih kompetencija – skraćena verzija (UEK-15). Skraćena verzija Upitnika emocionalnih kompetencija sastoji se od ukupno 15 čestica (Takšić, 2002). Zadatak je sudionika procijeniti u kojoj se mjeri svaka od čestica odnosi na njih na skali od pet stupnjeva (1 - *Uopće NE*, 5 - *U potpunosti DA*). Upitnik se sastoji od tri faktora. Prvi faktor odnosi se na uočavanje i razumijevanje emocija, drugi na izražavanje i imenovanje emocija dok se treći odnosi na upravljanje i regulaciju emocija. Osim rezultata po faktorima, može se izračunati i

ukupni rezultat koji se formira kao suma bodova postignutih na svim česticama. U ovom istraživanju korišten je samo ukupni rezultat za koji je dobiven koeficijent pouzdanosti, izražen kao Cronbach alfa, u iznosu od .89 dok Takšić (2002) navodi pouzdanost od 0.8.

Skala subjektivne sreće. Skala subjektivne sreće sastoji se od ukupno 4 čestice (Lyubomirsky i Lepper, 1999). Zadatak je sudionika procijeniti u kojoj se mjeri svaka od čestica odnosi na njih na skali od 7 stupnjeva, a posljednju je česticu potrebno rekodirati. Ukupan se rezultat računa kao linearna kombinacija svih četiriju čestica, a teorijski raspon se kreće od 4 do 28. Viši rezultat na ljestvici subjektivne sreće označava kako osoba sebe percipira sretnom općenito te sretnijom od drugih. Lyubomirsky i Lepper (1999) navode kako skala ima dobru unutarnju konzistentnost koja se za njihove uzorke kretala od $\alpha = .72$ do $\alpha = .94$, dok je u ovom istraživanju dobiven Cronbach alfa u iznosu od .85.

POSTUPAK

U prvom preliminarnom istraživanju sudionici su u grupama od 5 do 7 ljudi raspravljali o jasnoći, ispravnosti i smislenosti početno kreiranih 46 čestica. Po završetku istraživanja nije izbačena niti jedna čestica, ali su pojedine preoblikovane prema dobivenoj povratnoj informaciji sudionika.

U drugom preliminarnom istraživanju sudjelovali su studenti prve godine preddiplomskog studija psihologije i druge godine studija socijalnog rada. Njihov je zadatak bio ispuniti novooblikovani Upitnik otpornosti putem online obrasca prethodno pripremljenog na fakultetskim računalima. Nakon ispunjavanja svakog bi se sudionika zasebno pitalo je li naišao na nerazumljive ili besmislene čestice. Istraživanje je provedeno grupno na Filozofskom fakultetu u Osijeku. Nakon statističke analize dobivenih podataka, iz upitnika je isključeno 15 čestica.

Za glavno istraživanje, sudionici su prikupljeni na dva načina. Veći dio sudionika činio je prigodni uzorak prikupljen slanjem poveznica s *online* obrascem putem društvenih mreža, elektroničke pošte te objavama na različitim *online* društvenim grupama. Kako bi lakše pristupili starijoj populaciji, drugi, manji dio sudionika prikupljen je metodom snježne grude. Istraživači su zamolili nekolicinu starijih poznanika da popune upitnik te da ga proslijede svojim kolegama. Ovi su sudionici upitnike ispunili metodom papir-olovka. Uputa za oba načina ispunjavanja bila je navedena na samom početku upitnika, a uključivala je izjavu da je istraživanje anonimno i dobrovoljno te da će se rezultati koristiti isključivo u istraživačke svrhe. Prva stranica upitnika sastojala se od pitanja vezanih uz sociodemografske karakteristike uključujući pitanja o rodu, razini obrazovanja, statusu posla te dobi sudionika. Nadalje, sudionici su redom ispunjavali Upitnik otpornosti, Connor-Davidson skalu otpornosti, skraćenu verziju Upitnika emocionalnih kompetencija te Skalu subjektivne sreće.

REZULTATI

PRVO I DRUGO PRELIMINARNO ISTRAŽIVANJE

Nakon prvog preliminarnog istraživanja iz upitnika nije isključena niti jedna čestica, međutim pojedine čestice preoblikovane su prema povratnoj informaciji tako da budu gramatički i pravopisno ispravne te razumljive čitatelju. Nakon obrade prikupljenih podataka iz drugog preliminarnog istraživanja isključeno je 15 čestica koje su imale asimetrične distribucije, a njih pripisujemo preopćenitom sadržaju zbog kojeg su sudionici većim dijelom odgovarali u istom smjeru (npr. „Moja budućnost nije u mojim rukama.“). Određene čestice zadržane su unatoč asimetričnoj distribuciji zbog specifičnosti uzorka (pomagačke struke) drugog preliminarnog istraživanja (npr. „Znam gdje mogu potražiti pomoć.“). U konačnoj verziji zadržana je 31 čestica.

GLAVNO ISTRAŽIVANJE

Na novodobivenom setu od 31 čestice provedena je faktorska analiza kako bi se utvrdila faktorska struktura Upitnika otpornosti. Kao pokazatelji primjerenosti korištenja faktorske analize korišteni su Kaiser-Meyer-Olkinov test i Bartlettov test sfericiteta. Dobiveni podaci ukazuju na zadovoljenje uvjeta za provođenje faktorske analize pri čemu KMO iznosi .89 te premašuje zadani kriterij od .60. Korelacijska matrica statistički se značajno razlikuje od matrice identiteta što nam potvrđuje statistički značajan Bartlettov test sfericiteta ($\chi^2(465) = 5731.94, p < .01$).

U prvom koraku faktorske analize (PAF) kao metoda rotacije korištena je kosokutna rotacija (oblimin), a kao početni kriterij odabira broja značajnih faktora korištena je metoda karakterističnih korijena prema kojoj je ekstrahirano sedam faktora. Kao daljnji kriterij korištena je paralelna analiza i Cattellov scree plot kojima je izdvojeno pet značajnih faktora. Međutim, dodatnom sadržajnom analizom definirano je šest faktora. Novoutvrđena struktura razlikovala se od pretpostavljenih četiri faktora definiranih na temelju teorijske osnove. S obzirom na to da neke korelacije među faktorima prelaze zadanih .30 zadržana je kosokutna rotacija faktora te je ponovljena faktorska struktura tijekom koje je isključeno osam čestica. Tri su čestice („Ne volim velike promjene u svom dnevnom rasporedu.“, „Stresni događaji mi previše ne zaokupljaju misli.“ i „Stvari se događaju s razlogom.“) isključene iz daljnje obrade jer su na svim faktorima bile zasićene manje od .30. Potom je isključena čestica „Stresni događaji me ne ometaju u obavljanju svakodnevnih aktivnosti.“ zbog dvostrukog zasićenja na faktorima. Naposljetku su isključene četiri čestice zbog očuvanja sadržajne valjanosti („Marljivim radom mogu postići svoje ciljeve.“, „Lako se snalazim u novom okruženju.“, „Kada nađem na problem aktivno radim na tome da ga riješim.“ i „Zbog dosadašnjih uspjeha osjećam se samopouzvano u savladavanju novih izazova.“).

Konačna verzija upitnika sastoji se od 23 čestice raspoređene u šest faktora (Tablica 2). Prvi faktor, *Upornost*, sadrži četiri čestice (npr. „Čak i kada stvari izgledaju beznadno, ja ne odustajem.“). Drugi faktor naziva

se *Duhovnost* i ima tri čestice (npr. „Vjera može pomoći.“). Treći faktor, *Suočavanje sa stresom*, sastoji se od pet čestica (npr. „Teško mi je trgnuti se kada se nešto loše dogodi.“). Četvrti faktor, *Bliski odnosi*, sadrži tri čestice (npr. „Znam kome se mogu obratiti za pomoć.“) kao i peti faktor *Sposobnost brzog oporavka* (npr. „Sklon sam brzom oporavku nakon teškog životnog razdoblja.“). Posljednji, šesti, faktor naziva se *Percipirana samoefikasnost* te sadrži pet čestica (npr. „Nastojim problem sagledati iz više različitih perspektiva.“).

Tablica 2.

Faktorska zasićenja pojedinih čestica podijeljenih po faktorima

	FAKTORI					
	Upornost	Duhovnost	Suočavanje sa stresom	Bliski odnosi	Sposobnost brzog oporavka	Percipirana samoefikasnost
Čak i kada stvari izgledaju beznadno, ja ne odustajem.	.69					
Mogu reći za sebe da sam osoba koja ne odustaje.	.61					
Bez obzira na poteškoće na koje nailazim, dajem sve od sebe.	.54					
Spreman/na sam se suočiti sa svojim problemima.	.43					
Oslanjam se na svoju vjeru u Boga ili drugu višu silu.		.90				
Kad se nađem u teškoj situaciji u životu, molim ili meditiram.		.84				
Vjera može pomoći.		.82				
Teško mi je “trgnuti se” kada se nešto loše dogodi. R			.77			
Treba mi duže vremena da savladam prepreke u svom životu. R			.74			
Teško se suočavam sa stresom. R			.67			
Neuspjeh me lako obeshrabri. R			.65			
Kada se suočavam sa životnim neprilikama teško mi je obavljati svakodnevne aktivnosti. R			.65			

	FAKTORI					
	Upornost	Duhovnost	Suočavanje sa stresom	Bliski odnosi	Sposobnost brzog oporavka	Percipirana samoeфикаsnost
Imam bliske i sigurne odnose sa svojom obitelji i prijateljima.					-.93	
Ne ustručavam se podijeliti svoje osjećaje s bliskim osobama.					-.62	
Znam kome se mogu obratiti za pomoć.					-.47	
Sklon/a sam brzom oporavku nakon teškog životnog razdoblja.					.73	
Nakon životnih nedaća, brzo mogu ponovno uspostaviti ravnotežu.					.69	
Ne treba mi dugo vremena da se oporavim od stresnih događaja.					.53	
Nastojim problem sagledati iz više različitih perspektiva.						-.73
Nastojim razvijati svoje sposobnosti i vještine.						-.59
U stresnim situacijama nastojim ostati smiren/na.						-.59
Najstresnije životne događaje nastojim promatrati kao izazove koji će mi pomoći da se poboljšam.						-.38
Pod pritiskom sam fokusiran/na i jasno razmišljam.						-.30

Faktorima je objašnjeno 55.62% ukupne varijance, od čega faktor *Upornost* objašnjava 27.12%, faktor *Duhovnost* 11.94%, zatim faktor *Suočavanje sa stresom* 6.33%, *Bliski odnosi* objašnjavaju 4.31%, faktor *Sposobnost brzog oporavka* 3.46% te faktor *Percipirana samoeфикаsnost* 2.47% varijance. S obzirom na to da je korištena kosokutna rotacija, nije moguće reći koliki je postotak ukupne varijance objasnio svaki pojedini faktor nakon rotacije.

POUZDANOST

Za ispitivanje pouzdanosti cijelog upitnika i njegovih faktora korišten je koeficijent unutarnje konzistencije Cronbach alfa. Pouzdanost prvog

faktora *Upornost* iznosi $\alpha = .86$ dok prosječna korelacija među česticama prvog faktora iznosi $.54$. Pouzdanost drugog faktora *Duhovnost* iznosi $\alpha = .89$, a prosječna korelacija među česticama iznosi $.73$. Nadalje, pouzdanost trećeg faktora *Suočavanje sa stresom* iznosi $\alpha = .83$ dok prosječna korelacija njegovih čestica iznosi $.49$. Četvrti faktor *Bliski odnosi* pokazuje pouzdanost od $\alpha = .73$, a prosječna korelacija među česticama iznosi $.48$. Peti faktor, odnosno *Sposobnost brzog oporavka* ima pouzdanost $\alpha = .71$ te prosječna korelacija među česticama iznosi $.46$. Konačno, faktor *Percipirana samoefikasnost* ima pouzdanost u iznosu od $\alpha = .78$, dok prosječna korelacija među česticama iznosi $.42$. Iz navedenog možemo zaključiti kako svi faktori imaju zadovoljavajuću pouzdanost. Prosječne korelacije među faktorima su također zadovoljavajuće.

KONVERGENTNA I DIVERGENTNA VALJANOST

Za potrebe ispitivanja konvergentne valjanosti novokonstruiranog Upitnika otpornosti korišten je upitnik CD-RISC. Koeficijenti korelacije između faktora Upitnika otpornosti i ukupnog rezultata na CD-RISC-u te koeficijenti između faktora oba upitnika prikazani su u Tablici 3 (Prilog 4). Kao što je vidljivo u Tablici 3 svi su faktori Upitnika otpornosti statistički značajno povezani s ukupnim rezultatom CD-RISC-a, pri čemu se ističu srednje visoke korelacije s faktorima *Percipirana samoefikasnost*, *Bliski odnosi*, *Upornost* i *Sposobnost brzog oporavka* dok su korelacije s faktorima *Duhovnost* i *Suočavanje sa stresom* nisko povezane s ukupnim rezultatom. Shodno navedenim podacima možemo zaključiti da je konvergentna valjanost Upitnika otpornosti zadovoljavajuća.

Tablica 3

Prikaz konvergentne valjanosti - prikaz korelacija faktora Upitnika otpornosti i faktora CD-RISC-a te njihovih ukupnih rezultata.

	Kompetencije	Instinkt, reakcija na stres	Prihvatanje promjene, odnosi	Kontrola	Duhovni utjecaju	CD-RISC
1.Percipirana samoefikasnost	.64**	.72**	.62**	.56**	.22**	.70**
2.Suočavanje sa stresom	-.29**	-.31**	-.35**	-.30**	-.06	-.31**
3.Duhovnost	.18**	.15**	.15**	.24**	.82**	.30**
4.Bliski odnosi	.51**	.41**	.60**	.61**	.27**	.57**
5.Sposobnost brzog oporavka	.51**	.55**	.59**	.43**	.15**	.57**
6.Upornost	.75**	.68**	.67**	.63**	.29**	.76**
7.Upitnik otpornosti	.64**	.60**	.63**	.62**	.63**	.74**

** $p < .01$

Kako bi ispitivali divergentnu valjanost korišten je konstrukt emocionalne inteligencije kojeg smo mjerili s UEK-15. Rezultati korelacijske analize Upitnika otpornosti i UEK-15 prikazani su u Tablici 4. Koeficijenti povezanosti su značajni, ali su iznosi niske do srednje vrijednosti, odnosno ispod .60. Iz navedenih podataka možemo zaključiti kako je divergentna valjanost Upitnika otpornosti zadovoljavajuća.

Tablica 4

Prikaz divergentne valjanosti – prikaz korelacija između Upitnikom emocionalne inteligencije (UEK-15) i Upitnika otpornosti sa subskalama

	UPITNIK EMOCIONALNE INTELIGENCIJE
Percipirana samoeфикаsnost	.44**
Suočavanje sa stresom	-.26**
Duhovnost	.17**
Bliski odnosi	.49**
Sposobnost brzog oporavka	.37**
Upornost	.50**
Upitnik otpornosti	.48**

**p<.01

DIJAGNOSTIČKA VALJANOST

Za ispitivanje dijagnostičke valjanosti Upitnika otpornosti korištena je hijerarhijska regresijska analiza, pri čemu je kriterij bio konstrukt subjektivne sreće. Dobiveni podaci prikazani su u Tablici 5. Multikolinearnost u ovom modelu nije problem, budući da najveća vrijednost VIF iznosi 1.05, a sve vrijednosti za *Tolerance* veće su od 0.1 i ne prelaze 1. Vrijednost Durbin-Watson testa (1.92) je unutar dozvoljenog intervala što nam govori da su reziduali u ovom modelu nezavisni. Modelom je objašnjeno 20.1% varijance subjektivne sreće.

Kako je vidljivo u Tablici 5, kontrolna varijabla dob se pokazala značajnim prediktorima subjektivne sreće u prvom koraku hijerarhijske regresijske analize. Nakon uvođenja Upitnika otpornosti u drugom koraku, kontrolna varijabla prestaje biti značajna, dok Upitnik otpornosti pokazuje značajnost kao prediktor subjektivne sreće.

Tablica 5

Prikaz dijagnostičke valjanosti Upitnika otpornosti testiranog na kriteriju Subjektivne sreće

VARIJABLA	B	95% CI za B		SD B	β	R2	$\Delta R2$
		LL UL					
1. KORAK						.02	
konstanta	18.24	16.86	19.56	.70			
Dob	.06	.03	.11	.02	.15		
2. KORAK						.20	.18
konstanta	4.51	.52	8.48	1.57			
Dob	.03	-.01	.06	.02	.06		
Upitnik otpornosti	.69	.50	.87	.07	.43		

B – nestandardizirani beta koeficijent. CI stupnjevi slobode. LL – donja granica. UL – gornja granica. SD – standardna devijacija. β – standardizirani beta koeficijent. R2 – koeficijent determinacije. $\Delta R2$ – promjena koeficijenta determinacije. * $p < .05$. ** $p < .01$

INKREMENTALNA VALJANOST

Kako bi se provjerilo objašnjava li konstruirani upitnik dodatni dio varijance konstrukta subjektivne sreće uz već postojeću mjeru otpornosti, provedena je hijerarhijska regresijska analiza čiji su rezultati pokazani u Tablici 6.

Tablica 6

Prikaz inkrementalne valjanosti Upitnika otpornosti testiranog na kriteriju Subjektivne sreće

VARIJABLA	B	95% CI za B		SD B	β	R2	$\Delta R2$
		LL UL					
1. KORAK						.02	
konstanta	18.23	16.94	19.52	.70			
Dob	.06	.03	.10	.02	.15		
2. KORAK						.32	.30
konstanta	2.39	-.94	6.17	1.32			
Dob	.02	-.01	.06	.02	.05		
CD-RISC	.17	.14	.21	.01	.56		
3. korak						.32	.00
konstanta	1.82	-2.26	6.61	1.48			

Dob	.02	-.01	.05	.02	.05		
CD-RISC	.16	.12	.20	.02	.52		
Upitnik otpornosti	.08	-.17	.32	.10	.05		

B – nestandardizirani beta koeficijent. *CI* stupnjevi slobode. *LL* – donja granica. *UL* – gornja granica. *SD* – standardna devijacija. β – standardizirani beta koeficijent. *R*₂ – koeficijent determinacije. ΔR ₂ – promjena koeficijenta determinacije. * $p < .05$. ** $p < .01$

Vrijednost Durbin-Watson testa (1.95) u dozvoljenom je intervalu, a multikolinearnost u ovom modelu također nije problem budući da najveća vrijednost VIF iznosi 2.22, a sve vrijednosti za Tolerance veće su od 0.1 i ne prelaze 1. Rezultati pokazuju kako Upitnik otpornosti objašnjava dodatnih 0.1% varijance kriterija subjektivne sreće. CD-RISC je značajan prediktor u drugom bloku, te njegova značajnost ostaje unatoč uvođenju prediktora, Upitnika otpornosti, u trećem bloku. Ovime možemo zaključiti kako novokreirani Upitnik otpornosti ne doprinosi dodatnim objašnjenjem varijance subjektivne sreće.

RASPRAVA

Ovo istraživanje provedeno je s ciljem konstrukcije i validacije Upitnika otpornosti. U dosadašnjim istraživanjima mogu se uočiti razlike u definiranju otpornosti pa se tako otpornost može definirati prema tri glavne struje autora (Fletcher i Sarkar, 2013). Prema jednoj skupini autora, otpornost se smatra osobinom, tj. skupom karakteristika koje pojedinca čine otpornijim (Block i Block 1980, prema Fletcher i Sarkar 2013). Prema drugoj skupini, ona pak predstavlja proces nošenja sa stresom (Southwick i sur., 2014), dok se treća skupina autora odlučila za definiciju u kojoj se otpornost smatra urođenom vrlinom i prepoznaje se mogućnost poticanja urođenih snaga kod pojedinca (Richardson, 2002). Uzevši u obzir sve dosadašnje načine definiranja otpornosti, ovim se radom nudi definicija otpornosti kao dinamičnog procesa oporavka nakon životnih nedaća koji uključuje sposobnost prilagodbe (adekvatna reakcija na promjene u okolini, prihvaćanje, fleksibilnost), ustrajnost (kontinuirano ulaganje napora unatoč poteškoćama) i efikasne strategije nošenja s problemima (npr. traženje socijalne potpore, usmjerenost na zadatak, uspješno nošenje sa stresom).

Tijekom konstrukcije Upitnika otpornosti pretpostavilo se da će se čestice, prema njihovu sadržaju, grupirati u 3 faktora, no dobivena faktorska struktura nije u skladu s predviđenom. Suprotno predviđenom, dobiveno je 6 faktora. Pretpostavljeni faktor *Sposobnost prilagodbe* rasčlanio se na dva uža faktora - *Suočavanje sa stresom* i *Sposobnost brzog oporavka*. Faktor *Ustrajnosti* preimenovan je u sadržajno prikladniji naziv *Upornost*, dok se treći pretpostavljeni faktor *Efikasne strategije nošenja sa stresom* tijekom analize rasčlanio na *Percipiranu samoeфикаsnost*, *Duhovnost* i *Bliske odnose*. Dobivena struktura i dalje odgovara teorijskim pretpostavkama, međutim statističkom analizom dobiveni su više specifični faktori od pretpostavljenih.

Kao što je vidljivo iz ranije opisanih rezultata, upitnik pokazuje dobre psihometrijske karakteristike. Pouzdanost svih faktora je visoka. Nadalje, dobiveni rezultati pokazuju da Upitnik otpornosti ima dobru konvergentnu valjanost. Značajna povezanost s ukupnim rezultatom korištene Connor-Davidson skale otpornosti (CD-RISC) pokazuje da Upitnik otpornosti značajno objašnjava konstrukt otpornosti. Prilikom analize povezanosti ukupnog rezultata CD-RISC-a i faktora Upitnika otpornosti uočeno je kako *Duhovnost* i *Suočavanje sa stresom* značajno, ali nisko koreliraju s ukupnim rezultatom CD-RISC-a. Iz ranije navedenih rezultata, može se zaključiti da Upitnik otpornosti ne mjeri konstrukt emocionalne inteligencije, ali ima zadovoljavajuću divergentnu valjanost. Nadalje, dobivena značajna pozitivna povezanost između otpornosti i subjektivne sreće znači da osobe koje postižu više rezultate na Upitniku otpornosti u prosjeku ostvaruju i više rezultate na Skali subjektivne sreće, dok obrnuto vrijedi za one s nižim rezultatima na Upitniku otpornosti. Sve to upućuje na dobru dijagnostičku valjanost Upitnika otpornosti. Ovakvi rezultati u skladu su s prethodnim istraživanjima koja su se bavila ovom temom. Smith i Hollinger-Smith (2015) pronašli su da je otpornost značajni prediktor sreće i zadovoljstva životom, a do istih saznanja došli su i Geitsidou i Giovazolias (2016). Ovakvi nalazi upućuju na to da bi radionice usmjerene na razvoj otpornosti mogle doprinijeti povećanju subjektivne dobrobiti. Kako su *Bliski odnosi* jedan od najvažnijih faktora koji utječe na otpornost (Geitsidou i Giovazolias, 2016), radionice fokusirane na razvoj stabilnih i sigurnih odnosa s drugima bile bi posebno korisne. Konačno, iako su psihometrijske karakteristike upitnika dobre, inkrementalna valjanost je vrlo niska, odnosno novokreirani Upitnik otpornosti ne doprinosi dodatnom objašnjenju varijance subjektivne sreće. Ipak, vrijednost ovog upitnika leži u tome što je proveden na hrvatskoj populaciji.

Tijekom provođenja istraživanja opaženo je nekoliko nedostataka. Prije svega, tu je nedostatak samog upitnika čije se čestice u većini slučajeva referiraju na neke životne nedaće (razni izazovi, stresni događaji, teška životna razdoblja i slično) bez provjere toga koliko su sudionici ustvari doživjeli životnih nedaća. Naime, moguće je da i dosadašnje životne prilike utječu na razvoj otpornosti (Fletcher i Sarkar, 2013) zbog čega bi u upitnik bilo korisno na neki način uključiti i tu varijablu. Nadalje, upitnik ne uzima u obzir da otpornost može varirati od situacije do situacije, odnosno npr. osoba može biti izrazito otporna na izazove u poslovnom kontekstu dok isto ne mora vrijediti i za bliske odnose. Što se pak tiče samog istraživanja, jedan od nedostataka je upotrijebljena metoda prikupljanja podataka. Naime, upitnik je osobno prosljeđen pojedinim sudionicima te objavljen na nekolicini internetskih stranica koje posjećuju ciljne skupine nakon čega su sudionici sami širili obrazac upitnika. Ovime je povećana vjerojatnost prikupljanja sudionika sličnijih karakteristika, negoli slučajnim uzorkovanjem. Osim toga, individualne razlike među sudionicima mjerene su metodom samoiskaza koja sa sobom donosi sumnju u pristranost tijekom odgovaranja (Paulhus, 2017). S obzirom na to da upitnik uključuje čestice osjetljivog sadržaja, postoji mogućnost da su neki sudionici težili davati socijalno poželjne odgovore, a takva pristranost u odgovaranju utječe na krajnji rezultat tj. na prikaz stvarnih individualnih razlika. Jedan od načina kako smanjiti broj socijalno poželjnih odgovo-

ra je naglašavanjem anonimnosti i povjerljivosti prilikom prikupljanja podataka što je i učinjeno u uputi koju su sudionici mogli pročitati prije početka ispunjavanja. Nadalje, prikupljanje podataka putem internetskog obrasca također omogućava osjećaj anonimnosti jer ne uključuje fizički kontakt, a sudionici upitnik mogu ispuniti u privatnosti svog doma. Suprotno tomu, povećani broj socijalno poželjnih odgovora mogao se pojaviti kod sudionika koji su upitnik ispunjavali metodom papir - olovka, naročito jer su upitnik rješavali na radnome mjestu gdje postoji strah da će biti narušena anonimnost i privatnost od strane radnih kolega. Još jedan od nedostataka ove studije utvrđivanja valjanosti upitnika otpornosti jest taj što dobiveni rezultati nisu validirani u odnosu na objektivne mjere poput bihevioralnih ili bioloških mjera otpornosti. Provjerom ovih mjera povećala bi se vjerodostojnost upitnika. Dodatno, u istraživanju nije bilo moguće u potpunosti kontrolirati varijablu dobi i roda stoga broj sudionika iz pojedinih dobnih i rodni skupina nije reprezentativan za hrvatsku populaciju. U svrhu daljnjeg utvrđivanja valjanosti Upitnika otpornosti preporučaju se istraživanja u različitim situacijama (npr. na poslu, tijekom školovanja i sl.) te ona koja bi obuhvaćala i ranije spomenute objektivne mjere otpornosti.

ZAKLJUČAK

Zbog nepostojanja suglasnosti oko definiranja konstrukta otpornosti kreiran je novi upitnik koji obuhvaća već spomenuta karakteristična područja otpornosti. Kreirana definicija otpornosti obuhvaća područja prilagodbe, ustrajnosti i uspješnog nošenja s problemima. Prilikom testiranja metrijskih karakteristika novonastalog upitnika dobivena je struktura od 6 faktora sa zadovoljavajućom pouzdanosti na razini faktora i razini cijelog upitnika. Dobra konvergentna i zadovoljavajuća divergentna valjanost upitnika provjerena s upitnikom CD-RISC i UEK - 15 pokazuju da Upitnik otpornosti uistinu mjeri otpornost te da se razlikuje od sličnog konstrukta, emocionalne inteligencije što je vrlo bitno zbog velikog preklapanja samih konstrukata i česte zamjene istih u literaturi. Ispitivanjem kriterijske valjanosti pokazano je da se Upitnik otpornosti može koristiti za predviđanje subjektivne sreće. Štoviše, ispitivanjem inkrementalne valjanosti pokazano je da je Upitnik otpornosti bolji prediktor subjektivne sreće nego CD-RISC koji je korišten kao uzor za kreiranje upitnika što je očekivano s obzirom na to da definicija otpornosti u ovom radu obuhvaća više različitih područja koji se vežu uz otpornost. Konkretnije, Upitnik otpornosti u sebi sadrži faktor *Suočavanje sa stresom* što je jedna od strategija nošenja s problemima. S obzirom na uzorak na kojem je upitnik validiran preporučuju se dodatna istraživanja s reprezentativnim uzorkom te istraživanja u kojima će se kontrolirati utjecaj dobi i roda te drugih konstrukata koji mogu utjecati na razinu otpornosti kod pojedinaca.

LITERATURA

- Agaiibi, C. E. i Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence and Abuse*, 6, 195-216. <https://doi.org/10.1177/1524838005277438>
- Connor, K. M. i Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Fletcher, D. i Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>
- Geitsidou, A. i Giovazolias, T. (2016). Intimate Partner Acceptance-Rejection and Subjective Well-Being: What is the Role of Resilience?. *Journal of Child and Family Studies*, 25(11), 3260-3269. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0493-7>
- Gu, Q. i Day, C. (2007). Teachers resilience: A necessary condition for effectiveness. *Teaching and Teacher Education*, 23(8), 1302-1316. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2006.06.006>
- Jackson, D., Firtko, A. i Edenborough, M. (2007). Personal resilience as a strategy for surviving and thriving in the face of workplace adversity: a literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 60, 1-9. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04412.x>
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000245>
- Leipold, B. i Greve, W. (2009). Resilience: A conceptual bridge between coping and development. *European Psychologist*, 14, 40-50. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.14.1.40>
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. i Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. U D. Cicchetti i D. J. Cohen (Ur.), *Developmental psychopathology: Risk, disorder, and adaptation* (str. 739-795). John Wiley & Sons, Inc.
- Lyubomirsky, S. i Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social indicators research*, 46(2), 137-155. <https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- Masten, A. S., Best, K. M. i Garmezy, M. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005812>
- Merrell, K. W., Levitt, V. H. i Gueldner, B. A. (2010). Proactive strategies for promoting social competence and resilience. *Practical handbook of school psychology: Effective practices for the 21st century*, 254-273.
- Merriam-Webster (2018). Resilient. U Merriam-Webster.com. Preuzeto 21. listopada 2018. s <https://www.merriam-webster.com/dictionary/resilient>
- Mummery, W. K., Schofield, G. i Perry, C. (2004). Bouncing back: The role of coping style, social support and self-concept in resilience of sport performance. *Athletic Insight*, 6(3), 1-15.
- Paulhus, D. L. (2017). Socially desirable responding on self-reports. *Encyclopedia of personality and individual differences*, 1(5).
- Perez, W., Espinoza, R., Ramos, K., Coronado, H. M. i Cortes, R. (2009). Academic resilience among undocumented Latino students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 31(2), 149-181. <https://doi.org/10.1177/0739986309333020>
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Riulli, L. i Savicki, V. (2003). Information system organizational resilience. *Omega*, 31(3), 227-233.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American journal of orthopsychiatry*, 57(3), 316-331. [https://doi.org/10.1016/S0305-0483\(03\)00023-9](https://doi.org/10.1016/S0305-0483(03)00023-9)
- Smith, B. W., Epstein, E. M., Ortiz, J. A., Christopher, P. J., i Tooley, E. M. (2013). The foundations of resilience: What are the critical resources for bouncing back from stress?. U S. Prince-Embury i D. Saklofske (Ur.), *Resilience in children, adolescents, and adults* (str. 167-187). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-4939-3_13
- Smith, J. L. i Hollinger-Smith, L. (2015). Savoring, resilience, and psychological well-being in older adults. *Aging & Mental Health*, 19(3), 192-200. <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.986647>
- Southwick, S. M., Pietrzak, R. H. i White, G. (2011). Interventions to enhance resilience and resilience-related constructs in adults. *Resilience and mental health: Challenges across the lifespan*, 289-306. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511994791.022>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C. i Yehuda, R. (2014). Resilience definitions,

theory, and challenges: interdisciplinary perspectives.
European journal of psychotraumatology, 5(1), 25338.
<https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>

Takšić, V. (2002). Upitnici emocionalne inteligencije (kompetentnosti) UEK. U: Lacković-Grgin, K., Proroković, A., Čubela, V. i Penezić, Z. (Ur.), Zbirka psiholoških skala i upitnika, (1), 27-41. Zadar: Sveučilište u Zadru, Odjel za psihologiju.

Tusaie, K. i Dyer, J. (2004). Resilience: a historical review of the construct. *Holistic nursing practice*, 18, 3-8.
<https://doi.org/10.1097/00004650-200401000-00002>.