

Adaptacja i walidacja kwestionariusza do pomiaru kryzysu ćwierci życia – *The Developmental Crisis Questionnaire (DCQ-12)*

Adaptation and validation of a quarter-of-life crisis questionnaire – The Developmental Crisis Questionnaire (DCQ-12)

Agnieszka Kulik¹, Monika Dacka², Krzysztof Jurek³, Natalia Mazur⁴

¹ Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Katedra Psychoterapii i Psychologii Zdrowia

² Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Katedra Psychologii Rozwojowej

³ Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Katedra Socjologii Kultury, Religii i Partycypacji Społecznej

⁴ We Love Life Mental Clinic, Warszawa

Summary

Aim. The aim of this article is to introduce the Polish adaptation of the Developmental Crisis Questionnaire (DCQ-12). In Poland, there is currently no tool for measuring the quarter-life crisis, hindering empirical exploration and cognitive understanding of this phenomenon. The DCQ-12, developed by Petrov and colleagues, serves as an age-independent measure of adult developmental crisis for research and applied purposes.

Method. This research was conducted online by an external company specializing in research panels. The sample comprised a total of 1,176 subjects. To assess the psychometric properties of the scale, internal structure analyses, including exploratory and confirmatory factor analyses, were performed as well as validity assessment.

Results. Statistical analyses indicated that the Polish adaptation of the DCQ-12 is a reliable tool for examining the severity of the quarter-life crisis and its components. The obtained results confirm the tool's structure, with psychometric properties in the Polish study comparable to the original data. The Cronbach's α for the entire scale was 0.78 which suggests that the reliability of the questionnaire is satisfactory and acceptable.

Conclusions. The Polish version of the DCQ-12 demonstrated good psychometric properties. Its utilization in therapeutic practice can be particularly beneficial and provide insights into specific aspects of the quarter-life crisis.

Słowa kluczowe: kryzys ćwierci życia, metoda ilościowa, ocena psychometryczna

Key words: quarter-life crisis, quantitative method, psychometric assessment

Wstęp

Wschodząca dorosłość to okres rozwojowy trwający od 18. do 29. roku życia, pomiędzy okresami dorastania i dorosłości [1]. Definiowany jest jako czas poszukiwania i odkrywania własnej tożsamości, czemu towarzyszy poczucie wolności oraz zaangażowanie w obszarze miłości, edukacji i pracy [2]. Do cech opisujących wschodzącą dorosłość zalicza się ponadto poczucie niestabilności i niepewności, indywidualizm, skłonność do koncentracji na sobie, a także dążenie do uzyskania autonomii i odrzucanie realizacji zadań rozwojowych, m.in. wejścia w związek małżeński, założenia rodziny i posiadania pracy [1, 3].

W literaturze przedmiotu podkreśla się ujawnianie się wyraźnych różnic w indywidualnych i rozwojowych przestrzeniach życia młodych osób [4, 5]. Wkraczanie w dorosłość może przyjmować złożone trajektorie rozwojowe [6], znacznie różniące się od standardowych oczekiwań. Uznawane bywa za krytyczny etap rozwoju człowieka, w którego trakcie dokonują się zmiany zarówno korzystne, jak i niekorzystne. Do pozytywnych zalicza się odkrywanie siebie i swojego otoczenia, podejmowanie różnych ról i zadań rozwojowych. Wśród zmian negatywnych wymienia się zaniepokojenie, przynębienie, utratę sensu życia, trudności ze zdrowiem psychicznym, podejmowanie zachowań ryzykownych, frustrację i rozczarowanie dotychczasowymi osiągnięciami w różnych sferach życia [1–6].

Robinson i wsp. [9] wykazali, że osoby w wieku 20–29 lat doświadczają tzw. kryzysu ćwierćwiecza (kryzysu ćwierci życia). Najczęściej wiąże się on z doświadczeniem zablokowania realizacji obowiązku zatrudnienia bądź nawiązania relacji uczuciowej, odczuwaniem niestabilności i niepewności funkcjonowania, poczuciem słabego dopasowania do różnych ról życiowych i słabo rozwiniętym poczuciem tożsamości [7, 8]. Atwood i Scholtz [10, s.241] określają go jako „rodzaj kryzysu emocjonalnego wśród dwudziestolatków – poczucie odosobnienia, izolacji, nieadekwatności i zwątpienia w siebie, połączonego z lękiem przed porażką”, który powadzi do wycofywania się z realizacji potencjalnych zadań rozwojowych i życiowych [11]. Towarzyszyć może mu bezradność, izolacja, zwątpienie we własne możliwości [12]. Wśród innych symptomów kryzysu ćwierćwiecza wymienia się poczucie braku celów, pragnień, brak osiągnięć, niechęć do wejścia w dorosłe życie, skłonność do porównywania własnych osiągnięć z osiągnięciami innych osób, poczucie bezużyteczności, niezadowolenie z siebie, dezorientację tożsamości, niepewność, presję ze strony rodziny lub innych osób [13].

Koncepcja kryzysu ćwierci życia Robinsona i wsp. [9] wynika z rozumienia dylematu rozwojowego „zaangażowanie–niezależność”. Badacze zauważyli, że młodzi ludzie mogą doświadczać dwóch rodzajów sytuacji trudnych przy jego rozwiązywaniu [7–9]. Pierwsza sytuacja wiąże się z poczuciem braku możliwości wejścia w rolę dorosłego (kryzys typu zablokowanie), druga dotyczy poczucia uwięzienia w roli dorosłego (kryzys typu zamknięcie). Rozwiązanie tych sytuacji przebiega według czterech faz – etapów kryzysu: (1) na początku pojawia się poczucie bycia uwięzionym w sytuacji, która nie jest satysfakcjonująca, (2) następnie przychodzi poczucie separacji od sytuacji definiowanej w fazie 1, dystansowanie się psychiczne i fizyczne od

niesatysfakcjonujących zobowiązań, któremu może towarzyszyć poczucie zamieszania i dezorientacji, motywujące do unikania nowych zobowiązań i wymagające czasu na osiągnięcie dystansu wobec problemu, (3) później następuje poszukiwanie sposobów na życie bardziej zgodne z własnymi wartościami i aspiracjami, eksplorowanie nowych możliwości rozwojowych, (4) w ostatniej fazie dokonuje się przemiana i odbudowa związane z zaangażowaniem w długoterminowe zobowiązania i posiadaniem jasnych celów w życiu.

Pozytywne rozwiązanie kryzysu jest szansą na bardziej autentyczne życie i wiąże się z poczuciem autonomii. Kryzys może być jednak także zagrożeniem rozwoju, powodując trudności z samookreśleniem się [9]. Kryzys ćwierci życia zagraża niewątpliwie zdrowiu młodych osób, ponieważ może doprowadzić do zaburzeń zdrowia psychicznego, depresji i innych trudności psychicznych [11]. Zjawisko to jest przy tym stosunkowo nowym problemem badawczym, dlatego wszelkie analizy koncentrują się w większości na badaniach fenomenologicznych, gromadzących opis doświadczeń młodych ludzi. Na przestrzeni prawie dwudziestu lat prac badawczych korzystano głównie z różnych form wywiadu, obserwacji i studium przypadku. Narzędzia ilościowe o sprawdzonych właściwościach psychometrycznych pojawiły się dopiero w drugiej dekadzie XXI wieku [14–18].

W 2021 roku na podstawie modelu kryzysów Eriksona, etapów rozwojowych Levinsona oraz wyników badań jakościowych zespół pod kierunkiem Robinsona opracował *Kwestionariusz kryzysu rozwojowego (Developmental Crisis Questionnaire – DCQ-12)* [19]. Składa się on z 12 twierdzeń, do których badany ustosunkowuje się na pięciostopniowej skali typu Likerta: od „zupełnie się nie zgadzam” (1) do „całkowicie się zgadzam” (5), oceniając, czy podane stwierdzenia w ogólny sposób opisują jego życie w ciągu ostatnich sześciu miesięcy lub w zbliżonym okresie, z uwzględnieniem innych, wyjątkowych doświadczeń w stosunku do dotychczasowego dorosłego życia. Narzędzie mierzy nasilenie kryzysu i trzy jego komponenty, takie jak: (1) „Alienacja i dystres” (poczucie utraty sensu i celu życia, zakwestionowanie dotychczasowego życia, doświadczenie nasilonych emocji negatywnych), (2) „Brak jasności sytuacji i kontroli” (poczucie niestabilności i utraty kontroli nad swoim życiem, poczucie braku osobistych zasobów niezbędnych do poradzenia sobie z niepewnymi wymaganiami życia), (3) „Zmiana i punkt zwrotny” (doświadczenie zmiany w życiu, przechodzenie przez ważny „punkt zwrotny” i świadomość zmiany sposobu myślenia o swoim życiu). Nasilenie kryzysu wyrażone jest sumą odpowiedzi ze wszystkich skal. Zdaniem autorów, jeśli dana osoba uzyska 42 punkty lub więcej, świadczy to o występowaniu kryzysu, a jeżeli będzie miała 41 punktów lub mniej, to nie doświadcza kryzysu. Współczynnik α Cronbacha dla całej skali wynosi 0,79, dla poszczególnych czynników zaś: 0,78 dla „Alienacji i dystresu”, 0,76 dla „Braku jasności sytuacji i kontroli” oraz 0,72 dla „Zmiany i punktu zwrotnego”. Konfirmacyjna analiza czynnikowa wykazała adekwatne dopasowanie modelu (GFI = 0,910, CFI = 0,911, RMSEA = 0,082) [19].

Cel badań

Celem badań było przeprowadzenie polskiej adaptacji *Kwestionariusza kryzysu rozwojowego* (DCQ-12). W Polsce nie powstało dotąd narzędzie pozwalające na dokonanie pomiaru kryzysu ćwierci życia, co uniemożliwia empiryczną eksplorację i poznawcze wyjaśnienie tego zjawiska. DCQ-12 jest narzędziem wysoce spójnym koncepcyjnie z holistycznym modelem kryzysu wczesnej dorosłości, teorią kryzysu Caplana, teoriami rozwojowymi Eriksona i Levinsona i spełnia wymagania psychometryczne (zadowolająca trafność, rzetelność). Został opracowany w środowisku europejskim, co jest ważne ze względu na kulturową wrażliwość badanego zjawiska. Aspekt ten może mieć istotne znaczenie dla planowania oddziaływań terapeutycznych.

Material

W badaniu wzięło udział 1176 osób (57,2% K; 41,2% M; 0,9 inna; 0,7 nie chce ujawniać) w wieku 23–29 lat ($M = 25,9$ lat; $SD = 2,1$ lat), w większości pochodzących z miasta (69,7% miasto; 30,3% wieś). Badanymi byli studenci (w tym studenci pracujący – 33,6%), osoby pracujące (33,3) i bezrobotne (33,1%). W celu uzyskania dwóch wzajemnie niezależnych prób i przeprowadzenia eksploracyjnej analizy czynnikowej (EFA) oraz konfirmacyjnej analizy czynnikowej (CFA) osoby poddane badaniu podzielono losowo na dwie grupy: próba 1 – EFA ($N = 623$), próba 2 – CFA ($N = 553$).

Metoda

Procedura

Komisja Etyki Badań Naukowych Instytutu Psychologii Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II (KEBN_8/2023) zaakceptowała projekt przystosowania *Kwestionariusza kryzysu rozwojowego* (DCQ-12) Petrova i współpracowników do warunków polskich. Proces adaptacji przebiegał w trzech etapach: przygotowanie narzędzia, przeprowadzenie badań kwestionariuszowych, analiza statystyczna.

Pierwszy etap procesu adaptacji polegał na przetłumaczeniu instrukcji i itemów z języka angielskiego na język polski, z wykorzystaniem poprawek naniesionych przez autorów oryginału [19, 20]. Tłumaczenie zostało wykonane przez dwóch niezależnych tłumaczy. Uzgodniona wspólna polska wersja narzędzia została następnie poddana tłumaczeniu zwrotnemu przez trzech tłumaczy. Przygotowana wersja zwrotnego tłumaczenia została przesłana do autora metody z prośbą o akceptację tłumaczenia. Propozycja została zaakceptowana.

W drugim etapie procesu adaptacji przeprowadzono badania kwestionariuszowe online. Zadanie to zlecono firmie zewnętrznej specjalizującej się w prowadzeniu paneli badawczych. Na podstawie danych z GUS [21, 22] i kalkulatora wielkości próby (błąd max. 5%) uzyskano konieczną wielkość próby: po 384 osób dla grupy studentów (w tym studentów pracujących) i grupy osób pracujących oraz 383 dla grupy osób bezrobotnych. Uwzględniono również proporcje związane z płcią. Umowa z wykonawcą

zawierała zapisy o ochronie danych osobowych. Oprócz ankiety wstępnej i DCQ-12 badani wypełniali następujące kwestionariusze: *Skalę satysfakcji z życia* (SWLS, Diener i wsp.) w polskiej adaptacji Juczyńskiego [23], *Skalę samooceny Rosenberga* (SES) w polskiej adaptacji Łaguny i wsp. [24], *Skalę depresji CES-D* (Andresen i wsp.) w polskiej adaptacji Jankowskiego [25], *Skalę poczucia alienacji „Z”* (SPA) Turskiej-Kawy [26] oraz *Test sensu życia* (PIL, Crumbaugh i Maholick) w opracowaniu Życińskiej i Januszka [27]. Dobór dodatkowych narzędzi wynikał z procedury zastosowanej przez autorów oryginału i możliwości prawnych wykorzystania skal w polskich badaniach online.

Trzeci etap procesu adaptacji polegał na sprawdzeniu właściwości psychometrycznych skali przez: analizę struktury wewnętrznej za pomocą analiz czynnikowych: eksploracyjnej i confirmacyjnej, oszacowanie rzetelności – obliczenie współczynnika alfa Cronbacha, ustalenie trafności teoretycznej i kryterialnej kwestionariusza. Trafność metody ustalono na podstawie analizy wewnętrznej struktury testu i analizy powiązań DCQ-12 z narzędziami identyfikującymi zmienne, które teoretycznie powinny korelować z kryzysem rozwojowym.

Analizy statystyczne

Zgodność wewnętrzną kwestionariusza oceniono za pomocą współczynnika alfa Cronbacha ($>0,7$). W celu wykrycia struktury zależności występujących między zmiennymi wskaźnikowymi przeprowadzono eksploracyjną analizę czynnikową (metoda EFA, PA [metoda osi głównej]). W pierwszej kolejności sprawdzono założenia związane z realizacją EFA. Miara adekwatności doboru zmiennych Kaisera-Mayera-Olkina (KMO) potwierdziła, że współczynniki korelacji cząstkowej analizowanych zmiennych są małe. Z kolei do oceny, czy macierz korelacji jest macierzą unitarną, wykorzystano test sferyczności Bartletta. Zastosowano metodę rotacji ukośnej (nieortogonalnej). Do zbadania adekwatności wynikowego modelu czynnikowego użyto confirmacyjnej analizy czynnikowej (CFA). Aby ocenić dopasowanie modelu, w badaniu wykorzystano szereg wskaźników dopasowania modelu, w tym: znormalizowany χ^2 (*the ratio of chi-square to degrees of freedom – χ^2/df*); porównawczy wskaźnik dopasowania (*Comparative Fit Index – CFI*); wskaźnik Tuckera-Lewisa (TLI); pierwiastek średniokwadratowego błędu aproksymacji (*Root Mean Square Error of Approximation – RMSEA*); wystandaryzowany pierwiastek średniego kwadratu reszt (*Standardized Root Mean Square Residual – SRMR*).

Trafność zbieżną oceniano za pomocą proporcji przeciętnej wariancji wyodrębnionej (*Average Variance Extracted – AVE*), której wartość powinna wynosić co najmniej 0,5. Ponadto dla czynników wskazano rzetelność łączną (*Composite Reliability – CR*), której wartość powinna wynosić co najmniej 0,7. Do analizy statystycznej danych wykorzystano pakiety SPSS, wersja 29.0 i AMOS (SPSS, Chicago, IL, USA).

Wyniki

Podczas zbierania danych założono, że mogą wystąpić różnice kulturowe związane ze statusem badanych (student, pracownik, osoba bezrobotna) i płcią (kobieta, mężczyzna, inna). Przed przystąpieniem do zasadniczych analiz wykonano porównania międzygrupowe, które nie wykazały istotnych statystycznie różnic. W związku z tym adaptację narzędzia przeprowadzono na całej grupie, dzieląc ją losowo na dwie części na potrzeby analiz statystycznych.

Eksploracyjna analiza czynnikowa (EFA)

Współczynnik Kaisera-Meyera-Olkina (KMO) wyniósł 0,833, a test sferyczności Bartletta był istotny ($\chi^2 = 3484,51$; $p < 0,001$). Kryterium Kaisera o wartości własnej > 1 , wykres osypiska i metoda PA (rotacja Oblimin) dały rozwiązanie trójczynnikowe, które wyjaśniło 58,23% całkowitej wariancji. Rotowane ładunki macierzy czynnikowej były większe niż 0,5 (tab. 1).

Tabela 1. Kwestionariusz kryzysu rozwojowego (DCQ-12):
wyniki analizy eksploracyjnej metodą PA wraz z rotacją Oblimin

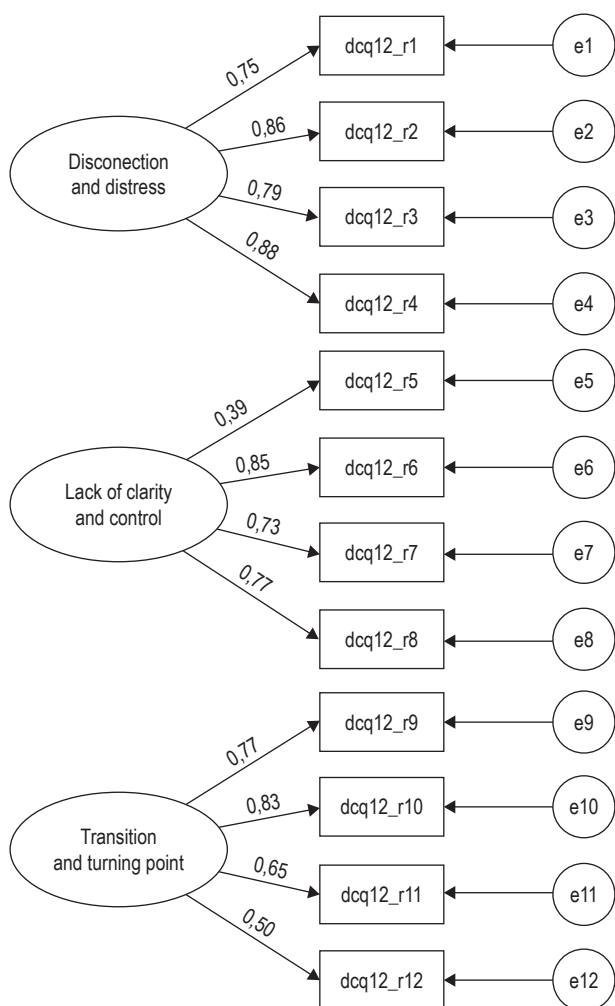
| Nr twierdzenia kwestionariusza | Czynnik 1 | Czynnik 2 | Czynnik 3 |
|--------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| Twierdzenie 1 | 0,720 | 0,095 | -0,015 |
| Twierdzenie 2 | 0,847 | -0,104 | -0,027 |
| Twierdzenie 3 | 0,790 | 0,094 | -0,038 |
| Twierdzenie 4 | 0,869 | -0,090 | 0,020 |
| Twierdzenie 5 | 0,108 | 0,192 | 0,520 |
| Twierdzenie 6 | -0,103 | -0,055 | 0,818 |
| Twierdzenie 7 | -0,028 | -0,143 | 0,813 |
| Twierdzenie 8 | -0,085 | 0,088 | 0,737 |
| Twierdzenie 9 | 0,015 | 0,756 | -0,088 |
| Twierdzenie 10 | 0,007 | 0,748 | -0,006 |
| Twierdzenie 11 | -0,068 | 0,725 | 0,042 |
| Twierdzenie 12 | 0,036 | 0,564 | 0,089 |

Źródło: badania własne.

Konfirmacyjna analiza czynnikowa (CFA)

Wynik eksploracyjnej analizy czynnikowej wskazujący, że narzędzie jest trafne i rzetelne, nie wystarczy do tego, aby można było potwierdzić, że model koncepcyjny jest całkowicie identyczny lub zgodny z konstrukcją teoretyczną. Aby sprawdzić, czy skonstruowany model został potwierdzony danymi empirycznymi, przeprowadzono

testy ważności i wiarygodności konstrukcji przez confirmacyjną analizę czynnikową pierwszego rzędu. Testowano dwa modele. Model 1 był bezwymiarowy, na każdą pozycję wpływał jeden wspólny czynnik i warunek obejmujący błąd systematyczny i losowy. Ładunki czynnikowe dla modelu jednoczynnikowego wahały się od 0,05 do 0,86. Wskaźniki nie były akceptowalne: CMIN/DF=1570,70; wartość $p < 0,001$; CFI=0,552 (dopuszczalny jest próg $>0,95$); TLI = 0,452 (dopuszczalny jest próg $>0,90$); SRMR = 0,186 (dopuszczalny jest próg $<0,08$); RMSEA=0,212 (dopuszczalny jest próg $<0,05$ i $<0,08$). Drugi model uwzględniał trzy skorelowane czynniki („skorelowane cechy”). Założono, że wariancję każdej pozycji stanowi ważona funkcja liniowa czynników. Ładunki czynnikowe dla modelu trójczynnikowego wahały się od 0,39 do 0,88 (rys.). Uzyskane wyniki świadczą o dobrym dopasowaniu modelu



Rysunek. Wyniki konfirmacyjnej analizy czynnikowej (CFA) – rozwiązanie z 3 czynnikami (AMOS)

Legenda:

- „Disconnection and distress” – „Alienacja i dystres”
- „Lack of clarity and control” – „Brak jasności sytuacji i kontroli”
- „Transition and turning point” – „Zmiana i punkt zwrotny”

do danych: CMIN/DF = 4,185; wartość $p < 0,001$; CFI = 0,961 (próg akceptowalny $>0,95$); TLI = 0,928 (próg akceptowalny $>0,90$); SRMR = 0,062 (próg akceptowalny $<0,08$); RMSEA = 0,076 (próg akceptowalny $<0,08$).

Rzetelność

Wewnętrzna spójność polskiej wersji DCQ-12 była zadowalająca (alfa Cronbacha = 0,776; 0,887 dla czynnika „Alienacja i dystres”; 0,804 dla czynnika „Brak jasności sytuacji i kontroli” oraz 0,789 dla czynnika „Zmiana i punkt zwrotny”). Wartości AVE i CR dla czynnika „Alienacja i dystres” wyniosły odpowiednio 0,68 oraz 0,89, dla czynnika „Brak jasności sytuacji i kontroli” 0,51 i 0,79, natomiast dla czynnika „Zmiana i punkt zwrotny” 0,50 oraz 0,79.

Wynik DCQ-12 wahał się od 14 do 60 punktów (12 pozycji). Średnia dla całej grupy wyniosła 36,91 (tab. 2). Wyniki w poszczególnych czynnikach były ze sobą skorelowane (tab. 3). Wynik surowy ogólny został przeliczony na wystandaryzowaną skalę stenową (tab. w Aneksie 1). Na tej podstawie wykazano, że wyniki wysokie (sten 7–10) mieszczą się w przedziale od 41 do 60. Przyjęto, że wynik ogólny w skali równy 41 punktów lub więcej świadczy o występowaniu kryzysu, natomiast 40 punktów lub mniej o jego braku.

Tabela 2. Charakterystyka opisowa wyników
Kwestionariusza kryzysu rozwojowego (DCQ-12)

| | M | Me | SD | Skośność | Kurtoza | Min. | Max. |
|-----------------------------------|-------|-------|------|----------|---------|-------|-------|
| Alienacja i dystres | 12,49 | 12,00 | 4,03 | -0,10 | -0,49 | 4,00 | 20,00 |
| Brak jasności sytuacji i kontroli | 10,88 | 11,00 | 3,15 | 0,22 | 0,27 | 4,00 | 20,00 |
| Zmiana i punkt zwrotny | 13,54 | 13,00 | 3,10 | -0,02 | -0,08 | 4,00 | 20,00 |
| DCQ-12 – wynik ogólny | 36,91 | 36,00 | 6,79 | 0,02 | 0,33 | 14,00 | 60,00 |

Źródło: badania własne.

Tabela 3. Kwestionariusz kryzysu rozwojowego (DCQ-12) – korelacje
r Pearsona między czynnikami

| | Alienacja i dystres | Brak jasności sytuacji i kontroli | Zmiana i punkt zwrotny |
|-----------------------------------|---------------------|-----------------------------------|------------------------|
| Alienacja i dystres | – | | |
| Brak jasności sytuacji i kontroli | 0,396** | – | |
| Zmiana i punkt zwrotny | 0,176** | -0,212** | – |
| DCQ-12 – wynik ogólny | 0,858** | 0,602** | 0,463** |

Źródło: badania własne.

Trafność

Tabela 4 przedstawia korelacje Pearsona między czynnikami i wynikiem ogólnym w skali DCQ-12 a skalami mierzącymi kolejno: poziom depresji (CES-D), samooceny (SES), sensu życia (PIL), zadowolenia z życia (SWLS) i poczucia alienacji (*Skala poczucia alienacji* – SPA). Całkowity wynik DCQ-12 był dodatnio skorelowany z depresją i poczuciem alienacji. Ujemne korelacje wykazano między wynikiem ogólnym DCQ-12 a samooceną, satysfakcją z życia i sensem życia.

Tabela 4. Korelacje r Pearsona między DCQ-12 i jego czynnikami a CES-D, PIL, SES, SWLS, SPA

| Skale | DCQ-12 | Alienacja i dystres | Brak jasności sytuacji i kontroli | Zmiana i punkt zwrotny |
|--------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------------------|------------------------|
| CES-D | 0,535 ^{***} | 0,594 ^{***} | 0,153 ^{***} | 0,242 ^{***} |
| PIL | -0,632 ^{***} | -0,678 ^{***} | -0,604 ^{***} | 0,111 ^{***} |
| SES | -0,587 ^{***} | -0,609 ^{***} | -0,504 ^{***} | 0,019 |
| SWLS | -0,557 ^{***} | -0,521 ^{***} | -0,614 ^{***} | 0,081 ^{**} |
| SPA – poczucie bezsilności – mocy | 0,489 ^{***} | 0,473 ^{***} | 0,511 ^{***} | -0,064 [*] |
| SPA – poczucie izolacji – integracji | 0,354 ^{**} | 0,437 ^{***} | 0,249 ^{***} | -0,045 |

* < 0,05; ** < 0,01; *** < 0,001

Źródło: badania własne.

Omówienie wyników

Prezentowane analizy pokazują, że polska adaptacja *Kwestionariusza kryzysu rozwojowego* (DCQ-12) jest wiarygodnym narzędziem do badania nasilenia kryzysu ćwierci życia i jego komponentów. Uzyskane wyniki pozwalają na potwierdzenie struktury narzędzia. Eksploracyjna analiza czynnikowa ujawniła, że poszczególne twierdzenia mają wysokie ładunki macierzy czynnikowej (powyżej 0,6), czyli dobrze funkcjonują w obrębie czynników. Natomiast niektóre twierdzenia w confirmacyjnej analizie czynnikowej mają wartości ładunkowe poniżej 0,6. Są to twierdzenia: 5 (0,39; „Byłam pewna/byłem pewny tego, co muszę zrobić, aby osiągnąć cel w życiu”) i 12 (0,50; „Zauważyłam/zauważyłem, że zmienił się mój sposób myślenia o życiu”). Piąte zdanie współtworzy czynnik „Brak jasności sytuacji i kontroli”, dwunaste – czynnik „Zmiana i punkt zwrotny”. Wartości twierdzenia 12 w obu wersjach są porównywalne. Twierdzenie 5 mimo słabego wyniku pozostawiono w teście, ponieważ wykazywało spójność treściową z uzyskanym czynnikiem. Ponadto wykazano akceptowalne wartości innych wskaźników (CR, AVE). Próba wyjaśnienia wyniku może dotyczyć kontekstu kulturowego procesu wejścia w „świat prawdziwy” i usamodzielnienia się [7–10, 12–15].

Uzyskane w badaniu polskim właściwości psychometryczne są porównywalne z danymi oryginału: α Cronbacha dla całej skali wyniosła 0,78 (oryginał – 0,79), dla skali „Alienacja i dystres” – 0,89 (oryginał – 0,78), „Brak jasności sytuacji i kontroli” – 0,80 (oryginał – 0,76), „Zmiana i punkt zwrotny” – 0,79 (oryginał – 0,72).

Struktura adaptowanego narzędzia

Eksploracyjna analiza czynnikowa ujawniła trójczynnиковą budowę narzędzia. Wyjaśnia ona 68,51% całkowitej wariancji. Strukturę kwestionariusza potwierdziła również konfirmacyjna analiza czynnikowa. Model charakteryzuje się dobrym dopasowaniem (CFI = 0,961; TLI = 0,928; SRMR = 0,062; RMSEA = 0,076). Związki między skalami są niskie (0,18 dla „Zmiana i punkt zwrotny” * „Alienacja i dystres”; –0,21 dla „Zmiana i punkt zwrotny” * „Brak jasności sytuacji i kontroli”) lub umiarkowane (0,40 dla „Brak jasności sytuacji i kontroli” * „Zmiana i punkt zwrotny”). Korelacje skal z wynikiem ogólnym są natomiast od umiarkowanych (0,46 dla „Zmiany i punktu zwrotnego” i 0,60 dla „Braku jasności sytuacji i kontroli”) do wysokich (0,86 dla „Alienacji i dystresu”).

Trafność teoretyczna adaptowanego narzędzia

Dodatni związek między DCQ-12 a nasileniem depresji i alienacji można uznać za wskaźnik trafności zbieżnej. Wcześniejsze prace nad związkiem depresyjności, rozumianej jako poczucie beznadziejności (skala Becka), i kryzysu ćwierci życia (DCQ-12) u młodzieży pokazują, że nasilenie negatywnego nastawienia do przyszłości, postrzeganie jej jako niejasnej i niepewnej, poczucie nieodnalezienia się w rzeczywistości zwiększają prawdopodobieństwo wystąpienia kryzysu [11]. W prezentowanej adaptacji zależność ta znajduje odzwierciedlenie głównie w związku skali CES-D z czynnikiem „Alienacja i dystres”. Również zawartość treściowa czynników alienacji dowodzi, że uzyskane wyniki są spójne. Im bardziej nasilone jest poczucie bezsilności (przekonanie o małych możliwościach wpływu na otoczenie) i braku wokół siebie osób czy wartości, za którymi warto podążać, tym większe nasilenie kryzysu. W badaniach jakościowych kryzysu ćwierci życia taka charakterystyka pojawia się w opisie pierwszego etapu kryzysu, określanego mianem utknięcia/zablokowania [13].

Ujemny związek między poczuciem sensu życia, samooceną i satysfakcją z życia a nasileniem wyników w skalach DCQ-12 może być wskaźnikiem trafności różnicowej. Prezentowane wyniki można interpretować w kategoriach braku poczucia sensu życia, a nasilenie kryzysu jako czas intensywnego poszukiwania znaczenia [13, 19]. Samoocena jest negatywnie skorelowana z ogólnym nasileniem kryzysu i jego dwoma czynnikami: „Alienacją i dystresem” oraz „Brakiem jasności sytuacji i kontroli”; nie wykazuje natomiast związku z czynnikiem „Zmiana i punkt zwrotny”.

Ograniczenia badania

Badania prowadzone były online, a wykorzystano w nich narzędzia opracowane do procedury papier-olówek. Mogło to zaważyć na otrzymanych danych. Warto w dal-

szych badaniach wykonać analizę równoważności skal dla różnych grup ze względu na wiek badanych. Niektórzy badacze uważają, że okresem najbardziej zagrożonym kryzysem jest wiek od 25 lat wzwyż, co jest poprzedzone zmianą sytuacji egzystencjalnej młodych osób po ukończeniu edukacji.

Wnioski

Polska wersja *Kwestionariusza kryzysu rozwojowego* ma dobre właściwości psychometryczne. Możliwość identyfikacji osób w kryzysie i określenie jego struktury może pomóc w praktyce terapeutycznej. Pogarszający się stan zdrowia psychicznego oraz niedookreślona geneza trudności w funkcjonowaniu młodych osób wzbudzają coraz większy niepokój wśród psychiatrów i psychologów. Narzędzie może być wykorzystywane także do dalszych badań omawianego zjawiska (Aneks 2).

Piśmiennictwo

1. Arnett JJ. *Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties*. Am. Psychol. 2000; 55(5): 469–480.
2. Wood D, Crapnell T, Lau L, Bennett A, Lotstein D, Ferris M i wsp. *Emerging adulthood as a critical stage in the life course*. W: Halfon N, Forrest CB, Lerner RM, Faustman EM. red. *Handbook of life course health development*. Cham, CH: Springer; 2017. S. 123–143.
3. Mehta CM, Arnett JJ, Palmer CG, Nelson LJ. *Established adulthood: A new conception of ages 30 to 45*. Am. Psychol. 2020; 75(4): 431–444.
4. Lott ML. *Decade of choices: Associations between choices during the twenties and flourishing or floundering during the thirties* [Unpublished thesis]. Brigham Young University; 2019.
5. Padilla-Walker LM, Nelson LJ. *Flourishing in emerging adulthood: Positive development during the third decade of life*. New York: Oxford University Press; 2017.
6. Schoon I. *Diverse pathways: Rethinking the transition to adulthood*. W: Amato PR, Booth A, McHale SM, Hook JV. red. *Families in an era of increasing inequality: Diverging destinies*. Switzerland: Springer; 2015. S. 115–136.
7. Robinson OC. *Emerging adulthood, early adulthood and quarter-life crisis: Updating Erikson for the twenty-first century*. W: Žukauskiene R. red. *Emerging adulthood in a European context*. New York: Routledge; 2015; S. 17–30.
8. Robinson OC. *A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: Locked-out and locked-in forms in combination*. Emerg. Adulthood 2019; 7(3): 167–179.
9. Robinson OC, Demetre JD, Litman JA. *Adult life stage and crisis as predictors of curiosity and authenticity: Testing inferences from Erikson's life span theory*. Int. J. Behav. Dev. 2017; 41(3): 426–431.
10. Atwood J, Scholtz C. *The quarter-life time period: An age of indulgence, crisis or both?* Contemp. Fam. Ther. 2008; 30(4): 233–250.
11. Dacka M, Mazur N, Kulik A. *Nasilenie objawów depresji a kryzys ćwierci życia u młodych dorosłych*. Seminare. Poszukiwania Naukowe 2023; 44(1): 119–134. Doi: 10.21852/sem.2023.1.08.

12. Anggraini JD, Wahyunengsih, Anivitariany Aqilah S. *The existence of the quarter life crisis phenomenon and its effect on student self confidence*. JBKI 2022; 3(1): 38–44.
13. Robinson OC, Wright GRT, Smith JA. *The holistic phase model of early adult crisis*. J. Adult. Dev. 2013; 20(1): 27–37.
14. Hassler C. *Are you having a quarter-life crisis?* 2011. https://www.huffingtonpost.com/christine-hassler/are-you-having-a-quarterl_b_326612.html (dostęp: 2.11.2023).
15. Herdian H, Wijaya DAP. *“I am mentally healthy, so i can choose well.” Quarter-life crisis and positive mental health in students*. Dalat University Journal of Science 2022; 13(3): 51–58.
16. Piggolio JPhR. *Development and validation of Quarterlife Crisis Scale for Filipinos*. The Asian Conference on Psychology & the Behavioral Sciences. Osaka, Japan; April 2015.
17. Petrov N, Robinson OC, Malinowski J. *What do dreams really mean? The relationship between dream content, age, recent experienced emotions and crisis episodes in adults*. The British Psychological Society Annual Conference. London; April 2019.
18. Purwita EW, Malay MN, Salsabila MS, Wahyuni C. *Analysis of the Rasch model on the development of quarter life crisis measurements*. Psyc. Res. Educ. Soc. Sci. 2022; 3(4): 111–118.
19. Petrov N, Robinson OC, Arnett JJ. *The Developmental Crisis Questionnaire (DCQ-12): Psychometric development and validation*. J. Adult. Dev. 2022; 29: 265–278.
20. Petrov N, Robinson OC, Arnett JJ. *Correction: The Developmental Crisis Questionnaire (DCQ-12): Psychometric development and validation*. J. Adult. Dev. 2023; 30: 320.
21. Główny Urząd Statystyczny. *Rocznik demograficzny 2022*. Warszawa: Zakład Wydawnictw Statystycznych; 2022.
22. Główny Urząd Statystyczny. *Rocznik statystyczny pracy 2021*. Warszawa: Zakład Wydawnictw Statystycznych; 2021.
23. Juczyński Z. *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia. Skala Satysfakcji z Życia*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego; 2001. S. 134–138.
24. Łaguna M, Lachowicz-Tabaczek K, Dzwonkowska I. *Skala samooceny SES Morrisa Rosenberga – polska adaptacja metody*. SPB 2007; 2(4): 164–176.
25. Jankowski KS. *Morningness-eveningness and depressive symptoms: Test on the components level with CES-D in Polish students*. J. Affect. Disord. 2016; 196: 47–53.
26. Turska-Kawa A. *Poczucie alienacji a użytkowanie mediów. W poszukiwaniach nowych obszarów zastosowania teorii użytkowania i gratyfikacji*. Katowice: „Śląsk” Sp. z o.o. Wydawnictwo Naukowe; 2011.
27. Życińska J, Januszek M. *Test Sensu Życia (Purpose in Life Test, PIL) J.C. Crumbaugh a L.T. Maholicka: analiza psychometryczna*. CPPJ 2011; 17(1): 133–142.

Adres: Agnieszka Kulik
Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II
e-mail: agn.kulik@gmail.com

Otrzymano: 28.12.2023
Zrecenzowano: 15.02.2024
Otrzymano po poprawie: 10.03.2024
Przyjęto do druku: 8.04.2024

Aneks 1

Tabela. Normy stenowe w Kwestionariuszu kryzysu rozwojowego dla osób w wieku 23–29 lat

| | Wynik ogólny | Alienacja i dystres | Brak jasności sytuacji i kontroli | Zmiana i punkt zwrotny |
|---------|--------------|---------------------|-----------------------------------|------------------------|
| Sten 1 | 12–23 | 4 | 4 | 4–7 |
| Sten 2 | 24–26 | 5–6 | 5–6 | 8 |
| Sten 3 | 27–30 | 7–8 | 7 | 9–10 |
| Sten 4 | 31–33 | 9–10 | 8–9 | 11 |
| Sten 5 | 34–36 | 11–12 | 10 | 13–13 |
| Sten 6 | 37–40 | 14–14 | 11–12 | 14–15 |
| Sten 7 | 41–43 | 15–16 | 13–14 | 16 |
| Sten 8 | 44–47 | 17–18 | 15 | 17–18 |
| Sten 9 | 48–50 | 19–20 | 16–17 | 19 |
| Sten 10 | 51–60 | – | 18–20 | 20 |

Aneks 2

Propozycja tłumaczenia twierdzeń Kwestionariusza kryzysu rozwojowego (DCQ-12)

Kwestionariusz kryzysu rozwojowego

Proszę wskazać, czy poniższe stwierdzenia w ogólny sposób opisują Twoje życie w ciągu ostatnich sześciu miesięcy. Jeśli doświadczyłaś/doświadczyłeś czegoś innego, nietypowego w ciągu ostatnich sześciu miesięcy, dokonaj oceny tego w odniesieniu do swojego dorosłego życia.

Skala:

- 1 – Zdecydowanie się nie zgadzam
- 2 – Nie zgadzam się
- 3 – Ani się nie zgadzam, ani się zgadzam
- 4 – Zgadzam się
- 5 – Zdecydowanie się zgadzam

1. Kwestionowałam/kwestionowałam siebie i swoje życie bardziej niż zwykle.
2. Miałam/miałem poczucie, że moje życie toczy się bez celu.
3. Doświadczałam/doświadczałam negatywnych emocji mocniej niż zazwyczaj.
4. Myślałam/myślałam, że życie nie ma sensu.
5. Byłam pewna/byłem pewny tego, co muszę zrobić, aby osiągnąć cel w życiu. (R)
6. Czułam/czułem, że mam kontrolę nad swoim życiem. (R)
7. Moje życie wydaje się stabilne i przewidywalne. (R)

8. Czułam/czułem, że jestem przygotowana/przygotowany, aby poradzić sobie z wyzwaniami stawianym mi przez życie. (R)
9. Przechodzę przez okres zmian w swoim życiu.
10. Przechodzę przez ważny punkt zwrotny w swoim życiu.
11. Czuję, że mogę być w procesie pozostawiania za sobą „starej mnie”/„starego mnie” i rozwijania „nowej mnie”/„nowego mnie”.
12. Zauważyłam/zauważyłem, że zmienił się mój sposób myślenia o życiu.