

Psykologisk hardførhet: En revidert versjon av den norske «Hardiness»-skalaen

Sigurd William Hystad

Jarle Eid

Sjøkrigsskolen og Universitetet i Bergen

Bjørn Helge Johnsen

Institutt for samfunnspsykologi, Universitetet i Bergen

Jon Christian Laberg

Paul T. Bartone

National Defence University, Washington DC, USA

Den nye norske versjonen av «hardiness»-skalaen fremstår som et interessant mål på menneskers robusthet i møte med krevende situasjoner og livshendelser.

Begrepet «hardiness» (på norsk: hardførhet eller robusthet) har sine røtter fra en eksistensiell psykologisk tradisjon (Maddi, 1967). Begrepet ble første gang beskrevet i forskningslitteraturen av Kobasa (1979), og omtales gjerne som et sett relativt stabile personlighetsegenskaper organisert rundt de tre dimensjonene involvering («commitment»), utfordring («challenge») og kontroll («control»). Involvering omhandler en følelse av forpliktelse overfor seg selv og omverdenen, utfordring beskriver et syn på nye og ukjente opplevelser som spennende utfordringer, mens kontroll refererer til en tro på egen evne til å påvirke hvordan ens eget liv skal arte seg. Sammen utgjør disse tre dimensjonene en overordnet personlighetsstil som tenkes å fungere som en buffer mellom ytre, stressende hendelser og fysiske eller psykiske påkjenninger. De bidrar til å gjøre potensielt belastende hendelser om til individuelle erfaringer som kan fremme vekst og personlig utvikling (Maddi, 2006).

Instrumentet som blir brukt til å måle «hardiness», omfatter opprinnelig et batteri av allerede eksisterende personlighetsskalaer. For eksempel ble kontrolldimensjonen målt ved hjelp av testledd fra fire ulike instrumenter. I 1989 utviklet Bartone med utgangspunkt i det eksisterende instrumentet en skala på 45 ledd kalt «The Dispositional Resilience Scale» (Bartone, Ursano, Wright & Ingraham, 1989), som senere ble videreutviklet til en kortversjon på 15 ledd (Bartone, 1995).

Revisjon av norsk versjon

Bartone (1995) sin kortversjon var utgangspunktet for en norsk versjon av «hardiness»-skalaen (Johnsen, Eid & Bartone, 2004). Den norske versjonen var reliabel og solid, samtidig som det var åpenbart at den kunne tilpasses bedre for norske forhold. Blant annet var den interne konsistensen for de tre dimensjonene noe varierende. Med dette som utgangspunkt ble det iverksatt et felles prosjekt mellom Universitet i Bergen og Paul T. Bartone ved National Defense University med det formålet å forbedre den norske versjonen. Alle de opprinnelige 15 testledd ble grundig analysert og vurdert opp mot norske kulturelle forhold. Amerikanske og norske respondenter ble sammenlignet med tanke på å finne ut om noen av testleddene favoriserte en av gruppene, og nye testledd ble konstruert og evaluert.

Resultatet ble en ny versjon der ordlyden til fire testledd er forandret og seks testledd er erstattet med nye (Hystad, Eid, Johnsen, Laberg & Bartone, antatt). For eksempel var testleddet «most of my life gets spent doing things that are worthwhile» oversatt med «mesteparten av mitt liv blir brukt til å gjøre ting som lønner seg» i den originale versjonen. Uttrykket «lønner seg» viste seg imidlertid å ha negative konnotasjoner til penger for mange respondenter, slik at testleddet i den reviderte versjonen lyder «mesteparten av mitt liv blir brukt til å gjøre ting som er meningsfulle».

Noen testledd ble videre byttet ut grunnet et ønske om å gjøre skalaen mer allmenn anvendelig. Involveringsdimensjonen i den opprinnelige skalaen innholdt for eksempel flere utsagn som refererte til jobb og arbeid på en slik måte at de ikke nødvendigvis framstod som meningsfulle for alle grupper mennesker. Av den grunn ble disse testleddene erstattet med nye utsagn som var ment å måle involveringsdimensjonen på et mer generelt plan, for eksempel det nye utsagnet «jeg føler at livet mitt er ganske innholdsløst». Den nye skalaen består i likhet med den opprinnelige av 15 påstander som vurderes på en 4-punkts Likert-skala.

Evaluering av revidert norsk versjon

Den reviderte skalaen ble prøvd ut i to uavhengige utvalg for blant annet å undersøke faktorstrukturen og dens evne til å predikere helseutfall.

Utvalg 1. «Hardiness»-skalaen ble administrert til 309 studenter (75,4 % kvinner) ved Universitetet i Bergen sammen med Sense of Coherence Scale (Antonovsky, 1993), Positive and Negative Affect Schedule (PANAS; Watson, Clark & Tellegen, 1988), Satisfaction With Life Scale (SWLS; Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985), Subjective Health Complaints Inventory (SHC; Eriksen, Ihlebæk & Ursin, 1999), samt mål på akademisk stress (MacGeorge, Samter & Gillihan, 2005), optimisme (Scheier, Carver & Bridges, 1994) og nevrotisme (Goldberg, 1999). Gjennomsnittsalder i dette utvalget var 21,6 år ($SD = 4.3$). Studentutvalget ble målt på to måletidspunkter, omtrent fire uker fra hverandre.

Utvalg 2. Dette utvalget bestod av 7280 militært og sivilt ansatte (84,2 % menn) i det norske Forsvaret som hadde besvart «hardiness»-skalaen som del av en personalundersøkelse¹. Av respondentene i denne undersøkelsen var 20,8 % under 29 år, 28,5 % mellom 30 og 39 år, 28,6 % mellom 40 og 49 år, og 15,8 % over 50 år.

Reliabilitet

Cronbachs alpha i forsvarsutvalget var .79 for totalskåren, .76 for involvering, .74 for kontroll og .62 for utfordring. Cronbachs alpha for studentutvalget var noe lavere, henholdsvis .67, .69, .60, og .69 for totalskåren, involvering, kontroll og utfordring. Det er akseptable verdier med tanke på at dette er forholdsvis korte skalaer, og er også i samsvar med verdier funnet for kortversjonen i amerikanske utvalg (se f.eks. Bartone, Roland, Picano, & Williams, 2008). Test-retest-reliabiliteten til totalskåren og subskalaene var også tilfredsstillende. For totalskåren viste 4 uker test-retest-koeffisienten i studentutvalget $r = .77$, $p < .01$, for involvering $r = .70$, $p < .01$, for kontroll $r = .70$, $p < .01$, og for utfordring $r = .77$, $p < .01$.

¹ Id="psykolog09-09b-1759">Forfatterne ønsker i denne forbindelse å rette en stor takk til overlege John I. Brevik ved Forsvarets sanitet, Institutt for militærmedisinsk epidemiologi.

Validitet

En konfirmatorisk faktoranalyse av dataene fra forsvarsutvalget ble gjennomført for å undersøke om skalaen passet med den antatte teoretiske modellen for «hardiness». Resultatene fra denne analysen viste at en hierarkisk modell bestående av en global «hardiness»-faktor og tre underfaktorer representerte et godt samsvar mellom modell og faktisk data. Verdiene på ulike mål på samsvar var CFI =.92, GFI =.93, IFI =.92, og SRMR =.068, noe som tilsvarer et adekvat eller godt samsvar med faktisk data (Hu & Bentler, 1999; Kline, 1998). Målet på absolutt tilpasning var derimot svakt, $\chi^2(86) = 1038.99$, $p < .001$, noe som ikke er uvanlig med store utvalg (Bentler & Bonnett, 1980).

Særlig interesse har det knyttet seg til skalaens potensial som et seleksjons eller «screening»-instrument, enten det er for å kartlegge frafall blant universitetsstudenter eller for å identifisere passende kandidater til spesialstyrker

Som et videre ledd av valideringen ble det i studentutvalget undersøkt sammenhengen mellom «hardiness» og andre personlighetsvariabler som det var teoretisk meningsfylt å sammenligne skalaen med. Resultatene viste en klar sammenheng mellom skårene på «hardiness» og skårene på optimisme ($r = .52$, $p < .01$) og «sense of coherence» ($r = .41$, $p < .01$).

Til slutt ble sammenhengen mellom «hardiness» og to utfallsmål på henholdsvis subjektive helseplager og subjektivt velvære undersøkt. Resultatene viste at «hardiness» fungerte som en buffer mellom akademisk stress og helseplager målt med SHC, på en slik måte at studenter som skåret høyt på «hardiness» og som opplevde mye stress, rapporterte færre helseplager sammenlignet med dem som også opplevde mye stress, men samtidig skåret lavt på «hardiness» (for mer informasjon, se Hystad, Eid, Laberg, Johnsen & Bartone, antatt). Studentenes subjektive velvære ble operasjonalisert som oppfattet livskvalitet, forekomst av positiv affekt og fravær av negativ affekt. Oppfattet livskvalitet ble målt ved hjelp av SWLS, mens positiv og negativ affekt ble målt ved hjelp av de respektive subskalaene fra PANAS. Skårene på disse variablene ble så standardisert før de ble summert til en subjektiv velværeskåre og benyttet i en multippel regresjonsanalyse som avhengig variabel. Nevrotisisme ble lagt til som en kontrollvariabel i trinn 1 før «hardiness» ble lagt til som prediktor i trinn 2. Resultatene viste en positiv sammenheng mellom «hardiness» og studentenes subjektive velvære. Både involveringsdimensjonen ($\beta = .48$, $t(172) = 7.59$, $p < .001$) og kontrolldimensjonen ($\beta = .16$, $t(172) = 2.66$, $p < .01$) hadde unike og signifikante bidrag i prediksjonen av subjektivt velvære. Til sammen forklarte disse to dimensjonene 30 % av variansen i velværevariabelen.

Anvendelse

Et flertall av studiene som har tatt for seg «hardiness», har knyttet denne personlighetsegenskapen opp mot enten fysisk eller psykisk helse. I den senere tid har imidlertid forskningen i økende grad sett på «hardiness» i sammenheng med ulike prestasjonsmål. Blant annet er det funnet positive sammenhenger mellom psykologisk hardførhet og prestasjoner innenfor academia (Sheard & Golby, 2007) og profesjonell idrett (Golby & Sheard, 2004). Særlig interesse har det knyttet seg til skalaens potensial som et seleksjons- eller «screening»-instrument, enten det er for å kartlegge frafall blant universitetsstudenter (Lifton et al., 2006) eller for å identifisere passende kandidater til spesialstyrker (Bartone et al., 2008).

Den nye norske versjonen av «hardiness»-skalaen har adekvate psykometriske egenskaper og fremstår som et interessant mål på positive personkarakteristika og adaptive prosesser i møte med

krevene situasjoner. Siden skalaen er såpass kort, er den ideell dersom man ønsker å kartlegge slike personkarakteristika i større grupper på kort tid. Skalaen er fritt tilgjengelig i forskningsøyemed og kan fås ved henvendelse til førsteforfatteren ved Avdeling for samfunnspsykologi, UiB.

Sigurd William Hystad
Avdeling for samfunnspsykologi
Universitetet i Bergen
Christiesgt. 12
5015 Bergen
E-post sigurd.hystad@psysp.uib.no

Referanser

- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the Sense of Coherence scale. *Social Science and Medicine*, 36, 725–733.
- Bartone, P. T. (1995, July). *A short hardiness scale*. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Society, New York.
- Bartone, P. T., Roland, R. R., Picano, J. J. & Williams, T. J. (2008). Psychological hardiness predicts success in US Army Special Forces candidates. *International Journal of Selection and Assessment*, 16, 78–81.
- Bartone, P. T., Ursano, R. J., Wright, K. M. & Ingraham, L. H. (1989). The impact of a military air disaster on the health of assistance workers – a prospective study. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 177, 317–328.
- Bentler, P. M. & Bonnett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88, 588–606.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
- Eriksen, H. R., Ihlebæk, C. & Ursin, H. (1999). A scoring system for subjective health complaints (SHC). *Scandinavian Journal of Public Health* 1999, 27, 63–72.
- Golby, J. & Sheard, M. (2004). Mental toughness and hardiness at different levels of rugby league. *Personality and Individual Differences*, 37, 933–942.
- Goldberg, L. R. (1999). A broad-bandwidth, public-domain, personality inventory measuring the lower-level facets of several five-factor models. I I. Mervielde, I. Deary, F. De Fruyt & F. Ostendorf (red.), *Personality Psychology in Europe* (Vol. 7, pp. 7–28). Tilburg, The Netherlands: Tilburg University Press.
- Hu, L. & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indices in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1–55.
- Hystad, S. W., Eid, J., Johnsen, B. H., Laberg, J. C., & Bartone, P. (antatt). Psychometric properties of the revised Norwegian Dispositional Resilience (hardiness) Scale. *Scandinavian Journal of Psychology*.
- Hystad, S. W., Eid, J., Laberg, J. C., Johnsen, B. H. & Bartone, P. T. (antatt). Academic stress and health: Exploring the moderating role of personality hardiness. *Scandinavian Journal of Educational Research*.

- Johnsen, B. H., Eid, J. & Bartone, P. T. (2004). Psykologisk «hardførhet»: Kortversjonen av The Short Hardiness Scale. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 41, 476–477.
- Kline, R. B. (1998). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: The Guilford Press.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health – Inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1–11.
- Lifton, D., Seay, S., McCarly, N., Olive-Taylor, R., Seeger, R. & Bigbee, D. (2006). Correlating hardiness with graduation persistence. *Academic Exchange Quarterly*, 10, 277–282.
- MacGeorge, E. L., Samter, W. & Gillihan, S. J. (2005). Academic stress, supportive communication, and health. *Communication Education*, 54, 365–372.
- Maddi, S. R. (1967). Existential Neurosis. *Journal of Abnormal Psychology*, 72, 311–325.
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*, 1, 160–168.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem) – a reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063–1078.
- Sheard, M. & Golby, J. (2007). Hardiness and undergraduate academic study: The moderating role of commitment. *Personality and Individual Differences*, 43, 579–588.
- Watson, D., Clark, L. A. & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063–1070.