

Marcin Kolemba

Kulturowe determinanty osiągnięć w przestrzeni edukacyjnej i zawodowej – czynnik *grit*

Wstęp

Pojęcie upor (*grit*) definiowane jako pasja i wytrwałość w dążeniu do długoterminowych celów zostało wprowadzone w tym znaczeniu przez amerykańską badaczkę Angelę Lee Duckworth jako konstrukt obrazujący szanse poszczególnych jednostek na maksymalne wykorzystanie swojego potencjału¹. Ponieważ określenie „upór” w języku polskim, oprócz aspektu pozytywnego, posiada też szereg negatywnych konotacji (można zwrócić uwagę na choćby takie sformułowania, jak wciąż funkcjonujące w mowie potocznej: „być upartym jak osioł” czy „tkwić w swoim głupim uporze”, odnosząc się do tego konstrukt, zamiast określenia upór czy pojawiającego się też w polskojęzycznych publikacjach zacięcia, będę posługiwał się oryginalną nazwą *grit* bądź określeniem czynnik *grit*.

Grit składa się z dwóch podstawowych czynników: **wytrwałości w wysiłku** (*perseverance of effort* – PE) i **spójności zainteresowań** (*consistency of interest* – CI). Czynnik PE charakteryzuje determinację w pokonywaniu przeciwności w dążeniu do ambitnych celów, podczas gdy CI kładzie nacisk na koncentrację na celach w dłuższym okresie². *Grit*, w świetle badań

¹ A.L. Duckworth i in., *Grit: perseverance and passion for long-term goals*, “Journal of Personality and Social Psychology” 2007, t. 92, nr 6, DOI: 10.1037/0022-3514.92.6.1087.

² A.L. Duckworth, P.D. Quinn, *Development and validation of the short grit scale (grit-s)*, “Journal of Personality Assessment” 2009, t. 91, nr 2, DOI: 10.1080/00223890802634290.

realizowanych na całym świecie w ciągu ostatniej dekady wyrósł na jeden z najmocniejszych predyktorów osiągnięć zarówno w przestrzeni edukacyjnej, jak i zawodowej. Co ważne, *grit* jest nie tylko czynnikiem, na podstawie którego możemy przewidywać przyszłe wyniki w szkole czy w pracy, ale jest też zmienną, powiązaną z subiektywnie postrzeganą satysfakcją z pracy wśród młodzieży i dorosłych, czy uogólnionym poczuciem skuteczności³. W wielu badaniach wykazano istotny związek *grit* z pozytywnymi emocjami⁴ oraz innymi wskaźnikami dobrostanu, jak satysfakcja z życia czy dobrostan psychiczny⁵. Biorąc te fakty pod uwagę, można przyjąć, iż czynnik *grit* jest jednym z elementów mogącym wywierać znaczny wpływ na jakość naszego życia. Jest też konstrukt znaczącym, ponieważ w przeciwieństwie do innych istotnych własności jednostki, takich jak np. struktura temperamentu czy cechy charakteru, *grit* można modyfikować. Niektórzy autorzy, jak Shechtman, DeBarger, Dornsife, Rosier i Yarnall⁶ czy Kirchgasser⁷ wprost wskazują na to, że *grit*, jako konstrukt plastyczny, w określonym obszarze może być poddawany modyfikacjom, zwiększając tym samym szanse na edukacyjny sukces uczniów.

³ M. Credé, M.C. Tynan, P.D. Harms, *Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature*, "Journal of Personality and Social Psychology" 2017, t. 113, nr 3, DOI: 10.1037/pspp0000102.

⁴ J.A. Datu, J.A. Valdez, R.B. King, *Perseverance Counts but Consistency Does Not! Validating the Short Grit Scale in a Collectivist Setting*, "Current Psychology" 2016, t. 35, nr 1, DOI: 10.1007/s12144-015-9374-2; J.A. Datu, M. Yuen, G. Chen, *The triarchic model of grit is linked to academic success and well-being among Filipino high school students*, "School Psychology Quarterly" 2018, t. 33, nr 3, DOI: 10.1037/spq0000234.

⁵ M.M. Vainio, D. Daukantaitė, *Grit and Different Aspects of Well-Being: Direct and Indirect Relationships via Sense of Coherence and Authenticity*, "Journal of Happiness Studies" 2016, t. 17, nr 5, DOI: 10.1007/s10902-015-9688-7.

⁶ *Promoting grit, tenacity, and perseverance: Critical factors for success in the 21st century*, Washington, DC 2013.

⁷ *True Grit? Making a Scientific Object and Pedagogical Tool*, "American Educational Research Journal" 2018, t. 55, nr 4, DOI: 10.3102/0002831217752244.

Grit w kontekście osiągnięć

Związek *grit* z osiągnięciami w różnych obszarach został potwierdzony w wielu badaniach. Jako pierwsza na znaczenie tego czynnika zwróciła uwagę Angela Lee Duckworth⁸ wskazując, na podstawie swoich badań, że: osoby powyżej dwudziestego piątego roku życia odznaczające się wyższym poziomem *grit* kończyły edukację na wyższym poziomie; wśród studentów czynnik *grit* pozytywnie korelował ze średnią oceną ze studiów a kadeci Akademii Wojskowej Stanów Zjednoczonych w West Point, odznaczający się wyższym poziomem *grit*, mieli większe szanse na ukończenie swojego pierwszego semestru w akademii.

Podobną wartość predykcyjną czynnika *grit*, w czterech różnych sferach, takich jak kariera wojskowa, praca zawodowa w handlu, osiągnięcia w szkole średniej i powodzenie w życiu rodzinnym wykazały badania realizowane przez zespół Lauren Eskreis-Winkler⁹. *Grit* okazał się być w tych dziedzinach lepszym predyktorem powodzenia niż inteligencja, zdolności fizyczne, cechy osobowości wchodzące w skład wielkiej piątki, staż pracy czy zmienne demograficzne. Żołnierze o wyższym *grit* częściej kończyli 24-dniową selekcję do sił specjalnych amerykańskiej armii (ARSOF). Podobnie handlowcy odznaczający się wyższym poziomem *grit*, dłużej utrzymywali się na swoich stanowiskach w dziale sprzedaży (w testowanym przez badaczy modelu uwzględniającym zmienne demograficzne i sumienność, *grit* okazał się być najlepszym predyktorem spośród testowanych czynników – badacze ustalili, że osoby odznaczające się poziomem *grit* wyższym o jedno odchylenie standardowe miały o 40% większe szanse na utrzymanie miejsca pracy w dłuższej perspektywie czasowej). W badaniu, którym objęto uczniów 98 chicagowskich szkół średnich wykazano, że *grit* był lepszym predyktorem ukończenia szkoły średniej niż szkolna sumienność i motywacja. Co ciekawe, w badanej próbie uczniów, spośród wszystkich branych pod uwagę czynników najmocniejszym predyktorem okazała się przynależność do rasy azjatyckiej. Trudno jednoznacznie odnieść się do

⁸ A.L. Duckworth i in., *Grit...*

⁹ L. Eskreis-Winkler i in., *The grit effect: predicting retention in the military, the workplace, school and marriage*, "Frontiers in Psychology" 2014, t. 5, DOI: 10.3389/fpsyg.2014.00036.

tego wyniku, ze względu na niewielki udział w badanej próbie mniejszości pochodzenia azjatyckiego (5%), jednak może to sugerować, że model wychowania dominujący w rodzinach wywodzących się z kultury azjatyckiej sprzyja rozwojowi *grit*. W czwartym zrealizowanym przez zespół Eskreis-Winkler badaniu wykazano związek *grit* z prawdopodobieństwem rozvodu. Okazało się, że wysoki poziom czynnika *grit* (powyżej +1 SD) zwiększa szansę na pozostanie w małżeństwie o 17% w stosunku do osób odznaczających się niskim poziomem *grit* (poniżej -1 SD), ale zależność ta odnosi się tylko do mężczyzn. Jednym z sugerowanych przez autorów wyjaśnień tego faktu jest możliwość, że mężczyznom trudniej jest pozostać w związku małżeńskim z kobietą niż odwrotnie, a zatem *grit* pozwala przewidywać szanse na pozostanie w małżeństwie mężczyzn, ale już nie kobiet¹⁰.

Wśród innych opracowań odnoszących się do sfery edukacji wskazać można wyniki uzyskane przez koreańską badaczkę Hwang¹¹, która przeanalizowała związek komponentów *grit* z niedostosowaniem akademickim w grupie ponad pięciuset studentek z Otwartego Uniwersytetu w Korei. Okazało się, że wytrwałość w wysiłku (PE) była negatywnie skorelowana z poziomem niedostosowania akademickiego oraz miała pośredni pozytywny wpływ na średnią ocen. Również Tang¹² wraz z zespołem, badając fińskich uczniów, wykazał że *grit*, a konkretnie aspekt PE jest znaczącym czynnikiem przekładającym się na szkolne wyniki i zaangażowanie w naukę.

W obszarze zawodowym ciekawe badania zrealizował wraz ze swoimi współpracownikami Riley Dugan¹³. Wykazał on, że handlowcy cechujący się wyższymi poziomami *grit* osiągają lepsze wyniki sprzedaży i cieszą się

¹⁰ Ibidem.

¹¹ M.H. Hwang, H.L. Lim, H.S. Ha, *Effects of Grit on the Academic Success of Adult Female Students at Korean Open University*, "Psychological Reports" 2018, t. 121, nr 4, DOI: 10.1177/0033294117734834.

¹² X. Tang i in., *Building Grit: The Longitudinal Pathways between Mindset, Commitment, Grit, and Academic Outcomes*, "Journal of Youth and Adolescence" 2019, t. 48, nr 5, DOI: 10.1007/s10964-019-00998-0.

¹³ R. Dugan i in., *Gritting their teeth to close the sale: the positive effect of salesperson grit on job satisfaction and performance*, "Journal of Personal Selling & Sales Management" 2019, t. 39, nr 1, DOI: 10.1080/08853134.2018.1489726.

większą satysfakcją z pracy niż ich koledzy odznaczający się niższym poziomem *grit*. Ponadto, sprzedawcy o wysokim *grit* cechowali się również większą samodzielnością w działaniu, co jest istotnym czynnikiem mogącym wpływać na ocenę pracownika i jego szanse na awans zawodowy.

Wolfe i Patel¹⁴ przeanalizowali dane zebrane w ramach badania STEP¹⁵ (realizowanego przez Bank Światowy) w dziewięciu krajach rozwijających się: Armenii, Boliwii, Gruzji, Ghanie, Kenii, Laosie, Sri Lance, Wietnamie i prowincji Yunnan w Chinach. Wśród analizowanych zmiennych uwzględniono m.in. *grit*. Wyniki analizy tych danych, zgromadzonych wśród wielu różnych kultur wskazały na związki *grit*, samozatrudnienia i moderujący efekt skłonności do podejmowania ryzyka. Okazało się, że osoby z wyższą skłonnością do podejmowania ryzyka, wraz ze wzrostem *grit* były zdecydowanie bardziej skłonne podejmować pracę na własny rachunek. Może to wynikać z faktu, że osoby z większą skłonnością do podejmowania ryzyka są bardziej narażone na doświadczanie niepowodzeń. Ponieważ niepoddawanie się w obliczu trudności i niepowodzeń jest w istotnym stopniu powiązane z poziomem czynnika *grit*, może on mieć istotny wpływ na podejmowanie decyzji o samozatrudnieniu. Uwzględniając te wyniki w analizach porównawczych, trzeba mieć na uwadze fakt, że na potrzeby badania STEP opracowano 3-itemową wersję skali *grit*, bazującą na oryginalnej skali zaproponowanej przez Duckworth¹⁶. Niemniej, na podstawie danych zebranych w szerokiej próbie ponad 26 tysięcy osób z dziewięciu krajów, autorzy wykazali, iż *grit* jest istotnym predyktorem samozatrudnienia, a dodatkowo, jeśli chodzi o decyzję o podjęciu pracy na własny rachunek, jest to czynnik szczególnie istotny w przypadku osób młodych i kobiet. W obszarze zawodowym *grit* okazał się też mieć znaczenie, jako potencjalny czynnik buforowy chroniący przed spadkiem postrzeganej przez pracownika zdolności do pracy, w przypadku nieetycznych zachowań przełożonego¹⁷.

¹⁴ M.T. Wolfe, P.C. Patel, *Grit and self-employment: a multi-country study*, "Small Business Economics" 2016, t. 47, nr 4, DOI: 10.1007/s11187-016-9737-6.

¹⁵ The Skills Towards Employability and Productivity Survey (STEP).

¹⁶ A.L. Duckworth i in., *Grit...*

¹⁷ D. Kabat-Farr, B.M. Walsh, A.K. McGonagle, *Uncivil Supervisors and Perceived Work Ability: The Joint Moderating Roles of Job Involvement and Grit*, "Journal of Business Ethics" 2019, t. 156, nr 4, DOI: 10.1007/s10551-017-3604-5.

Czy *grit* można kształtować?

Część badaczy uważa, że *grit* jest cechą plastyczną i podlega modyfikacjom w biegu życia¹⁸. Duckworth sugeruje, że tak jak inne własności psychologiczne jednostki, *grit* można modyfikować przez odpowiednie doświadczenia, wspierając swoje przemyślenia wynikami badań Roberta Eisenberga¹⁹, który w jednym ze swoich badań nauczył szczury laboratoryjne biegać po wąskich kładkach w celu uzyskania nagrody (przysmaku). Następnie podzielił te szczury na dwie grupy, które karmił na odmienne sposoby. W pierwszym wariantcie dostawały pokarm bezpośrednio na podłogę, z której łatwo mogły go zjeść. W drugim musiały wyciągać karmę z druczianych pojemników, odpowiednio podgryzając kawałki pokarmu. Te szczury, które przez cały miesiąc musiały wkładać więcej wysiłku w pozyskiwanie pokarmu, wkładały później więcej wysiłku w poruszanie się po kładkach i radziły sobie z tym lepiej, niż szczury, które mogły coś zjeść bez wysiłku, gdy były głodne. Podobnie zachowywały się dzieci w wieku wczesnoszkolnym w innym badaniu autora. Badacz nagradzał dzieci za wykonywanie łatwych zadań, jak liczenie i zapamiętywanie obrazków czy dopasowywanie kształtów. Następnie niektórym dzieciom zwiększono poziom trudności, podczas gdy inne dostawały zadania na tym samym poziomie. Wszystkie dzieci były nagradzane za realizację zadań. W kolejnym kroku dzieci stawiano przed trudnym zadaniem nowego rodzaju. Miały przepisywać listy słów. Okazało się, że dzieci, które wcześniej realizowały zadania o zwiększającym się poziomie trudności, bardziej angażowały się w żmudne nowe zadanie. Stwierdzając, że zależności pomiędzy poniesionym trudem a nagrodą da się nauczyć, Eisenberger nazwał to zjawisko wyuczoną pracowitością (*learned industriousnes*)²⁰.

¹⁸ A.L. Duckworth, *Upór: potęga pasji i wytrwałości*, Łódź 2016; D. Park i in., *Fostering grit: Perceived school goal-structure predicts growth in grit and grades*, "Contemporary Educational Psychology" 2018, t. 55, DOI: 10.1016/j.cedpsych.2018.09.007.

¹⁹ A.L. Duckworth, *Upór...*

²⁰ R. Eisenberger, *Learned industriousness*, "Psychological Review" 1992, t. 99, nr 2, DOI: 10.1037/0033-295X.99.2.248.

W jaki sposób możemy rozwijać *grit*? Duckworth²¹ uważa, że są dwa sposoby: można go rozwijać samemu, niejako od wewnątrz przez nawyk codziennego ćwiczenia na poziomie przewyższającym umiejętności; drugi sposób to stymulowanie tej własności „od zewnątrz”. Wariant ten opiera się na trzech głównych metodach: 1) rodzicielstwu rozwijającym upór 2) zachęcaniu do uczestnictwa w zajęciach pozalekcyjnych i wytrwaniu w nich 3) kształtowaniu kultury upor.

Mówiąc o rodzicielstwie Duckworth nie ogranicza się tylko do rodziców, ponieważ kształtować *grit* mogą wszystkie osoby znaczące w życiu dziecka i adolescenta, które w jakiś sposób są zaangażowane w proces wychowawczy. Mogą to być trenerzy, mentorzy, nauczyciele w szkole i poza nią. Główni opiekunowie, by wspierać rozwój *grit* u swoich podopiecznych, powinni być zarówno wspierający, jak i wymagający. Ciepło emocjonalne, szacunek ale też wymagania, czyli mądre rodzicielstwo – model wychowawczy oparty na autorytecie jest najlepszym wsparciem dla dziecka. Co ważne, pamiętając o tym, że szczególnie młodsze dzieci uczą się głównie przez naśladowanie, aby móc wymagać od dziecka trzeba przede wszystkim wymagać od siebie.

Zachęcając do zajęć pozalekcyjnych ważne jest, by była to jakaś forma wyzwania dla dziecka. Okazja do nauczenia się czegoś nowego, rozwinięcia bądź zdobycia nowych umiejętności. Uczenia się nowych rzeczy jest nierozzerwalnie związane z potknięciami i porażkami. Ważne jest, by nie przestawać, aby wytrwać. To oznacza, że jeśli chcemy wzmacniać *grit* to powinniśmy uczyć dzieci, że jeśli coś zaczynają, jeśli się w coś angażują, to powinny to dokończyć, a nie rezygnować po pierwszych trudnościach i niepowodzeniach. Nie oznacza to, że mamy skazywać dziecko na uczestniczenie przez wiele lat w zajęciach, które go już nie interesują. Duckworth zaleca jednak, by dziecko angażujące się w dodatkowe zajęcia pozalekcyjne nie przerywało ich przynajmniej przez pełny rok²². Ostatnim istotnym, według autorki, elementem ważnym dla *grit* jest kształtowanie kultury upor. I tu dochodzimy do pytania, czy istnieje coś takiego jak kultura premiująca *grit*.

²¹ A.L. Duckworth, *Upór...*

²² Ibidem.

Czy istnieje coś takiego jak kultura *grit*?

Duckworth²³ wskazuje na możliwości kształtowania kultury uporu w obrębie rodziny, organizacji, klubu sportowego czy nawet całej nacji. W jaki sposób może zachodzić ten proces? Jordan stwierdza, że osoby o wyższym *grit* są skłonne postrzegać informacje zwrotne w kategorii wyzwania, które wskazuje kierunek rozwoju. Właśnie spostrzeganie negatywnych informacji zwrotnych w taki sposób pobudza motywację i chęć jednostek do inwestowania swoich zasobów fizycznych i psychicznych w modyfikowanie swoich działań i do proaktywnej adaptacji²⁴. W związku z tym, w środowiskach, w których kładzie się nacisk na odpowiednią interpretację uzyskiwanych informacji zwrotnych, przez wysyłanie komunikatów typu: „mówię to nie po to byś poczuł się źle, ale po to żebyś wiedział co masz zmienić, by następnym razem poradzić sobie lepiej”, tworzy się równocześnie większą szansę na kształtowanie kultury *grit*.

Przynależność do grupy jest jedną z najważniejszych ludzkich potrzeb. Jeśli stajemy się członkiem grupy, która ceni sobie *grit*, mamy większe szanse na to, że ta cecha rozwinie się również u nas. To dlatego, że chcąc pozostać członkiem danej grupy, musimy dopasować się do standardów w niej panujących, musimy przyjąć jej kulturę. Badania Datu i Fonga²⁵, prowadzone wśród chińskich uczniów szkół podstawowych z Hong Kongu, wykazały, że osoby cechujące się wysoką spójnością zainteresowań (CI) i wytrwałością w wysiłku (PE) odznaczały się też najwyższym poczuciem dumy. Oznacza to, że taki profil *grit* może skutkować wysokim poziomem zadowolenia z osiągnięć, jak również sugerować, że osoby o takim profilu są postrzegane jako pożądanym, wartościowym członkiem grupy. Bycie w grupie, bycie częścią drużyny skutecznie motywuje do wysiłku nie tylko profesjonalnych sportowców, ale też osoby uprawiające sport amatorsko. To dlatego

²³ Ibidem.

²⁴ S.L. Jordan i in., *Toward a Work Motivation Conceptualization of Grit in Organizations*, "Group & Organization Management" 2019, t. 44, nr 2, DOI: 10.1177/1059601119834093.

²⁵ J.A. Datu, R.W. Fong, *Examining the association of grit with test emotions among Hong Kong Chinese primary school students*, "School Psychology International" 2018, t. 39, nr 5, DOI: 10.1177/0143034318793468.

wielu biegaczy amatorów potrafi pokonać dłuższy dystans biegnąc z grupą, podczas gdy biegnąc w pojedynkę dawno by się już poddali i zakończyli trening. Tak, bycie częścią drużyny, która ciężko pracuje mimo trudności kształtuje *grit*.

Uwzględniając modyfikujący wpływ uwarunkowań kulturowych na *grit*, warto wziąć pod uwagę spostrzeżenia Disabato²⁶, który zwrócił uwagę na to, że ze względu na różne znaczenie dla dobrostanu dwóch głównych aspektów *grit* – wytrwałości w wysiłku i spójności zainteresowań – w zależności od tego czy badania są realizowane w kulturze indywidualistycznej czy kolektywistycznej, warto rozpatrywać znaczenie tych dwóch aspektów oddzielnie.

Finowie mają swój termin, będący bliskim odpowiednikiem *grit* – *sisu*, który odnosi się przede wszystkim do wytrwałości w działaniu i według nich jest elementem ich kultury narodowej, który – jak pokazują badania – w opinii ich samych od najmłodszych lat można kształtować²⁷. W swojej historii Finowie wykazywali *sisu* ujarzmiając surową przyrodę, czy skutecznie przeciwstawiając się przeciwnościom losu w z pozoru beznadziejnych sytuacjach, jak choćby w trakcie wojny radziecko-fińskiej prowadzonej w 1939 i 1940 roku. *Sisu* bez wahania można uznać za część fińskiej kultury.

W organizacjach także można kształtować kulturę *grit*, nie tylko przez odpowiednią wewnętrzną politykę firmy, lecz także przez dobór pracowników przejawiających określone predyspozycje. Bill Gates w trakcie jednej ze swoich rozmów na temat rekrutacji pracowników w Microsoftzie wyznał, iż kiedy jeszcze sam zajmował się zatrudnianiem programistów, celowo w czasie prób dawał im do zrealizowania żmudne zadania, wymagające dużego nakładu pracy. Nie chodziło mu o zweryfikowanie ich umiejętności programistycznych, lecz przede wszystkim o sprawdzenie, którzy z nich wykażą się uporem i ukończą to, co zaczęli²⁸.

²⁶ D.J. Disabato, F.R. Goodman, T.B. Kashdan, *Is grit relevant to well-being and strengths? Evidence across the globe for separating perseverance of effort and consistency of interests*, "Journal of Personality" 2019, t. 87, nr 2, DOI: 10.1111/jopy.12382.

²⁷ A.L. Duckworth, *Upór...*

²⁸ Ibidem.

Czy zbyt dużo możliwości jest zagrożeniem dla *grit*?

Wydawać by się mogło, że różnorodność możliwości, dostępnych dzieciom i adolescentom w rozwiniętych krajach, jest jedynie zaletą, dającą im szansę na lepszy rozwój i realizację swoich pasji. Czy jednak bogata oferta zajęć dodatkowych, sportów, które można uprawiać, możliwości gry na najróżniejszych instrumentach i zajmowania się od najmłodszych lat prawie wszystkim, co może nas interesować, od garncarstwa po programowanie jest jedynie atutem, wsparciem dzieci w ich rozwoju? Różnorodność dostępnych zajęć, w które można się zaangażować i ich dostępność wiąże się z łatwością zmiany. Ucząc się nowych rzeczy zawsze musimy natrafić na problemy i trudności, które mogą przełożyć się na niepowodzenia. Kiedy jako dzieci uczymy się jeździć na rowerze, ponosimy wiele porażek, przewracamy się i upadamy. Jednak zdecydowana większość z nas kontynuuje naukę, ponieważ widzimy, że prawie wszystkie inne osoby wokół nas potrafią jeździć. Jest to umiejętność ważna i warta wysiłku. Umiejętność, która pomaga być częścią grupy i bawić się z rówieśnikami. Jednak w przypadku wielu innych kompetencji, nie muszą być one przez nas postrzegane jako tak istotne. Jeśli zainteresowałem się grą na gitarze, ale po paru lekcjach stwierdzę, że to dla mnie za trudne, to łatwo powiedzieć sobie, że nie każdy musi grać na gitarze. Mogę grać na innym instrumencie albo wcale. Podobnie jest z wieloma innymi dodatkowymi zajęciami czy dyscyplinami sportu, których możemy spróbować. Jeśli w jednym zaczyna być zbyt ciężko, pojawia się pokusa, żeby zrezygnować, żeby to porzucić. Szczególnie, jeśli wkoło jest wiele innych możliwości. Im więcej takich decyzji podejmiemy, tym trudniej z czasem będzie nam wytrwać w dążeniu do innych trudnych celów. Dlatego nadmiar możliwości i niezdolność do wyboru i skoncentrowania się na niektórych z nich, będzie działać na niekorzyść mocnego *grit*. Mądrzy rodzice powinni więc wspierać swoje dzieci, nie tylko dostarczając im możliwości próbowania nowych rzeczy, lecz pomagając im wytrwać w chwilach słabości przy tym, w co już się zaangażowali.

Zakończenie

Czynnik *grit* – upór, pasja, zacięcie w dążeniu do celów długoterminowych – w istotny sposób może wpływać na naszą przyszłość, nie tylko

przez związek z osiągnięciami w różnych sferach naszego życia. Kształtowanie tej własności od najmłodszych lat może znacząco poprawiać jakość naszego życia. Na związki *grit* z dobrostanem wskazują badania realizowane w różnych obszarach kulturowych²⁹. *Grit* jest powiązany z pozytywnymi emocjami, satysfakcją z życia czy dobrostanem psychicznym³⁰. Ostatnie badania wskazują też na związki *grit* z niektórymi wskaźnikami zdrowia psychicznego. Musumarii³¹ w badaniach, którymi objęto grupę tajlandzkich studentów, stwierdził negatywną korelację *grit* z poziomem lęku i symptomami depresji. Podobne wyniki dotyczące depresji uzyskano w grupie studentów z Filipin³². Zhang³³, analizując dane zebrane wśród chińskich studentów, stwierdził negatywny związek pomiędzy spójnością zainteresowań (CI) a depresją, lękiem i poziomem stresu. Równocześnie jednak stwierdzono, że inny aspekt *grit* – wytrwałość w wysiłku (PE) wykazywał negatywny związek z depresją, ale nie był już powiązany z poziomem stresu i lękiem.

Pomysłodawczyni tego konstruktu i wiodąca badaczka w tym obszarze, Angela Lee Duckworth³⁴ wskazuje na możliwość kształtowania kultury *grit* w obrębie danej grupy: rodziny, drużyny sportowej, pracowników danej firmy czy działu, a nawet na poziomie całej nacji. Rozpatrując te

²⁹ B. Arya, D.S. Lal, *Grit and sense of coherence as predictors of well-being*, „Indian Journal of Positive Psychology” 2018, t. 9, nr 1, DOI: 10.15614/ijpp.v9i01.11766.

³⁰ J.A. Datu, J.A. Valdez, R.B. King, *Perseverance Counts but Consistency Does Not! Validating the Short Grit Scale in a Collectivist Setting...*; L. Underdahl, T. Jones-Meineke, L.M. Duthely, *Reframing physician engagement: An analysis of physician resilience, grit, and retention*, „International Journal of Healthcare Management” 2018, t. 11, nr 3, DOI: 10.1080/20479700.2017.1389478; M.M. Vainio, D. Daukantaitė, *Grit and Different Aspects of Well-Being...*

³¹ P.M. Musumari i in., *Grit is associated with lower level of depression and anxiety among university students in Chiang Mai, Thailand: A cross-sectional study*, „PLOS ONE” 2018, t. 13, nr 12, DOI: 10.1371/journal.pone.0209121.

³² J.A. Datu i in., *Grit is Associated with Lower Depression via Meaning in Life among Filipino High School Students*, „Youth & Society” 2018, DOI: 10.1177/0044118X18760402.

³³ M. Zhang i in., *Investigation of the Effects of Purpose in Life, Grit, Gratitude, and School Belonging on Mental Distress among Chinese Emerging Adults*, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2018, t. 15, nr 10, DOI: 10.3390/ijerph15102147.

³⁴ A.L. Duckworth, *Upór...*

dane w kontekście praktyki wychowawczej, musimy docenić znaczenie tego konstruktu, ze względu na to, że jest on plastyczny i możemy w realny sposób wpływać na jego kształtowanie w okresie dzieciństwa i adolescencji. Niewątpliwie kształtowanie *grit* u nowych pokoleń jest długoterminowym celem wartym naszego wysiłku.

Bibliografia

- Arya B., Lal D.S., *Grit and sense of coherence as predictors of well-being*, "Indian Journal of Positive Psychology" 2018, nr 1, t. 9, DOI: 10.15614/ijpp.v9i01.11766.
- Credé M., Tynan M.C., Harms P.D., *Much ado about grit: A meta-analytic synthesis of the grit literature*, "Journal of Personality and Social Psychology" 2017, t.113, nr 3, DOI: 10.1037/pspp0000102.
- Datu J.A., Fong R.W., *Examining the association of grit with test emotions among Hong Kong Chinese primary school students*, "School Psychology International" 2018, t. 39, nr 5, DOI: 10.1177/0143034318793468.
- Datu J.A. i in., *Grit is Associated with Lower Depression via Meaning in Life among Filipino High School Students*, "Youth & Society" 2018, DOI: 10.1177/0044118X18760402.
- Datu J.A., Valdez J.A., King R.B., *Perseverance Counts but Consistency Does Not! Validating the Short Grit Scale in a Collectivist Setting*, "Current Psychology" 2016, t. 35, nr 1, DOI: 10.1007/s12144-015-9374-2.
- Datu J.A., Yuen M., Chen G., *The triarchic model of grit is linked to academic success and well-being among Filipino high school students*, "School Psychology Quarterly" 2018, t. 33, nr 3, DOI: 10.1037/spq0000234.
- Disabato D.J., Goodman F.R., Kashdan T.B., *Is grit relevant to well-being and strengths? Evidence across the globe for separating perseverance of effort and consistency of interests*, "Journal of Personality" 2019, t. 87, nr 2, DOI: 10.1111/jopy.12382.
- Duckworth A.L., *Upór: potęga pasji i wytrwałości*, Łódź 2016.
- Duckworth A.L. i in., *Grit: perseverance and passion for long-term goals*, "Journal of Personality and Social Psychology" 2007, nr 6, t. 92, DOI: 10.1037/0022-3514.92.6.1087.

- Duckworth A.L., Quinn P.D., *Development and validation of the short grit scale (grit-s)*, "Journal of Personality Assessment" 2009, t. 91, nr 2, DOI: 10.1080/002238 90802634290.
- Dugan R. i in., *Gritting their teeth to close the sale: the positive effect of salesperson grit on job satisfaction and performance*, "Journal of Personal Selling & Sales Management" 2019, t. 39, nr 1, DOI: 10.1080/08853134.2018.1489726.
- Eisenberger R., *Learned industriousness*, "Psychological Review" 1992, t. 99, nr 2, DOI: 10.1037/0033-295X.99.2.248.
- Eskreis-Winkler L. i in., *The grit effect: predicting retention in the military, the workplace, school and marriage*, "Frontiers in Psychology" 2014, t. 5, DOI: 10.3389/fpsyg.2014.00036.
- Hwang M.H., Lim H.L., Ha H.S., *Effects of Grit on the Academic Success of Adult Female Students at Korean Open University*, "Psychological Reports" 2018, t. 121, nr 4, DOI: 10.1177/0033294117734834.
- Jordan S.L. i in., *Toward a Work Motivation Conceptualization of Grit in Organizations*, „Group & Organization Management” 2019, t. 44, nr 2, DOI: 10.1177/1059601119834093.
- Kabat-Farr D., Walsh B.M., McGonagle A.K., *Uncivil Supervisors and Perceived Work Ability: The Joint Moderating Roles of Job Involvement and Grit*, „Journal of Business Ethics” 2019, t. 156, nr 4, DOI: 10.1007/s10551-017-3604-5.
- Kirchgasler Ch., *True Grit? Making a Scientific Object and Pedagogical Tool*, "American Educational Research Journal" 2018, t. 55, nr 4, DOI: 10.3102/0002831217752244.
- Musumari P.M. i in., *Grit is associated with lower level of depression and anxiety among university students in Chiang Mai, Thailand: A cross-sectional study*, "PLOS ONE" 2018, t. 13, nr 12, DOI: 10.1371/journal.pone.0209121.
- Park D. i in., *Fostering grit: Perceived school goal-structure predicts growth in grit and grades*, "Contemporary Educational Psychology" 2018, t. 55, DOI: 10.1016/j.cedpsych.2018.09.007.
- Shechtman N. i in., *Promoting grit, tenacity, and perseverance: Critical factors for success in the 21st century*, Washington, DC 2013.
- Tang X., Wang M., J. J., Salmela-Aro K., *Building Grit: The Longitudinal Pathways between Mindset, Commitment, Grit, and Academic Outcomes*, "Journal of Youth and Adolescence" 2019, t. 48, nr 5, DOI: 10.1007/s10964-019-00998-0.

- Underdahl L., Jones-Meineke T., Duthely L.M., *Reframing physician engagement: An analysis of physician resilience, grit, and retention*, "International Journal of Healthcare Management" 2018, t. 11, nr 3, DOI: 10.1080/20479700.2017.1389478.
- Vainio M.M., Daukantaitė D., *Grit and Different Aspects of Well-Being: Direct and Indirect Relationships via Sense of Coherence and Authenticity*, "Journal of Happiness Studies" 2016, t. 17, nr 5, DOI: 10.1007/s10902-015-9688-7.
- Wolfe M.T., Patel P.C., *Grit and self-employment: a multi-country study*, "Small Business Economics" 2016, t. 47, nr 4, DOI: 10.1007/s11187-016-9737-6.
- Zhang M.i in., *Investigation of the Effects of Purpose in Life, Grit, Gratitude, and School Belonging on Mental Distress among Chinese Emerging Adults*, "International Journal of Environmental Research and Public Health" 2018, t. 15, nr 10, DOI: 10.3390/ijerph15102147.

Summary

Grit – a concept introduced to the world of science thanks to Angela Lee Duckworth, is in the light of current research one of the best predictors of broadly understood success, both in educational and professional areas. The article reviews the research proving the connection of the grit factor with achievements in various spheres of life, ranging from school performance of pupils and success in marriage to chances of success of tradesmen and military men in their fields of activity. What is also discussed are the possibilities of building grit of individuals at the early stages of development through specific educational activities, as well as the possibilities of shaping the grit culture in family, organizations and within entire communities.

Key words: grit, positive psychology, educational achievements, professional achievements