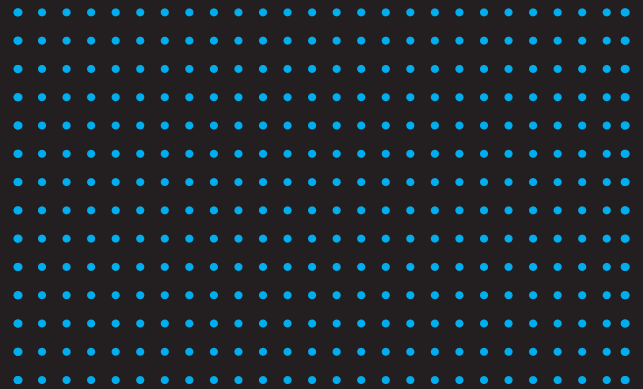




SPO 2024

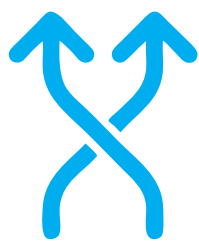
Social Processes and Personality 2024
Proceedings of the 24th
International Scientific Conference



Sociální procesy a osobnost 2024
Sborník příspěvků 24. ročníku me-
zinárodní vědecké konference

Institute of Psychology
Czech Academy of Sciences

2025



SP02024

The conference took place // Konference se konala

11 — 13 September 2024 / Třešť, Czech Republic



EDITORS /// EDITOŘI / EDITORKY

doc. PhDr. Martina Hřebíčková, Dr., DSc.

doc. PhDr. Martin Jelínek, Ph.D.

doc. PhDr. Petr Květon, Ph.D.

Institute of Psychology, Czech Academy of Sciences

Psychologický ústav Akademie věd České republiky

AUTHORS /// AUTORKY / AUTOŘI

Angela Almášiova, Kristína Anyalaiová, Peter Babinčák, Jaroslava Babjaková, Viera Bačová, Natália Balciráková, Viacheslav Basaliukov, Marianna Berinšterová, Jana Blštáková, Jana Buštor, Hana Celušáková, Daniela Čemická, Simona Černá, Lukáš Čunek, Diana Demkaninová, Denisa Fedáková, Michaela Gajdošová, Miroslava Galasová, Mária Giertlová, Simona Glázerová, Marta Górna, Peter Halama, Róbert Hanák, Margaréta Hapčová, Silvia Harvanová, Patrik Havan, Zuzana Heinzová, Juraj Holdoš, Veronika Chlebcová, Vladimír Imřiška, Pavel Izrael, Kinga Izsóf Jurássová, Monika Kačmárová, Lada Kaliská, Veronika Káplová, Michal Kohút, Katarína Kohútová, Petra Veronika Kohútová, Jesika Konečná, Eva Košíková, Iveta Kovalčíková, Michaela Krakovská, Dalibor Kučera, Barbora Kuviková, Jakub Ladecký, Lujza Laudárová, Václav Linkov, Jana Lukáčová, Alexandra Mačudová, Ivana Magáčová Žilková, Monika Magdová, Radomír Masaryk, Katarína Matejová, Radoslav Merva, Barbora Mesárošová, Marína Mikulajová, Gabriela Mikulášková, Pavel Moravec, Klastová Pappová, Michaela Pariháková, Ľubor Pilárik, Alena Prídavková, Viktória Pšiteksová, Zuzana Rojková, Myroslava Anatoliivna Sadova, Lenka Selecká, Nikola Slichová, Tomáš Sollár, Iveta Šefarová, Peter Teličák, Jana Janec Tomašiková, Daniela Turoňová, Ivana Václaviková, Lenka Vargová, Eva Virostková Nábělková, Zuzana Zimová

REVIEWERS /// RECENZENTKY / RECENZENTI

Matúš Adamkovič, Magdalena Adamus, Jana Bašnáková, Miroslava Bozogáňová, Kristína Czekoová, Filip Děchtěrenko, Marek Dobeš, Jaroslava Dosedlová, Denisa Fedáková, Miroslav Filip, Matúš Grežo, Jitka Gurňáková, Peter Halama, Patrik Havan, Lukáš Hejtmánek, Martin Jelínek, Vojtěch Juřík, Michal Kentoš, Adam Klocek, Kateřina Koros Bartošová, Veronika Koutná, Marie Kovářová, Petr Květon, David Lacko, Alexander Loziak, Filip Maroš, Marcel Martončík, Simona Olhová, Terezie Osecká Pilátová, Jana Papcunová, Viktória Sunyík, Peter Teličák, Jana Tencerová, Braňo Uhrecký, Katarína Zvončáková

SCIENTIFIC COMMITTEE /// VĚDECKÝ VÝBOR

prof. PhDr. Marek Blatný, DrSc.

Institute of Psychology, Faculty of Arts, Masaryk University / Psychologický ústav, Filozofická fakulta, Masarykova univerzita

doc. PhDr. Iva Burešová, PhD.

Institute of Psychology, Faculty of Arts, Masaryk University / Psychologický ústav, Filozofická fakulta, Masarykova univerzita

doc. PaedDr. Vladimíra Kurincová Čavojová, PhD.

Centre of Social and Psychological Sciences, Slovak Academy of Sciences / Centrum spoločenských a psychologických vied, Slovenská akadémia vied

Mgr. Denisa Fedáková, PhD.

Centre of Social and Psychological Sciences, Slovak Academy of Sciences / Centrum spoločenských a psychologických vied, Slovenská akadémia vied

prof. Mgr. Peter Halama, PhD.

Centre of Social and Psychological Sciences, Slovak Academy of Sciences / Centrum spoločenských a psychologických vied, Slovenská akadémia vied

doc. PhDr. Martina Hřebíčková, Dr., DSc.

Institute of Psychology, Academy of Sciences of the Czech Republic, p.r.i. / Psychologický ústav, Akademie věd České republiky, v.v.i.

Mgr. Michal Kentoš, PhD.

Centre of Social and Psychological Sciences, Slovak Academy of Sciences / Centrum spoločenských a psychologických vied, Slovenská akadémia vied

prof. PhDr. Tomáš Urbánek, Ph.D.

Institute of Psychology, Academy of Sciences of the Czech Republic, p.r.i. / Psychologický ústav, Akademie věd České republiky, v.v.i.



This work is licensed under a Creative Commons BY-NC-ND license (Attribution – NonCommercial – NoDerivates – 4.0 International). The license terms can be found at <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

The publication has not been proofread. The authors of the articles are responsible for the proofreading and the content.

Toto dílo je licencované pod licenci Creative Commons BY-NC-ND (Uveďte pôvod – Nepoužívejte komerčně – Nezpracovávejte – 4.0 Mezinárodní). Licenční podmínky najdete na adrese <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

Publikace neprošla jazykovou úpravou. Za jazykovou úpravu a obsah příspěvků jsou zodpovědní jejich autoři.

Seznam príspevků

<i>JAROSLAVA BABJÁKOVÁ, MICHAELA PARILÁKOVÁ & IVANA MAGÁČOVÁ ŽILKOVÁ</i> Osobná viera v spravodlivý svet ako prediktor životnej spokojnosti	8
<i>PETER BABINČÁK & MONIKA KAČMÁROVÁ</i> Ako primárne presvedčenia o svete prispievajú k sociálnemu fatalizmu a politickej orientácii?	15
<i>VIACHESLAV BASALIUKOV</i> Parentifikácia: príčiny a dôsledky	21
<i>MARIANNA BERINŠTEROVÁ, MONIKA KAČMÁROVÁ & MONIKA MAGDOVÁ</i> Perfekcionizmus ako prediktor prokrastinácie budúcich pedagógov	29
<i>JANA BUŠTOR & VÁCLAV LINKOV</i> Osobnosť a preference pro různé typy aut.....	36
<i>VERONIKA CHLEBCOVÁ & DANIELA ČEMICKÁ</i> Posttraumatický rozvoj odliečených pacientok s rakovinou prsníka	42
<i>DIANA DEMKANINOVÁ, MARGARÉTA HAPČOVÁ, DANIELA TUROŇOVÁ, KRISTÍNA ANYALAIIOVÁ, SILVIA HARVANOVÁ & BARBORA MESÁROŠOVÁ</i> Temperament a exekutívne funkcie u detí v mladšom školskom veku.....	49
<i>MIROSLAVA GALASOVÁ & ZUZANA HEINZOVÁ</i> Vzťahy medzi stratégiami emocionálnej regulácie a stratégiami zvládania	58
<i>DENISA FEDÁKOVÁ & LENKA VARGOVÁ</i> Po stopách praktík otvorenej vedy v psychológii na slovensku - Výskumný zámer	66
<i>MÁRIA GIERTLOVÁ & IVETA ŠEFAROVÁ</i> Sonda do výskumu emocionálnej regulácie, senzitivity a kvality života u ľudí trpiacich tetanickým syndrómom.....	74
<i>MARTA GÓRNA, ZUZANA ROJKOVÁ & ALEXANDRA MAČUDOVÁ</i> Adaptácia slovenskej verzie dotazníka PERMA- profiler	81
<i>PETER HALAMA</i> Kognitívna reflexia ako moderátor medzi negatívnymi emóciami a špecifickými konšpiračnými presvedčeniami.....	91
<i>RÓBERT HANÁK & JANA BLŠTÁKOVÁ</i> Vplyv podnikania rodičov: rozdielne vplyvy otca a matky na podnikateľské start-upové zámery syna a dcéry.....	99
<i>SILVIA HARVANOVÁ, MARGARÉTA HAPČOVÁ, DIANA DEMKANINOVÁ, DANIELA TUROŇOVÁ & BARBORA MESÁROŠOVÁ</i> Temperament v mladšom školskom veku: overenie faktorovej štruktúry slovenskej verzie dotazníka TMCQ.....	105
<i>PATRIK HAVAN, PETER HALAMA & VIERA BAČOVÁ</i> Koncepty dôchodku vo vzťahu k životnej spokojnosti a zmysluplnosti dôchodcov. Moderačná rola plánovania dôchodku	114
<i>ZUZANA HEINZOVÁ, ĽUBOR PILÁRIK, EVA VIROSTKOVÁ NÁBĚLKOVÁ & LADA KALISKÁ</i> Overovanie vybraných psychometrických charakteristík klasickej a skrátenej formy Dotazníka emocionálnej regulácie (ERQ) v slovenských podmienkach.....	121

<i>JURAJ HOLDOŠ, ANGELA ALMÁŠIOVA, PAVEL IZRAEL & KATARÍNA KOHÚTOVÁ</i> Subjektívny pocit bezpečia a prijatia doma ako možný protektívny faktor rizikového správania v prostredí internetu	129
<i>VLADIMÍR IMRIŠKA & PETER TELIČÁK</i> Meditujúci a nemeditujúci z pohľadu všímavosti, subjektívneho pocitu šťastia a životného zmyslu.....	136
<i>LADA KALISKÁ, MICHAELA GAJDOŠOVÁ, ĽUBOR PILÁRIK, EVA VIROSTKOVÁ NÁBĚLKOVÁ & ZUZANA HEINZOVÁ</i> Konštruktívna validizácia Dotazníka emočnej regulácie (ERQ) na vzorke slovenských adolescentov	144
<i>PETRA KLASTOVÁ PAPPOVÁ, VERONIKA CHLEBCOVÁ & MYROSLAVA ANATOLIIVNA SADOVA</i> Nádej a psychologická prvá pomoc u Ukrajincov v kontexte aktuálneho vojnového konfliktu.....	151
<i>VERONIKA KOHÚTOVÁ, KINGA IZSÓF JURÁSOVÁ & MICHAL KOHÚT</i> Súvislosť nerozhodnosti s dimenziami vynárajúcej sa dospelosti	159
<i>JESIKA KONEČNÁ</i> Starostlivosti o seba v mladej dospelosti: genderové a motivačné aspekty	166
<i>MICHAELA KRAKOVSKÁ, PAVEL MORAVEC & LUKÁŠ ČUNEK</i> Spirituálna inteligencia jako adaptabilní nástroj pro zvládání stresu	176
<i>DALIBOR KUČERA, VERONIKA KÁPLOVÁ & SIMONA ČERNÁ</i> Nácvik komunikačných kompetencií v prostredí virtuálnej reality: výstupy pilotného výzkumu VR team ...	183
<i>BARBORA KUVIKOVÁ & TOMÁŠ SOLLÁR</i> Efekty intervenčného programu na akademickú sebaúčinnosť vysokoškolských študentov	189
<i>JAKUB LADECKÝ & ĽUBOR PILÁRIK</i> Škála flexibilného vyjadrovania emócií (FREE): faktorová štruktúra a vybrané psychometrické vlastnosti	196
<i>LUJZA LAUDÁROVÁ & RADOMÍR MASARYK</i> Ako komunikovať s generáciou, ktorá má slúchadlá v ušiach a oči upreté na displej? Prieskum sociálnych sietí najväčších českých a slovenských univerzít.....	203
<i>JANA LUKÁČOVÁ, GABRIELA MIKULÁŠKOVÁ, MONIKA KAČMÁROVÁ, IVETA KOVALČÍKOVÁ & ALENA PRÍDAVKOVÁ</i> Vybrané exekutívne funkcie ako prediktory sebaúčinnosti u detí v mladšom školskom veku	211
<i>IVANA MAGÁČOVÁ ŽILKOVÁ, JAROSLAVA BABJÁKOVÁ & MICHAELA PARILÁKOVÁ</i> Kariérna spokojnosť vo vzťahu s emocionálnym komponentom subjektívnej pohody	218
<i>KATARÍNA MATEJOVÁ</i> Environmentálna identita a jej prediktory: osobnostné črty a spojenie s prírodou.....	226
<i>MARÍNA MIKULAJOVÁ & JANA JANEC TOMAŠÍKOVÁ</i> Možnosti rozvíjania pregramotnostných schopností u detí predškolského veku z rómskym materinským jazykom	226
<i>IVANA MIRDALÍKOVÁ</i> Rozdiely v schopnosti mentalizácie u pacientov so schizofréniou a bipolárnou afektívnou poruchou ..	241
<i>EVA VIROSTKOVÁ NÁBĚLKOVÁ, NATÁLIA BALCIRÁKOVÁ, ĽUBOR PILÁRIK, LADA KALISKÁ & ZUZANA HEINZOVÁ</i> Vývoj a overenie psychometrických vlastností Situačného testu emočnej flexibility (STEF)	2499
<i>MICHAELA PARILÁKOVÁ, IVANA MAGÁČOVÁ ŽILKOVÁ & JAROSLAVA BABJÁKOVÁ</i> Overenie súvislosti medzi zvládaním záťaže a životnou spokojnosťou dospelých.....	2577

L'UBOR PILÁRIK, VIKTÓRIA PŠITEKOVÁ, SIMONA GLÁZEROVÁ, EVA VIROSTKOVÁ NÁBĚLKOVÁ, LADA KALISKÁ & ZUZANA HEINZOVÁ

Situačný test emočnej flexibility (STEF): pilotné overovanie kriteriálnej validity v oblasti duševnej pohody a sebahodnotenia 2655

LENKA SELECKÁ & IVANA VÁCLAVIKOVÁ

Od traumy k osamelosti: Význam traumatických skúseností a vzťahovej väzby pre prežívanie osamelosti 272

PETER TELIČÁK, RADOSLAV MERVA & NIKOLA SLICHOVÁ

Sociálno averzívne črty osobnosti ako prediktory gender konšpiračných presvedčení 280

DANIELA TUROŇOVÁ, MARGARÉTA HAPČOVÁ, DIANA DEMKANINOVÁ, HANA CELUŠÁKOVÁ, SILVIA HARVANOVÁ, EVA KOŠÍKOVÁ & BARBORA MESÁROŠOVÁ

Výzvy v hodnotení temperamentu: potenciál fyziologických meraní a hodnotenia pozornosti 287

ZUZANA ZIMOVÁ

Vliv meditace mindfulness na emoční regulaci a spánek u studentů psychologie 296

OSOBNÁ VIERA V SPRAVODLIVÝ SVET AKO PREDIKTOR ŽIVOTNEJ SPOKOJNOSTI

THE PERSONAL BELIEF IN A JUST WORLD AS PREDICTOR OF THE LIFE SATISFACTION

Jaroslava Babjáková, Michaela Pariláková & Ivana Magáčová Žilková

Inštitút psychológie, Filozofická fakulta, Prešovská univerzita v Prešove

E-mail: jaroslava.babjakova@unipo.sk

ABSTRAKT

Cieľom predkladaného príspevku bolo overiť prediktívny význam viery v spravodlivý svet (osobná viera v spravodlivý svet, všeobecná viera v spravodlivý svet) a vybraných sociodemografických premenných (rod, rodičovský stav, manželský stav) na životnú spokojnosť. Výskumný súbor pozostával z 214 respondentov (146 žien, 68 mužov) vo veku 19-62 rokov ($M = 37,83$; $SD = 12,41$). Ako výskumné nástroje boli použité Škála spokojnosti so životom (SWLS-Satisfaction with life scale) (Diener et al., 1985) a Škály viery v spravodlivý svet (Džuka & Dalbert, 2002). K štatistickému spracovaniu údajov bola použitá viacnásobná hierarchická lineárna regresná analýza. Výsledky preukázali štatistickú významnosť osobnej viery v spravodlivý svet ako významného pozitívneho prediktora životnej spokojnosti.

Kľúčové slová

životná spokojnosť; osobná viera v spravodlivý svet; všeobecná viera v spravodlivý svet; sociodemografické premenné

ABSTRACT

The aim of the this study was to verify the predictive significance of belief in a just world (personal belief in a just world, general belief in a just world) and selected sociodemographic variables (gender, parental status, marital status) on life satisfaction. The sample consisted of 214 respondents (146 females, 68 males) aged 19-62 years ($M = 37.83$, $SD = 12.41$). As the research instruments were used the Satisfaction with Life Scale (SWLS) (Diener et al., 1985) and the Belief in a Just World Scales (Djuka & Dalbert, 2002). Multiple hierarchical linear regression analysis was used to statistically analyses of the data. Results demonstrated the statistical significance of personal belief in a just world as a significant positive predictor of life satisfaction.

Keywords

life satisfaction; personal belief in a just world; general belief in a just world; sociodemographic variables

Grantová podpora

Príspevok bol podporený projektom APVV-23-0647 PRIMALs – primárne presvedčenia o svete a ich vzťah k duševnému zdraviu a subjektívnej pohode.

ÚVOD

Viera v spravodlivých svet je kopingovým procesom a tiež pozitívna ilúzia, ktorá je silne stabilnou dispozíciou, pričom práve ľudia so silnejšou vierou v spravodlivý svet sú motivovaní správať sa spravodlivo (Dalbert, 2001). Viera v spravodlivý svet pozostáva z osobnej viery v spravodlivý svet a všeobecnej viery v spravodlivý svet (Dalbert, 2001). Osobná viera v spravodlivý svet vypovedá o tom, že vlastný osud je spravodlivý a že udalosti vo vlastnom živote sú zaslúžené a všeobecná viera v spravodlivý svet reflektuje to, že svet je vo všeobecnosti spravodlivé miesto (Sallay a Dalbert, 2004). Osobná viera v spravodlivý svet je lepším prediktorom motívu spravodlivosti a asimilácie zažitej nespravodlivosti (Peter & Dalbert, in Ucar & Dalbert, 2018) a všeobecná viera v spravodlivý svet je viac spojená s tvrdými spoločenskými postojmi v obviňovaní obetí (Lerner; Dalbert, in Ucar & Dalbert, 2018). Na druhej strane potvrdenie všeobecnej viery v spravodlivý svet ako silnejšie oproti osobnej viere v spravodlivý svet u dospelých, ktorí prežili zemetrasenie potvrdili Wu et al. (2011) a zároveň obe tieto škály viery v spravodlivý svet (osobná aj všeobecná) potvrdili ako pozitívne prediktory životnej spokojnosti, avšak upriamujú pozornosť aj na kultúrny kontext. Podľa Wu et al. (2011) ľuďom z kolektivistického kultúry, akou bolo prostredie výskumu realizovaného v Číne, pomáha všeobecná viera v spravodlivý svet odolávať náročným situáciám, v protiklade s populáciou z individualistickej kultúry.

Na základe doterajšieho stavu poznania Corey et al (2015) konštatujú, že potreba veriť v spravodlivý svet má adaptívnu funkciu, a to dokonca aj v prípade negatívnych udalostí. Medzi náročné životné situácie môžu byť zaradené aj ďalšie životné okolnosti ako je napríklad rodičovstvo či neprítomnosť manželského partnera, z tohto dôvodu sme zaradili tieto premenné do nášho výskumu. Práve osobnú vieru v spravodlivý svet ako pozitívny prediktor životnej spokojnosti zistili Fatima a Suhail (2010), a to u matiek. Významnosť prediktora viery v spravodlivý svet pre seba pri životnej spokojnosti potvrdili aj Lipkus et al. (1996), pričom táto viera v spravodlivý svet pre seba zvyšovala životnú spokojnosť.

Spokojnosť so životom je kognitívnym komponentom subjektívnej pohody (Diener, 1984) a je jednou z dvoch dimenzií habituálnej subjektívnej pohody, a to spolu s náladou a na duševnom zdraví sa podieľa ešte aj spolu s dvoma dimenziami duševného zdravia medzi ktoré patrí depresia a sebahodnotenie (Dalbert, 2001).

Vzhľadom k rodinnému kontextu bolo zistené, že nižšiu životnú spokojnosť prežívajú matky v jednorodičovských rodinách ako matky, ktoré žijú s partnerom (Gieler et al. (2017). Práve matky, ktoré neboli v jednorodičovských rodinách prežívali väčšiu životnú spokojnosť (Bull & Mittelmark, 2009). Vo vzťahu k spokojnosti so životom bolo zistené, že je pozitívne spojená s oporou od rodiny, priateľov a partnera (Walen & Lachman, 2000) a tiež pozitívne koreluje so subjektívnou blízkosťou k rodine a frekvenciou kontaktu s rodinou (Nguyen et al., 2015).

Doterajší stav poznania poukazuje na prepojenosť viery v spravodlivý svet, spokojnosti so životom v rodinnom kontexte, teda poukazuje na zistenia, že opora od blízkych či náročnosť situácie sú významné premenné. V našom výskume je práve rodičovstvo a tiež neprítomnosť manželského partnera, teda neprítomnosť takto blízkej osoby zvažované ako náročná životná situácia. Cieľom predpokladaného príspevku je vychádzajúc zo súčasného stavu poznania overiť vybrané premenné, a to konkrétne komponenty viery v spravodlivý svet (osobná viera v spravodlivý svet, všeobecná viera v spravodlivý svet) ako aj rod, manželský stav a rodičovský stav. ako prediktory spokojnosti so životom. Konkrétne teda naším cieľom je overiť či sa na životnej spokojnosti podieľa osobná viera v spravodlivý svet, všeobecná viera v spravodlivý svet, rod, to či respondent je alebo nie je rodičom a či jeho manželský stav je manželstvo alebo nie.

METÓDY

Výskumný súbor

Výskumný súbor pozostával z 214 dospelých respondentov vo veku 19-62 rokov ($M=37,83$, $SD = 12,41$), z čoho bolo 146 žien a 68 mužov. Čo sa týka rodičovského stavu vo výskumnom súbore bolo 128 respondentov, ktorí označili, že sú rodičmi = kód 2 a 86 respondentov ktorí označili, že nie sú rodičmi = 1. Z hľadiska rodinného stavu bolo 111 v manželskom zväzku (vydatá/ženatý = 1), 83 slobodných = 2, 15 rozvedených = 3, 4 respondenti neboli rozvedení, ale žili bez manželského partnera = 4 a 1 respondent bol v kategórii vdova/vdovec = 5. Pre potreby analýzy bola táto premenná dichotomizovaná na 1 (v manželstve) a 2 ostatní (mimo manželstva, resp. sám). Deskriptívne štatistika analyzovaných premenných je uvedená v Tabuľke 1.

Tabuľka 1. Deskripcia premenných výskumu

	M	SD	Min	Max
Rod	-	-	-	-
Vek	37,83	12,41	19	62
Spokojnosť so životom	23,17	6,15	5	35
Osobná viera v spravodlivý svet	26,85	6,38	7	42
Všeobecná viera v spravodlivý svet	18,39	5,04	6	31

Výskumné nástroje

Škála spokojnosti so životom (SWLS – Satisfaction with life scale) autorov Diener a kol. (1985), validovaná verzia, bola použitá na meranie kognitívneho komponentu subjektívnej pohody, a to životnej spokojnosti. Škála zachytáva respondentovo presvedčenie o jeho živote, pozostáva z piatich položiek, ku ktorým prislúcha 7-stupňová odpoveďová škála („1 = silne nesúhlasím“, „2 = nesúhlasím“, „3 = mierne nesúhlasím“, „4 = ani súhlasím, ani nesúhlasím“, „5 = mierne súhlasím“, „6 = súhlasím“, „7 = silne súhlasím“). Vysoké skóre vypovedá o vysokej životnej spokojnosti a nízke skóre o nízkej životnej spokojnosti. V našom výskume sme zistili reliabilitu škály pomocou Cronbachovej alfy, ktorej hodnota bola $\alpha=0,863$.

Škály viery v spravodlivý svet (Džuka & Dalbert, 2002) boli použité na meranie všeobecnej viery v spravodlivý svet, ktorá pozostáva zo 6 položiek a osobnej viery v spravodlivý svet, ktorá pozostáva zo 7 položiek. Odpoveďová stupnica oboch škál bola 6 = úplne súhlasí, 5 = vo veľkej miere súhlasí, 4 = skôr súhlasí, 3 = skôr nesúhlasí, 2 = vo veľkej miere nesúhlasí, 1 = úplne nesúhlasí. Príklad položky škály Všeobecná viera v spravodlivý svet: „Myslím, že vo svete vládne vo všeobecnosti spravodlivosť.“ Príklad položky škály Osobná viera v spravodlivý svet: „Vcelku si myslím, že si svoj osud zaslúžim.“ V našom výskume boli hodnoty reliability zisťované pomocou Cronbachovej alfy pre všeobecnú vieru v spravodlivý svet $\alpha=0,67$ a osobná viera v spravodlivý svet $\alpha=0,87$.

Priebeh výskumu a štatistické spracovanie údajov

Zber údajov prebiehal prostredníctvom online zberu. K analýze bola použitá deskriptívna analýza pre popis výskumného súboru. Normálne rozloženie údajov bolo overované prostredníctvom skewness a všetky škály boli v rozmedzí $<-1,1>$, a teda boli normálne rozložené. Hodnota skewness ako jedna z možností overenia normálneho rozloženia údajov bola zvolená v súlade s odporúčaním Fielda (2009). Vzhľadom na povahu a rozloženie údajov sme pri spracovaní dát využili korelačnú analýzu pomocou Pearsonovho korelačného koeficientu, pričom tieto hodnoty dovolili zaradiť premenné do viacnásobnej hierarchickej lineárnej regresnej analýzy za použitia metódy stepwise pomocou programu IBM SPSS Statistic version 22. Boli vytvorené dva bloky prediktorov: 1. rod, rodičovský stav (rodič, nie rodič), manželský stav (v manželstve, ostatné), 2. osobná viera v spravodlivý svet, všeobecná viera v spravodlivý svet, ktoré vstupovali do analýzy pre závislú premennú spokojnosť so životom.

VÝSLEDKY

Tabuľka 2. Regresné modely pre rod, rodičovský stav, manželský stav, všeobecnú vieru v spravodlivý svet, osobnú vieru v spravodlivý svet ako prediktory a spokojnosť so životom ako kritériá (prvý model a akceptované modely; $p < 0,05$)

Prediktor	R	R ²	R ² -change	b	T	p
Spokojnosť so životom ($F_{total}(5, 208) = 9,069$; $p < ,000$)						
Manželský stav	,103	,011	,011	-1,469	-1,283	,201
Rodičovský stav	,113	,013	,002	-1,191	-,1,011	,313
Rod	,119	,014	,001	-,797	-,941	,348
Osobná viera v spravodlivý svet	,422	,178	,164	,413	5,774	,000
Všeobecná viera v spravodlivý svet	,423	,179	,001	-,050	-,547	,585
(Constant)		-		18,112		
Spokojnosť so životom ($F_{total}(1, 212) = 42.837$; $p < ,000$)						
Osobná viera v spravodlivý svet	,410	,168	,168***	,395	6,545	,000
(Constant)				12,572		

Poznámka: *znamená $p < ,05$; ** znamená $p < ,01$; *** znamená $p < ,001$, osobná viera v spravodlivý svet, všeobecná viera v spravodlivý svet, spokojnosť so životom sú intervalové premenné, pri ktorých

vysoká hodnota indikuje silnú mieru konštruktu a nízka hodnota nízku mieru konštruktu, rod, manželský stav a rodičovský stav sú dichotomické premenné, kde pre rod platí (1 = žena, 2 = muž,) pre manželský stav (1 = v manželstve, 2 = ostatné) a pre rodičovský stav (1 = nie je rodič, 2 = je rodič).

Tabuľka 2 obsahuje výsledky prvého modelu so všetkými vstupujúcimi prediktormi a nižšie v tabuľke 2 sú uvedené výsledky akceptovaného modelu so signifikantným prediktorom osobná viera v spravodlivý svet. Z výsledkov v tabuľke č. 2 vyplýva, že viacnásobnou hierarchickou lineárnou regresnou analýzou pomocou metódy stepwise bol z testovaných prediktorov zistený jeden, a to osobná viera v spravodlivý svet. Osobná viera v spravodlivý svet vysvetlila 16,8% variácie spokojnosti so životom. Čím viac boli osoby presvedčené, že s nimi osobne je zaobchádzané spravodlivo ($b = 0,395$), tým prežívali vyššiu mieru spokojnosti so životom.

Ostatné testované prediktory (rod, manželský stav, rodičovský stav, všeobecná viera v spravodlivý svet) sa nepreukázali ako signifikantné prediktory spokojnosti so životom.

DISKUSIA A ZÁVER

Cieľom tejto štúdie bolo overiť prediktívnu silu vybraných premenných (rod, manželský stav, rodičovský stav, osobná viera v spravodlivý svet, všeobecná viera v spravodlivý svet) vzhľadom k životnej spokojnosti. Na základe overovania cieľa práce pomocou viacnásobnej hierarchickej lineárnej regresie bolo zistené, že z testovaných prediktorov bol signifikantný jeden, a to osobná viera v spravodlivý svet. Ostatné vybrané premenné sa nepotvrдили ako signifikantné prediktory životnej spokojnosti.

Naše výsledky sú konzistentné s predchádzajúcimi výskumnými zisteniami, ktoré potvrdili osobnú vieru v spravodlivý svet ako pozitívny prediktor spokojnosti so životom (Fatima & Suhail, 2010; Lipkus et al., 1996). Naše zistenie prispelo k potvrdeniu tohto pozitívneho vzťahu medzi týmito dvoma premennými, v rámci ktorých významnú úlohu zohrávajú kognície, nakoľko spokojnosť so životom je kognitívnym komponentom subjektívnej pohody (Diener, 1984) a viera v spravodlivý svet reflektuje presvedčenie osoby ohľadom spravodlivosti o svete vo všeobecnosti a vzhľadom k životu osoby (Sallay & Dalbert, 2004). Potvrdenie iba osobnej viery v spravodlivý svet a nie všeobecnej viery v spravodlivý svet môže potvrdzovať práve kultúrny kontext Slovenska, ktorý poukazuje vzhľadom k zisteniam na individualistickú kultúru ako uvádzajú Wu et al. (2011). Nepotvrdenie premenných rod, manželský stav, rodičovský stav môže súvisieť s tým, že kým predchádzajúci výskum sa zamerával na nejakú záťažovú situáciu, napr. jednorodičovskú rodinu na čele s matkou vzhľadom k spokojnosti so životom (Bull & Mittelmark, 2009), pričom jednorodičovstvo môžeme považovať za náročnú situáciu, tak v našom výskumnom súbore sme rozlišovali iba medzi respondentmi v manželstve a tými, ktorí majú iný manželský stav. To môže byť dôvodom nepotvrdenia tejto premennej ako aj premennej prítomnosť alebo neprítomnosť rodičovstva, pretože tieto skutočnosti neboli pravdepodobne v našom výskume dostatočne vnímané ako zaťažujúce.

Limitom tejto štúdie je preto nezahrnutie do štúdie dopytovanie sa na subjektívne hodnotenie vstupujúcich demografických premenných (rod, rodičovský stav, manželský stav) ako záťažových alebo nezťažových, teda do akej miery to vnímajú respondenti ako zaťažujúce. V budúcom výskume by popri kategoriálnom charaktere týchto premenných mohli byť vytvorené aj samostatné otázky, ktoré by sa zamerali na subjektívne hodnotenia záťažovosti týchto skutočností respondentmi. Budúci výskum by sa mohol zamerať aj na overovanie prípadných mediujúcich premenných, ktoré sa podieľajú na pozitívnom vzťahu osobnej viery v spravodlivý svet a životnej spokojnosti, čo by prispelo k detailnejšiemu preskúmaniu tohto vzťahu. Zároveň by budúci výskum mohol zaradiť aj preskúmanie ďalších

sociodemografických premenných, ktoré môžu byť zátťažové, avšak neboli zaradené do nášho príspevku, ktorý bol zameraný na rodinný kontext sociodemografických premenných (manželský stav, rodičovský stav).

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Bull, T., & Mittelmark, M. B. (2009). Work life and mental wellbeing of single and non-single working mothers in Scandinavia. *Scandinavian Journal of Public Health*, 37, 562–568. <https://doi.org/10.1177/1403494809340494>
- Corey M., Troisi, J. D., & Nicksa, S. C. (2015). Tipping the scales of justice: The influence of victimization on belief in a just world. *Social Justice Research*, 28(4), 509–523. <https://doi.org/10.1007/s11211-015-0252-8>
- Dalbert, C. (2001). *The justice motive as a personal resource: Dealing with challenges and critical life events*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers. <https://doi.org/10.1007/978-1-4757-3383-9>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 3, 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Džuka, J. & Dalbert, C. (2002). Mental health and personality of Slovak unemployed adolescents: About the beliefs in a just world's impact. *Journal of Applied Social Psychology*, 4, 732-757. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2002.tb00240.x>
- Fatima, I., & Suhail, K. (2013). Belief in a just world and subjective well-being: Mothers of normal and Down syndrome children. *International Journal of Psychology*, 45(6), 461-468. <https://doi.org/10.1080/00207591003774519>
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*, 3rd Edition. London: Sage Publications.
- Gieler, U., Schoof, S., Gieler, T., Scheewe, S., Schut, Ch., & Kupfer, J. (2017). Atopic eczema and stress among single parent and families: an empirical study of 96 mothers. *Acta Dermato-Venereologica*, 97, 42–46. <https://doi.org/10.2340/00015555-2457>
- Lipkus, I. M., Dalbert, C., & Siegler, I. C. (1996). The importance of distinguishing the belief in a just world for self versus for others: Implications for psychological well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 666–677. <https://doi.org/10.1177/0146167296227002>
- Nguyen, A. W., Chatters, L. M., Taylor, R. J., & Mouzon, D. M. (2015). Social support from family and friends and subjective well-being of older african americans. *J Happiness Stud*, 17(3), 959–979. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9626-8>
- Sallay, H., & Dalbert, C. (2004). The development of the belief in a just world: the impact of being raised in a one-parent or an intact family. In C. Dalbert, a H. Salay (Eds.). *The justice motive in adolescence and young adulthood* (26–42). London and Nex York: Routledge.

- Walen, H. R., & Lachman, M. E. (2000). Social support and strain from partner, family, and friends: Costs and benefits for men and women in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(1), 5–30. <https://doi.org/10.1177/0265407500171001>
- Wu, M. S., Yan, X., Zhou, Ch., Chen, Y., Juan, L., Zhu, Z., et. al. (2011). General belief in a just world and resilience: Evidence from a Collectivistic culture. *European Journal of Personality*, 25, 431–442. <https://doi.org/10.1002/per.807>

AKO PRIMÁRNE PRESVEDČENIA O SVETE PRISPIEVAJÚ K SOCIÁLNEMU FATALIZMU A POLITICKEJ ORIENTÁCII?

HOW DO PRIMARY BELIEFS ABOUT THE WORLD CONTRIBUTE TO SOCIAL FATALISM AND POLITICAL ORIENTATION?

Peter Babinčák & Monika Kačmárová

Inštitút psychológie, Filozofická fakulta, Prešovská univerzita

E-mail: peter.babincak@unipo.sk

ABSTRAKT

Úlohe presvedčení je v psychologickéj literatúre venovaná veľká pozornosť. Koncept primárnych presvedčení o prostredí a celkovom charaktere sveta predstavuje novú koncepciu v tejto oblasti poznania. Cieľom výskumu bolo overiť, ako primárne presvedčenia súvisia s postojmi, ktoré môžu odrážať dispozície k angažovanosti alebo rezignácii vo verejnom živote, konkrétne so sociálnym fatalizmom a politickou orientáciou. Výskumu sa zúčastnilo 1549 respondentov vo veku 18-72 rokov, 747 mužov a 801 žien. Na meranie primárnych presvedčení (svet je bezpečný, svet je lákavý/atraktívny, svet je živý a zmysluplný) bol využitý dotazník PI-18, postoje k otázkam verejného života boli overované škálou sociálneho fatalizmu a otázkou na politickú orientáciu (konzervatívna vs. liberálna). V regresných modeloch sa presvedčenie že svet je bezpečné miesto podľa očakávaní spájalo s nižšou mierou sociálneho fatalizmu. Presvedčenie že svet je živý a zmysluplný vykazovalo pozitívnu súvislosť so sociálnym fatalizmom, čo bolo prekvapujúcim zistením. Je možné uvažovať o koncepčnom prekryvaní medzi vierou, že svet má poriadok a zmysel a vierou, že svet je týmto poriadkom predurčený. Pre politickú orientáciu boli zaznamenané obdobné zistenia. Presvedčenie že svet je bezpečné miesto bolo spojené s liberalistickou orientáciou a presvedčenie že svet je živý a zmysluplný s konzervatívnou politickou orientáciou. Realizovaná štúdia bola prvotným pokusom o overenie úlohy primárnych presvedčení o svete pre oblasť postojov, ktoré majú potenciál ovplyvňovať budúce správanie ľudí v otázkach angažovanosti vo verejnom živote.

Kľúčové slová

primárne presvedčenia; sociálny fatalizmus; politická orientácia

ABSTRACT

The role of beliefs has received a great deal of attention in the psychological literature. The concept of primary beliefs about the environment and the overall nature of the world represents a new theory. The aim of this research was to examine how primary world beliefs are related to attitudes that may reflect dispositions toward engagement or resignation in public life,

specifically social fatalism and political orientation. A total of 1549 respondents aged 18-72, 747 males and 801 females, participated in the research. The PI-18 questionnaire was used to measure primary beliefs (the world is safe, enticing, alive) while attitudes towards public life issues were measured with a social fatalism scale and a question on political orientation (conservative-liberal). The belief that the world is a safe place was, as expected, associated with lower levels of social fatalism. The belief that the world is alive and meaningful showed a positive relationship with social fatalism, which was a surprising finding. It is possible to consider a conceptual overlap between the belief that the world has order and meaning and the belief that the world is predetermined by that order. For political orientation, similar findings were noted. The belief that the world is a safe place was linked to a liberalist orientation, and the belief that the world is alive and meaningful was associated with a conservative political orientation. The study was an initial attempt to test the role of primary beliefs about the world for the domain of attitudes that have the potential to influence people's future behavior on issues of engagement in public life.

Keywords

primary beliefs; social fatalism; political orientation

Grantová podpora

APVV-23-0647 Primárne presvedčenia o svete a ich vzťah k duševnému zdraviu a subjektívnej pohode

ÚVOD

Primárne presvedčenia o svete predstavujú relatívne nový konštrukt v psychologických vedách, sú základnými alebo všeobecnými predstavami a názormi na to, ako funguje svet pričom sa predpokladá, že majú potenciál do výraznej miery ovplyvňovať správanie a rozhodovanie ľudí (Clifton et al., 2019). V tomto výskume bola pozornosť zameraná na postojové premenné, ktoré potenciálne súvisia s politickou a spoločenskou angažovanosťou, konkrétne na sociálny fatalizmus a politickú orientáciu. Overovali sme, či a ako primárne presvedčenia o svete (v ďalšom texte Primals) súvisia s postojmi, ktoré môžu odrážať dispozície k angažovanosti alebo rezignácii vo verejnom živote.

Koncept Primals má pôvod v Beckovej kognitívnej triáde presvedčení o sebe, svete a budúcnosti, pričom doposiaľ sa presvedčeniam o svete venovala menšia pozornosť (Chen et al., 2016). Primals sú súborom presvedčení o prostredí, týkajú sa celkového charakteru sveta a reflektujú na percepčné schopnosti človeka. Clifton et al. (2019) identifikovali 26 koncepčne odlišných Primals (napr. svet je nudný, nebezpečný, ...) s hierarchickým usporiadaním do 3 kategórií: „svet je bezpečný“ (vs. nebezpečný), „svet je lákavý“ (vs. nudný) a „svet je živý, zmysluplný“ (vs. mechanistický) a nadradeným presvedčením „svet je dobrý“ (vs. zlý). Aktuálny výskum prináša väčší počet dôkazov o vzťahoch primárnych presvedčení s rôznymi psychologickými a sociálnymi premennými ako sú osobnostné vlastnosti, charakter či životná spokojnosť (Perizonius et al., 2024; Clifton et al., 2022). Koncept Primals predstavuje univerzálne mentálne reprezentácie sveta a je pravdepodobné, že môže súvisieť so správaním osoby, ktorá bude konať v súlade s týmito presvedčeniami jednoducho preto, lebo sú pre ňu zmysluplné (Costin & Vignoles, 2021).

Z hľadiska náhľadu na politický a spoločenský život môžu primárne presvedčenia o svete - ako takom ktorý sa mení alebo ho je možné zmeniť - pomôcť porozumieť, prečo a kedy sa ľudia angažujú v prospech spoločenských zmien, udržateľnosti, politického diania a pod. (Bain et al., 2023). Z mnohých indikátorov spoločenskej a politickej angažovanosti sme pre tento výskum vybrali sociálny fatalizmus a politickú orientáciu (z pragmatických dôvodov dostupnosti dát a nástrojov k tejto téme). Sociálny fatalizmus predstavuje všeobecne pasívny prístup k životu, charakterizovaný rezignovanými a nekritickými postojmi (Diaz et al., 2015); zahŕňa dimenziu predeterminácie (veci v živote sa stanú bez ohľadu na konanie osoby) a dimenziu prezentizmu (orientácia na prítomnosť, keďže je všetko už určené alebo sa nedá zmeniť). Pre skúmanie politickej orientácie sme zvolili tradičnú (v západnom svete) dichotómiu konzervativizmu a liberalizmu, ktorej prepojenie s primárnymi presvedčeniami možno hľadať najmä pri vyššej preferencii presvedčenia o tom, že svet je nebezpečný u konzervatívcoch v porovnaní s liberálmi (Berger, 2022).

Zámerom autorov realizovaného výskumu bolo aplikovať koncept Primals na problematiku spoločenskej a politickej angažovanosti. Cieľom bolo overiť, ako sú primárne presvedčenia o svete prepojené s postojovými premennými, ktoré môžu súvisieť s mierou angažovanosti vo verejnom živote - konkrétne so sociálnym fatalizmom a politickou orientáciou.

METÓDA

Výskumu sa zúčastnilo 1549 respondentov vo veku 18-72 rokov ($M=36,6$; $SD=12,2$), 747 mužov a 801 žien. Výskumný súbor bol zostavený na základe reprezentatívnych kvót z hľadiska veku pre dospelú populáciu na Slovensku (podrobnejšie pozri <https://osf.io/zsb8u/>). Na meranie primárnych presvedčení o svete (svet je bezpečný, lákavý/atraktívny, svet je živý a zmysluplný) bol využitý dotazník PI-18 (Clifton & Yaden, 2021) v autorskom preklade (hodnoty reliability použitých metodík sú uvedené v tabuľke 1). Postoje k otázkam verejného života boli overované škálou sociálneho fatalizmu (SFS; Diaz et al., 2015), ktorá hodnotila všeobecný postoj k životu charakterizovaný pasívnymi, rezignovanými a nekritickými postojmi. Na politickú orientáciu sme sa pýtali otázkou s 11-bodovou odpoveďovou škálou konzervativizmus (1) – liberalizmus (11). Pri zbere údajov bol využitý planned missingness dizajn s nahrádzaním údajov procedúrou multiple imputation, výsledky predstavujú pooled hodnoty z 5 imputovaných datasetov. Pre prípravu dát a výpočty regresných analýz bol využitý SPSS.

VÝSLEDKY

Tabuľka 1. Deskriptívne štatistiky použitých premenných

	Min	Max	Priemer	Cronb. α	r_{SF}	r_{PO}
Vek	18	72	36,6	-	,033	-,135**
Svet je bezpečný	5,4	22,8	14,6	,733	,029	,039
Svet je lákavý	8,2	36,8	26,4	,731	,040	-,024
Svet je živý	5,5	29,2	16,6	,715	,472**	-,057*
Soc.fatalizmus	11,3	95,0	46,2	,918	-	-
Polit.orientácia	1	11	5,44	-	-,153**	-

Poznámka. Vyššie skóre v škále politickej orientácie predstavovalo vyššiu mieru liberalizmu; r_{SF} – korelácia so soc.fatalizmom; r_{PO} – korelácia s polit.orientáciou.

Prediktívny efekt troch primárnych presvedčení na sociálny fatalizmus a politickú orientáciu sme zisťovali regresnou analýzou (tabuľka 2) s kontrolou veku a rodu.

Tabuľka 2. Prediktívny efekt primárnych presvedčení s kontrolou veku a rodu na sociálny fatalizmus a politickú orientáciu

	<i>B</i>	<i>Beta</i>	<i>Sig.</i>	<i>95% CI pre B</i>	
<i>Sociálny fatalizmus</i> $R^2=,25$; $F(5, 1542)=103,1$; $p=,000^{***}$					
Vek	,096	,062	,011*	,022	,170
Rod	5,156	,136	,000***	3,467	6,844
Svet je bezpečný	-,368	-,059	,040*	-,719	-,017
Svet je lákavý	-,164	-,041	,120	-,370	,043
Svet je živý	2,256	,477	,000***	2,002	2,510
<i>Politická orientácia</i> $R^2=,03$; $F(5, 1542)=8,8$; $p=,000^{***}$					
Vek	-,028	-,137	,000***	-,038	-,018
Rod	,189	,039	,128	-,055	,434
Svet je bezpečný	,066	,080	,008**	,017	,114
Svet je lákavý	-,018	-,035	,246	-,048	,012
Svet je živý	-,047	-,077	,009**	-,082	-,012

Poznámka. Rod bol kódovaný: 1=muž, 2=žena.

Regresný model pre sociálny fatalizmus vysvetlil 25% variability dát, najväčší efekt ($\beta=,477$) mal Primal „svet je živý“, ktorý bol pozitívne spojený so sociálnym fatalizmom, zároveň bolo vyššie skóre fatalizmu u žien ($\beta=,136$) a pozitívne súvisel s vekom ($\beta=,062$). Regresný model pre politickú orientáciu vysvetlil len cca 3% variability dát, k významným prediktorm s malými efektami patril Primal „svet je bezpečný“, ktorý súvisel s liberalizmom ($\beta=,080$), „svet je živý“ ktorý súvisel s konzervativizmom ($\beta=-,077$) a vek súvisiaci s konzervativizmom ($\beta=-,137$).

DISKUSIA

Realizovaný výskum bol vzhľadom k relatívne krátkej histórii skúmania primárnych presvedčení o svete exploratívnej povahy bez explicitne stanovených hypotéz s všeobecným očakávaním, že tri Primals vyššieho rádu – „svet je bezpečný“, „svet je živý“, „svet je lákavý“ by mali negatívne korelovať so sociálnym fatalizmom (vykazujú odlišný/opačný vzorec vzťahov s tradične skúmanými premennými pozitívnej psychológie ako sú mentálne zdravie, spokojnosť a well-being; Clifton et al., 2019; Joslanhoo, 2022) a aspoň jeden z Primals - „svet je bezpečný“ by mal súvisieť s liberalistickou politickou orientáciou (Berger, 2022). Vzhľadom na korelačný charakter výskumu interpretujeme zistenia ako vzťahy medzi mentálnymi reprezentáciami sveta (Primals) a postojovými premennými, ktoré môžu súvisieť s postojmi k angažovanosti alebo rezignácii. Zistené vzťahy neumožňujú vyvodzovať kauzálne závery, no poukazujú na možnosť, že niektoré základné predstavy o svete (napr. že svet je bezpečný alebo zmysluplný) môžu formovať širšie hodnotové rámce a postoje týkajúce sa spoločnosti a politiky. Primals možno chápať ako akési „okuliare“, ktorými ľudia nazerajú na svet a interpretujú svet okolo seba, preto má zmysel očakávať širokú škálu dôsledkov v psychologických premenných súvisiacich s vnímaním a interpretovaním sociálneho okolia a

v chápaní vlastnej úlohy v takto videnom sociálnom svete. Na rozdiel od osobnostných črt obsiahnutých v tradičných modeloch ako je napríklad Big Five, ktoré popisujú stabilné charakteristiky jednotlivca, primárne presvedčenia predstavujú mentálne reprezentácie o charaktere sveta ako takého, to ako ho osoba vníma a interpretuje, a aký mu prisudzuje význam. Tento konštrukt teda umožňuje zachytiť nielen osobnostnú dispozíciu, ale aj spôsob, ako človek rozumie sociálnej realite a ako ju vyhodnocuje. Navyše, na rozdiel od osobnostných črt, presvedčenia môžu byť formovateľné, čo ponúka priestor pre rôzne praktické aplikácie.

Realizovaný výskum priniesol skôr paradoxný výsledok, v rozpore s predpokladmi najsilnejší zaznamenaný efekt bol evidovaný pre presvedčenie svet je živý a zmysluplný a jeho pozitívne prepojenie so sociálnym fatalizmom. To, že presvedčenie o svete, že je živý a zmysluplný, súvisí s vyššou mierou sociálneho fatalizmu, môže súvisieť s vnímaním sveta ako predurčeného a riadeného vyšším poriadkom. Takéto vnímanie môže znižovať dôraz na individuálnu kontrolu a posilňovať predstavu, že udalosti sú dané a nezvratné. Ide teda o možný koncepčný prekryv medzi vnímaním zmyslu a predestinácie, vierou, že svet má poriadok a zmysel a vierou, že svet je týmto poriadkom predurčený. Túto hypotézu je však potrebné overiť v ďalšom výskume. Ďalšie malé efekty možno považovať skôr za doplnkové, keďže vysvetľujú len drobné percento variability závislej premennej. S vekom stúpala a u žien bola vyššia miera sociálneho fatalizmu. Presvedčenie, že svet je bezpečný súviselo s nižšou mierou fatalizmu.

Regresný model pre politickú orientáciu (konzervativizmus-liberalizmus) vysvetlil veľmi malé percento variability dát, ktorý limituje možnosti interpretácie. S vekom stúpala miera konzervativizmu; presvedčenie, že svet je živý a zmysluplný súviselo s konzervativizmom a presvedčenie, že svet je bezpečný s liberalizmom. Politická orientácia predstavuje odlišný typ premennej ako sociálny fatalizmus, v kontexte politickej angažovanosti je skôr charakteristikou kvalitatívnej povahy (preferencia jednej strany politického spektra).

Pre oba závislé premenné možno pri interpretácii všeobecne nízkych zaznamenaných efektov uvažovať o nevhodnom výbere testovaných primárnych presvedčení (v origináli „alive“, „enticing“, „safe“) z 26 možností. Primals „svet je hierarchický“ alebo „svet je spravodlivý“ by mohli lepšie predikovať mieru konzervativizmu (Clifton & Kerry, 2023). Vzhľadom k aktuálnej fáze kumulovania poznatkov o Primals však nie sú k dispozícii dostatočné informácie o vlastnostiach jednotlivých primárnych presvedčení a ich špecifickej úlohe pri utváraní postojov, ktoré majú potenciál prejavovania sa v sociálnej angažovanosti. Zároveň je potrebné poznamenať, že sa jednalo o prvé použitie nástrojov v slovenskom preklade (PI-18, SFS), preto je na mieste určitá opatrnosť pri interpretovaní výsledkov v odlišnom jazykovom a kultúrnom kontexte. Vplyv kultúrneho kontextu (napr. typická forma angažovanosti v postkomunistických krajinách) môže taktiež ovplyvňovať silu vzťahov medzi skúmanými konštruktmi, a mal by byť ďalej skúmaný. Limitom zvolenej štatistickej analýzy je prípadná nelineárna povaha vzťahov - ak aj oba konce politického spektra vidia svet ako podobne nebezpečný alebo lákavý, nemusí to znamenať absenciu efektu, ak nie je lineárnej povahy.

Zaznamenané výsledky poukazujú na možné potenciálne dôležité prepojenia medzi primárnymi presvedčeniami o svete a indikátormi postojov k verejnemu životu. Vzhľadom ku korelačnému charakteru výskumu je však interpretácia výsledkov opatrná. Presvedčenia o svete zrejme netvorí samostatné príčiny postojov, ale sú súčasťou širšej siete hodnôt a interpretácií, ktoré ľudia používajú pri chápaní sociálnej reality. Zaznamenané zistenia môžu poslúžiť ako východisko pre ďalší výskum v tejto oblasti, pričom by bolo prospešné zapojiť širšie spektrum primárnych presvedčení, ktoré môžu priniesť bohatší a pre interpretácie perspektívnejší obraz o úlohe primárnych presvedčení o svete.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Bain, P. G., Bongiorno, R., Tinson, K., Heanue, A., Gómez, Á., Guan, Y. et al. (2023). Worldviews about change: Their structure and their implications for understanding responses to sustainability, technology, and political change. *Asian Journal of Social Psychology*, 26(4), 504–535. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12574>
- Berger, M. W. (2022). Where political views and fundamental beliefs intersect. *Penn Today*. <https://penntoday.upenn.edu/news/Penn-Primals-Project-research-where-political-views-and-fundamental-beliefs-intersect>
- Clifton, J. D. W., Baker, J. D., Park, C. L., Yaden, D. B., Clifton, A. B. W., Terni, P., Miller, J. L., Zeng, G., Giorgi, S., Schwartz, H. A., & Seligman, M. E. P. (2019). *Primal world beliefs*. *Psychological Assessment*, 31(1), 82–99. <https://doi.org/10.1037/pas0000639>
- Clifton, J. D. W., & Kerry, N. (2023). Belief in a dangerous world does not explain substantial variance in political attitudes, but other world beliefs do. *Social Psychological and Personality Science*, 14(5), 515–525. <https://doi.org/10.1177/19485506221119324>
- Clifton, J. D. W., & Yaden, D. B. (2021). Brief measures of the four highest-order primal world beliefs. *Psychological Assessment*, 33(12), 1267–1273. <https://doi.org/10.1037/pas0001055>
- Clifton, J. D. W. et al. (2022) Improving Scale Equivalence by Increasing Access to Scale-Specific Information. Supplementary Materials. <https://psychologyjer.files.wordpress.com/2022/08/translation-guide.pdf>
- Costin, V., & Vignoles, V. L. (2022). What do people find most meaningful? How representations of the self and the world provide meaning in life. *Journal of Personality*, 90(4), 541–558. <https://doi.org/10.1111/jopy.12682>
- Díaz, D., Blanco, A., Bajo, M., & Stavradi, M. (2015). Fatalism and Well-Being Across Hispanic Cultures. The Social Fatalism Scales (SFS). *Social Indicators Research*, 124, 929–945. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0825-1>
- Chen, S. X., Lam, B. C. P., Wu, W. C. H., Ng, J. C. K., Buchtel, E. E., Guan, Y., & Deng, H. (2016). Do people's world views matter? The why and how. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(5), 743–765. <https://doi.org/10.1037/pspp0000061>
- Joshanloo, M. (2022). The relationship between fatalistic beliefs and well-being depends on personal and national religiosity: A study in 34 countries. *Heliyon*, 8(6), e09814. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09814>
- Perizonius, S., Wesseldijk, L. W., Clifton, J. D. W., Ullén, F., & Mosing, M. A. (2024). The world as I see it: genetic and environmental influences on primal world beliefs in a large Swedish twin sample. *The Journal of Positive Psychology*, 1–11. <https://doi.org/10.1080/17439760.2024.2387340>

PARENTIFIKÁCIA: PRÍČINY A DÔSLEDKY

PARENTIFICATION: CAUSES AND CONSEQUENCES

Viacheslav Basaliukov

Katedra psychológie a patopsychologie, PF UK, Bratislava

E-mail: basaliukov@fedu.uniba.sk

ABSTRAKT

Príspevok sa zameriava na problematiku fenoménu parentifikácie, analyzuje hlavné teoretické prístupy k pochopeniu fenoménu. Problematika parentifikácie je relevantná tak z hľadiska sociálnych javov modernej spoločnosti, ako aj psychopatologických javov v detstve a dospievaní. Analýza psychologickéj literatúry venovanej problematike fenoménu parentifikácie ukázala, že v modernej psychológii nie sú vymedzené hranice tohto fenoménu a chýbajú psychodiagnostické nástroje na jeho kvalifikáciu a diferenciaciu tak v norme, ako aj v rôznych formách psychickej patológie u detí a ich rodičov. Príspevok sa zaoberá osobitosťami, príčinami a dôsledkami fenoménu parentifikácie. Osobitná pozornosť je venovaná vplyvu osobitostí rodinnej komunikácie a osobnostných vlastností rodičov v rodinách s týmto fenoménom na psychické a fyzické zdravie dieťaťa.

Kľúčové slová

parentifikácia; psychický infantilizmus; duševné zdravie; citová deprivácia; psychická trauma; hardiness

ABSTRACT

The paper focuses on the issue of the phenomenon of parentification, analysing the main theoretical approaches to understanding the phenomenon. The issue of parentification is relevant both in terms of social phenomena of modern society and psychopathological phenomena in childhood and adolescence. The analysis of psychological literature devoted to the issue of the phenomenon of parentification has shown that in modern psychology the boundaries of this phenomenon are not defined and there is a lack of psychodiagnostic tools for its qualification and differentiation both in the norm and in various forms of psychopathology in children and their parents. The paper deals with the peculiarities, causes and consequences of the phenomenon of parentification. Particular attention is paid to the influence of peculiarities of family communication and personality characteristics of parents in families with this phenomenon on the mental and physical health of the child.

Keywords

parentification; psychic infantilism; mental health; emotional deprivation

ÚVOD

Nenahraditeľnosť rodičovskej starostlivosti z hľadiska faktorov, ktoré poukazujú na zvýšenie pravdepodobnosti prežitia mláďat práve vplyvom starostlivosti rodičov o mláďatá, je biologickou nevyhnutnosťou, aby rodičia každého živočíšneho druhu prejavovali optimálnu intenzitu rodičovskej starostlivosti. Biologická adaptácia jednotlivých druhov v priebehu evolúcie však viedla k tomu, že predpoklad o jestvovaní porovnateľnej úrovne rodičovskej starostlivosti platí iba u niektorých živočíšnych druhov. Okrem toho sú aj veľké rozdiely v intenzite týchto prejavov. Sú druhy, ktoré prejavujú iba minimum rodičovskej starostlivosti, a aj také, ktoré rodičovské správanie prakticky vôbec neprejavujú (Lott, 1973). Rodičia musia uspokojiť základné fyzické a psychické potreby svojich detí (Goldthorpe et al., 2019; Gutman & Feinstein, 2010). Nie všetci rodičia však majú zdroje a schopnosti na to neustále. Niekedy rodičia dovoľia svojim deťom, aby prevzali úlohu dospelého alebo rodiča v rodine. Tento fenomén výmeny rodinných rolí a povinností medzi rodičmi a deťmi je definovaný ako parentifikácia (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973; Haxhe, 2016; Jurkovič, 1997) alebo detská "dospelosť" (Burton, 2007).

Cieľom výskumu je problematika fenoménu parentifikácie, jeho príčin, prejavov a dôsledky na vývin dieťaťa. V rámci prehľadovej štúdie (naratívny prehľad) zanalyzujem hlavné teoretické prístupy k fenoménu parentifikácie a vymedzím hranice tohto fenoménu z hľadiska normality a abnormality.

Parentifikácia je proces výmeny rolí, pri ktorom sa dieťa alebo dospievajúci stáva povinným konať ako rodič vo vzťahu k svojmu otcovi, matke, bratovi alebo sestre (Nuttall et al., 2012; Hooper, 2011). V dôsledku toho deti a mladiství vykonávajú úlohy a zaujímajú postavenia, ktoré sú normatívne zakotvené za dospelými v ich kultúre (Hooper, 2013).

Príčiny parentifikácie:

- disfunkčná, disharmonická rodina
- psychický infantilizmus dospelých - rodičia sa snažia stať pre deti najlepšimi priateľmi, chcú vedieť všetko o živote svojich detí, komunikovať ako so svojimi priateľmi.

Prediktory parentifikácie - rizikové faktory:

1. Citová deprivácia v detstve rodičov
2. Porucha osobnosti, PTSR u rodičov
3. Transgeneračná trauma
4. Rodina s jedným rodičom
5. Viacdetná rodina, (najvyššie riziko parentifikácie je u najstarších detí alebo najstarších detí určitého pohlavia).
6. Sociálno-ekonomické postavenie (SEP) rodiny, chudoba rodiny – dlhodobé finančné ťažkosti alebo náhla zmena SEP môžu byť rizikovým faktorom alebo predzvesťou parentifikácie, napríklad zmena SEP počas hospodárskej krízy (Jelastopulu & Tzoumerka, 2013).

Mechanizmus parentifikácie

Najčastejšie sa parentifikácia dieťaťa prejavuje v ranom veku dieťaťa a môže sa prejavovať v dospievajúcom aj dospelom veku. Podľa Boszormenyi-Nagy a Spark (1973) k parentifikácii dochádza, keď chýbajú hranice v rámci rodinných subsystemov. Viacero autorov zdôrazňujú rozdiel v úlohách rodičov a detí, rodič sa vzdáva svojich rodičovských práv a povinností voči dieťaťu alebo jeho súrodencom, a dieťa sa stará o rodičov (Nuttall et al., 2012; Nuttall et al., 2019). V "parentifikácii s presúvaním rolí" (Kerig, 2005) môže byť prijatie roly buď jednosmerné alebo obojsmerné. Porušovanie hraníc, deformácie rodinnej hierarchie a nedostatok rodičovskej starostlivosti sú výsledkom medzigeneračného prenosu dysfunkčných rodinných rolí a povinností (t. j. vlastných skúseností rodiča z detstva) alebo súvisia s neschopnosťou rodiča plniť rodičovskú úlohu napríklad v dôsledku závislosti od návykových látok, duševnej/fyzickej choroby, porúch osobnosti, manželského konfliktu alebo migrácie a iných problémov (Hooper et al., 2011; Kerig, 2005; Nuttall et al., 2019). Parentifikácia môže viesť k rozpusteniu alebo rozšíreniu psychologických hraníc v rodinnom systéme (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). V dôsledku toho môžu zlé alebo stratené hranice narušiť normálny vývin dieťaťa a viesť k vzniku psychopatologických prejavov (Kerig, 2005).

Osobitosti rodinnej komunikácie

Parentifikácia sa stáva príčinou funkčných porúch, keď sa vyskytuje v podmienkach nejednoznačných alebo neadekvátnych medziľudských vzťahov. Takéto vzťahy sú najvýraznejšie v rodinách zapojených do metakomunikácie - schizofrenickej interakcie, keď členovia rodiny medzi sebou komunikujú najmä prostredníctvom nejednoznačných správ. Dysfunkčná komunikácia v rodinách je vyjadrená v nasledujúcich pseudopožiadavkách, prenášaných vo forme paradoxných správ, ktoré sú nekompatibilné na všetkých úrovniach. Každý rodič pošle dieťaťu takúto správu: "Pomôž mi, aj keď je to nemožné, buď na mojej strane, ale nie proti nikomu. Dovoľte mi, aby som ti pomohol, snažím sa byť tým, čím by mal byť skutočný rodič. Iba tým, že sa pre mňa staneš pravým rodičom, môžeš byť pre mňa skutočným synom alebo dcérou." A tak ďalej.

Klasifikácia parentifikácie

Parentifikáciu možno klasifikovať podľa nasledujúcich kritérií (Hooper et al., 2011; Jurkovic, 1997):

- podľa sféry prejavu
- podľa objektu, na ktorý je zameraná starostlivosť
- podľa dôsledkov na dieťa

Pokiaľ ide o sféru prejavu, parentifikácia môže byť emocionálna alebo inštrumentálna:

1. Emocionálna parentifikácia sa týka uspokojenia emocionálnych a sociálnych potrieb ostatných členov rodiny dieťaťom, ako aj podpory pozitívnej atmosféry v rodine. Niektorí rodičia napríklad žiadajú svoje deti o radu ohľadom vlastných romantických vzťahov, alebo očakávajú, že ich deti budú podporovať a zvládať emócie svojich rodičov, alebo im vnucujú úlohu sprostredkovateľov a tvorcov pokoja v rodine. Emocionálna parentifikácia je škodlivejšia ako inštrumentálna parentifikácia (Hooper et al., 2011; Schier et al., 2015).

Narcistická parentifikácia nastáva, keď je dieťa nútené prijať idealizovanú projekciu rodiča, ktorá podporuje nutkavý perfekcionizmus u dieťaťa na úkor jeho prirodzeného vývoja. (Kerig, 2014). Manželská parentifikácia je, keď rodič zaobchádza s dieťaťom ako so svojím manželom. Slobodná matka sa napríklad môže správať k svojmu synovi ako k dospelému a očakávať, že prevezme praktickú alebo emocionálnu zodpovednosť, ktorú očakáva od svojho manžela

(Alexander, 2014). Carl G. Jung vo svojej neskoršej autobiografii uvádza, že jeho matka sa s ním vždy rozprávala ako s dospelým a zverovala sa mu s vecami, o ktoré sa nemohla podeliť so svojím manželom (Jung & Jaffé, 1965). Emocionálna parentifikácia môže byť spustená, keď rodičia sami nedostali starostlivosť dospelých v detstve a nemajú zdravý príklad vzťahov medzi dieťaťom a rodičmi. Emocionálna deprivácia môže viesť rodičov k tomu, že sa k svojim deťom (nevedome) správajú ako k náhradným rodičom. Psychoanalytička Melitta Schmideber začala psychoanalýzu, aby sa prepracovala cez traumatické následky emocionálnej tyranie svojej matky, hviezdy svetovej psychoanalýzy Melanie Kleinovej. Melitta tvrdila, že jej matka bola príšerná osoba – do konca života spolu nekomunikovali a v deň Kleinovej smrti sa Melitta rázne nezúčastnila na jej pohrebe (Schmideber, 1948).

2. Inštrumentálna parentifikácia sa prejavuje vo funkčných úlohách zameraných na starostlivosť o fyzické a každodenné potreby členov rodiny – upratovanie, varenie, výchova súrodencov a poskytovanie peňazí pre rodinu (Earley & Cushway, 2002; Hooper et al., 2011). Malé deti nie sú vývojovo pripravené zvládnuť oheň na varenie, takže očakávať, že budú variť samy, je príkladom parentifikácie. Inštrumentálna parentifikácia sa líši od dobrého rodičovstva v tom, či množstvo a typ práce sú primerané vývinovým potrebám dieťaťa (Hooper et al., 2011).

Inštrumentálna parentifikácia sa považuje za menej škodlivú pre vývin dieťaťa v porovnaní s emocionálnou parentifikáciou (Byng-Hall, 2008; McMahon & Luthar, 2007; Tompkins, 2007). Deti však môžu vykonávať rôzne rodinné úlohy, vrátane emocionálnej aj inštrumentálnej parentifikácie, ktoré sa vyskytujú samostatne a/alebo súčasne (Kerig, 2005; Khafi a kol., 2014).

Podľa objektu, na ktorý je starostlivosť dieťa zameraná, môže byť parentifikácia:

- *Parentifikácia zameraná na rodičov* znamená, že opatrovateľská úloha a povinnosti sú zamerané na rodiča (rodičov).
- *Parentifikácia zameraná na súrodencov* znamená, že opatrovateľské úlohy a povinnosti sú zamerané na sestru, brata alebo viacerých súrodencov súčasne (Hooper et al., 2011). Ak je v rodine viac detí, najstaršie dieťa alebo najstaršie dieťa určitého pohlavia je zvyčajne vystavené najvyššiemu riziku rodičovstva. Tendencia zaťažovať najstaršie dievča v rodine sa niekedy nazýva syndróm najstaršej dcéry (Phillips, 1994). Dieťa môže byť súčasne zaťažené zodpovednosťou a starostlivosťou rodičov, súrodencov a/alebo iných členov rodiny.

Podľa dôsledkov pre dieťa môže byť parentifikácia:

- *Deštruktívna parentifikácia* nastáva vtedy, keď sa od detí očakáva poskytovanie inštrumentálnej alebo emocionálnej starostlivosti v rámci rodinného systému, čo preťažuje ich vývinové schopnosti. V deštruktívnej parentifikácii dieťa preberá nadmerné povinnosti v rodine bez toho, aby ho ostatní primerane podporovali. Prevzatím úlohy opatrovníka dieťa stráca svoje prirodzené miesto v rodinnom systéme (Bowlby, 1979). Deštruktívna parentifikácia je formou traumy z detstva, ku ktorej dochádza v dôsledku porušenia klasickej interakcie rodič - dieťa. Zodpovednosť presahuje emocionálne a fyzické možnosti dieťaťa a vyčerpáva jeho zdroje. Vyskytujú sa početné negatívne dôsledky deštruktívnej rodičovskej výchovy - úzkosť, depresia, poruchy osobnosti a príjmu potravy (Arellano et al., 2018; Burton et al., 2018), užívanie návykových látok (Chase et al., 1998; Dragan & Hardt, 2016), vzťahové ťažkosti (Shaffer & Madden, 2016), slabý akademický výkon (Burton, 2007; Chase et al., 1998) a slabé rodičovské zručnosti v dospelosti (Nuttall et al., 2019). Parentifikácia predstavuje hrozbu pre vývin detí a dospievajúcich tým, že zasahuje do dosahovania vývinových úloh, vrátane učenia sa v škole alebo rozvíjania zdravých

vzťahov s rovesníkmi (Chase et al., 1998; Kerig, 2005; Siskowski, 2006). Parentifikácia ovplyvňuje proces individualizácie, ktorý je potrebný na to, aby si dieťa rozvinulo zmysel pre seba samého (Earley & Cushway, 2002). I. Boszormenyi - Nagy a G. Spark (1973) považovali parentifikáciu za regresívny proces vo vzťahu rodič - dieťa, v ktorom parentifikované deti prišli o detstvo. Okrem toho nadmerné pracovné zaťaženie detí môže brániť ich veku primeranému emocionálnemu a kognitívnemu vývinu a obmedzovať ich schopnosť socializovať (Byng-Hall, 2008). Deti nemajú normálne skúsenosti z detstva, keď sú nútené prevziať úlohy dospelých, a nemusia byť schopné vykonávať niektoré vývinové úlohy, ako je oddelenie od rodinného systému (Borchet et al., 2018). Preto je pre takéto deti ťažké získať zručnosti potrebné pre dospelosť a v budúcnosti môžu čeliť nežiaducim následkom, ako sú účinky medzigeneračnej parentifikácie (Boszormenyi - Nagy & Spark, 1973).

- *Pozitívna parentifikácia* môže byť za určitých okolností užitočná. Priaznivé účinky sú pravdepodobné, ak bola parentifikácia prechodná až stredne ťažká (Crittenden, 2016). Podľa Boszormenyi - Nagy I. a Spark G. (1973) k adaptívnej parentifikácii dochádza, keď sa dieťaťu pridelia významné inštrumentálne zodpovednosti, ale dostane aj emocionálnu podporu a uznanie za jeho prínos pre rodinu. Pozitívna parentifikácia môže zvýšiť úroveň empatie, altruizmu a zodpovednosti dieťaťa. Dieťa sa môže venovať kariére v oblasti duševného zdravia. Tieto skúsenosti môžu byť sprevádzané zvýšenými pocitmi kompetencie, sebaúcty, odolnosti (Borchet et al., 2020 b) a pohody (Burton et al., 2018), potenciálnym znížením antisociálneho správania (Chen et al., 2018) a podporou pozitívnych vzťahov s rodinnými príslušníkmi (Tompkins, 2007). Namiesto toho, aby bola adaptívna parentifikácia príčinou psychopatológie, stáva sa spôsobom zvládania (Holt, 2015). Na prvý pohľad sa rodičovstvo dieťaťa môže javiť ako prejav patológie, ale v určitých situáciách môže byť celkom funkčné a štruktúrujúce ego. To je prípad, keď je vzťah medzi rodičom a dieťaťom transparentný a roly zodpovedajúce ich postaveniu sú elastické a zameniteľné podľa situácie, čo umožňuje dieťaťu experimentovať a učiť sa rodičovskú rolu. Skúsenosti so správaním a skúsenosťami v úlohe rodiča, získané v ranom detstve a dospievaní, sú mimoriadne dôležité pre socializáciu a rozvoj sebaúcty, a preto prinášajú dieťaťu veľké uspokojenie.

ZÁVER

Nami vykonaný výskum ukázal a potvrdzuje, že parentifikácia je komplexný a kultúrne podmienený fenomén, ktorý presahuje rodinné dysfunkcie a je zakorenený v individuálnych a rodinných charakteristikách (napr. pohlavie a vek dieťaťa, rodinný SES, zdravotný stav a osobnostné črty členov rodiny). Preto je pri štúdiu parentifikácie medzi vzorkami pozostávajúcimi z osôb, ktoré sú vystavené vysokému riziku parentifikácie (napr. deti rodičov závislých od psychoaktívnych látok alebo ktorých súrodenci trpia chronickým ochorením), potrebné skúmať parentifikáciu medzi vzorkami bežnej populácie, ako aj medzi národnými a medzinárodnými komunitami. Teoretická analýza literatúry teda naznačuje, že v súčasnosti Niektoré deti sú vystavené zvýšenému riziku parentifikácie, vrátane detí chronicky chorých alebo návykových rodičov, ako aj detí rozvedených alebo migrujúcich rodičov. Napriek tomu, že je potrebné, aby niektoré deti prevzali úlohy dospelých, parentifikácia je potenciálne škodlivá, naučiť dieťa užitočným životným zručnostiam nie je parentifikácia.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Alexander, P. (2014). *Intergenerational Cycles of Trauma and Violence: An Attachment and Family Systems Perspective*. W. W. Norton & Company.
- Arellano, B., Mier - Chairez, J., Tomek, S., & Hooper, L. M. (2018). Parentification and language brokering: An exploratory study of the similarities and differences in their relations to continuous and dichotomous mental health outcomes. *Journal of Mental Health Counseling*, 40(4), 353–373.
- Borchet, J. (2018, May 24–25). Family socioeconomic status and overwhelming children with family duties [Poster presentation]. III Zjazd Polskiego Stowarzyszenia Psychologii Organizacji, Lublin, Polska.
- Borchet, J., Lewandowska - Walter, A., Połomski, P., & Peplińska, A. (2020a). Construction of a parentification questionnaire for youth. *Health Psychology Report*, 8(2), 175–188.
- Borchet, J., Lewandowska-Walter, A., Połomski, P., Peplińska, A., & Hooper, L. M. (2020b). We are in this together: Retrospective parentification, sibling relationships, and self - esteem. *Journal of Child and Family Studies*, 29(1), 2982–2991.
- Boszormenyi - Nagy, I., & Spark, G. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. Harper and Row.
- Bowlby J. (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London: Tavistock Publications.
- Burton, L. (2007). Childhood adultification in economically disadvantaged families: A conceptual model. *Family Relations*, 56(4), 329–345.
- Burton, S., Hooper, L. M., Tomek, S., Cauley, B., Washington, A., & Pössel, P. (2018). The mediating effects of parentification on the relation between parenting behavior and well-being and depressive symptoms in early adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 27(12), 1–16.
- Byng-Hall, J. (2008). The significance of children fulfilling parental roles: Implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 30(2), 147–162.
- Chase, N. D., Deming, M. P., & Wells, M. C. (1998). Parentification, parental alcoholism, and academic status among young adults. *American Journal of Family Therapy*, 26(2), 105–114.
- Chen, F. R., Dariotis, J. K., & Granger, D. A. (2018). Linking testosterone and antisocial behavior in at-risk transitional aged youth: Contextual effects of parentification. *Psychoneuroendocrinology*, 91(1), 1–10.
- Crittenden, P. (2016). *Raising Parents: Attachment, Representation, and Treatment*. Routledge.
- Dragan, M., & Hardt, J. (2016). Childhood adversities and risk for problematic alcohol use. *Addictive Behaviors*, 59(1), 65–71.
- Earley, L., & Cushway, D. (2002). The parentified child. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 7(2), 163–178.

- Goldthorpe, J., Epton, T., Keyworth, C., Calam, R., & Armitage, C. J. (2019). Who is responsible for keeping children healthy? A qualitative exploration of the views of children aged 8–10 years old. *BMJ Open*, 9(5).
- Gutman L. & Feinstein L. (2010) *Parenting behaviours and children's development from infancy to early childhood Changes continuities and contributions*. London: Wider Benefits of Learning Research Report (22).
- Haxhe, S. (2016). Parentification and related processes: Distinction and implications for clinical practice. *Journal of Family Psychotherapy*, 27(3), 185–199.
- Holt, A. (2015). *Working with Adolescent Violence and Abuse Towards Parents: Approaches and Contexts for Intervention*. London: Routledge.
- Hooper, L. M. (2007). The application of attachment theory and family systems theory to the phenomena of parentification. *The Family Journal*, 15(3), 217–223.
- Hooper, L. M. (2013). Parentification. In K. D. Keith (Ed.), *Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology* (pp. 965–971). Malden, MA; New York, NY: Wiley - Blackwell.
- Hooper, L. M., DeCoster, J., White, N., & Voltz, M. L. (2011). Characterizing the magnitude of the relation between self-reported childhood parentification and adult psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 67(10), 1028–1043.
- Hooper, L. M., Doehler, K., Jankowski, P., & Tomek, S. (2012). Patterns of self-reported alcohol use, body mass index, and depressive symptoms in a rural family sample: The buffering effects of parentification. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 20(2), 164–178.
- Jelastopulu, E. & Tzoumerka, K. A. (2013). The effects of economic crisis on the phenomenon of parentification. *Universal Journal of Psychology*, 1(3), 145–151.
- Jung, C. G. & Jaffé, A. (1965). *Memories, Dreams, Reflections*. New York: Random House.
- Jurkovic, G. J. (1997). *Lost childhoods: The plight of the parentified child*. Brunner/Mazel.
- Kerig, P. K. (2005). Revisiting the construct of boundary dissolution: A multidimensional perspective. *Journal of Emotional Abuse*, 5(2–3), 5–42.
- Kerig, P. K. (2014). *Implications of Parent-Child Boundary Dissolution for Developmental Psychopathology: "Who Is the Parent and Who Is the Child?"*. Routledge.
- Khafi, T. Y., Yates, T. M., & Luthar, S. S. (2014). Ethnic differences in the developmental significance of parentification. *Family Process*, 53(2), 267–287.
- Lott, D. L. (1973). Parental behavior. In: Bermant, G.: *Perspectives on animal behavior*. Glenview, Scott, Foresman and Co.
- McMahon, T. J., & Luthar, S. S. (2007). Defining characteristics and potential consequences of caretaking burden among children living in urban poverty. *American Journal of Orthopsychiatry*, 77(2), 267–281.
- Nuttall, A., Speidel, R., & Valentino, K. (2019). Expanding and extending the role reversal construct in early childhood. *Journal of Child and Family Studies*, 28(1), 3132–3145.

- Nuttall, A. K., Valentino, K., & Borkowski, J. G. (2012). Maternal history of parentification, maternal warm responsiveness, and children's externalizing behavior. *Journal of Family Psychology, 26*(5), 767–775.
- Phillips, A. (1994). *On Kissing, Tickling and Being Bored*. Harvard University Press.
- Schier, K., Herke, M., Nickel, R., Egle, U. T., & Hardt, J. (2015). Long-term sequelae of emotional parentification: A cross-validation study using sequences of regressions. *Journal of Child and Family Studies, 24*(5), 1307–1321.
- Shaffer, A., & Madden, A. R. (2016). The relation between parentification and dating communication: The role of romantic attachment-related cognitions. *The Family Journal, 24*(3), 313–318.
- Schmideber, M. (1948). *Children in Need*. London: George Allen & Unwin. Psychological and Social Series Ltd.
- Siskowski, C. (2006). Young caregivers: Effect of family health situations on school performance. *The Journal of School Nursing, 22*(3), 163–169.
- Thomas, M. (2017). *Is Parentification a Gendered Issue? Examining the Relevance of Gender in Adults' Lived Experiences of Childhood Parentification* [PhD thesis, Victoria University]. Victoria University Research Repository.
- Tompkins, T. L. (2007). Parentification and maternal HIV infection: Beneficial role or pathological burden. *Journal of Child and Family Studies, 16*, 113–123.
- Winton, C. A. (2003). *Children as caregivers: Parental and parentified children*. Allyn and Bacon.

PERFEKCIONIZMUS AKO PREDIKTOR PROKRASTINÁCIE BUDÚCICH PEDAGÓGOV

PERFECTIONISM AS A PREDICTOR OF PROCRASTINATION OF FUTURE TEACHERS

Marianna Berinšterová^a, Monika Kačmárová^a & Monika Magdová^b

^a Inštitút psychológie, FF PU

^b Ústav pedagogiky, andragogiky a psychológie, FHPV PU

E-mail: marianna.berinsterova@unipo.sk

ABSTRAKT

Cieľom príspevku je zistiť, či dimenzie perfekcionizmu, „vysoký štandard“ a „diskrepancia vlastného štandardu a jeho dosahovania“ predikujú prokrastináciu vysokoškolských študentov. Kontrolovanými premennými boli svedomitosť, rod, bývanie počas semestra (s rodičmi, internát, privát). Vzorku tvorilo 333 študentov učiteľských odborov Prešovskej univerzity (69,1% žien; Mvek = 20,5; SD = 1,62). Použité boli metodiky Layova škála prokrastinácie (Lay, 1986; Gabrhelík et al., 2006), Almost Perfect Scale (Slaney et al., 2001) a 10-položkový osobnostný inventár (Gosling et al., 2003). Dáta boli spracované prostredníctvom lineárnej regresie v štatistickom programe JASP. Výsledky ukázali pozitívny vzťah diskrepancie výkonu a negatívny vzťah vysokého vlastného štandardu s prokrastináciou. Z kontrolovaných premenných bol zistený negatívny vzťah svedomitosti a prokrastinácie. Vyššiu mieru prokrastinácie vykazovali muži. Výsledok podporuje pohľad na prokrastináciu ako nepriaznivý behaviorálny prejav a naznačuje potrebu skvalitnenia pregraduálnej prípravy pedagógov, špeciálne v oblasti zvládania, sebahodnotenia a psychologickkej starostlivosti o seba.

Kľúčové slová

perfekcionizmus; prokrastinácia; svedomitosť

ABSTRACT

The aim of this paper is to explore whether dimensions of perfectionism, "high standards" and "discrepancy between own standards and achievement of standards" predict procrastination in university students. The controlled variables were conscientiousness, gender, and living arrangements during the semester (with parents, dorm, private). The sample consisted of 333 teaching students of the University of Presov (69.1% female; Mage = 20.5; SD = 1.62). The methodologies used were Lay's Procrastination Scale (Lay, 1986; Gabrhelik et al., 2006), Almost Perfect Scale (Slaney et al., 1996; Slaney et al., 2001), and Ten-Item Personality

Inventory (Gosling et al., 2003). Data were processed through linear regression in the statistical program JASP. The results showed a positive relationship of performance discrepancy and a negative relationship of high self-standards with procrastination. Among the controlled variables, a negative relationship of conscientiousness and procrastination was found. Males showed higher levels of procrastination. The result supports the view of procrastination as an adverse behavioral manifestation and suggests the need to improve pre-service teacher training, specifically in the areas of coping, self-assessment and psychological self-care.

Keywords

perfectionism; procrastination; conscientiousness

ÚVOD

Teoretické východiská

Prokrastinácia je definovaná mnohými autormi ako negatívny jav s dopadom na osobný, študijný, profesijný rozvoj a výkon. Prokrastinácia sa často definuje ako *dobrovoľné a zbytočné odkladanie začiatku alebo dokončenia dôležitých a zamýšľaných úloh* napriek tomu, že si uvedomujeme, že takéto konanie bude mať škodlivé dôsledky pre nás samých a pre iných (Sirois & Pychyl, 2013). Medzi jej osobnostné koreláty patrí nízka miera svedomitosti (Gao et al., 2021; Shaw & Choi, 2022). Na druhej strane je však známe, že tzv. „pravá prokrastinácia“ je spojená s úzkostným prežívaním (Ellis & Knaus, 1977), ktoré vyvolávajú iracionálne myšlienky, spojené s presvedčeniami o sebe, o preferovaných štandardoch vlastného výkonu a vlastného ja. Javí sa preto ako zmysluplné sledovať prepojenie prokrastinácie a perfekcionizmu. Autori Haghbin et al. (2012) zistili, že strach zo zlyhania, ktorý poukazuje na iracionálnu podobu perfekcionistických presvedčení, resp. maladaptívneho perfekcionizmu, súvisí s prokrastináciou. Konkrétne autori zistili, že tento vzťah bol moderovaný vnímaním vlastnej kompetencie a mediovaný potrebou autonómie.

Perfekcionizmus sa považuje za viacrozmernú osobnostnú črtu (Stoeber & Rennert, 2008; Hill et al., 2016), ktorá sa týka výkonu, dosahovania excelentnosti a hlavne ich subjektívneho hodnotenia. Slaney et al. (2001) uvádzajú ako adaptívnu formu perfekcionizmu vysoké osobné štandardy a usporiadanosť. Osobné štandardy sú definované aj ako vysoká miera sebauposudzovania, ale aj vysoké očakávania od seba. Usporiadanosť je opisovaná aj ako tendencia preferovať vlastnú prácu a činnosť vedúcu k výsledkom (Slaney et al., 2001). Negatívnou formou perfekcionizmu je diskrepancia medzi osobnými štandardmi a reálnym výkonom. Býva pomenovaná aj ako vnímanie, že neustále zlyhávame v dosahovaní našich osobných štandardov (Slaney et al., 2002). Medzi autormi prebieha diskusia o tom, čo je obsahom pojmu perfekcionizmus. Autori Rice a Richardson (2014) sa prikláňajú k dvom dimenziám – vysoké štandardy a sebakritickosť. Ashby et al. (2012) maladaptívnu formu perfekcionizmu nazývajú „obavy“. Tí, ktorí prežívajú veľa obáv týkajúcich sa ich vlastného výkonu sú nazývaní „neurotickí perfekcionisti“.

Výskumy za posledných päť rokov ukázali súvislosť perfekcionizmu s úzkosťou z testovania (Burcaş & Creţu, 2021), depesiou (Hewitt et al., 2022; Smith et al., 2021), defenzívnym pesimizmom (Thakre & Sebastian, 2021). Tieto charakteristiky sú taktiež korelátmi prokrastinácie (Gautam et al., 2023; Jia et al., 2021; Kimik & Odacı, 2020).

Cieľ

Cieľom výskumu bolo zistiť, či dimenzie perfekcionizmu – „vysoké osobné štandardy“ a „diskrepancia vlastného štandardu výkonu a jeho dosahovania“ (sebadiskrepancia) predikujú prokrastináciu vysokoškolských študentov. Kontrolovanými premennými boli svedomitosť, rod, bývanie počas semestra (s rodičmi, internát, privát).

METÓDY

Výskumná vzorka

Prostredníctvom príležitostného výberu bolo vybraných 333 študentov učiteľských odborov Prešovskej univerzity (69,1% žien; $M_{vek} = 20,5$; $SD = 1,62$). Zber dát prebiehal v papierovej podobe počas vyučovania.

Metodiky

Layova škála prokrastinácie pre študentov (Lay, 1986; Gabrhelík et al., 2006), kde respondent hodnotí sám seba v 20 položkách (napr. „Opakovane rozprávam: urobím to zajtra.“ na 5-bodovej škále od 1 (veľmi netypické) po 5 (veľmi typické). Vyššie skóre indikuje vyššiu mieru akademickej prokrastinácie. Hodnoty reliability boli akceptovateľné ($\alpha = 0,832$).

Almost Perfect Scale - revised (Slaney et al., 2001) je škála na meranie adaptívnych a maladaptívnych aspektov perfekcionizmu. Respondent hodnotí sám seba na 7-bodovej Likertovej škále v subškálach: vysoké osobné štandardy ($\alpha = 0,803$), sebadiskrepancia ($\alpha = 0,893$), usporiadanosť (nebolo použité v štúdiu). Vyšší počet bodov predstavuje vyššiu mieru vlastnosti.

10-položkový osobnostný inventár (Gosling et al., 2003) je využívaný na orientačné posúdenie osobnosti. V tomto výskume bola použitá subškála na meranie svedomitosti, tvorená dvomi položkami meranými na 5-bodovej Likertovej škále ($\alpha = 0,590$). Vyšší počet bodov predstavuje vyššiu mieru vlastnosti.

Štatistické spracovanie

Dáta boli spracované prostredníctvom deskriptívnej štatistiky, Pearsonovho korelačného koeficientu a lineárnej regresie pomocou štatistického softvéru JASP.

VÝSLEDKY

Deskriptívne údaje sledovaných kontinuálnych premenných vo vzťahu k rodu a bývaniu počas semestra sú opísané v Tabuľke 1.

Tabuľka 1. Perfekcionizmus, svedomitosť a prokrastinácia vo vzťahu ku kontrolovaným premenným

	n	vysoké štandardy		sebadiskrepancia		svedomitosť		prokrastinácia	
		M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
ženy	228	34,99	7,60	51,20	13,15	5,12	1,38	56,77	12,69
muži	102	35,31	6,70	51,77	13,48	4,91	1,45	59,04	9,24
bývanie - internát	76	36,32	6,60	53,65	13,17	5,12	1,25	57,10	11,25
bývanie s rodičmi	87	34,01	7,95	50,01	12,45	5,17	1,59	55,28	12,20
bývanie na priváte	21	33,53	6,61	49,94	13,46	5,31	1,10	61,20	11,37

Korelačná analýza vzťahov medzi sledovanými premennými (Tabuľka 2) ukázala pozitívnu koreláciu medzi prokrastináciou a sebadiskrepanciou (maladaptívny perfekcionizmus), a negatívnu koreláciu medzi prokrastináciou, vysokými štandardmi a svedomitosťou. Zároveň chceme poukázať na pozitívnu koreláciu sebadiskrepancie a vysokých štandardov, ako aj negatívnu koreláciu sebadiskrepancie a svedomitosti.

Tabuľka 2. Deskriptívna a korelačná analýza vzťahov medzi prokrastináciou, perfekcionizmom a svedomitosťou

	M	SD	1	2	3
1. prokrastinácia	57,37	11,84	—		
2. vysoké štandardy	35,05	7,30	-,223**	—	
3. sebadiskrepancia	51,38	13,18	,195*	,352***	—
4. svedomitosť	5,05	1,40	-,429***	,209**	-,200**

Regresný model ($F=8,166$; $p<,001$) vysvetľoval 27,6% variancie prokrastinácie. Výsledky ukázali pozitívny vzťah sebadiskrepancie a negatívny vzťah vysokých osobných štandardov s prokrastináciou. Z kontrolovaných premenných bol zistený negatívny vzťah svedomitosti a prokrastinácie. Vyššiu mieru prokrastinácie vykazovali muži. Výsledky sú uvedené v Tabuľke 3.

Tabuľka 3. Regresný model, vysoké štandardy a sebadiskrepancia ako prediktory prokrastinácie

efekt	B	SE	95% CI		p
			LL	UL	
(Intercept)	73,643	7,066	59,681	87,605	<,001
vysoké štandardy	-,282	,130	-,538	-,026	,031
sebadiskrepancia	,153	,072	,011	,295	,035
svedomitosť	-3,034	,638	-4,295	-1,774	<,001
bývanie s rodičmi	1,554	4,904	-8,135	11,243	,752
bývanie na internáte	2,737	4,879	-6,903	12,377	,576
bývanie na priváte	8,997	5,337	-1,547	19,542	,094
rod (žena)	-3,630	1,793	-7,173	-,087	,045

DISKUSIA

Cieľom príspevku bolo zistiť, či adaptívny a maladaptívny perfekcionizmus predikujú mieru prokrastinácie vysokoškolských študentov, budúcich učiteľov. Bolo zistené, že adaptívny perfekcionizmus, teda vysoké osobné štandardy sú v negatívnom vzťahu s prokrastináciou, zatiaľ čo maladaptívny perfekcionizmus, sebadiskrepancia je v pozitívnom vzťahu s prokrastináciou. Rovnako svedomitosť, ako kontrolovaná premenná bola negatívne spojená s prokrastináciou.

V teoretickej rovine príspevok poukazuje na prepojenie prokrastinácie a perfekcionizmu, podporuje pohľad na prokrastináciu ako negatívny jav, skôr v zmysle pasívnej prokrastinácie, ktorej prediktorom, ale aj dôsledkom je zvýšená miera stresu, úzkosti a depresívnych symptómov. Rovnako, v tomto výskume bola sledovaná aj svedomitosť, ktorá môže byť obdobou usporiadanosti, ktorú Slaney et al. (2001) považujú za jeden z adaptívnych aspektov perfekcionizmu. Vymedzenie týchto premenných môže byť ďalej objektom skúmania.

V aplikačnej rovine, výsledok podporuje pohľad na prokrastináciu ako nepriaznivý behaviorálny prejav, spôsobený nesúlalom presvedčení o svojom výkone a reálnym výkonom. Presvedčenia o sebe, ich zrealňovanie a akceptácia bývajú obsahom terapeutického práce (napríklad v kognitívno-behaviorálnej terapii). Výskum Tobina a Dunkleya (2021) poukazuje na význam neposudzujúceho pozorovania a nonreaktivity, typickej pre spôsobilosť všímavosti, ako aj sebasúciu na redukovanie úzkosti a depresívnych symptómov typických pre maladaptívny perfekcionizmus. Iný výskum zas poukazuje na dôležitosť kognitívneho prehodnocovania vlastnej kontroly nad zvládaním každodenných stresorov u osôb s vysokou sebakritickosťou (Dunkley et al., 2020). Prokrastinujúce správanie, ktoré môže byť vyhýbaním sa zdanlivo náročným úlohám, môže byť dôsledkom nedostatku kontroly nad vlastnými perfekcionistickými a iracionálnymi presvedčeniami.

V rámci praktickej aplikácie poznatkov môžeme apelovať na potrebu sebauvedomenia a sebareflexie, vrátane identifikácie vlastných perfekcionistických presvedčení, ktorá má byť nielen možnosťou prevencie prokrastinujúceho správania, ale aj súčasťou rozvíjania psychologického gramotnosti budúcich učiteľov.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Ashby, J., Slaney, R., Noble, C., Gnilka, P., & Rice, K. (2012). Differences between "normal" and "neurotic" perfectionists: Implications for mental health counselors. *Journal of Mental Health Counseling, 34*(4), 322-340.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. Institute for Rational Living.
- Gabrhelík, R., Vacek, J., & Miovský, M. (2006). Prokrastinace: validizace sebesposuzovací škály na populaci studentu vysokých škol. *Československa psychologie, 50*(4), 361-371.
- Gao, K., Zhang, R., Xu, T., Zhou, F., & Feng, T. (2021). The effect of conscientiousness on procrastination: The interaction between the self-control and motivation neural pathways. *Human Brain Mapping, 42*(6), 1829-1844.
- Gautam, A., Polizzi, C. P., & Mattson, R. E. (2023). Mindfulness, procrastination, and anxiety: assessing their interrelationships. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice, 10*(4), 441-453.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B., Jr. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality, 37*(6), 504-528.
[https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
- Hagbin, M., McCaffrey, A., & Pychyl, T. A. (2012). The complexity of the relation between fear of failure and procrastination. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy: RET, 30*(4), 249-263.
- Hewitt, P. L., Smith, M. M., Ge, S. Y., Mössler, M., & Flett, G. L. (2022). Perfectionism and its role in depressive disorders. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement, 54*(2), 121-131.
- Hill, A. P., & Curran, T. (2016). Multidimensional perfectionism and burnout: A meta-analysis. *Personality and social psychology review, 20*(3), 269-288.
- Jia, J., Wang, L. L., Xu, J. B., Lin, X. H., Zhang, B., & Jiang, Q. (2021). Self-handicapping in chinese medical students during the covid-19 pandemic: the role of academic anxiety, procrastination and hardiness. *Frontiers in psychology, 12*, 741821.
- Kınık, Ö., & Odacı, H. (2020). Effects of dysfunctional attitudes and depression on academic procrastination: does self-esteem have a mediating role? *British Journal of Guidance & Counselling, 48*(5), 638-649.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality, 20*(4), 474-495. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(86\)90127-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(86)90127-3)
- Rice, K. G., & Richardson, C. M. (2014). Classification challenges in perfectionism. *Journal of Counseling Psychology, 61*(4), 641-648.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised almost perfect scale. *Measurement and evaluation in counseling and development, 34*(3), 130-145.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2002). A programmatic approach to measuring perfectionism: The Almost Perfect Scales. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 63-88). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-003>

- Sirois, F., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 115–127
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Ray, C., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2021). Is perfectionism a vulnerability factor for depressive symptoms, a complication of depressive symptoms, or both? A meta-analytic test of 67 longitudinal studies. *Clinical Psychology Review*, 84, 101982.
- Stoeber, J., & Rennert, D. (2008). Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout. *Anxiety, Stress, and Coping*, 21(1), 37-53.
- Thakre, N., & Sebastian, S. (2021). The role of perfectionism on self regulation and defensive pessimism at workplace. *Journal of Psychosocial Research*, 16(1), 75-84.
- Tobin, R., & Dunkley, D. M. (2021). Self-critical perfectionism and lower mindfulness and self-compassion predict anxious and depressive symptoms over two years. *Behaviour Research and Therapy*, 136, 103780.

OSOBNOST A PREFERENCE PRO RŮZNÉ TYPY AUT

PERSONALITY AND PREFERENCES FOR VARIOUS TYPES OF CARS

Jana Buštor^a & Václav Linkov^{a,b}

^a Ústav aplikovanej psychológie, Fakulta sociálnych a ekonomických vied, Univerzita Komenského

^b Centrum dopravného výzkumu, v.v.i.

E-mail: linkov@email.cz

ABSTRAKT

V našem výzkumu jsme si položili otázku jaký je vztah mezi osobností a typy a značkami aut, které lidé preferují. Celkem 340 respondentů vyplnilo dotazník Velké pětky BFI-2-S a dále dotazník ptající se na preference nejprodávanějších značek aut. Vyplnili také dotazník ohledně své preference různých typů aut - mini automobilů, kompaktní automobily, nižší střední třída, střední třída, vyšší střední třída, luxusní automobily, sportovní automobily, SUV, terénní automobily, MPV a dodávky. Extraverze korelovala s preferencí pro vyšší střední třídu, sportovní auta a dodávky a značku Mercedes. Přívětivost korelovala s preferencí pro SUV, Škodu a Volkswagen a negativně s preferencí pro sportovní auta. Svědomitost korelovala s preferencí pro Volkswagen a Lexus a negativně s preferencí pro kabriolety a Alfa Romeo. Negativní emocionalita korelovala s preferencí pro Ford, Hyundai a Jeep. Otevřenost korelovala s preferencí pro mini automobily a MPV a negativně s preferencí pro střední a vyšší střední třídu a BMW.

Klíčové slová

velká pětka; preference pro značky aut; preference pro typy aut; přívětivost; svědomitost

ABSTRACT

We studied the relationship between personality and the types and brands of cars that people prefer. A total of 340 respondents completed the BFI-2-S Big Five personality questionnaire, as well as a questionnaire asking about their preference for the best-selling car brands. They also filled out a questionnaire regarding their preference for different types of cars. Extraversion correlated with a preference for upper middle class cars, sports cars, vans, and the Mercedes brand. Agreeableness correlated with a preference for SUVs, Škoda, and Volkswagen, and negatively with a preference for sports cars. Conscientiousness correlated with a preference for Volkswagen and Lexus, and negatively with a preference for convertibles and Alfa Romeo.

Negative emotionality correlated with a preference for Ford, Hyundai, and Jeep. Openness correlated with a preference for mini cars and MPVs, and negatively with a preference for middle and upper middle class cars, and BMW.

Keywords

Big Five; preference for car brands; preference for car types; agreeableness; conscientiousness

ÚVOD

Osobnostní charakteristiky ovlivňují různé sféry lidského chování, včetně výběru typu pořizovaného zboží. Vliv osobnosti byl prokázán i u zákaznických preferencí pro různé typy aut (Yang et al., 2015).

Podle Baltase & Saridakise (2013) si nezadaní lidé čerstvě po ukončení vysoké školy vybírají malé vozy. Kompaktní vůz volí lidé s vyšším postavením, kteří stejně jako lidé s preferencí malého vozu cestují málo a na kratší vzdálenosti. Zároveň se jedná o lidi s průměrným příjmem a pouze jedním autem v domácnosti. Lidé, kteří volí střední vozy, nepreferují dlouhé ani krátké cesty a mají vyšší příjem nebo velikost domácnosti. Bývají to spíše organizátoři. Lidé s preferencí velkých aut se méně zajímají o životní prostředí než lidé s preferencí malých aut. Ukázalo se také, že mají nižší vzdělání, nízký příjem, jsou starší nebo v důchodovém věku.

V našem výzkumu jsme se inspirovali zejména článkem Šefary et al (2015). Jejich výsledky naznačují, že extraverte a otevřenost jsou prediktory pro preference sportovních vozů, zatímco svědomitost je prediktorem preference hatchbacků. Co se týče konkrétní značky, otevřenost je významným prediktorem preference Opel a Ford; svědomitost pro Citroen. Neuroticismus je prediktorem pro značky Renault a Opel. Výsledky demografických charakteristik a rozdílů pohlaví ukazují na preferenci sportovních vozů, vozů se silným výkonem a vyšší třídou výbavy u mužů a preference vozů SUV u žen. Nejvíce preferovanými značkami jsou Audi, BMW, Mercedes-Benz, Volkswagen a Škoda. Nejméně preferované jsou značky Dacia a Fiat. Autoři uvádějí, že to může být způsobeno obecným názorem v České republice na vozy Dacia a Fiat - považují je za nespolehlivé. Kromě typu osobnosti a pohlaví zkoumali také vliv pravidelného cestování na výběr automobilu a zjistili, že lidé, kteří častěji cestují, dávají přednost vozům SUV s dieselovým motorem a nepreferují sportovní vozy a sedany (Šefara et al., 2015).

Podle Fujiwary & Nagasawy (2015) lidé s vysokou otevřeností preferují vozy dražších značek, jako jsou Ferrari a Porsche. Lze tomu rozumět tak, že tyto drahé značky dobře vyjadřují uměleckou a kreativní povahu jedinců s vysokou mírou otevřenosti. Naopak lidé s vysokou mírou neuroticismu luxusní značky Ferrari a Porsche nepreferují. Podle autorů to může být způsobeno závadami daných vozů, jako jsou vibrace vycházející ze sedadla řidiče nebo všudypřítomný zvuk motoru, protože neurotické jedince to může dráždit (Fujiwara & Nagasawa, 2015). O'Connor et al. (2022) použili ve svém průzkumu preferencí osobnostní dotazník BFI-2. Přívětivost a svědomitost korelovaly s výběrem bezpečnějších a praktičtějších automobilů, zatímco extraverte a nízká přívětivost korelovaly s výběrem stylových a výkonných automobilů. Aspekt otevřenosti, intelektuální zvědavost, je negativním prediktorem stylu a výkonu; naopak estetická citlivost je pozitivním prediktorem stylu a výkonu. Negativní emocionalita je slabým prediktorem pro bezpečnost a praktičnost, ale její aspekt úhlednost je mírným prediktorem pro bezpečnost. Tyto výsledky naznačují, že úzkostní lidé mají tendenci oceňovat u automobilů bezpečnost a praktičnost (O'Connor et al., 2022).

METODA

Výskumný vzorek

Náš výzkumný vzorek tvořilo celkem 340 respondentů. Většinu respondentů tvořili muži, 58,8 % (N=200). O něco menší podíl respondentů tvořily ženy, a to 41,2 % (N=140). Věk se pohyboval v rozmezí 19-70 let. Průměrný věk činil 26,85 let a medián 25,00 let. Směrodatná odchylka byla 7,13.

Dotazník BFI-2-S (Halama et al., 2020)

Dotazník měřící Velkou pětku. Cronbachovy alfy byly 0,68 pro extraverci, 0,72 u přívětivosti, 0,71 u svědomitosti, 0,73 u negativní emocionality a 0,56 u otevřenosti.

Dotazník preference typů a značek aut

Tento námi sestavený dotazník se skládá ze dvou částí. V první části jsme zjišťovali preference různých typů automobilů, konkrétně těchto tříd: mini automobily, kompaktní automobily, nižší střední třída, střední třída, vyšší střední třída, luxusní automobily, sportovní automobily, SUV - sportovně užitkové automobily, terénní automobily, MPV - víceúčelové automobily a dodávkové automobily. V závorce byli uvedeni typičtí zástupci jednotlivých tříd, aby se respondenti lépe orientovali, pokud neznají zařazení automobilů do těchto tříd. Ptali jsme se také na typy karoserie: sedan, hatchback, kombi, kabriolet a kupé. Třídy v dotazníku byly vybrány podle nařízení Evropského společenství EHS č. 4064/89. Typy karoserie byly vybrány podle směrnice Evropského parlamentu a Rady 2007/46/ES. Respondentům byl předložen následující scénář převzatý od Šefary et al. (2015): „Představte si, že kupujete automobil a rozpočet nehraje žádnou roli“. Poté hodnotili, zda by raději vlastnili automobil, na pětibodové Likertově škále od 1 - vůbec ne až po 5 - rozhodně ano. V další části jsme se ptali na konkrétní značky automobilů. Značky byly vybrány kombinací jiných průzkumů a žebříčků nejprodávanějších automobilů na světě a na Slovensku. Každá značka byla zároveň zástupcem různých tříd, například Lexus reprezentoval třídu luxusních vozů a Jeep třídu terénních vozů. Snažili jsme se neopakovat značky, které reprezentují velmi podobné vozy. Byly použity značky Škoda, Volvo, Dacia, BMW, Hyundai, Jeep, Mercedes-Benz, Volkswagen, Alfa Romeo, Tesla, Lexus, Ford, Mazda a Toyota. Respondentům byl opět předložen scénář neomezeného rozpočtu, aby nebyli ovlivněni tím, co si mohou skutečně dovolit.

VÝSLEDKY

Výsledky jsou uvedeny v tabulkách 1 a 2.

Tabulka 1. Spearmanovy korelace osobnosti a preferencí typů aut

Preferenze pro	Extraverze	Přívětivost	Svědomitost	Negativní emocionalita	Otevřenost
Mini auta	-0,041	0,054	-0,038	0,060	0,114*
Kompaktní auta	-0,051	0,068	-0,061	0,029	0,023
Nižší střední třída	-0,057	0,081	-0,069	0,031	-0,106
Střední třída	-0,002	0,033	0,000	0,067	-0,162**
Vyšší střední třída	0,141**	0,075	0,071	-0,017	-0,112*
Luxusní auta	0,086	0,069	0,17	0,027	0,021
Sportovní auta	0,132*	-0,171**	-0,21	-0,083	-0,058
SUV	-0,025	0,205**	0,057	0,53	0,063
Terénní automobily	0,042	0,048	0,008	0,020	0,099
MPV	-0,005	0,102	0,013	-0,052	0,113*
Dodávkové automobily	0,116*	0,040	0,029	-0,036	0,078
Sedan	0,026	-0,073	0,052	-0,084	-0,098
Hatchback	0,024	0,013	0,018	0,033	-0,069
Kombi	0,094	0,071	0,093	-0,033	0,003
Kabriolet	0,081	-0,032	-0,112*	-0,056	-0,012
Kupé	0,065	-0,082	-0,030	-0,064	-0,045

Pozn. ** korelace signifikantní na hladině 0,01; * korelace signifikantní na hladině 0,05

Tabulka 2. Spearmanovy korelace osobnosti a preferencí značek aut

Preference pro značku	Extraverze	Přívětivost	Svědomitost	Negativní emocionalita	Otevřenost
Škoda	0,027	0,162**	-0,032	-0,010	-0,036
Volvo	-0,041	0,040	-0,012	-0,095	-0,028
Dacia	-0,096	0,046	-0,069	0,051	-0,041
BMW	-0,014	-0,004	0,013	0,086	-0,151**
Hyundai	-0,072	0,096	0,019	0,113*	-0,072
Jeep	0,002	0,047	0,002	0,124*	0,040
Mercedes-Benz	0,148**	0,045	0,093	-0,015	-0,086
Volkswagen	0,054	0,168**	0,106*	0,010	-0,005
Alfa Romeo	-0,094	-0,065	-0,119*	0,085	-0,078
Tesla	0,035	0,093	-0,031	0,030	-0,037
Lexus	0,072	0,040	0,124*	-0,100	-0,019
Ford	-0,025	0,050	-0,052	0,134*	-0,020
Mazda	-0,030	-0,050	0,020	0,050	0,001
Toyota	0,001	-0,011	0,027	-0,079	0,066

Pozn. ** korelace signifikantní na hladině 0,01; * korelace signifikantní na hladině 0,05.

DISKUSE

Část našeho výzkumu replikuje výzkum Šefary et al. (2015), nejprve proto zanalyzujeme zda jsme replikovali jejich zjištění. Stejně jako oni jsme zjistili, že preference pro sportovní auta souvisí s extravertizací, na rozdíl od nich ale navíc negativně korelovala s přívětivostí. Naopak jsme nezjistili souvislost mezi preferencí pro sedany a svědomitostí, preferencí pro terénní auta a otevřeností, negativní souvislosti mezi preferencí pro hatchbacky a přívětivostí a preferencí pro kombi (estate) a svědomitostí, které zjistili Šefara et al. Šefara et al. nezjistili souvislost přívětivosti s preferencí pro SUV, která se ukázala v našem výzkumu. Zatímco Šefara et al. zjistili pozitivní korelaci otevřenosti a negativní svědomitosti a extravertize s preferencí pro značku Ford, my jsme zde zjistili korelaci s negativní emocionalitou, kterou Šefara et al. zjistili pouze u žen. Hyundai a Jeep a negativní emocionalitou, Mercedes a extravertizací, negativní korelaci mezi BMW a otevřeností. Ve výzkumu Šefara et al. se rovněž neukázala souvislost mezi preferencí pro Volkswagen a přívětivostí a svědomitostí. Šefara et al. zjistili souvislost mezi přívětivostí a extravertizací a preferencí pro značku Škoda, kterou jsme my ukázali pouze u přívětivosti.

Zjištění O'Connor et al. (2022), že extravertize a nízká přívětivost souvisí s preferencí pro výkonná auta, je podpořeno našimi zjištěními u preferencí pro Mercedes, sportovní auta a vyšší střední třídu. Nezjistili jsme souvislost osobnosti s preferencí pro luxusní auta zjištěnou Fujiwarou a Nagasawou (2015). Je třeba rovněž podotknout, že všechny korelace zjištěné v tomto výzkumu jsou malé. Osobnost tedy není výrazným prediktorem toho, jaká auta člověk preferuje.

Nereplikovanost velké části předchozích výsledků může být způsobena jejich závislostí na místním prostředí a desetiletým rozdílem ve sběru dat. Důvody, proč si člověk vybírá určité auto, se budou lišit v každé společnosti, a proto se bude lišit i souvislost s osobností. Stejně

možné ovšem je, že se výsledky nereplikují jednoduše proto, že v případě nalezení signifikantních korelací jde o statistické chyby prvního druhu.

ZÁVĚR

Výzkum souvislosti mezi osobností a zákaznickými preferencemi nemůže mít za cíl získání hlubokých teoretických poznatků. Je ovšem praktický a použitelný pro marketingová oddělení automobilových prodejců na Slovensku. Pokud například Mercedes preferují více extraverti, může být vhodné prezentovat tuto značku v reklamách obsahujících společenské události a směřující se konverzující lidi. Náš výzkum v části, kde byl totožný s výzkumem v ČR, tento výzkum nezreplikoval. Rozdílná zjištění mohou být ovšem způsobena rozdílným vnímáním značek v ČR a na Slovensku a také ovšem velkým množstvím porovnání – v případě výzkumu zkoumajícího značky a modely na trhu, kterých je velké množství, tento počet nelze nijak zredukovat s odvoláním na teorii.

SEZNAM REFERENCÍ

- Baltas, G., & Saridakis, C. (2013). An empirical investigation of the impact of behavioural and psychographic consumer characteristics on car preferences: An integrated model of car type choice. *Transportation Research Part A: Policy and Practice*, 54, 92-110. <https://doi.org/10.1016/j.tra.2013.07.007>
- Fujiwara, K., & Nagasawa, S. (2015). Relationships among Purchase Intentions for Luxury Brands and Personality Traits Based on the Big Five. *American Journal of Industrial and Business Management*, 05(11), 631-639. <https://doi.org/10.4236/ajibm.2015.511063>
- Halama, P., Kohút, M., Soto, C. J., & John, O. P. (2020). Slovak adaptation of the Big Five Inventory (BFI-2): Psychometric properties and initial validation. *Studia Psychologica*, 62(1), 74-87. <https://doi.org/10.31577/sp.2020.01.792>
- O' Connor, P. J., Moss, J., Adams, J., Matemberere, C., & Kaya, M. (2022). What drives consumer automobile choice? Investigating personality trait predictors of vehicle preference factors. *Personality and Individual Differences*, 184, 111220. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111220>
- Šefara, D., Franěk, M., & Zubr, V. (2015). Socio-psychological factor that influence car preference in undergraduate students: The case of the Czech Republic. *Technological and Economic Development of Economy*, 21(4), 643-659. <https://doi.org/10.3846/20294913.2015.1055617>
- Yang, Ch., Pan, S., Mahmud, J., Yang, H., & Srinivasan, P. (2015). Using Personal Traits For Brand Preference Prediction. In L. Marquez, Ch. Callison-Burch, J. Su (2015, eds.): *Proceedings of the 2015 Conference on Empirical Methods in Natural Language Processing* (pp. 86-96). Association for Computational Linguistics. <https://doi.org/10.18653/v1/D15-1009>

POSTTRAUMATICKÝ ROZVOJ ODLIEČENÝCH PACIENTOK S RAKOVINOU PRSNÍKA

POSTTRAUMATIC GROWTH IN BREAST CANCER SURVIVORS

Veronika Chlebcová^a & Daniela Čemická^b

^a Ústav klinickej psychológie, Fakulta psychológie, Paneurópska vysoká škola, Bratislava

^b Akadémia psychológie, rozvoja osobnosti a vzdelávania, Bratislava

E-mail: veronika.chlebcova@paneurouni.com

ABSTRAKT

Cieľom výskumu bolo zmapovať posttraumatický rozvoj odliečených onkologických pacientok s rakovinou prsníka. Ide o kvalitatívny výskum a dáta sme získavali prostredníctvom pološtruktúrovaných rozhovorov, pričom základné okruhy vychádzali z konceptu posttraumatického rozvoja Tedeschiho a Calhouna. Metóda analýzy dát bola obsahová analýza. Výskumný súbor tvorilo 13 participantiek vo veku 32 až 58 rokov. Najvýraznejší posttraumatický rozvoj sme identifikovali v oblasti Vzťahov s druhými, čo sa prejavovalo v kvalitatívnych aj kvantitatívnych zmenách v blízkych vzťahoch a vzťahoch v širšom okolí. Druhou najviac zastúpenou oblasťou bolo Porozumenie životu, čo sa prejavovalo prostredníctvom zmeny životného postoja a hodnotového systému. Rozvoj sme identifikovali aj v oblastiach Silné stránky jednotlivca, Spirituálna a existenciálna zmena a Nové možnosti.

Kľúčové slová

posttraumatický rozvoj; odliečené onkologické pacientky; rakovina prsníka

ABSTRACT

The aim of the presented research was to explore posttraumatic growth in breast cancer survivors. We present qualitative research and we collected data through semi-structured interviews, while the main topics were based on Tedeschi and Calhoun's concept of posttraumatic growth. The method of data analysis was content analysis. The study sample consisted of 13 female participants aged 32 to 58 years. We identified the most significant posttraumatic growth in the field of Relating to Others, which was manifested in qualitative and quantitative changes in close relationships and relationships in the wider environment. The second most represented area was Appreciation of Life, which was manifested through a change in life mindset and value system. We also identified development in the areas of Personal Strength, Spiritual and Existential Change, and New Possibilities.

Keywords

posttraumatic growth; cancer survivors; breast cancer

Grantová podpora

GAAA/2023/12 Prediktory odpustenia a overenie efektu intervencie zameranej na odpustenie u onkologických pacientov

ÚVOD

So zvyšujúcim sa počtom odliečených onkologických pacientov sa v psychoonkológii stále viac obracia pozornosť na obdobie po ukončení liečby. Podľa Národného centra zdravotníckych informácií (2021) je na Slovensku u žien najčastejšie diagnostikovaným onkologickým ochorením rakovina prsníka. Táto diagnóza sa spája s mnohými špecifickými (aj dlhodobými) následkami, ako sú neurokognitívne problémy, sexuálne problémy či lymfedém hornej končatiny. Najčastejšie sa spája s negatívnymi dôsledkami, ktoré zasahujú okrem fyzickej stránky aj psychiku pacientov. Odborníci z praxe aj výskumníci sa však stále častejšie obracajú k pozitívnym dôsledkom, najmä na koncept posttraumatického rozvoja. Tedeschi et al. (1998) definujú posttraumatický rozvoj ako „rozvoj kognitívneho procesu, ktorý sa začína vyrovnaním sa s traumatickými udalosťami, ktoré vyžadujú extrémne kognitívne a emocionálne zapojenie“ (s. 1). Posttraumatický rozvoj vieme identifikovať u ľudí, ktorí prežili výraznú traumú, no okrem straty získajú niečo hodnotné (Slezáčková, 2009). Ide o pozitívne psychologické zmeny ako dôsledok boja s traumatickou udalosťou alebo udalosťou, ktorá predstavuje významnú výzvu. Tieto pozitívne zmeny vieme identifikovať v piatich oblastiach. Prvou je zmena vo vzťahoch s inými, najmä v ich posilnení alebo získaní nových. Druhou oblasťou je ocenenie života, vrátane maličkostí bežného života či daru života. Ďalšou oblasťou sú silné stránky jednotlivca, kedy zmeny prinášajú napríklad pocit sebadôvery a vnútornej sily, či uvedomenie si vlastnej zraniteľnosti. Štvrtou oblasťou zmien sú nové možnosti, ktoré s prežitím traumatickej udalosti prichádzajú. Príkladom je nová životná či kariérna cesta, nové záujmy a návyky. Poslednou oblasťou zmien je spirituálny a existenciálny rozvoj, ktorého súčasťou je posilnenie náboženskej viery, snaha o porozumenie duchovným záležitostiam a filozofickým otázkam (Tedeschi et al., 2018).

Posttraumatický rozvoj u onkologických pacientov identifikujeme najmä v troch oblastiach, a to vzťahy s inými, silné stránky a ocenenie života (Tanyi et al., 2020). Väčšina výskumov zameraných na posttraumatický rozvoj má kvantitatívny dizajn. Cohen et al. (1998) aj Tedeschi et al. (2018) však upozorňujú na dôležitosť jeho skúmania pomocou kvalitatívnych metód, ktoré môžu pomôcť pochopiť individuálne rozdiely a poskytnúť viac údajov o faktoroch, ktoré sú s ním spojené. Barthakurová et al. (2016) prostredníctvom analýzy rozhovorov identifikovali zmeny u pacientok s rakovinou prsníka v oblastiach ocenenie života (životná perspektíva, žiť život v prítomnosti), silné stránky jednotlivca (orientácia na seba, vnútorná sila, sebedomie, rozvoj osobnostných kvalít a talentu), nové možnosti (zmysluplné aktivity, pracovné zmeny), vzťahy s inými (empatia, akceptácia inakosti, blízkosť, odpustenie vo vzťahoch) a spiritualita (najmä uvažovanie o duchovnom rozmere života).

Cieľom prezentovaného výskumu bolo zmapovať posttraumatický rozvoj odliečených onkologických pacientok s rakovinou prsníka. Zamerali sme sa na identifikáciu toho, ako sa u nich prejavuje posttraumatický rozvoj v oblasti vzťahy s inými (VO1), ocenenie života

(VO2), silné stránky jednotlivca (VO3), spirituálna a existenciálna zmena (VO4), nové možnosti (VO5).

METÓDA

Výskumná vzorka

Výskumný súbor tvorilo 13 odliečených pacientok s rakovinou prsníka vo veku 32 až 58 rokov. Participantky mali ukončenú akútnu fázu liečby (rôzna kombinácia chirurgickej liečby, chemoterapie, rádioterapie; hlavné inklúzne kritérium). Všetky absolvovali alebo aktuálne absolvujú následnú hormonálnu liečbu. Jedna participantka má v anamnéze recidívu onkologického ochorenia. Čas od stanovenia diagnózy je jeden až jedenásť rokov. Sedem participantiek bolo vydatých, päť rozvedených a jedna bola vdova. Nadviazanie kontaktu bolo prostredníctvom patientskej organizácie OZ Amazonky. Počet participatiek vo výskumnom súbore vychádzal z dostupnosti a ochoty zúčastniť sa výskumu.

Metóda zberu dát

S ohľadom na východiská a cieľ výskumu sme ako metódu zberu dát zvolili hĺbkový pološtruktúrovaný rozhovor, ktorého jadro bolo zamerané na päť oblastí posttraumatického rozvoja (podľa Tedeschi et al., 2018). Mali sme vopred pripravenú štruktúru rozhovoru, ktorú sme prispôbovali špecifikám každého rozhovoru a snažili sme sa o hĺbkové porozumenie tiež prostredníctvom dopytovania (otázky sme podľa potreby upravovali a dopĺňali). Súčasťou bol tiež informovaný súhlas. Rozhovory sme realizovali primárne osobne, no z dôvodu vzdialenosti aj online formou. Výskumné prostredie bolo súkromné a volené podľa preferencií participantiek.

Metóda analýzy dát

Prvým krokom bol doslovný prepis každého rozhovoru, vrátane anonymizácie (vrátane opakovanej kontroly správnosti prepisu). Prepísaný text sme kodovali (identifikovali jednotlivé významné jednotky) a následne na základe obsahovej podobnosti a prekryvu sme vytvárali kategórie a subkategórie, čím sme vytvorili systém kategórií pre posttraumatický rozvoj a jeho oblasti (obsahová analýza dát). Zisťovali sme aj výskyt kategórií u participantiek, identifikované kategórie popisali a interpretovali. Náš prístup bol deskriptívno interpretatívny. Pri analýze sme využili program Atlas.ti 24.

VÝSLEDKY A DISKUSIA

Našou snahou bolo porozumieť, ako konkrétne sa prejavuje posttraumatický rozvoj u pacientok s rakovinou prsníka, resp. aká je ich skúsenosť s pozitívnymi zmenami, ktorú môžu po prežití traumy nastat'. Takmer u každej participantky sme identifikovali v určitej forme pozitívne zmeny v každej z oblastí posttraumatického rozvoja. Z celkového počtu 13 participantiek, boli u každej zastúpené zmeny v oblasti Vzťahy s inými a Ocenenie života, u 12 participantiek zmeny v oblasti Silné stránky jednotlivca a Spirituálna a existenciálna zmena a u 11 participantiek pozitívne zmeny v oblasti Nové možnosti.

Vzťahy s inými

Zmeny vo vzťahoch (VO1) sa prejavili na úrovni blízkych vzťahov (rodina a partner), vzťahov s priateľmi aj v širšom okolí. Najvýraznejšia zmena nastala pri Zlepšení rodinných vzťahov (n = 9) a v Rozšírení okruhu známych (n = 9; predovšetkým komunita pacientov), tiež v Upevnení vzťahu s partnerom (n = 6). V odpovediach participantiek sa vyskytli aj odpovede týkajúce sa zúženia okruhu známych (n = 4), čo predstavovalo v ich ponímaní pozitívnu zmenu. Rovnako aj v dvoch prípadoch Ukončenie nefunkčného vzťahu s partnerom. Jedna participantka referovala, že ju ochorenie priviedlo k riešeniu, resp. hľadaniu riešenia v nefunkčnom vzťahu s partnerom a následnú „prácu na vzťahu“. Podľa Tedeschiho et al. (2018) je v kontexte posttraumatického rozvoja sociálna opora tiež recipročná. Môže sa teda rozvíjať aj súcit a potreba pomáhať druhým, predovšetkým ľuďom v podobnej životnej situácii (Tedeschi et al., 1998). Uvedené je v súlade s našimi zisteniami, čo reportovalo päť participantiek. Významnú časť sociálnej siete pacientov tvoria aj iní pacienti, teda komunita pacientov (Indeck & Rightmer, 2011), ktorých spája osobná skúsenosť ohrozenia života (Slezáčková, 2009). Ako významný prínos ochorenia to uviedlo jedenásť našich participantiek.

Ocenenie života

U slovenských odliečených pacientov sme v predchádzajúcom výskume zistili ocenenie hodnoty vlastného života ako najvýraznejší indikátor posttraumatického rozvoja (Boleková & Chlebcová, 2022). V prezentovanom výskume sa zmeny v tejto oblasti (VO2) prejavovali cez Zmenu hodnotového systému (zmena v prioritách, rešpektovanie druhých; n = 10) a Zmenu životného postoja (život v prítomnosti, snaha o život v pravde, vďačnosť; n = 12). Pomerne silné bolo vyjadrenie piatich participantiek k pocitu vďačnosti. Niektoré pociťovali vďačnosť za to, že zvládli ochorenie, za život a niektoré za zmeny, ktoré im ochorenie do života prinieslo. Súvis posttraumatického rozvoja a vďačnosti v tejto populácii potvrdili Ruiniová a Vescovelli (2013) a Boleková et al. (2023).

Silné stránky jednotlivca

Zmeny v silných stránkach jednotlivca (VO3) sa prejavili v troch oblastiach. Ako prvé sme identifikovali kategóriu Sebaprijatie (n = 11), konkrétne išlo o akceptáciu fyzických zmien a prijatie seba samej – ako osobnosti, vrátane úcty k sebe samej. Druhou kategóriou bolo Posilnenie reziliencie (n = 11), pričom participantky uvádzali predovšetkým psychickú odolnosť vo všeobecnosti, odolnosť voči prekážkam a orientáciu na pozitíva. Reziliencia je tiež výrazným prediktorom posttraumatického rozvoja (Zhang et al., 2019). Tretou kategóriou bola Orientácia na seba (n = 11), ktorá je charakterizovaná cez „počúvanie“ a uspokojenie vlastných potrieb. Participantky opisovali napríklad prioritizáciu seba samej, rovnako ako aj vo výskume Barthakurovej et al. (2016).

Spirituálna a existenciálna zmena

Z oblasti spirituálna a existenciálna zmena (VO4), výroky participantiek z najdominantnejšej kategórii Hľadanie a uznanie duchovných hodnôt (n = 8) naznačujú, že práve onkologické ochorenie bolo podnetom pre ich hlbšie uvažovanie nad duchovnými hodnotami a zaujatie kladného postoja k duchovným otázkam. Participantky, ktoré uvádzali príslušnosť k určitému náboženskému vyznaniu popisovali Prehĺbenie náboženskej viery (n = 7), predovšetkým úprimné a vnútorné stotožnenie sa s vierou a tiež praktizovanie pravidelných náboženských rituálov. Výskum Karamiho a Kahraziho (2018) naznačuje, že výraznejší rozvoj môžeme

predpokladať u ľudí, ktorí náboženskú vieru praktikuju na dennej báze (Karami & Kahrazi, 2018). Podľa Dédovej a Baníka (2021) súvisí posttraumatický rozvoj ako s vnímaním dôležitosti duchovnej stránky života, tak s praktizovaním náboženskej viery. Výsledky nášho výskumu potvrdili dôležitosť a opodstatnenosť rozšírenia tejto oblasti o existenciálne otázky ohľadom krehkosti života a vysporiadania sa s vlastnou smrteľnosťou (Tedeschi et al., 2018). Konkrétne k téme Vysporiadania sa s vlastnou smrteľnosťou vo vzťahu k existenciálnym otázkam sa vyjadrilo päť participantiek.

Nové možnosti

V oblasti nových možností (VO5) sa ako najvýraznejšia ukazuje zmena v Životnom štýle (n = 8), predovšetkým vo forme fyzickej aktivity, no tiež v cielenej úprave stravy a vzťahu k prírode. Zmeny v oblasti životného smerovania (n = 4) sa prejavili v úprave pracovnej náplne, zmene pracovnej pozície či odchode zo zamestnania. Participantky vo výskume Barthakurovej et al. (2016) popisovali rovnaké zmeny, najmä zameranie na činnosť, ktorá ich viac baví. Vo výpovediach našich participantiek sa tiež objavila téma Nových záujmov (n = 6) zameraných na kreatívnu činnosť alebo činnosť podporujúcu kognitívne schopnosti.

Výskumu sa zúčastnili len pacientky, ktoré aktívne reagovali na oslovenie prostredníctvom patientskej organizácie, čo môže priniesť určité skreslenie (všetky sú aktívne súčasťou tejto skupiny). Ďalším limitom výskumu je široké rozpätie času od stanovenia diagnózy (1-11 rokov). Jednak výskumy (napr. Liu et al., 2021) potvrdzujú súvis času od liečby s úrovňou a charakterom posttraumatického rozvoja a zároveň do výpovedí môže zasahovať spomienkový optimizmus. Limitujúcim bolo tiež realizovanie niekoľkých rozhovorov online formou, s ohľadom na slabé stránky tejto formy rozhovoru. Za prínosné považujeme sa zamerať na posttraumatický rozvoj nielen ako na výsledok, ale aj ako proces v súlade s modelom posttraumatického rozvoja podľa Tedeschiho et al. (2018), tiež s využitím longitudinálneho dizajnu výskumu. Ako významné témy sa ukazujú vďačnosť, spiritualita a existenciálne otázky, sebaaprijatie či zmena hodnôt. Vidíme v tom priestor pre ďalšie skúmanie, tiež prostredníctvom intervenčných výskumov.

U odliečených pacientok s rakovinou prsníka viac ako 10 rokov po liečbe zistili Mols et al. (2009), že posttraumatický rozvoj sa prejavuje najvýraznejšie v oblasti vzťahov s inými, silných stránkach a ocenení života. Vo výpovediach participantiek sme identifikovali posttraumatický rozvoj vo všetkých piatich oblastiach (podľa Tedeschi et al., 2018), pričom za najvýraznejšie pozitívne zmeny môžeme považovať v oblasti vzťahu s inými zlepšenie rodinných vzťahov a rozšírenie okruhu známych, v oblasti silné stránky jednotlivca orientáciu na seba a akceptáciu seba, v oblasti porozumenie životu zmenu priorit a snahu žiť život v prítomnosti, v oblasti nové možnosti aktívnejší životný štýl, v oblasti spirituálnych a existenciálnych zmien je to hľadanie zmyslu života a orientácia na duchovné hodnoty. Najmä vzhľadom veľkosť vzorky a jej charakter nie je možné zistenia zovšeobecňovať, čo sme si ani za cieľ nekladli. Za silnú stránku výskumu však považujeme rozšírenie poznatkov o posttraumatickom rozvoji v populácii odliečených pacientok s rakovinou prsníka na Slovensku. Vzhľadom na počet novodiagnostikovaných prípadov a zvyšujúcu sa úspešnosť liečby (s čím súvisí vyšší počet úspešne vyliečených pacientov), považujeme za dôležité sa tejto téme ďalej venovať – prinášať poznatky o špecifických posttraumatického rozvoja v danej populácii a tiež v kontexte psychologickej praxe.

ZÁVER

Onkologické ochorenie sa často spája s negatívnymi dopadmi na život pacientov a ich blízkych. V súlade so súčasnými trendami, považujeme za dôležité venovať pozornosť tiež pozitívnym aspektom prežívania pacientov, ako je nádej, vďačnosť, reziliencia, zmysel života či posttraumatický rozvoj. Ako ukazuje prax aj empirická evidencia, u pacientov vieme identifikovať a pracovať s pozitívnymi dôsledkami onkologického ochorenia. V prezentovanom výskume sme sa zamerali prostredníctvom rozhovorov na individuálne prežívanie týchto zmien u pacientok s rakovinou prsníka. Posttraumatický rozvoj sme identifikovali u každej participantky, pričom najvýraznejšie sa prejavil vo vzťahoch s inými vo forme upevnenia a zlepšenia vzťahov, rozšírenia okruhu priateľov, no tiež redukovania nefunkčných vzťahov. Výrazným sa tiež ukázal posttraumatický rozvoj pri ocenení života, najmä cez zmenu hodnotového systému a zmenu životných postojov. Pomerne výrazne sa prejavil aj v ďalších oblastiach, a to silné stránky osobnosti (sebaprijatie, reziliencia, orientácia na seba), spirituálna a existenciálna zmena (duchovné hodnoty, prehĺbenie viery, vlastná smrteľnosť) aj nové možnosti (životný štýl, životné smerovanie, nové záujmy).

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Barthakur, M. S., Sharma, M. P., Chaturvedi, S. K., & Manjunath, S. K. (2016). Posttraumatic Growth in Woman Survivors of Breast Cancer. *Indian Journal of Palliative Care*, 22, 157-162. <https://doi.org/10.4103/0973-1075.179609>
- Boleková, V., & Chlebcová, V. (2022). Vďačnosť a posttraumatický rozvoj odliečených onkologických pacientov. In E. Gajdošová (Ed.), *Pozitívna psychológia pre pozitívny život. Zborník príspevkov z medzinárodnej vedeckej konferencie* (pp. 295-305). Paneurópska vysoká škola.
- Cohen, L.H., Hettler, T. R., & Pane, N. (1998). Assessment of Posttraumatic Growth. In R. G. Tedeschi, C. L. Park & L. G. Calhoun (Eds.) *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis* (1st ed., pp. 23-42). Lawrence Erlbaum Associates.
- Dědová, M. & Baník, G. (2021). Posttraumatic Growth in the Context of Spirituality and Religion in Cancer Survivors. *Spirituality Studies*, 7(1), 54-67. <https://www.spirituality-studies.org/dp--volume7-issue1-spring2021/54>
- Indeck, B. A., & Rightmer, N. (2011). Community resources. In V. T. DeVita, T. S. Lawrence, & S. A. Rosenberg (Eds.). *Cancer: principles & practice of oncology* (9th ed., pp. 2491-2499). Philadelphia: Wolters Kluwer Health, Lippincott Williams & Wilkins.
- Liu, Z., Thong, M. S. Y., Doege, D., Koch-Gallenkamp, L., Bertram, H., Eberle, A., Holleczeck, B., Waldmann, A., Zeissig, S. R., Pritzkeleit, R., Brenner, H., & Arndt, V. (2021). Prevalence of benefit finding and posttraumatic growth in long-term cancer survivors: results from a multi-regional population-based survey in Germany. *British Journal of Cancer*, 125(6), 877-883. <https://doi.org/10.1038/s41416-021-01473-z>
- Mols, F., Vingerhoets, J. J. M., Ceobergh, J. W. W., & de Poll-Franse, L. V. (2009). Well-being, posttraumatic growth and benefit finding in long-term breast cancer survivors. *Psychology and Health*, 24(5), 583-595. <https://doi.org/10.1080/08870440701671362>
- Národné centrum zdravotníckych informácií. (2021). *Národný onkologický register SR – prezentácia výstupov*. Národný Onkologický Register Slovenskej Republiky.

- Ruini, Ch., & Vescovelli, F. (2013). The Role of Gratitude in Breast Cancer: Its Relationships with Posttraumatic Growth, Psychological Well-Being and Distress. *Journal of Happiness Studies*, 14, 236-274. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9330-x>
- Slezáčková, A., Blatný, M., Kepák, T., Vlčková, I., Jelínek, M., Pilát, M., Navrátilová, P., Kárová, Š., & Štěřba, J. (2009). Posttraumatický rozvoj osobnosti rodičů onkologicky nemocných dětí. In D. Heller, M. Charvát, & I. Sobotková (Eds.), *Psychologické dny: Já & my a oni*. Masarykova univerzita, Českomoravská psychologická společnost.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (1998b). Posttraumatic Growth: Conceptual Issues. In R. G. Tedeschi, C. L. Park & L. G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis* (1st ed., pp. 1-22). Lawrence Erlbaum Associates.
- Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications* (1st ed.). Routledge.
- Tanyi, Z., Mirnics, Z., Ferenczi, A., Smohai, M., Mészáros, V., Kovács, D., Jakubovits, E., & Kövi, Z. (2020). Cancer as a source of posttraumatic growth: A brief review. *Psychiatria Danubina*, 32(Suppl. 4), 401-411. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33212443/>
- Zhang, C., Gao, R., Tai, J., Li, Y., Chen, S., Chen, L., Cao, X., Wang, L., Jia, M., & Li, F. (2019). The Relationship between Self-Perceived Burden and Posttraumatic Growth among Colorectal Cancer Patients: The Mediating Effects of Resilience. *BioMed Research International*, 2019, Article 6840743. <https://doi.org/10.1155/2019/6840743>

TEMPERAMENT A EXEKUTÍVNE FUNKCIE U DETÍ V MLADŠOM ŠKOLSKOM VEKU

TEMPERAMENT AND EXECUTIVE FUNCTIONS IN MIDDLE SCHOOL-AGE

Diana Demkaninová^a, Margaréta Hapčová^a, Daniela Turoňová^a, Kristína Anyalaiiová^b, Silvia Harvanová^a, & Barbora Mesárošová^a

^a Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Univerzita Komenského

^b Klinika detskej psychiatrie, NÚDCH a Lekárska fakulta Univerzity Komenského

E-mail: diana.demkaninova@uniba.sk

ABSTRAKT

Príspevok sa zaoberá vzťahmi medzi exekutívnymi funkciami (EF) a temperamentom u detí mladšieho školského veku, ktoré sú dôležité súčasti sebaregulácie. Temperament aj EF majú veľký podiel na každodennom fungovaní dieťaťa a doterajšie výskumy naznačujú, že medzi týmito konštruktami existuje slabý až stredne silný vzťah. V našom výskume analyzujeme vzťahy medzi týmito konštruktami prostredníctvom hodnotiacich škál BRIEF2 a TMCQ, ktoré vyplňajú rodičia detí. Výsledky na vzorke N = 105 detí (52% chlapcov) vo veku 6 – 12 rokov (M = 9,11; SD = 1,23) naznačujú silné korelačné vzťahy medzi indexami BRIEF2 a faktormi TMCQ. Exploračnou faktorovou analýzou sme identifikovali dva samostatné faktory, ktoré spolu silno korelovali (0,63). Naše výsledky podporujú predpoklad konštruktivej blízkosti temperamentových faktorov - *Vôľou podmienená kontrola* i *Negatívny afekt* a EF ako dôležitých zložiek sebaregulácie. Spolu tvoria 2 latentné konštrukty, kde sa jeden zameriava na kognitívnu a behaviorálnu reguláciu a druhý na zvládanie emočného prežívania a schopnosť prispôbiť sa zmene. Významným limitom práce sú psychometrické charakteristiky TMCQ, ktoré nás limitovali v analýzach, ale aj interpretácii výsledkov.

Kľúčové slová

exekutívne funkcie; BRIEF2; temperament; TMCQ; mladší školský vek

ABSTRACT

This paper explores the relationships between executive functions and temperament in middle school-aged children, both critical components of self-regulation. Temperament and executive functions play a significant role in a child's daily functioning, and existing research suggests a weak to moderate correlation between these constructs. In our study, we examine these

relationships using the BRIEF2 and TMCQ rating scales, which the children's parents complete. Findings from a sample of $N = 105$ children (52% boys) aged 6–12 years ($M = 9.11$; $SD = 1.23$) indicate strong correlations between the BRIEF2 indices and TMCQ factors. Exploratory factor analysis identified two distinct factors that were strongly correlated (0.63). Our results support the hypothesis of the conceptual proximity of the temperament factors and executive functions as critical elements of children's self-regulation. Together, they form two latent constructs: one focused on cognitive and behavioral regulation and the other on emotional coping and adaptability. A significant limitation of this work is the psychometric properties of the TMCQ, which restrict our analyses and interpretation of results.

Keywords

executive functions; BRIEF2; temperament; TMCQ; middle school-age

Grantová podpora

Príspevok bol podporený grantom / The paper was supported by grant VEGA 1/0640/22.

ÚVOD

Sebaregulácia sa vzťahuje na schopnosť regulovať svoje správanie, emócie a kogníciu. Zastrešuje tvorbu, sledovanie a dosahovanie cieľov, schopnosť prispôbiť svoje správanie meniacim sa podmienkam a želaným zámerom (Nigg, 2017). Významnú úlohu zohráva v rámci adaptívneho správania, sociálnych kompetencií či efektívneho učenia sa jedinca. Naopak, ťažkosti v sebaregulácii môžu súvisieť s maladaptívnym správaním alebo psychopatológiou (Demkaninová et al., 2022; Bridgett et al., 2013).

Samostatnú pozornosť je potrebné venovať emočným aspektom sebaregulácie (napr. sebaovládaniu), ktoré súvisia skôr s temperamentom, hlavne vôľovo podmienenou kontrolou a procesnej stránke sebaregulácie, súvisiacou s exekutívnymi funkciami (EF) (Bridgett et al. 2013). Hoci tieto konštrukty vykazujú vysokú konceptuálnu podobnosť, spoločnú vývinovú trajektóriu (Nigg, 2017) i biologické základy (Rea-Sandin et al., 2023) ich vzťahy, podobnosti a rozdiely sú stále predmetom výskumu.

EF sú vzájomne súvisiace vyššie neurokognitívne funkcie, ktoré zahŕňajú zručnosti potrebné pre ciele a komplexné aktivity, kontrolu a riadenie kognitívnych, emocionálnych a behaviorálnych funkcií. Ide o procesy prebiehajúce zhora-nadol, ktoré súvisia s koncentráciou pozornosti, myslením, riešením problémov a plánovaním. Významnú rolu zohrávajú najmä v nových situáciách. Základné zložky EF sú inhibícia, pracovná pamäť, kognitívna flexibilita a plánovanie/organizovanie (Diamond, 2013; Baggetta & Alexander, 2016).

Temperament súvisí so základnými charakteristikami osobnosti, ktoré vysvetľujú individuálne rozdiely v správaní. Tieto črty súvisia s neurálnymi sieťami a vyznačujú sa relatívnou stabilitou v čase (Rothbart, 2007). Jedným z najviac skúmaných a používaných modelov temperamentu u detí je Rothbartovej model, ktorý sa stal základom pre vývoj mnohých výskumných nástrojov (Rothbart, 2011). Rothbart (2011) definovala temperament ako individuálne rozdiely v reaktivite a sebaregulácii, ktoré sú počas života formované kombináciou genetických predispozícií, zrenia a skúseností. Podľa modelu, temperament tvoria 3 široké faktory: *Negatívny afekt* (angl. Negative affect, *NA*), *Proaktívna reaktivita* (angl. Surgency, *SU*) a *Vôľou*

podmienená kontrola (angl. Effortful control, *EC*). Pre deti v mladšom školskom veku bol doplnený 4. faktor *Sociabilita* (angl. Sociability, *SOC*) (Simonds & Rothbart, 2004). Vo všeobecnosti štúdie poukazujú na slabý až stredne silný vzťah medzi EF a temperamentom u detí (Drechsler et al., 2018), čo naznačuje, že ide o príbuzné, ale zároveň odlišné konštrukty.

Z predchádzajúcich prác môžeme vidieť konštruktívnu blízkosť medzi temperamentovým faktorom *EC* a EF. Obe sa vzťahujú na súbor schopností, ktoré podporujú cieľnú kontrolu správania, inhibíciu prevládajúcich reakcií a reguláciu sociálnych, emocionálnych a kognitívnych procesov. Inhibícia je hlavným aspektom prenikajúcim do EF a *EC*. Okrem štruktúrálnej podobnosti zdieľajú EF a *EC* aj funkčnú podobnosť - výkonnú pozornosť (Zhou et al., 2012).

Niektoré práce (Ursache et al., 2013, Bridgett et al., 2013) poukazujú aj na prepojenie medzi *NA* a deficitmi v EF či na mediačný vplyv EF pri výskyte negatívnej afektivity (Gramszlo & Woodruff-Borden, 2015). Všeobecne je známe, že negatívne emočné prežívanie, ako napr. úzkosť či pocity stresu a napätia majú tiež dopad na kvalitu EF (Menghini et al., 2018; Bridgett et al., 2013).

Cieľom našej štúdie bolo zmapovať vzťahy medzi modelom temperamentu podľa Rothbart a exekutívnymi deficitmi u typicky vyvíjajúcich sa detí v mladšom školskom veku. Predpokladáme, že existuje určitá konštruktívna blízkosť medzi EF a temperamentom, najmä vo faktore *EC*. Na základe predchádzajúcich štúdií tiež môžeme predpokladať, že aj *NA* môže byť v blízkom vzťahu k EF.

METÓDY

Výskumná vzorka

Súbor tvorilo $N = 105$ detí (52 % chlapcov) vo veku 6 – 12 rokov ($M = 9,11$; $SD = 1,23$). V 93% prípadoch bola hodnotiteľkou matka. Inkluzívne kritériá boli vek 6 – 12 rokov a normotypický vývin dieťaťa. Exklúznym kritériom bola prítomnosť poruchy, ktorá ovplyvňuje funkčnosť dieťaťa v každodenných aktivitách (napr. neurovývinové a iné psychické poruchy, neurologické ochorenia, motorické či senzorycké poruchy). Informácie o vývine dieťaťa a prípadnej prítomnosti poruchy boli zisťované prostredníctvom anamnestického časti dotazníka, ktorý vyplňal rodič dieťaťa.

Metodiky

TMCQ (*The Temperament in Middle Childhood Questionnaire*; Simonds & Rothbart, 2004) sme použili na hodnotenie temperamentu detí. Slovenskú verziu sme so súhlasom autorov získali prekladom so spätným prekladom. Dotazník má 157 položiek a rodič hodnotí na 5-bodovej Likertovej škále (*1 - takmer nikdy pravda, 5 – takmer vždy pravda*) pravdivosť tvrdenia ohľadom správania dieťaťa. Dotazník obsahuje aj možnosť „*nedá sa ohodnotiť (N/A)*“. Čím vyššie skóre, tým je dané správanie intenzívnejšie. Niektoré položky aj škály sú reverzné. Škálové priemerné skóre je vyjadrené súčtom jednotlivých položiek danej škály, vydelené počtom položiek škály mínus počet N/A odpovedí. Položky sú zoskupené do 17 škál I. rádu, ktoré sýtia 4 faktory II. rádu:

- *Proaktívna reaktivita (SU)*: Úroveň aktivity, Potešenie z intenzívnych podnetov, Impulzivita, Hanblivosť;

- *Vôľou podmienená kontrola (EC)*: Zameranie pozornosti, Kontrola inhibície, Potešenie z pokojných podnetov, Percepčná citlivosť, Kontrola aktivácie;
- *Negatívny afekt (NA)*: Hnev/Frustrácia, Diskomfort, Strach, Smútok, Utíšiteľnosť;
- *Sociabilita (SOC)*: Asertivita/Dominancia, Afiliácia, Fantázia/Otvorenosť.

Koeficienty Cronbachovej alfy americkej verzie TMCQ jednotlivých škál sa pohybovali od 0,63 do 0,90 (Simonds, 2006). V našom výskume vnútorná konzistencia faktorov II. rádu dosiahla dostatočnú úroveň len pre *EC* ($\alpha = 0,80$) a *NA* ($\alpha = 0,85$). Koeficienty pre *SU* ($\alpha = 0,57$) a *SOC* ($\alpha = 0,52$) boli nízke.

BRIEF2 (*The Behavior Rating Inventory of Executive Function, Second Edition*; Gioia et al., 2015) slovenskú adaptáciu (Hapčová et al., 2024) sme použili na posúdenie ťažkostí v EF. Rodičia posudzujú výskyt správania u detí na škále *nikdy – občas – často*. Obsahuje 63 položiek, ktoré tvoria 9 škál a 3 indexy:

- *Index regulácie správania (BRI)*: Inhibícia, Sebamonitorovanie;
- *Index emočnej regulácie (ERI)*: Presúvanie pozornosti, Emočná kontrola;
- *Index kognitívnej kontroly (CRI)*: Iniciácia, Pracovná pamäť, Plánovanie a organizovanie, Organizácia pomôcok, Monitorovanie činnosti.

Čím vyššie skóre, tým výraznejšie ťažkosti v EF. Vnútorná konzistencia indexov bola veľmi dobrá ($\alpha = 0,89 - 0,94$).

Zber a spracovanie dát

Protokol projektu bol schválený Etickou komisiou Filozofickej fakulty Univerzity Komenského (č. rozhodnutia EK6/2021). Údaje boli zbierané pomocou elektronického nástroja REDCap, ktorý prevádzkuje Univerzita Komenského v Bratislave (Harris et al., 2019) od februára 2022 do septembra 2024 ako súčasť širšieho výskumného projektu zameraného na sebareguláciu. Účastníci boli do štúdie získavaní prostredníctvom príležitostného výberu s využitím rôznych náborových stratégií - zverejňovaním informačných letákov na web stránkach katedry a sociálnych sieťach pracoviska i výskumníčov, ako aj priame oslovenie potenciálnych účastníkov, t.j. rodičov detí cez záujmové skupiny a školy.

Na spracovanie dát sme použili program Jasp 0.16.4 a Excel 365. Celkovo sme získali 135 kompletne vyplnených hodnotení. Vzhľadom na to, že TMCQ umožňuje možnosť odpovede N/A (u jednotlivých participantov výskyt v rozmedzí 0 – 52%), čo by mohlo ovplyvniť validitu získaných dát, stanovili sme hranicu pre prijateľný výskyt N/A na 5%. Dotazníky, v ktorých bol počet N/A odpovedí vyšší ($N = 30$; 22%) sme vyradili z ďalších analýz. V analyzovaných dátach tak zostalo v priemere 1,7% N/A odpovedí.

Dáta sme spracovali na úrovni hrubého skóre faktorov II. rádu TMCQ a indexov BRIEF2. V oboch prípadoch sme použili priemerné škálové skóre. Na overenie vnútornej konzistencie sme použili koeficient Cronbachovej alfy (α). Vzhľadom na nízku úroveň α faktorov *SU* a *SOC* boli vylúčené z ďalších analýz. Deskripciu dát sme realizovali pomocou centrálnych hodnôt. Normalitu rozloženia dát sme overili cez Shapiro-Wilk test. Na vyjadrenie miery vzťahov medzi premennými sme použili Pearsonov korelačný koeficient a exploračnú faktorovú analýzu (EFA).

VÝSLEDKY

Deskriptívnu štatistiku indexov BRIEF2 a TMCQ uvádzame v tabuľke 1 spolu s overením normality rozloženia dát. Podľa predpokladu, indexy BRIEF2 nemali normálne rozloženie a rozloženie dát vykazovalo šikmosť smerom k nižšiemu výskytu exekutívnych ťažkostí. Faktory TMCQ mali normálne rozloženie.

Tabuľka 1. Deskripcia indexov BRIEF2 a faktorov TMCQ

	Mdn	M	SD	Min	Max	Shapiro-Wilk test	p
<i>BRIEF2</i>							
Index regulácie správania	1.58	1.69	0.50	1.00	2.92	0.93	< .001
Index regulácie emócií	1.63	1.68	0.46	1.00	2.75	0.96	0.003
Index kognitívnej regulácie	1.59	1.68	0.43	1.00	2.69	0.95	0.001
<i>TMCQ</i>							
Vôľou podmienená kontrola	3.38	3.39	0.54	1.99	4.80	0.99	0.973
Negatívny afekt	2.74	2.68	0.57	1.30	4.25	0.99	0.638

Poznámka. N = 105; BRIEF2 - Škála hodnotenia exekutívnych funkcií, druhé vydanie; TMCQ - The Temperament in Middle Childhood Questionnaire; Mdn - medián, M – priemer, SD - štandardná odchýlka, Min – minimum, Max – maximum, p - hladina významnosti.

V tabuľke 2 uvádzame Pearsonove korelačné vzťahy medzi indexami BRIEF2 a faktormi TMCQ, ktoré sú na stredne silnej až silnej úrovni.

Tabuľka 2. Korelačná matica BRIEF2 a TMCQ

TMCQ	BRIEF2					
	Index regulácie správania		Index regulácie emócií		Index kognitívnej regulácie	
	r	95% CI	r	95% CI	r	95% CI
Vôľou podmienená kontrola	-0.76	[-0.83, -0.66]	-0.54	[-0.66, -0.39]	-0.73	[-0.81, -0.63]
Negatívny afekt	0.59	[0.45, 0.70]	0.75	[0.66, 0.83]	0.58	[0.44, 0.70]

Poznámka. BRIEF2 - Škála hodnotenia exekutívnych funkcií, druhé vydanie; TMCQ - The Temperament in Middle Childhood Questionnaire; r – Pearsonov korelačný koeficient; CI – interval spoľahlivosti. Všetky koeficienty sú na hladine významnosti $p < .001$

EFA bola realizovaná s tromi indexami BRIEF2 a dvoma faktormi TMCQ. EFA bola realizovaná šikmou rotáciou (Oblimin), metódu odhadu sme použili faktoring hlavných osí vzhľadom na nerovnomerné rozloženie dát BRIEF2. Predpoklady pre realizáciu EFA sme overili pomocou Kaiser-Meyer-Olkinovej miery ($KMO = 0,78$), kde všetky položky boli $> 0,7$. Bartletov test sphericity $\chi^2(10) = 370,86$; $p < ,001$ potvrdil dostatočné korelácie medzi položkami. Počet faktorov bol na základe paralelnej analýzy odhadnutý na dva a objasňoval 79% variancie. Vzhľadom na veľkosť vzorky sme zahrnuli položky s faktorovým nábojom

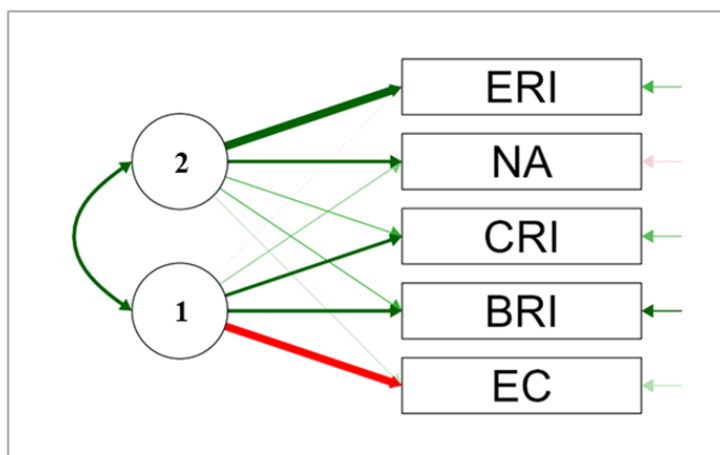
vyšším ako 0,4. V tabuľke 3 uvádzame charakteristiky faktorov. Korelácia medzi faktormi bola silná (0,63). Obrázok 1 znázorňuje dva samostatné faktory. Faktor 1 je sýtený *EC* (TMCQ), ktorá je v negatívnom vzťahu k tomuto faktoru a *BRI* a *CRI* (BRIEF2), ktoré majú k nemu pozitívny vzťah a predstavujú stúpajúce exekutívne ťažkosti. Faktor 2 je sýtený *NA* (TMCQ) a *ERI* (BRIEF2), pričom obe majú k faktoru pozitívny vzťah.

Tabuľka 3. Zhrnutie EFA s oblou rotáciou

	Faktor		Jedinečnosť
	1	2	
Vôľou podmienená kontrola (TMCQ)	-0.99		0.12
Index regulácie správania (BRIEF2)	0.63		0.25
Index kognitívnej regulácie (BRIEF2)	0.61		0.29
Negatívny afekt (TMCQ)		0.60	0.45
Index regulácie emócií (BRIEF2)		1.05	-0.07
Vlastná hodnota faktora	2.05	1.91	
Variancia (%)	41	38	Σ 79

Poznámka. BRIEF2 - Škála hodnotenia exekutívnych funkcií, druhé vydanie; TMCQ - The Temperament in Middle Childhood Questionnaire

Obrázok 1. Dvojfaktorové riešenie EFA pre TMCQ a BRIEF2



Poznámka. BRIEF2: BRI – Index regulácie správania, ERI – Index regulácie emócií, CRI – index kognitívnej regulácie; TMCQ: EC – Vôľou podmienená kontrola, NA – Negatívny afekt; červená – negatívny náboj, zelená – pozitívny náboj.

DISKUSIA A ZÁVER

Cieľom štúdie bolo zmapovať prienik medzi Rothbartovej modelom temperamentu a exekutívnymi deficitmi u typicky vyvíjajúcich sa detí mladšieho školského veku. Vzhľadom na nízku reliabilitu faktorov *SU* aj *SOC* sme nemohli zahrnúť do analýzy celý model temperamentu. Na základe korelačných vzťahov, ktoré sa nám ukázali na stredne silnej až silnej

úrovni medzi všetkými indexami BRIEF2 a faktormi TMCQ, môžeme podporiť predpoklad asociácie medzi temperamentom a EF. Podobne silné vzťahy boli identifikované medzi EC a EF aj v iných štúdiách (Tiego et al., 2019) ak využívali hodnotenie posudzovacími škálami. Pri performančnom hodnotení majú vzťahy nižšie asociácie (Kim-Spoon et al., 2018).

Pomocou EFA sme identifikovali dva samostatné faktory, ktoré však navzájom silne korelujú. *Faktor 1* predstavuje schopnosť dieťaťa regulovať kognitívne procesy a správanie. Zahŕňa temperamentovú zložku EC, ktorá súvisí so schopnosťou regulovať pozornosť, správanie i emócie a zahŕňa schopnosť čakať na odmenu, plánovať či riadiť impulzívne správanie (Rothbart, 2007), *BRI*, ktorý odráža ťažkosti monitorovať svoje správanie a ťažkosti s inhibíciou impulzov a *CRI*, ktorý predstavuje ťažkosti s pracovnou pamäťou, plánovaním a organizovaním či začatím a monitorovaním svojej činnosti (Gioia et al., 2015). Významnú úlohu v prekryve týchto konštruktov zohráva najmä inhibičná kontrola a zameranie pozornosti (Kim-Spoon et al., 2018; Zhou et al., 2012), ale aj zdieľané genetické faktory (Rea-Sandin et al., 2023).

Faktor 2 sa vzťahuje na emočné prežívanie a jeho reguláciu. Zahŕňa temperamentovú zložku NA, ktorá zachytáva silné a časté prežívanie negatívnych emócií, ako sú strach, smútok, hnev alebo frustrácia a tendencie k podráždenosti, úzkostnosti, emočnej nestabilite či intenzívnej reakcie na stres (Gramszlo & Woodruff-Borden, 2015) a *ERI*, ktorý hodnotí, do akej miery je dieťa schopné zvládať emócie primerane situácii, flexibilne meniť svoje zameranie pozornosti, myslenie alebo správanie pri prechode medzi rôznymi úlohami alebo kontextami (Gioia et al., 2015). Autori BRIEF2 poukazujú na fakt, že ťažkosti s emočnou reguláciou majú negatívny dopad aj na kognitívnu reguláciu, kde napríklad pri výrazne zvýšenej úzkosti dochádza k oslabeniam aj v pracovnej pamäti či schopnosti efektívne plánovať a organizovať svoju činnosť. To môže objasňovať aj silný vzťah medzi identifikovanými faktormi.

Naše výsledky podporujú predpoklad konštruktivej blízkosti temperamentových faktorov a EF ako dôležitých zložiek sebaregulácie detí. Spolu tvoria 2 latentné konštrukty, kde jeden sa zameriava na kognitívnu a behaviorálnu reguláciu a druhý na zvládanie emočného prežívania a schopnosť prispôbiť sa zmene.

Praktické implikácie týchto zistení sú viaceré. V psychologickej praxi by bolo vhodné integrovať poznatky o temperamente a EF do diagnostiky aj intervencií, čím by sa zlepšila efektívnosť posúdenia a riešenia emocionálnych aj behaviorálnych ťažkostí. Napr. deti s vysokou NA môžu mať ťažkosti s emočnou reguláciou, čo ovplyvňuje ich kognitívne funkcie a podaný výkon. Pri posudzovaní EF sa však odporúča používať kombinované metódy, zahŕňajúce ratingové aj performančné hodnotenia, aby sa získal komplexný obraz o fungovaní dieťaťa (Gioia et al., 2015).

Z hľadiska preventívnej a intervenčnej praxe je potrebné využívať a rozvíjať programy, ktoré sa zameriavajú na rozvoj sebaregulácie, vrátane emocionálnej a kognitívnej regulácie, rozvoj efektívnych stratégií na zlepšenie týchto funkcií už v predškolskom a mladšom školskom veku (Demkaninová et al., 2023, Nigg et al., 2017). Škola, učitelia a školskí psychológovia zohrávajú v tomto smere významnú rolu, jednak pri identifikácii detí s rizikovými charakteristikami/ťažkosťami či implementácii intervencií v školskom prostredí, ako aj zabezpečení individualizovaného prístupu vo vzdelávaní. Podpora rozvoja sebaregulácie a EF u detí môže prispieť k prevencii duševných porúch a zlepšeniu ich celkového fungovania.

Naša štúdia má niekoľko limitov. Viaceré štúdie poukazujú na problematické psychometrické parametre TMCQ, jeho nadbytočné položky, ale aj problematickú faktorovú štruktúru (Kotelnikova et al., 2016; Lipska et al., 2022). Slabá vnútorná konzistencia 2 faktorov v našom súbore podporuje potrebu ďalších psychometrických analýz. Naš prístup k N/A odpovediam

tiež prináša riziká skreslenia. Nevedeli sme odlišiť respondentov, ktorých dáta neboli validné od tých, ktorí používali N/A odpovede primerane vzhľadom na výskyt potenciálne problematických položiek, ktoré sa ukazujú aj v zahraničných prácach. Dáta boli získané len od rodičov, čo môže nadhodnotiť naše výsledky. V budúcnosti by bolo potrebné vykonať ďalšie psychometrické analýzy TMCQ, ako aj doplniť naše merania o dáta z performačných úloh, kde predpokladáme odlišné výsledky vzťahov.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Baggetta, P. & Alexander, P.A. (2016). Conceptualization and Operationalization of Executive Function. *Mind, Brain, and Education*, 10 (1), 10-33.
<https://doi.org/10.1111/mbe.12100>.
- Bridgett, D.J., Oddi, K.B., Laake, L.M., Murdock, K.W. & Bachmann, M.N. (2013). Integrating and Differentiating Aspects of Self-Regulation: Effortful Control, Executive Functioning, and Links to Negative Affectivity. *Emotion*, 13(1), 47-63.
<https://doi.org/10.1037/a0029536>
- Demkaninová, D., Hapčová, M. & Turoňová D. (2022). Vzťah exekutívnych funkcií a (mal)adaptívneho správania u detí. *Sociálne procesy a osobnosť 2022 : zborník príspevkov 23. ročníka medzinárodnej vedeckej konferencie*. 92-99.
- Diamond, A. (2013). Executive Functions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135-168.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Drechsler, R., Zulauf Logoz, M., Walitza, S. & Steinhausen, H.C. (2018). The Relations Between Temperament, Character, and Executive Functions in Children With ADHD and Clinical Controls. *Journal of Attention Disorders*, 22(8), 764-775.
<https://doi.org/10.1177/1087054715583356>
- Gioia, G.A., Isquith, P.K., Guy, S.C. & Kenworthy, L. (2015). *BRIEF-2: Behavior Rating Inventory of Executive Function, Second Edition*. PAR.
- Gramszlo, C. & Woodruff-Borden, J. (2015). Emotional reactivity and executive control: A pathway of risk for the development of childhood worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 35, 35-41. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.07.005>
- Hapčová, M., Demkaninová, D. & Turoňová, D. (2024). *BRIEF2: Škála hodnotenia exekutívnych funkcií, druhé vydanie*. Hogrefe-Testcentrum.
- Harris, P.A., Taylor, R., Minor, B.L., Elliott, V., Fernandez, M., O'Neal, L., McLeod, L., Delacqua, G., Delacqua, F., Kirby, J., Duda, S.N. & REDCap Consortium (2019). The REDCap consortium: Building an international community of software partners. *Journal of Biomedical Informatics*, 95. <https://doi.org/10.1016/j.jbi.2019.103208>.
- Kim-Spoon, J., Deater-Deckard, K., Calkins, S.D., King-Casas, B. & Bell, M.A. (2019). Commonality between executive functioning and effortful control related to adjustment. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 60, 47-55.
- Kotelnikova, Y., Olino, T. M., Klein, D. N., Mackrell, S.V.M., & Hayden, E.P. (2017). Higher and Lower Order Factor Analyses of the Temperament in Middle Childhood Questionnaire. *Assessment*, 24(8), 1050-1061.
<https://doi.org/10.1177/1073191116639376>

- Lipska, A., Rogoza, R., Dębska, E., Ponikiewska, K., Putnam, S. & Ciecuch, J. (2021). The structure of child temperament as measured by the Polish versions of the Children's Behavior Questionnaire and the Temperament in Middle Childhood Questionnaire: Insight from the network psychometrics approach. *Current Issues in Personality Psychology*. <https://doi.org/10.5114/cipp.2021.108826>.
- Menghini, D., Armando, M., Calcagni, M., Napolitano, C., Pasqualetti, P., Sergeant, J.A., Pani, P. & Vicari, S. (2018). The influence of Generalized Anxiety Disorder on Executive Functions in children with ADHD. *European Archives Psychiatry and Clinical Neuroscience* 268, 349-357. <https://doi.org/10.1007/s00406-017-0831-9>
- Nigg, J.T. (2017). Annual Research Review: On the relations among self-regulation, self-control, executive functioning, effortful control, cognitive control, impulsivity, risk-taking, and inhibition for developmental psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 58, 361-383. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12675>.
- Nystrom, B., & Bengtsson, H. (2017). A psychometric evaluation of the Temperament in Middle Childhood Questionnaire (TMCQ) in a Swedish sample. *Scandinavian Journal of Psychology*, 58(6), 477–484. <https://doi.org/10.1111/sjop.12393>.
- Rea-Sandin, G., Clifford, S., Doane, L.D., Davis, M.C., Grimm, K.J., Russell, M.T., & Lemery-Chalfant, K. (2023). Genetic and environmental links between executive functioning and effortful control in middle childhood. *Journal of Experimental Psychology: General*, 152(3), 780-793. <https://doi.org/10.1037/xge0001298>.
- Rothbart, M. K. (2011). *Becoming who we are: Temperament and personality in development*. The Guilford Press.
- Rothbart, M. K. (2007). Temperament, Development, and Personality. *Current Directions in Psychological Science*, 16(4), 207-212. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00505.x>.
- Simonds, J., Kieras, J. E., Rueda, M. R., & Rothbart, M. K. (2007). Effortful control, executive attention, and emotional regulation in 7–10-year-old children. *Cognitive Development*, 22(4), 474-488. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2007.08.009>.
- Simonds, J., & Rothbart, M. K. (2004). The Temperament in Middle Childhood Questionnaire (TMCQ): A Computerized Self-Report Instrument for Ages 7-10. Poster Session Presented at the Occasional Temperament Conference, Athens, GA
- Tiego, J., Bellgrove, M. A., Whittle, S., Pantelis, C., & Testa, R. (2020). Common mechanisms of executive attention underlie executive function and effortful control in children. *Developmental science*, 23(3), 1-25. <https://doi.org/10.1111/desc.12918>.
- Ursache, A., Blair, C., Stifter, C., Voegtline, K., & The Family Life Project Investigators. (2013). Emotional reactivity and regulation in infancy interact to predict executive functioning in early childhood. *Developmental Psychology*, 49(1), 127–137. <https://doi.org/10.1037/a0027728>.
- Zhou, Q., Chen, S.H., & Main, A. (2012). Commonalities and Differences in the Research on Children's Effortful Control and Executive Function: A Call for an Integrated Model of Self-Regulation: Effortful Control and Executive Function. *Child Development Perspectives*, 6(2), 112-121. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2011.00176.x>.

VZŤAHY MEDZI STRATÉGIAMI EMOCIONÁLNEJ REGULÁCIE A STRATÉGIAMI ZVLÁDANIA

RELATIONSHIPS BETWEEN EMOTION REGULATION STRATEGIES AND COPING STRATEGIES

Miroslava Galasová & Zuzana Heinzová

Department of Psychology, Faculty of Education, Matej Bel University in Banská Bystrica

E-mail: miroslava.galasova@umb.sk

ABSTRACT

Emotion regulation and stress coping are similar yet distinct concepts (Gross, 2009). Emotion regulation primarily focuses on managing present emotions, while coping encompasses broader strategies targeting stress management. In the cross-sectional study, we examined relationships between cognitive emotion regulation strategies (CERS) (CERQ, Garnefski et al., 2001) and coping strategies (SVF 78, Janke & Erdmann, 2003) in a Slovak sample ($N = 97$; $M_{age} = 38,3$; $SD_{age} = 10,9$). Overall, adaptive CERS positively correlated with nearly all positive coping strategies, except guilt denial, substitutional satisfaction, and need for social support, and negatively correlated with self-blame and resignation. Less adaptive CERS, in general, did not correlate with positive coping strategies but positively correlated with all negative coping strategies. Linear regression results suggested that both adaptive and less adaptive CERS significantly predicted negative coping strategies, while adaptive ER strategies also significantly predicted positive coping strategies. Our findings indicate a potential for increasing coping effectiveness in challenging situations through adaptive CERS.

Keywords

Emotion Regulation; Coping Strategies; SVF-78; Cognitive Emotion Regulation Strategies; CERQ

ABSTRAKT

Regulácia emócií a zvládanie záťažových situácií sú veľmi podobné, no zároveň odlišné koncepty (Gross, 2009). Emocionálna regulácia (ER) sa primárne zameriava na manažovanie prítomných emócií, zatiaľ čo zvládanie zahŕňa širšie stratégie, ktoré sa zameriavajú najmä na zvládanie stresu. V prierezovej štúdii sme skúmali vzťahy medzi kognitívnymi stratégiami (KS) ER (CERQ, Garnefski et al., 2001) a stratégiami zvládania (SVF 78, Janke & Erdmann, 2003) na slovenskej vzorke ($N = 97$; $M_{vek} = 38,3$; $SD_{vek} = 10,9$). Adaptívne KSER v globále pozitívne korelovali s takmer všetkými pozitívnymi stratégiami zvládania okrem odmietania viny, náhradného uspokojenia a potrebou sociálnej podpory a negatívne korelovali so

sebaobviňovaním a rezignáciou. Menej adaptívne KSER v globále nekorelovali s pozitívnymi, ale pozitívne korelovali so všetkými negatívnymi stratégiami zvládania. Výsledky lineárnej regresie naznačili, že v globále adaptívne aj menej adaptívne KSER významne predikovali negatívne stratégie zvládania. Adaptívne KSER tiež významne predikovali pozitívne stratégie zvládania. Zistenia našej štúdie naznačujú možnosti zvyšovania efektivity pri zvládaní náročných situácií prostredníctvom adaptívnych KSER.

Kľúčové slová

emocionálna regulácia; stratégie zvládania; SVF-78, kognitívne stratégie emocionálnej regulácie; CERQ

Grantová podpora

The research was supported by the grant VEGA 1/0569/22 - Emotional Flexibility - Emotion Regulation Strategies in Changing Conditions as Mental Health Protective Factors.

Acknowledgment

We thank Bc. Jana Del Moral Tomeková for help with data collection.

INTRODUCTION

Emotion regulation and stress coping are similar yet distinct concepts (Gross, 2009). Emotion regulation encompasses complex processes that cover how people perceive, express, and manage emotions. Gross (2009) also emphasizes that emotion regulation involves not only psychological but also physiological responses (e.g., changes in pulse or breathing). This perspective separates cognitive strategies from behavioral responses, such as seeking social support or other visible expressions of emotion regulation.

In line with this differentiation, Garnefski et al. (2001) developed a more specific theory of emotion regulation focused on cognitive emotion regulation strategies (CERS). CERS refer to the thought processes individuals use to manage negative emotions after challenging events. These strategies involve deliberate thoughts that help reduce the intensity and duration of emotions and prevent individuals from becoming overwhelmed. Cognitive emotion regulation operates on both conscious and unconscious levels, including actions like reappraising events or refocusing attention (Garnefski et al., 2001).

While emotion regulation, in general, primarily focuses on managing present and various emotions, coping encompasses broader strategies targeting stress management (Trudel-Fitzgerald et al., 2023). Yet, the concept of stress coping introduced by Lazarus and Folkman (1984) provides another framework for understanding cognitive strategies in emotion regulation. Coping, in their view, is defined as a set of cognitive *and behavioral* efforts an individual makes to respond to stressful situations that are perceived as threatening. Therefore, coping includes both cognitive and behavioral aspects.

In line with the presented theory, Janke and Erdmann (2003) later developed the SVF (Stress Verarbeitungs Fragebogen) -78 Questionnaire, which categorizes 13 coping strategies into positive (downplaying, guilt denial, diversion, substitutional satisfaction, situation control, reaction control and positive self-instruction), negative (flight tendency, rumination,

resignation, and self-blame), and two uncategorized and less used strategies (need for social support, active avoidance). The concept of stress coping by Janke and Erdmann (2003) focuses on reducing or ending a stressful situation through psychological processes, allowing individuals to regain a state of psychosomatic balance.

Despite theoretical differences in the concepts of stress-coping and cognitive emotion regulation strategies, they both share various similarities (Trudel-Fitzgerald et al., 2023). However, up-to-date research on this topic is rather scarce. As a result, the goal of the current study is to explore the relationships among aggregated adaptive and less adaptive CERS and stress-coping strategies in the Slovak sample. Due to the mentioned similarities, we expect that adaptive CERS will mainly positively correlate with positive stress-coping strategies and less adaptive CERS will positively correlate with negative stress-coping strategies. Findings of the current study contribute to the development of more effective methods in psychotherapy and counseling, where the goal is to strengthen positive adaptive mechanisms and reduce the psychological burden from prolonged stress.

METHODS

Participants

Data collection was conducted in April 2023. We collected data from 97 adult participants (54.6% women) using convenience and snowball sampling methods. The inclusion criteria required participants to be at least 18 years old. The age ranged from 19 to 63 years, with the average age being 38.3 years ($SD = 10.9$). Data were collected through a mix of in-person and online questionnaire administration to achieve a gender-balanced sample.

Design and Procedure

We opted for a cross-sectional study with a correlational design. The collected data were part of a larger study covering a broader spectrum of emotion regulation. For the purposes of this study, we focused specifically on the relationships between cognitive emotion regulation strategies and stress-coping strategies. Participants were informed about the terms and conditions of the research through an informed consent form at the beginning of the questionnaire. Data collection was anonymous and voluntary, and participants could withdraw at any time.

Materials

Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) was developed by Garnefski et al. (2001) and consists of nine subscales, each containing four items that assess various cognitive emotion regulation strategies. These strategies include positive refocusing, refocus on planning, positive reappraisal, putting into perspective, acceptance, self-blame, rumination, catastrophizing, and blaming others. Participants are instructed to respond on a 5-point Likert-type scale from almost never (1) to almost always (5). The final score for each subscale is calculated separately by summing the individual responses with a minimum of four points and a maximum of 20 points. A higher score in all cases indicates more frequent use of the corresponding cognitive strategy for emotion regulation.

For the purpose of the current study, we worked only with aggregated adaptive and less adaptive strategies (e.g., Domaradzka & Fajkowska, 2018; Pálfi et al., 2024). Adaptive strategies contain

positive refocusing ($\alpha = 0.90$), refocus on planning ($\alpha = 0.90$), positive reappraisal ($\alpha = 0.87$), putting into perspective ($\alpha = 0.90$), and acceptance ($\alpha = 0.55$). However, we excluded the acceptance subscale from further analyses due to its low internal consistency. Less adaptive strategies are self-blame ($\alpha = 0.67$), rumination ($\alpha = 0.70$), catastrophizing ($\alpha = 0.90$), and blaming others ($\alpha = 0.78$). For both, the aggregated score is calculated by summing scores from all related subscales. The internal consistency of the aggregated subscales was satisfactory (Table 1).

Stress Coping Style Questionnaire (Stressverarbeitungsfragebogen-78; SVF-78) developed by Janke and Erdmann (2003) is a shortened version of SVF-120 (Janke & Erdmann, 1997). The questionnaire contains 78 items evenly distributed into 13 subscales – downplaying, guilt denial, diversion, substitutional satisfaction, situation control, reaction control, positive self-instruction, need for social support, active avoidance, flight tendency, rumination, resignation, and self-blame. Participants can respond on a five-point Likert-type scale (0 = not at all – 4 = very likely). The subscale score is the sum of all related items (6). The coping styles can also be divided into positive and negative (Table 1). Higher scores indicate higher use of the coping styles. The internal consistency of the used subscales measured by Cronbach's alpha is listed in Table 1.

Data analysis

We used MS Excel and the statistical software JAMOVI for data wrangling and further statistical analyses. First, we conducted basic descriptive analyses of the examined variables. Then, we continued with Spearman's correlations due to the non-normal distribution of the data and continued with general linear regression analyses.

RESULTS

Descriptive analysis showed that participants used the preferred adaptive CERS rather than the less adaptive CERS (Table 1). Of the stress-coping strategies, the most dominant was active avoidance, which does not belong to positive or negative stress-coping strategies. In the positive stress-coping, preferred strategies were situation control, reaction control, and positive self-instruction. Positive strategies of lower preference were substitutional satisfaction, downplaying, and guilt denial. The most preferred negative stress-coping strategy was the flight tendency, and the least preferred was resignation. Since most examined variables had non-normal distribution, we continued with Spearman's correlation analysis (Table 1).

Adaptive CERS had strong positive correlations with positive stress-coping strategies situation control, reaction control, positive self-instruction, and diversion. A moderate correlation was found with downplaying. We did not observe significant correlations between adaptive CERS, guilt denial, and substitutional satisfaction. A significant strong positive correlation was found between active avoidance and adaptive CERS, but not with the need for social support. Finally, adaptive CERS had significant negative correlations with negative stress-coping strategies except for the flight tendency strategy.

Less adaptive CERS strategies had mostly negative but very weak and insignificant relationships with positive stress-coping strategies, the need for social support, and active avoidance. On the other hand, as expected, significant positive correlations were observed between less adaptive CERS and negative stress-coping strategies.

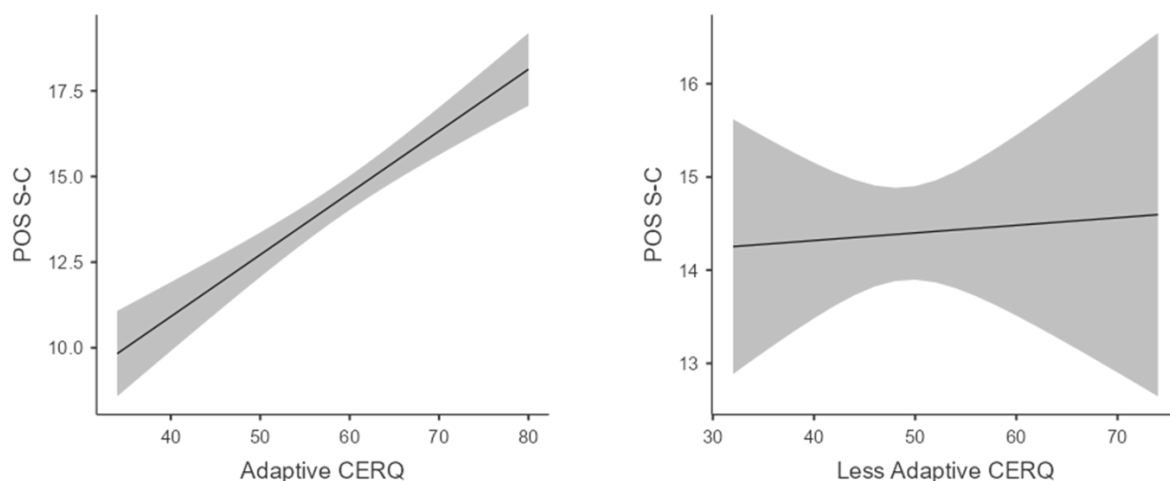
Table 1. Descriptive statistics and correlations for CERS and stress-coping strategies

	Variable	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Mdn</i>	<i>C</i> 's α	Adaptive CERS	Less adaptive CERS
<i>CERS</i>	Adaptive	59.3	11	58	.93	-	-
	Less adaptive	48.9	6.63	48	.69	-.09	-
<i>Positive stress-coping strategies</i>	Downplaying	12.9	4.46	13	.88	.34**	-.15
	Guilt denial	13.1	3.1	13	.67	.14	.05
	Diversion	14.2	4	14	.79	.55**	-.14
	Substitutional satisfaction	12.8	4.72	13	.84	.05	-.04
	Situation control	16.4	4.92	15	.90	.73**	-.08
	Reaction control	16.2	4.7	15	.85	.68**	-.11
	Positive self-instruction	15.2	3.69	15	.62	.56**	-.09
	Need for social support	15.3	4.16	15	.86	.11	.15
<i>Negative stress-coping strategies</i>	Active avoidance	17.2	4.95	17	.91	.73**	.00
	Flight tendency	13.5	4.18	13	.79	-.06	.37**
	Rumination	12.6	5.54	13	.93	-.21*	.46**
	Resignation	11	5.81	12	.91	-.50**	.50**
	Self-blame	11.8	4.54	13	.83	-.36**	.58**

Note. * $p < .05$, ** $p < .001$, *C*'s α = Cronbach's alpha

In the last step, we looked at the predictive power of adaptive and less adaptive CERS strategies in global positive and global negative stress-coping strategies. The first model in which we used adaptive and less adaptive CERS to predict positive stress-coping strategies was significant ($F(2,96) = 31.3$; $p < .001$; $R^2 = .40$). Adaptive CERS ($b = 0.18$; $t = 7.91$; $p < .001$) but not less adaptive CERS ($b = 0.01$; $t = 0.22$; $p = .83$) predicted positive stress-coping strategies (Figure 1). The model explained 40% of the variance in positive stress-coping strategies.

Figure 1. Adaptive and less adaptive CERS in predicting positive stress-coping strategies

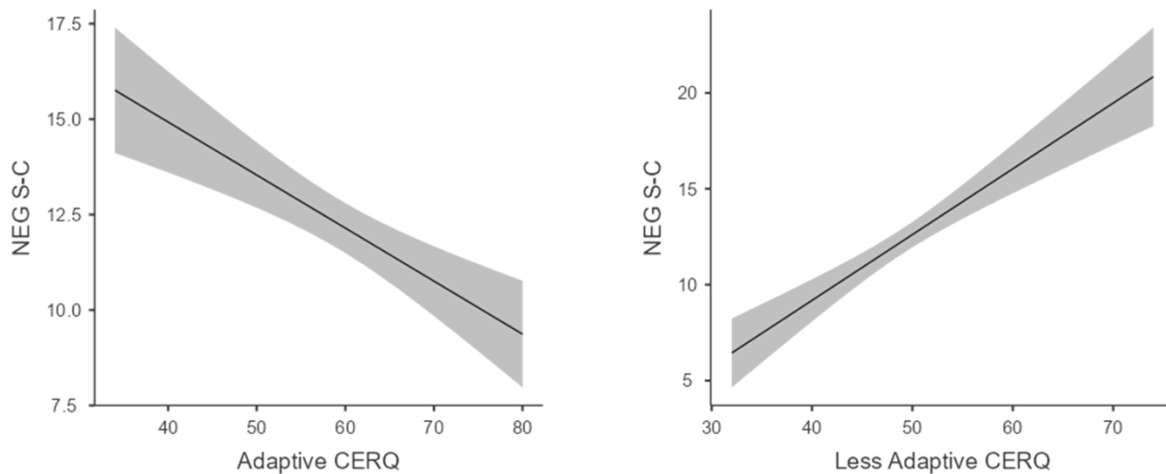


Note. POS S-C = positive stress-coping strategies, grey area = 95% confidence intervals, Adaptive CERQ = aggregated adaptive CERS, Less Adaptive CERQ = less adaptive CERS, $N = 97$.

We also used adaptive and less adaptive CERS to predict negative stress-coping strategies. The model was significant and explained 43.1% of the variance in negative stress-coping ($F(2,96)$)

= 31.3; $p < .001$; $R^2 = .431$). In this case, both adaptive ($b = -0.14$; $t = -4.63$; $p < .001$) and less adaptive ($b = 0.34$; $t = 6.88$; $p < .001$) CERS were significant predictors of negative stress-coping strategies.

Figure 2. Adaptive and less adaptive CERS in predicting negative stress-coping strategies



Note. NEG S-C = negative stress-coping strategies, grey area = 95% confidence intervals, Adaptive CERQ = aggregated adaptive CERS, Less Adaptive CERQ = less adaptive CERS, $N = 97$.

DISCUSSION

Previous research indicates that improving emotional regulation (i.e., frequent use of adaptive CERS and lower use of less adaptive CERS) relates to better mental health and more effective stress management (Aldao et al., 2010; Garnefski et al., 2001). On the other hand, according to the mentioned authors, higher use of less adaptive CERS relates to higher levels of stress and incidence of psychopathology.

Our results converged with the previous findings and showed that adaptive CERS positively correlated with most positive stress-coping strategies. Situation control, reaction control, and positive self-instruction, which share moderately strong to strong positive correlations with adaptive CERS, are typical for a goal-oriented and proactive mindset toward stress. Moreover, these strategies focus on enhancing personal control and cognitive reframing, which is linked to better psychological outcomes and resilience under stress (Compass et al., 2001). However, adaptive CERS also had a strong correlation with active avoidance, which is considered a passive strategy, and its goal is to minimize the impact of a stressor.

Next, we observed that adaptive CERS negatively correlated with negative stress-coping strategies - resignation, rumination, and self-blame. Less adaptive CERS did not have significant relationships with positive stress-coping strategies, but had significant positive correlations with negative stress-coping strategies. Furthermore, the predictive role of adaptive and less adaptive strategies in stress-coping was supported by linear regression. Adaptive CERS were a significant predictor of positive and negative stress-coping strategies. Less adaptive strategies significantly predicted only negative stress-coping strategies that align with previous findings (e.g., Aldao et al., 2010; Garnefski & Kraaij, 2006). Less adaptive CERS are not very proactive and tend to increase the focus on negative emotions. Therefore, this could explain why they did not predict positive stress-coping strategies.

Finally, despite statistically significant results, our sample was not representative. Moreover, the *Stress Coping Style Questionnaire* seems to have various limitations in the theoretical background related to various inconsistencies. A subscale acceptance in *CERQ* is also rather ambiguous, which is confirmed by low internal consistency not only in our study (McKinnon et al., 2020). Therefore, further research should focus on reconsidering the items or reconceptualization of the subscales in both constructs – CERS and stress-coping strategies.

Conflicts of interest statement

The authors state that there is no conflict of interest.

Data availability

The data supporting the findings of this study are available from the authors upon request.

Ethics approval

Ethical review and approval were not required for the study on human participants in accordance with the local legislation and institutional requirements. All participants were informed about the terms, conditions, and procedures of the study in the Informed Consent at the beginning of the survey.

CRedit authorship contribution statement

Miroslava Galasová: Methodology, Validation, Formal analysis, Data Curation, Writing - Original Draft, Writing - Review & Editing, Visualization. **Zuzana Heinzová:** Conceptualization, Methodology, Validation, Investigation, Resources, Data Curation, Supervision, Project administration, Funding acquisition.

REFERENCES

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin, 127*(1), 87-127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>
- Domaradzka, E., & Fajkowska, M. (2018). Cognitive emotion regulation strategies in anxiety and depression understood as types of personality. *Frontiers in Psychology, 9*, 856. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00856>
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences, 30*(8), 1311–1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences, 40*(8), 1659–1669.
- Gross, J. J. (Ed.). (2009). *Handbook of emotion regulation (Paperback ed.)*. Guilford Press.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a Middle-Aged Community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*(3), 219. <https://doi.org/10.2307/2136617>

- McKinnon, A., Kuyken, W., Hayes, R., Werner-Seidler, A., Watson, P., Dalgleish, T., & Schweizer, S. (2020). The psychometric properties of the cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ) in a clinical sample of adults with recurrent depression. *Journal of Affective Disorders*, 276, 212–219. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.061>
- Janke, W., Erdmann, G. (1997). *Stressverarbeitungsfragebogen (SVF120) nach W. Janke, G. Erdmann, K.W. Kallus & W. Boucsein*. Göttingen: Hogrefe
- Janke, W. and Erdmann, G. (2003). *Stress-coping strategies - SVF 78* (manual). Testcentrum.
- Pálfi, K., Major, J., Horváth-Sarródi, A., Deák, A., Fehér, G., & Gács, B. (2024). Adaptive emotion regulation might prevent burnout in emergency healthcare professionals: An exploratory study. *BMC Public Health*, 24, 3136. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20547-0>
- Trudel-Fitzgerald, C., Boucher, G., Morin, C., Mondragon, P., Guimond, A.-J., Nishimi, K., Choi, K. W., & Denckla, C. (2023). Coping and emotion regulation: A conceptual and measurement scoping review. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/cap0000377>

PO STOPÁCH PRAKTÍK OTVORENEJ VEDY V PSYCHOLÓGII NA SLOVENSKU - VÝSKUMNÝ ZÁMER

TRACKING THE PRACTICES OF OPEN SCIENCE IN PSYCHOLOGY IN SLOVAKIA – STATEMENT OF INTENT

Denisa Fedáková^a & Lenka Vargová^b

^a Centrum spoločenských a psychologických vied SAV, v. v. i.; Spoločenskovedný ústav

^b Prešovská univerzita v Prešove, Pedagogická fakulta, Katedra predškolskej a elementárnej pedagogiky a psychológie

E-mail: dfedak@saske.sk

ABSTRAKT

Na zvýšenie reprodukovateľnosti a replikovateľnosti boli predstavené rôzne postupy zdôrazňujúce transparentnosť, ako dostupné dáta a analytický kód, otvorené peer-hodnotenie či predregistrácia. Praktiky otvorenej vedy sú kľúčové pre posilnenie dôveryhodnosti výskumu, no ich prijímanie je pomalé a naráža na prekážky na individuálnej aj systémovej úrovni. Cieľom tohto príspevku je priblížiť zámer pripravovaného výskumu zameraného na kvalitatívne preskúmanie bariér a facilitátorov transparentných a zodpovedných výskumných praktík v oblasti spoločenských vied (najmä v psychológii) na Slovensku, s prihliadnutím na rôzne skupiny zainteresovaných strán a špecifické výskumné a pracovné podmienky. Údaje sa budú zbierať prostredníctvom rozhovorov a/alebo fókusových skupín so študentmi a študentkami bakalárskeho, magisterského a doktorandského štúdia, výskumníkmi a výskumníčkami, vysokoškolskými pedagógmi a pedagogičkami, tvorcami a tvorkyňami politik a ľuďmi z médií. Na identifikáciu najbežnejších prekážok, facilitátorov a ďalších prítomných tém sa použije tematická analýza. V príspevku sú diskutované prínosy a limity tohto výskumného zámeru podaného ako registrovaná správa (Registered report).

Kľúčové slová

praktiky otvorenej vedy; spoločenské vedy; psychológia; výskumný zámer; kvalitatívna štúdia

ABSTRACT

Various practices emphasizing transparency, such as open data, open code, open peer review, or pre-registration, have been introduced to enhance research reproducibility and replicability. Open science practices are key for strengthening the credibility of research. However, their adoption is slow, facing individual and systemic obstacles. This paper aims to present the intended research focused on a qualitative exploration of barriers and facilitators to transparent

and responsible research practices in social sciences (particularly psychology) in Slovakia. This research will consider different stakeholder groups and specific research and working settings. Data will be collected through individual interviews and/or focus groups with students at the bachelor's, master's, and doctoral levels, as well as researchers, university teachers, policymakers, and media representatives. Thematic analysis will be used to identify common barriers and facilitators, and other relevant themes. The benefits and limitations of this research, submitted as a registered report, are also discussed.

Keywords

open science practices; social sciences; psychology; statement of intent; qualitative study

Grantová podpora

Príspevok bol podporený Agentúrou na podporu výskumu a vývoja SR na základe zmluvy č. APVV-22-0458

This work was supported by the Slovak Research and Development Agency under the Contract no. APVV-22-0458

ÚVOD

Otvorená veda predstavuje transparentné a dostupné poznanie, ktoré možno voľne zdieľať a rozvíjať prostredníctvom kolaboratívnej práce (Vicente-Saez & Martinez-Suentes, 2018). Otvorená veda je v podstate opakom toho, čo predstavuje “zatvorená” veda, ktorá sa vyznačuje napríklad tým, že: dáta, z ktorých sú vyvedené závery nie sú dostupné; metódy, postupy alebo protokoly, nie sú objasnené a ani sprístupnené; výsledky sú publikované v časopisoch, ku ktorým nemá prístup každý a poznanie je v podstate neprístupné komunitám, ktoré by z neho mali mať prospech (UNESCO, 2022). Princípy otvorenej vedy naopak zahŕňajú sprístupnenie materiálov, ako sú dáta, analytické kódy, protokoly, predregistráciu¹ alebo registrovanú správu² a otvorený prístup k vedeckým poznatkom (Banks et al., 2019). Tieto postupy podporujú väčšiu transparentnosť, reprodukovateľnosť a integritu vedeckého výskumu. V súčasnosti prebiehajú rôzne iniciatívy zamerané na implementáciu otvorenej vedy, napríklad prostredníctvom zdieľania anonymizovaných dát, analytických kódov, otvoreného peer-hodnotenia či formou predregistrácií. Napriek dôkazom o prínosoch týchto praktík otvorenej vedy (POV) pre transparentnosť, minimalizáciu pochybných výskumných praktík a zvýšenie kredibility poznania sa zdá, že existuje priepasť medzi vedeckým poznaním o výhodách otvorenej vedy a jej uplatňovaním v praxi (Aguinis et al., 2020).

Hardwicke et al. (2020) preskúmali 250 článkov publikovaných v spoločenských vedách (v rokoch 2014 - 2017) a zistili, že väčšina materiálov k výskumným zisteniam nebola dostupná (napr., 11 % z týchto publikácií malo sprístupnené materiály, dostupnosť protokolov bola 0%, 7 % malo sprístupnené dáta, 1 % ponúkalo prístup k analytickému kódu a žiadna

¹ (napr. registrácia štúdie, plánu výskumu alebo protokolu pred realizáciou výskumu alebo realizáciou zberu dát)

² (napr. recenzovaná registrácia štúdie, plánu výskumu alebo protokolu pred realizáciou výskumu alebo realizáciou zberu dát, s možnosťou vyjadrenia publikačnej akceptácie štúdie po jej dôslednej realizácii podľa schváleného protokolu)

štúdiá nebola predregistrovaná). Tieto údaje poukazujú na nízku mieru transparentnosti. Pre porovnanie, Wallach et al. (2018) v publikáciách z oblasti biomedicíny (104 článkov, v rokoch 2015 - 2017) zistili o niečo vyššiu mieru POV (18 % zdieľalo údaje, 1 % protokoly a 5 % sa týkalo replikácií). Gopalakrishna et al. (2022) v prieskume na vzorke 6813 respondentov zistili, že prevalencia zodpovedných výskumných praktík sa líšila naprieč disciplínami. V humanitných a umeleckých vedách boli najmenej zastúpené predregistrácie a publikácie s otvoreným prístupom, zatiaľ čo v sociálnych a behaviorálnych vedách boli nízko zastúpené FAIR³ zásady a zdieľanie dát, analytických kódov alebo materiálov.

Zdá sa, že povedomie o POV nie je dostatočné, pokrok v implementácii otvorenej vedy je pomalý a naráža na prekážky na individuálnej aj systémovej úrovni (Aguinis et al., 2020).

Bariéry a facilitátory praktík otvorenej vedy

Napriek vnímanej dôležitosti samotných princípov otvorenej vedy výskumníci poukazujú na rôzne prekážky pri uplatňovaní POV, ako napríklad nedostatok vedomostí, času, prostriedkov či prítomné obavy (El Amin et al., 2023). Bariérami môžu byť aj nízke povedomie či nedostatok inštitucionálnej podpory napríklad vo forme vzdelávania, zdrojov či prostriedkov (Zečević et al., 2021; Gownaris et al., 2022). Steinhardt et al. (2023) preto v súvislosti s bariérami poukazujú na individuálne aj systémové faktory, ako nedostatky v podobe podpory a taktiež na úrovni infraštruktúry.

V súvislosti s facilitátormi sú zdieľané dáta považované za globálneho facilitátora POV, keďže majú ohromný potenciál pre progresívnejšie bádanie a prepojenie výskumu naprieč vednými disciplínami (Zuiderwijk et al., 2024). Aktivity na podporu POV v spoločenských vedách nezostávajú nepovšimnuté a ozývajú sa hlasy, ktoré ich vyzdvihujú v porovnaní s inými vednými disciplínami (napr. epidemiológiou) (Mathur & Fox, 2023). Uplatňovanie POV môže byť tiež vnímané ako znak dôveryhodnosti výskumníka, ktorý v štúdiu Pownall et al. (2023) PhD študenti považovali za faktor zvyšujúci šance na zamestnanie a spoluprácu.

Čo sa týka situácie ohľadom otvorenej vedy na Slovensku Rajčáni et al. (2023) zistili, že výskumníci vnímali POV za dôležité, no zároveň uvádzali obavy týkajúce sa nedostatku poznatkov, informácií a taktiež napríklad, že pri zdieľaní dát, postupov či materiálov môže dôjsť k odhaleniu chýb, nedostatkov, k odcudzeniu myšlienky či dát. Hoci väčšina uviedla, že nemá skúsenosť s POV (napr., kým 63 % uviedlo, že pozná predregistráciu, len 14 % predregistrovalo štúdiu; 30% uviedlo, že má skúsenosť so zdieľaním dát; 6% uviedlo, že majú skúsenosť s meta-analýzou), 96% prejavilo záujem o vzdelávanie v oblasti POV.

Nedostatky v implementácii otvorenej vedy však nemožno pripisovať výlučne výskumníkom. Ako vyplýva zo správy Európskej komisie (2022), medzi vnímané bariéry patrí aj samotný prístup inštitúcií (napr. grantové agentúry, výskumné inštitúcie alebo redakcie časopisov), tlak na publikovanie a nedostatočné zohľadňovanie či uznanie POV (napr. tretina redaktorov časopisov nepovažuje registrované správy za dôležité a šestina neuprednostňuje zverejňovanie tzv. nulových výsledkov). Karhulati a Backe (2021) zistili, že redaktori v oblasti spoločenských a humanitných vied by skôr preferovali anonymné recenzné konanie pred otvoreným recenzným konaním. Výsledky prieskumu Európskej asociácie univerzít (European university association, 2021a) ukazujú že takmer polovica opýtaných inštitúcií v čase prieskumu nemala zavedené politiky pre POV, pričom na Slovensku približne 90% uviedlo, že nemá zavedenú

³ FAIR je skratka pre Findable, Accessible, Interoperable a Reusable. Princípy FAIR údajov/dát uvádzajú, že by malo byť možné nájsť výskumné údaje/dáta, mali by existovať informácie o tom, ako k nim získať prístup, mali by byť kompatibilné s inými údajmi a mali by byť opätovne použiteľné. [FAIR Principles - GO FAIR \(go-fair.org\)](https://www.go-fair.org/)

žiadnu formu inštitucionálnej podpory otvorenej vedy, hoci 78% uviedlo, že v súvislosti s tým plánujú zmeny (European university association, 2021b). Inštitúcie tiež uviedli obavy o dostupnosť zdrojov potrebných na implementáciu POV. Problémom môže byť aj otvorený prístup k publikáciám a vedeckému poznaniu. Brembs et al. (2023) uvádzajú, že výskumníci, ale aj inštitúcie často nemajú dostatočnú podporu a zdroje na publikovanie formou otvoreného prístupu. Recenzenti nedostávajú kompenzáciu za svoju prácu a v rámci procesu publikovania tak často ide o akýsi začarovaný kruh, v ktorom poznanie zostáva verejnosti ale aj odbornej obci mnohokrát nedostupné (Brembs et al., 2023).

Zdá sa, že na úspešnú implementáciu otvorenej vedy bude potrebná kombinácia prístupu zdola nahor a zhora nadol. To znamená, že vedci prijímajú a uplatňujú POV a inštitúcie zavádzajú vhodné a adekvátne politiky (Armeni et al., 2021). Výsledky projektov ako ORION (2021) naznačujú, že POV môžu byť implementované, keď sa stretnú aktivity výskumníkov spolu so zmenami politik na úrovni inštitúcií, časopisov či agentúr poskytujúcich zdroje na realizáciu výskumu. Aj napriek tomu, že uplatňovaniu princípov otvorenej vedy sa dostáva v posledných rokoch viac pozornosti, POV stále nie sú bežnou normou a ani povinnosťou. Politiky a uplatňovanie POV sa líšia naprieč disciplínami, krajinami a metodológiou, pričom viaceré faktory bránia jej plnému potenciálu (Branney et al., 2023; Pownall et al., 2023; UNESCO, 2023).

Implementácia POV si vyžaduje kolektívne úsilie zo strany výskumníkov aj inštitúcií (UNESCO, 2023). UNESCO (2022) vydalo odporúčania na podporu otvorenej vedy, pričom členské štáty boli vyzvané zamerať sa na viaceré oblasti, ako sú investovanie do infraštruktúry, odborné vzdelávanie a podpora spolupráce zainteresovaných strán (Slovenská rektorská konferencia). Slovensko prijalo Národnú stratégiu pre otvorenú vedu (2021 - 2028) s cieľom zvýšiť transparentnosť, reprodukovateľnosť a zosúladiť smerovanie vedy na Slovensku s odporúčaniami medzinárodných inštitúcií. Stratégia a kroky v rámci akčného plánu sa zameriavajú najmä na oblasti, ako sú otvorený prístup k publikáciám, posilnenie infraštruktúry, podpora nástrojov otvorených dát, systém financovania otvorenej vedy, vzdelávanie, podpora a hodnotenie otvoreného výskumu a vývoja a taktiež ochrana práv duševného vlastníctva. Od roku 2019 je na Slovensku v oblasti šírenia a aplikovania POV aktívne aj občianske združenie Spoločenstvo otvorenej vedy⁴ (Slovak Reproducibility Network), ktoré zároveň pôsobí v celosvetovej sieti Reproducibility Network.

Pripravovaný výskumný zámer

Implementácia otvorenej vedy zaostáva, aj napriek tomu, že je považovaná za dôležitú. Zdá sa, že pre budúce smerovanie vedy v kontexte implementácie POV bude dôležitú úlohu zohrávať spolupráca a kroky všetkých zainteresovaných strán - jednotlivých výskumníkov, ako aj inštitúcií či organizácií. Zahrnutie všetkých zainteresovaných strán bude preto kľúčové (European university association, 2021a). Keďže v procese implementácie sa môžu objavovať rôzne bariéry, nielen na strane výskumníkov, ale aj na strane inštitúcií, našim cieľom je kvalitatívnym skúmaním zmapovať vnímanie a skúsenosti v súvislosti s bariérami, ale aj s facilitátormi umožňujúcimi implementáciu POV na Slovensku, a to na individuálnej aj systémovej úrovni.

⁴ <https://www.slovakrn.org/>

METÓDA

Cieľ pripravovaného výskumného zámeru

Cieľom tohto príspevku je priblížiť zámer pripravovaného výskumu zameraného na kvalitatívne preskúvanie bariér a facilitátorov transparentných a zodpovedných výskumných praktík v oblasti spoločenských vied (najmä v psychológii) na Slovensku, s prihliadnutím na rôzne skupiny zainteresovaných strán a špecifické výskumné a pracovné podmienky.

V danom príspevku je cieľom kombinácia prístupu zhora-nadol a zdola-nahor, teda zameranie nielen na výskumných pracovníkov, od ktorých sa očakáva uplatňovanie POV, ale aj na rôzne inštitúcie, organizácie, tvorcov politik, študentov a zástupcov verejnosti. Veríme, že tento prístup nám umožní lepšie porozumieť prekážkam, ktoré môžu brániť implementácii otvorenej vedy na Slovensku a taktiež tomu, čo by mohlo tento proces podporiť.

Metóda pripravovaného výskumného zámeru

Za týmto účelom sme sa rozhodli pre použitie TRUST Donabedian model (Mayo-Wilson et al., 2021), adaptovaný z pôvodného Donabedian modelu zameraného na systém verejného zdravotníctva (Donabedian, in Milbank 2005) a modifikovaný pre účely našej štúdie. Tento adaptovaný model operacionalizuje princípy transparentnosti a otvorenej vedy prostredníctvom zamerania na opatrenia, postupy a prax. Opatreniami môžu byť napríklad politiky alebo pravidlá zavedené inštitúciami. Postupy môžu byť napríklad mechanizmy, ktorými sa organizácie usilujú o implementáciu opatrení. Prax, resp. praktiky môžu zahŕňať správanie jednotlivcov alebo organizácií v súvislosti s opatreniami. Tento model tak zachytáva štruktúru, proces a výsledky v systémoch, kde dochádza k procesu implementácie, napríklad nejakých zmien. Inými slovami umožní zachytiť a preskúmať vnímanie a skúsenosti ohľadom opatrení na podporu otvorenej vedy, mechanizmov, ktoré môžu implementáciu otvorenej vedy podporovať ale aj brzdiť a napokon správania organizácií, inštitúcií alebo jednotlivcov v súvislosti s uplatňovaním princípov otvorenej vedy.

Proces implementácie nejakej zmeny si vo všeobecnosti vyžaduje spoluprácu viacerých zložiek systému. Tento model nám umožní zamerať sa na všetky zainteresované strany a kombinovať tak prístup zhora-nadol a zdola-nahor. Okrem toho nám umožní nazrieť na pohľad týkajúci sa všetkých 3 úrovní zohrávajúcich úlohu v rámci procesu implementácie. Poskytne nám komplexnejší pohľad na individuálne faktory ale aj faktory na strane inštitúcií a taktiež na výzvy týkajúce sa budúcej spolupráce na úrovni štruktúry, procesu a výsledkov jednotlivcov a inštitúcií, resp. týkajúce sa potrebných opatrení, postupov a výziev praxe realizácie otvorenej vedy.

Údaje budú zbierané prostredníctvom individuálnych rozhovorov a/alebo fókusových skupín, a to so študentmi a študentkami bakalárskeho, magisterského a doktorandského štúdia, výskumníkmi a výskumníčkami, vysokoškolskými pedagógmi a pedagogičkami, tvorcami a tvorkyňami politik a ľuďmi z médií. Na identifikáciu najbežnejších prekážok a facilitátorov ako aj ďalších prítomných tém bude použitá tematická analýza. Za účelom kódovania bol vytvorený codebook reflektujúci zvolený TRUST Donabedian model.

ZÁVER

Cieľom tohto príspevku bolo predstaviť registrovanú správu a výskumné úsilie tímu v rámci projektu APVV-22-0458 zamerané aj na facilitovanie osvojovania si postupov otvorenej vedy.

Výsledky pripravovanej štúdie môžu pomôcť lepšie pochopiť faktory ovplyvňujúce implementáciu POV naprieč všetkými zainteresovanými stranami systému. V kontexte národnej stratégie otvorenej vedy môžu výsledky prispieť k lepšiemu porozumeniu súčasného stavu otvorenej vedy na Slovensku, ale aj výzvam, ktorým bude potrebné čeliť. Naším zámerom je predstaviť zistené vnímané bariéry a skúsenosti výskumníkov s POV. Zároveň nás zaujíma aj pohľad študentov, tvorcov politik a verejnosti, zastúpenej zástupcami médií. Výsledky štúdie môžu pomôcť lepšie pochopiť faktory, ktoré podporujú alebo uľahčujú prijatie otvorenej vedy, a tým prispieť k efektívnejšiemu uplatňovaniu POV. Takéto zameranie poskytne komplexnejší pohľad na implementáciu otvorenej vedy, keďže zohľadňuje rôzne zainteresované strany. Pre budúcnosť otvorenej vedy (nielen) na Slovensku považujeme za dôležité preskúmať túto problematiku zo širšej perspektívy, keďže proces implementácie vyžaduje spoluprácu všetkých strán.

Potenciálne limity zahŕňajú nižšiu ochotu účasti na výskume u ľudí s nižším povedomím ohľadom tejto problematiky a tým možnú absenciu ich pohľadu na bariéry a facilitátory POV v rámci zistení. Ďalším limitom môže byť aj postoj autorov štúdie voči otvorenej vede - vzhľadom k tomuto limitu a v súlade s odporúčaniami v rámci recenzného konania, všetci členovia tímu zverejnili svoje individuálne “positionality statement”. Vzhľadom k počtu plánovaných rozhovorov a počtu autorov štúdie, ktorí budú rozhovory realizovať by mohlo dôjsť k rozdielom v realizácii a priebehu rozhovorov. Pre zabezpečenie konzistencie bude z tohto dôvodu pred začiatkom realizované školenie pre tím.

Tento výskumný zámer bol podaný ako registrovaná správa Registered report (Martončík et al., 2024).

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Aguinis, H., Banks, G. C., Rogelberg, S. G., & Cascio, W. F. (2020). Actionable recommendations for narrowing the science-practice gap in open science. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 158, 27–35. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2020.02.007>
- Armeni, K., Brinkman, L., Carlsson, R., Eerland, A., Fijten, R., ... & Zurita-Milla, R. (2021). Towards wide-scale adoption of open science practices: The role of open science communities. *Science & Public Policy*, 48(5), 605–611. <https://doi.org/10.1093/scipol/scab039>
- Banks, G. C., Field, J. G., Oswald, F. L., O’Boyle, E. H., Landis, R. S., Rupp, D. E., & Rogelberg, S. G. (2019). Answers to 18 questions about open science practices. *Journal of Business and Psychology*, 34(3), 257–270. <https://doi.org/10.1007/s10869-018-9547-8>
- Branney, P. E., Brooks, J., Kilby, L., Newman, K., Norris, E., ... & Whitaker, C. M. (2023). Three steps to open science for qualitative research in psychology. *Social and Personality Psychology Compass*, 17(4). <https://doi.org/10.1111/spc3.12728>

- Brembs, B., Huneman, P., Schönbrodt, F., Nilsson, G., Susi, T., ... & Rodriguez-Cuadrado, S. (2023). Replacing academic journals. *Royal Society Open Science*, 10(7).<https://doi.org/10.1098/rsos.230206>
- Donabedian, A. (in Milbank 2005). Evaluating the quality of medical care. *The Milbank Quarterly*, 83(4), 691–729. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0009.2005.00397.x>
- El Amin, M., Borders, J. C., Long, H. L., Keller, M. A., & Kearney, E. (2023). Open science practices in communication sciences and disorders: A survey. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research: JSLHR*, 66(6), 1928–1947. https://doi.org/10.1044/2022_jslhr-22-00062
- European Commission. (2022). Assessing the reproducibility of research results in EU Framework Programmes for Research (Publication No. KI-07-22-280-EN-N). Luxembourg: Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2777/186782>
- European university association. (2021a). From principles to practices: Open Science at Europe's universities. 2020-2021 EUA Open Science Survey results. Dostupné na: https://www.eua.eu/images/2021_os_survey_report.pdf
- European university association. (2021b). From principles to practices: Open Science at Europe's universities. 2020-2021 Open Science Survey. Country report for Slovakia. Dostupné na: https://www.srk.sk/images/Projekty/Otvorena_veda/Country_report_Slovakia.pdf
- Gopalakrishna, G., Wicherts, J. M., Vink, G., Stoop, I., van den Akker, O. R., ter Riet, G., & Bouter, L. M. (2022). Prevalence of responsible research practices among academics in The Netherlands. *F1000Research*, 11, 471. <https://doi.org/10.12688/f1000research.110664.2>
- Gownaris, N. J., Vermeir, K., Bittner, M.-I., Gunawardena, L., Kaur-Ghumaan, S., Lepenies, R., Ntsefong, G. N., & Zakari, I. S. (2022). Barriers to full participation in the open science life cycle among early career researchers. *Data Science Journal*, 21. <https://doi.org/10.5334/dsj-2022-002>
- Hardwicke, T. E., Wallach, J. D., Kidwell, M. C., Bendixen, T., Crüwell, S., & Ioannidis, J. P. A. (2020). An empirical assessment of transparency and reproducibility-related research practices in the social sciences (2014–2017). *Royal Society Open Science*, 7(2), 190806. <https://doi.org/10.1098/rsos.190806>
- Karhulahti, V.-M., & Backe, H.-J. (2021). Transparency of peer review: a semi-structured interview study with chief editors from social sciences and humanities. *Research Integrity and Peer Review*, 6(1).<https://doi.org/10.1186/s41073-021-00116-4>
- Martončík et al. (2024). Barriers and facilitators to the adoption and promotion of Open Science practices in psychology. The case of Slovakia. Registered report. Dostupné na: <https://rr.peercommunityin.org/articles/rec?id=778>
- Mathur, M.B., & Fox, M.P. (2023). Toward open and reproducible epidemiology. *American Journal of Epidemiology*, 192(4):658–64. <https://doi.org/10.1093/aje/kwad007>

- Mayo-Wilson, E., Grant, S., Supplee, L., Kianersi, S., Amin, A., DeHaven, A., & Mellor, D. (2021). Evaluating implementation of the Transparency and Openness Promotion (TOP) guidelines: the TRUST process for rating journal policies, procedures, and practices. *Research Integrity and Peer Review*, 6(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s41073-021-00112-8>
- Národná stratégia pre otvorenú vedu 2021-2028. Dostupné na: https://www.minedu.sk/data/files/10833_narodna-strategia-pre-otvorenu-vedu-na-roky-2021--2028.pdf
- ORION (2021). Top down and bottom up: Highlights from the ORION Open Science virtual final Conference. Dostupné na: <https://www.orion-openscience.eu/news/202110/top-down-and-bottom-highlights-orion-open-science-virtual-final-conference>
- Pownall, M., Terry, J., Collins, E., Sladekova, M., & Jones, A. (2023). UK Psychology PhD researchers' knowledge, perceptions, and experiences of open science. *Cogent Psychology*, 10(1). <https://doi.org/10.1080/23311908.2023.2248765>
- Rajčáni, J., Vargová, L., Adamkovič, M., & Kačmár, P. (2023). Statistical misconceptions, awareness, and attitudes towards open science practices in Slovak psychology researchers. *Studia Psychologica*, 65(1), 56–70. <https://doi.org/10.31577/sp.2023.01.866>
- Slovenská rektorská konferencia (2024). Otvorená veda. Dostupné na: <https://www.srk.sk/sk/projekty/otvorena-veda>
- Steinhardt, I., Bauer, M., Wünsche, H., & Schimmler, S. (2023). The connection of open science practices and the methodological approach of researchers. *Quality & Quantity*, 57(4), 3621–3636. <https://doi.org/10.1007/s11135-022-01524-4>
- UNESCO. (2023). Open science outlook 1: status and trends around the world. UNESCO. <https://doi.org/10.54677/GIIC6829>
- UNESCO (& Canadian National Commission for UNESCO). (2022). An introduction to the UNESCO Recommendation on Open Science. UNESCO. <https://doi.org/10.54677/XOIR1696>
- Vicente-Saez, R., & Martinez-Fuentes, C. (2018). Open Science now: A systematic literature review for an integrated definition. *Journal of Business Research*, 88, 428–436. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2017.12.043>
- Wallach, J. D., Boyack, K. W., & Ioannidis, J. P. A. (2018). Reproducible research practices, transparency, and open access data in the biomedical literature, 2015–2017. *PLoS Biology*, 16(11), e2006930. <https://doi.org/10.1371/journal.pbio.2006930>
- Zečević, K., Houghton, C., Noone, C., Lee, H., Matvienko-Sikar, K., & Toomey, E. (2021). Exploring factors that influence the practice of Open Science by early career health researchers: a mixed methods study. *HRB Open Research*, 3, 56.
- Zuiderwijk, A., Türk, B. O., & Brazier, F. (2024). Identifying the most important facilitators of open research data sharing and reuse in Epidemiology: A mixed-methods study. *PLoS One*, 19(2):e0297969. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297969>

***SONDA DO VÝSKUMU EMOCIONÁLNEJ REGULÁCIE, SENZITIVITY
A KVALITY ŽIVOTA U ĽUDÍ TRPIACICH TETANICKÝM SYNDRÓMOM***

***A PROBE INTO EMOTION REGULATION, SENSITIVITY AND QUALITY
OF LIFE IN PEOPLE SUFFERING FROM TETANIC SYNDROME***

Mária Giertlová & Iveta Šefarová

Katedra psychológie FF UCM v Trnave

E-mail: giertlova1@ucm.sk

ABSTRAKT

Štúdia predstavuje sondu do problematiky výskumu emocionálnej regulácie, senzitivity a kvality života jedincov s tetanickým syndrómom. Tento výskum je súčasťou projektu zameraného na psychologické aspekty tetanického syndrómu v kontexte symptomatológie a psychologickú intervenciu. V rámci štúdie boli realizované pološtrukturované rozhovory s cieľom preskúmať vybrané konštrukty prostredníctvom zamerania na konkrétnych účastníkov prostredníctvom obsahovej analýzy. Zmena v kvalite života bola v oblasti fyzického zdravia a v doméne pracovná oblasť, ktorá bola zistená u dvoch účastníkov. V oblasti emocionálnej regulácie bola u účastníkov verifikovaná schopnosť identifikovať vlastné emócie, avšak nie všetci preukázali porozumenie týmto emóciám. Pokiaľ ide o vyjadrovanie emócií, dvaja účastníci nemali problém vyjadriť pozitívne ani negatívne emócie; zároveň sa u všetkých preukázala snaha o potlačenie negatívnych emócií. U dvoch účastníkov bola identifikovaná problematická regulácia negatívnych emócií a ich intenzity. Senzitivita bola skúmaná v reakcii na silné emocionálne situácie a v reakcii na vonkajšie podnety.

Kľúčové slová

tetanický syndróm; kvalita života; emocionálna regulácia; senzitivita

ABSTRACT

The study presents a probe into the issue of research into emotional regulation, sensitivity and quality of life of individuals with tetanic syndrome. This research is part of a project focused on psychological aspects of tetanic syndrome in the context of symptomatology and psychological intervention. As part of the study, semi-structured interviews were conducted in order to examine the selected constructs through the case studies of three participants. The change in quality of life was in the physical health domain and in the work domain, which was found in two participants. In the field of emotional regulation, the participants' ability to identify their own emotions was verified, but not all demonstrated an understanding of these emotions.

Regarding the expression of emotions, two participants had no problem expressing positive or negative emotions; at the same time, everyone demonstrated an effort to suppress negative emotions. In two participants, problematic regulation of negative emotions and their intensity was identified. Sensitivity was examined in response to strong emotional situations and in response to external stimuli.

Keywords

tetanic syndrome; quality of life; emotional regulation; sensitivity

Grantová podpora

VEGA 1/0178/24, schválené etickou komisiou UCM v Trnave, číslo rozhodnutia: UCM-FF-EK 2/2024

ÚVOD

Tetánia označovaná aj ako tetanický syndróm je neurologické ochorenie, charakterizované zvýšenou excitabilitou nervovo-svalového systému. Tento stav vedie k zvýšenej dráždivosti nervových vlákien, čo spôsobuje rôzne príznaky, ktoré môžu byť neuromuskulárneho charakteru, ale aj príznaky zvýšenej dráždivosti centrálného nervového systému (CNS). Príznaky tetánia môžu postihovať aj iné orgánové systémy, ako napríklad gastrointestinálny a kardiovaskulárny systém. (Grofik, 2022). Tetánia sa môže vyskytovať v dvoch formách: manifestnej, ktorá sa prejavuje akútnym tetanickým záchvatom, a latentnej forme (Brenšín, 2020). Tetanický záchvat pri manifestnej forme tetánia predstavuje najzávažnejší prejav tetánia, ktorý môže trvať od niekoľko minút až po hodiny. Prichádza náhle a môže byť sprevádzaný úzkosťou, strachom až panikou. Pridávať sa môžu aj pocity brnenia, mravčenia, nevoľnosti, necitlivosť v rukách a nohách alebo aj v oblasti pier a tváre. Často dochádza až ku kŕčovému záchvatu horných končatín a stiahnutiu v oblasti zápästia a lakťov, tiež záchvatu dolných končatín v oblasti členkov a kolien. Latentná forma tetánia je menej zreteľná a často nepozorovaná v porovnaní s manifestnou formou, ktorá sa prejavuje akútnymi záchvatmi. V latentnej forme sú príznaky prítomné, ale nie sú také dramatické, a často sa neprejavujú spontánne. Sú vyvolané až po určitých podnetoch, ako napríklad stres, hyperventilácia, alebo fyzická námaha (Tóth, Bullová, 2023).

Pre úplnosť prehľadu uvádzame aj ďalšie delenie tetánia, ktoré zohľadňuje faktor patogenézy. Z tohto hľadiska rozlišujeme metabolickú tetániu súvisiacu s nízkymi hladinami horčička (prípadne aj vápnika) a neurogénnu tetániu, ktorá je funkčnou poruchou nervového systému, pričom hladina horčička je taktiež znížená (Mlčoch, 2008).

V našej práci venujeme pozornosť prvej kategórii, ktorá korešponduje s cieľom nášho výskumu. Súvis častejšieho výskytu tetanických záchvatov a pridruženou panickou poruchou pri tetanickom syndróme bol výskumne sledovaný a verifikovaný, pričom jedinci s tetániou boli úzkostlivejší ako jedinci s menej častými príznakmi a neklinická populácia a využívali oveľa častejšie sociálnu izoláciu ako copingovú stratégiu (Vavrová, Belaňová, 2020).

Tendencia k úzkostnému prežívaniu má svoje špecifiká. Niektorí jednotlivci prežívajú úzkosť intenzívnejšie, čo môže byť dispozičné. Vtedy hovoríme o úzkostnosti ako o povahovej čрте. Górnou a Rojkovou (2024) bola preukázaná súvislosť, že úzkostnejší tetanici v porovnaní s neklinickou populáciou mali znížený wellbeing a celkovú kvalitu života. Tieto rozdiely boli

skúmané kvantitatívne a najviac znížená kvalita života bola v oblasti duševného a fyzického zdravia a spokojnosti so zdravím. Zároveň bola úzkostlivosť najsilnejším prediktorom v tomto vzťahu a tiež prediktorom príznakov tetánie.

Výskyt psychosomatických ochorení je úzko spojený aj s emočnou dysreguláciou. Pod emocionálnou reguláciou rozumieme schopnosť efektívne riadiť a kontrolovať svoje emócie, čo zohráva kľúčovú úlohu v psychickej a fyzickej pohode (Gross, 2002). Do tohto procesu sa zaraďuje aj rozpoznanie emócií, porozumenie im, regulácia a kognitívne uvažovanie nad nimi. Jednotlivci vykazujúci výraznú schopnosť emocionálnej regulácie súčasne preukazujú schopnosť identifikovať svoje emócie, pochopiť ich význam a prijať ich bez toho, aby podľahli potlačeniu, ignorovaniu alebo nadvláde týmito emocionálnymi stavmi (Benda, 2017).

Tetánia reprezentovaná zvýšenou neuromuskulárnou extitabilitou sa vo svojej definícii prepája s pojmom senzitivita nervovej sústavy. Autorka Aronová (Aron, Aron, 1997) realizovala niekoľko empirických štúdií pričom zistila, že ľudia sa výrazne líšia v reaktivite alebo citlivosti na prostredia, pričom niektorí sú vo všeobecnosti ovplyvnení viac ako iní. Pojem senzitivita je funkciou interindividuálnej variability v citlivosti na prostredie, definovaná ako schopnosť vnímať a spracúvať podnety z vonkajšieho sveta. Pri vysokej citlivosti ide o intenzívnejšie reagovanie na vonkajšie podnety a stresory, čo zároveň môže zvyšovať riziko tetanického syndrómu, pretože ich nervový systém je neustále preťažený. Taktiež príznaky tetánie sú vnímané intenzívnejšie skrz nižšiu toleranciu bolesti (Petrincová, 2023). Nemáme vedomosť o tom, že by sa v našich podmienkach pojmom senzitivita niekto výskumne zaoberal a ani o psychometricky overenej psychodiagnostickej metóde. Bola však skúmaná citlivosť voči stresu (Lentic, 2020), pričom tetanici boli citlivejší na stres ako neklinická populácia. Na druhej strane sa tento súvis nepotvrdil vo výskume Vavrovej a Belaňovej (2020), čo poukazuje na prítomnú diskrepanciu.

Kvantitatívne výskumy spomenuté vyššie, ktoré boli realizované na našom území sa nezhodovali v niektorých výsledkoch, prevažne boli realizované na malej vzorke a nesnažili sa holisticky pochopiť jednotlivé prípady a určiť smerovanie kvantitatívneho bádania s predchádzajúcou identifikáciou konštruktov prostredníctvom kvalitatívneho dizajnu. Výskumným problémom je aj narastajúci počet ľudí trpiacich týmito ochorením. Na základe diskrepančných výsledkov štúdií a nedostatočnej znalosti indukívne súvisiacich konštruktov s ochorením je naším cieľom explorať na inštrumentálnych prípadoch vybrané konštrukty, a to kvalitu života, emocionálnu reguláciu a senzitivitu. Pre získanie relevantných dát využijeme kvalitatívne rozhovory, kazuistiky zamerané na prípady ľudí trpiacich tetániou.

VO1: Aká je kvalita života u ľudí trpiacich tetanickým syndrómom?

VO2: Aká je emocionálna regulácia u ľudí trpiacich tetanickým syndrómom?

VO3: Vyskytuje sa u ľudí s tetanickým syndrómom zvýšená senzitivita?

METÓDY

Ako výskumný dizajn sme zvolili kvalitatívny prístup, ktorý skúma dané konštrukty do hĺbky a vyhovuje účelom sondy do problematiky. Realizovali sme pološtrukturované rozhovory, s tromi účastníkmi, so zameraním na konkrétneho účastníka. Rozhovory boli so súhlasom účastníkov nahraté audio nahrávkou a následne prepísané pomocou komentovanej transkripcie. Následne boli odpovede na dané otázky analyzované v kontexte daného prípadu. Na analýzu dát bola využitá rámcová analýza a obsahová analýza pomocou metódy trsov.

Podmienkou pre participáciu vo výskume bola diagnóza tetanického syndrómu stanovená lekárom.

VÝSLEDKY

Participant 1:

Muž, vo veku 36 rokov, ktorému bola diagnostikovaná tetánia pred tromi rokmi. Zmenu kvality života vnímal najviac v začiatku symptómov, keď sa mu začala prejavovať tetánia. V tom čase vnímal najväčšiu zmenu vo fyzickej oblasti. Z hľadiska emocionálnej regulácie, na kognitívnej úrovni nemá problém s porozumením vlastným emóciám. Z hľadiska prežívania a vyjadrenia emócií sa preukázali tieto procesy ako problematické. Participant opísal situácie, kedy vo všeobecnosti má problém prežívať a vyjadriť ako pozitívne, tak aj negatívne emócie. *„Tak moje okolie už vie, že ja moc takto sa snažím neprejavovať, takže akože (,) neviem či na mne vidia, že som šťastný, keď som, ale ja som šťastný neni, takže (smiech) neviem (smiech) neviem.“*

„Stále sa ako keby tak kontrolujem a dusím všetko v sebe, že či už ide o nejaké šťastné alebo nejaké smutné veci vo mne, tak ich držím v sebe, proste jednoducho ja to nedávam moc najavo, ani do (,) akože verejnosti, aby to na mne bolo nejako moc.“

Negatívne situácie by najradšej vymazal, *„...že ako keby sa ani nestala, ako keby ani neexistovala, že by som sa chcel jej úplne jednoducho zbaviť.“* *„Nechcem v tej situácii byť, že keby sa dalo, tak lusknutím prsta chcem proste zmiznúť z tej situácie.“*

V daných vyjadrenia participanta sa prejavuje tendencia potláčať emócie a vonkajšie prejavy, čo nasvedčuje pre problematickú reguláciu emócií, nakoľko nedôjde ku spracovaniu a adekvátnemu prejavu. Pri participantovi bola výrazná emócia hnevu, kedy túto emóciu nedokáže regulovať, vyjadruje ju neadekvátne a intenzita prežívania a dĺžka prejavu je dlhšia. *„Cítim sa tak že by som (,) rozbil všetko čo chytím pod ruku, že by som všetko zničil, spálil, rozkopal, akože, nemám prejavy, že by som naozaj, reálne niekomu ublížil alebo že niečo som poškodil, ale mám vnútorné v sebe také tie pocity, že by som to najradšej spravil.“* Nakoľko sa prejavilo kognitívne potláčanie emócií, čo bolo evidentné z viacerých jeho výpovedí „problematická“ emócia hnevu sa nejaví ako súvisiaca s reguláciou ale skôr ako povahová črta, impulzivita. Pri explorovaní senzitivity na vonkajšie faktory participant nevníma, že by ho ovplyvňovali, avšak silné emocionálne situácie sú pre neho problematické z hľadiska prežívania - prežíva ich viac ako jeho okolie.

Participantka 2:

Žena, vo veku 35 rokov, ktorej bola diagnostikovaná tetánia pred dvomi rokmi. Momentálne nevníma zhoršenú kvalitu života, nakoľko zmenila životný štýl. V čase najhorších symptómov bola ovplyvnená najmä kvalita života v pracovnej a fyzickej oblasti. Pre participantku boli v tom čase dôležité informácie o diagnóze, aby vedela následne ako so sebou pracovať. Participantka sa javila bezproblémovo v porozumení a identifikácii emócií. Pri sociálne žiaducich situáciách dokáže participantka vyjadriť negatívne, ako aj pozitívne emócie. Na druhej strane sa prejavila zvýšená tendencia k potlačeniu negatívnych emócií. V reakciách na vonkajšie podnety vníma senzitivne nadmerné svetlo a hluk, čo ju aj ovplyvňuje. *„No na tie som hodne citlivá (,). Na hluk aj na svetlo. Že vyhl'adávam ticho, pokiaľ je to možné a mám rada tlmené osvetlenie, aj večer si zvyknem zapal'ovať iba takú tú červenú lampu alebo*

sviečky.“ „*Vedia ma dráždiť, vedia ma vyčerpávať, veľmi.*“ Z hľadiska prežívania emocionálnych situácií – také situácie ju ovplyvňujú viac ako iných.

„... *ja sa považujem za takého veľmi citlivého človeka a vnímavého, veľakrát až tak príliš, že mám pocit že vnímam emócie nielen svoje ale aj ostatných a že veľakrát to vlastne vyžaduje ešte viacej mojej energie ... snažím si nejako zachovať ten svoj pokoj a presvedčiť sa o tom, že sa ma to netýka, ale napriek tomu ma to zasahuje.*“

Participantka 3:

28 ročná žena, tetánia jej bola diagnostikovaná pred šiestimi rokmi. Toho času stále máva tetanické záchvaty. „*Teraz mám pocit, že aj keď sa snažím ja, tak psychicky sa ukludniť uvoľniť, tak mám stále pocit, že čo tetanický záchvat to horší priebeh.*“ „*Keď tie tetanické záchvaty začali, tak samozrejme tam bol veľký strach. Lebo som nevedela čo to je.*“ Z pohľadu kvality života je stále ovplyvnená fyzická oblasť a pracovná. „*No obmedzuje ma dosť to, že neviem, kedy to môže prísť, pretože, napríklad jak som hovorila o tom štádiu, že vnútorne v sebe riešim nejaký problém, tak neviem, v ktorom štádiu riešenia toho problému tento, tento stav môže prísť, čiže je to také, že vlastne neviem si, ako keby, neviem si zariadiť, že si zariadim veci tak, že teraz ma to neovplyvní, pretože to môže prísť kedykoľvek.*“ Participantka na kognitívnej úrovni rozumie svojim emóciám a nemá problém vyjadriť pozitívne emócie, problematickejšie je pre ňu vyjadriť emócie negatívne (adaptívne). Prevláda snaha vyhnúť sa nepríjemným situáciám spojených s nepríjemnými pocitmi, čo sa u nej prepája s detstvom, kedy sa často cítila menejcenne a neprijato za svoje emócie. Napriek tomu je prejav či už pozitívnych tak aj negatívnych emócií viditeľný. Problematická regulácia emócií je vzhľadom k intenzite ich prežívaniu. Prítomná je aj senzitivita na emocionálne situácie. „*Utiahnem sa do seba a riešim si v podstate stresy tak vnútorne.. práve tým, že v noci premýšľam čo sa stalo (smiech), áno, potom nespím a potom mám tetanické záchvaty. (smiech)*“

DISKUSIA

Získané dáta nám poskytli hĺbkový pohľad na vybrané skúmané konštrukty. Pokiaľ sa v predchádzajúcich výskumoch vychádzalo z kvantitatívnych dát (napr. Górna, Rojková, 2024) pri skúmaní kvality života, nebolo jasné, čo konkrétne sa u jednotlivcov zmenilo vplyvom diagnózy. Z našich dát vyplynulo, že pokiaľ boli participanti informovaní o svojej diagnóze, o možnostiach liečby a kompenzácie, ochorenie zvládali omnoho lepšie a ich kvalita života bola zhoršená najviac v čase prejavovania sa symptómov a tetanických záchvatov. Ako sme vyskúmali aj my, dôležitým faktorom pri zvládaní prejavov je informovanosť pacienta o jeho diagnóze a možnosti liečby. U participantky 3 sme pozorovali, že nepredvídateľnosť tetanických záchvatov ovplyvňuje kvalitu života najmä v pracovnej oblasti a oblasti fyzického zdravia. Prostredníctvom otázok sme zistili viac o povahe problém a hlavne to, ako manažujú tieto stavy. Z tohto dôvodu by bolo prínosné skúmať aj inštrumentálne stratégie zvládania tetánie, čo im konkrétne pomáha a nielen copingové stratégie všeobecne.

Vzhľadom na povahu výskumného dizajnu sa nám preukázalo, že konštrukt emocionálnej regulácie je potrebné interpretovať v kontexte situácii, emocionálnej flexibility a vzhľadom na povahové črty jedinca. U participanta 1 bolo evidentné, že potláča či už negatívne tak aj pozitívne emócie. Na druhej strane pri emócií hnevu participant vyjadruje túto emóciu neprimerane vzhľadom na rozsah a intenzitu trvania. Z jeho výpovede na otázky je zrejmé, že sa u neho môže jednať o povahovú črtu impulzivity. Potlačenie emócie môžeme brať do úvahy

z hľadiska adaptability pre daného jedinca. V niektorých situáciách je potlačenie danej emócie adaptívne a v iných je vhodnejšie vyjadriť ich v bezpečnom prostredí, čo úzko súvisí s kognitívnou reguláciou emócií (Pilárik a kol., 2016). Tento pohľad na daný konštrukt nám pomáha vysvetliť aj to, prečo u participantky 2 a participantky 3 dochádza na jednej strane k vedomej snahe potlačiť emócie a na druhej strane v pre nich bezpečných situáciách emócie bez problémov vyjadria.

Senzitivita sa preukázala významná u všetkých troch participantov, čo nám zároveň ponúka príležitosť pre explanačné výskumy. Tento konštrukt by bolo vhodné preskúmať kvantitatívne prostredníctvom psychometricky overenej metódy a komparovať klinickú populáciu s neklinickou.

Limitom výskumu bola pološtrukturovanosť otázok, ktorá síce umožnila hlbšie prepojenie výpovedí a pochopenie ich významu v kontexte konkrétneho jedinca, avšak zároveň išlo o faktor limitujúci interpretáciu pri nepreskúmanosti témy.

Odporúčaním pre ďalšie výskumy je prehĺbenie porozumenia vybraným konštruktom prostredníctvom mnohoprípadových štúdií zameraných na relevantné premenné a následným zberom kvantitatívnych dát. Vhodné by bolo zamerať sa aj na osobnosť participantov, čo by mohlo pomôcť objasniť prípadné nejasnosti v skúmaných konštruktoch.

Prínosom výskumu vidíme v zachytení hĺbky povahy skúmaných konštruktov, čo odborníkom umožňuje precíznejšie zameranie obsahu informácií poskytovaných pacientom o povahe syndrómu a možnostiach liečby.

Z klinickej praxe vyplýva, že hoci je problematika liečby prostredníctvom psychologických prostriedkov indikovaná, využíva sa iba sporadicky. Teória a prax pritom jasne hovoria o psychosomatickej podmienenosti syndrómu. Ako uvádza Kukumberg (2005) potrebná je komplexná liečba, zameraná na redukciu stresu, zmenu životného štýlu, rešpektovaním hraníc a realizáciou voľnočasových aktivít popri povinnostiach. Medikamentózna terapia, hoci sa často považuje za správny prístup k riešeniu rôznych zdravotných stavov, nemusí v konečnom dôsledku dosahovať účinné riešenie pretrvávajúceho problému recidívy spojenej s tetanickým syndrómom. Naopak, adekvátne psychologická diagnostika a na nej založená následná aplikácia psychologických liečebných postupov môže priniesť významné a priaznivé zmeny v klinickej reprezentácii syndrómu, ktorý je signifikantne determinovaný faktormi, ako je stres a záťaž.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Aron, E. N., Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345–68.
- Grofik, M. (2022). Horčík a tetánia: Zažňte úzkosť a strach. Aké sú príznaky tetánie? *Slovenský pacient*. [online]. <https://slovenskypacient.sk/horcik-od-hlavy-po-paty/>
- Gross J. J. (2002). Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/s0048577201393198>
- Benda, J. (2017). Krátká forma Škály potíží v regulaci emocií: Pilotní studie české verze. *E-psychologie*, 11(1), 1-15. Dostupné z <http://e-psycholog.eu/pdf/benda.pdf>

- Brenšín, P. (2020). Tetánia nie je tetanus. *Teória a prax: farmaceutický laborant* 9(46): 38-38. [online] Available from: http://www.szstn.sk/2020_46.pdf
- Górna, M., Rojková, Z. (2024). Tetany syndrome and selected personality constructs. In editum.
- Kukumberg, P. (2005). Novodobý pohľad na tetanický syndróm. In: *Revue medicíny v praxi: odborný zdravotnícky časopis*. 2005, roč.3, č.6, 5-8. ISSN 1336-202X.
- Lendic, T. (2020). Tetanický syndróm, perfekcionizmus a dispozície ku stresu [bakalárska práca]. Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave.
- Mlčoch, Z. (2008). Latentní tetanie – léčba, příznaky, příčiny, vyšetření, pojem porodnická ruka. [online] <https://www.zbynekmlcoch.cz/medicina/neurologie-nemoci-vysetreni/latentni-tetanie---lecba-priznaky-priciny-vysetreni-pojem-porodnicka-ruka>
- Petrincová, M. (2023). Neurologička: Tetánia trápí najmä mladých ľudí a prejavíť sa môže už v detstve. [online] Dostupné online: <https://hippokrates.sk/podcasty-a-rozhovory/neurologicka-tetania-trapi-najma-mladych-ludi-a-prejavit-sa-moze-uz-v-detstve/>
- Pilárik, E. a kol. (2016). *Osobnostné faktory regulácie emócií v procese rozhodovania*. Nitra: Univerzita Konštantína Filozofa.
- Tóth, L., Bullová, A. (2020). Čo je to tetánia, tetanický syndróm, aké má príznaky a ako sa lieči? [online] Dostupné online: <https://zdravoteka.sk/magazin/tetania>
- Vavrová, M., Beláňová, P. (2020). Súvislosť medzi tetanickým syndrómom a copingovými stratégiami u žien s diagnózou tetanický syndróm. *Kondášove dni 2020 : zborník vedeckých recenzovaných príspevkov z konferencie : FF UCM, 2020*. ISBN 978-80-572-0100-7, s. 103-115.

ADAPTÁCIA SLOVENSKEJ VERZIE DOTAZNÍKA PERMA- PROFILER

ADAPTATION OF THE SLOVAK VERSION OF THE PERMA PROFILER QUESTIONNAIRE

Marta Górna, Zuzana Rojková & Alexandra Mačudová

Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave

e-mail: marta.gorna@ucm.sk

ABSTRAKT

Štúdia sa zaoberá adaptáciou slovenskej verzie dotazníka PERMA-Profiler. Analýza sa uskutočnila na vzorke 614 respondentov. Výsledky overenia konštruktivej validity potvrdzujú očakávanú 5 faktorovú štruktúru originálnej verzie: pozitívne emócie (P), zaujatie činnosťou (E), pozitívne vzťahy (R), zmysluplnosť (M), úspešný výkon (A). Overením reliability ak vnútornej konzistencie sme zistili hodnoty koeficientu Cronbachovej alfy: $\alpha = 0,93$, Guttmanov koeficient spoľahlivosti $\lambda = 0,94$ a split-half koeficient 0,85. Porstredníctvom korelačnej analýze sme preukázali interkoreláciu všetkých subškál. Analýza preukázala konštruktívnu validitu a reliabilitu slovenskej verzie metodiky.

Kľúčové slová

well-being, subjektívna pohoda, PERMA-Profiler, reliabilita, validita

ABSTRACT

The study deals with the adaptation of the Slovak version of the PERMA-Profiler questionnaire. The analysis was carried out on a sample of 614 respondents. The results of the construct validity verification confirm the expected 5-factor structure of the original version: positive emotions (P), interest in activity (E), positive relationships (R), meaningfulness (M), successful performance (A). By verifying reliability and internal consistency, we found the values of Cronbach's alpha coefficient: $\alpha = 0.93$, Guttman's reliability coefficient $\lambda = 0.94$ and split-half coefficient 0.85. Through correlation analysis, we demonstrated the intercorrelation of all subscales. The analysis demonstrated the construct validity and reliability of the Slovak version of the methodology.

Keywords

well-being, flourishing, PERMA-Profiler, reliability, validity

Grantová podpora

Výskum je podporený projektom: VEGA 1/0178/24 Psychologické aspekty tetanického syndrómu v kontexte symptomatológie a psychologickej intervencie.

ÚVOD

Pozitívna psychológia zaznamenáva rozmach už viac ako pol storočia. Seligman (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) podnietil zmenu v zameraní psychológie z psychopatológie k hľadaniu silných stránok osobnosti. Focusom pozitívnej psychológie sa tak stávajú well-being, spokojnosť, optimizmus, nádej, flow a šťastie oproti sústredenia sa na ochorenie.

Z hľadiska pozitívnej psychológie je „dobré fungovanie“ viac ako len neprítomnosť duševnej choroby. Kľúčovým pojmom sa stáva pojem well-being prekladaný ako osobná alebo subjektívna pohoda (Kebza & Šolcová, 2016). V literatúre sa stretáme i s výrazmi blahobyť alebo optimálne prosperovanie/fungovanie z anglického flourishing (Butler & Kern 2016). Optimálne prosperovanie je pritom chápané ako synonymum vysokej miery well-beingu a znamená psychické zdravie (Huppert & So, 2013). Definujeme ho ako neprítomnosť psychického ochorenia a všeobecný stav pozitívneho prežívania a efektívneho fungovania v živote (Seligman, 2011, Huppert, 2009). Svetová zdravotnícka organizácia definuje well-being ako „stav pohody v ktorom jednotlivec realizuje svoje vlastné schopnosti, dokáže sa vyrovnat' s bežným stresom života, dokáže produktívne pracovať a je schopný prispieť do svojej komunity“ (WHO, 2001). Táto konceptualizácia well-beingu presahuje absenciu duševných chorôb, zahŕňa pocit, že život ide dobre.“ Well-being sa spája s úspechom v profesionálnom a osobnom živote. Jednotlivci vykazujúci vysoký blahobyť dosahujú vyššiu produktivitu v práci, efektívnejšie sa učia, majú vyššiu kreativitu, prosociálne správanie a pozitívne vzťahy (Huppert, & So, 2013). Seligman a Csikszentmihalyi (2000) uvádza pozitívny dopad well-beingu na interpersonálne vzťahy a spokojnosť v pracovnom i osobnom živote.

Rozšíreniu záujmu o hodnotenie subjektívnej pohody v psychológii i v rôznych kontextoch ako sú školy, organizácie alebo zdravotná starostlivosť, podnietilo záujem o tvorbu efektívneho mariaceho nástroja. Vzhľadom na rozdielne východiskové teórie, i jednotlivé metodiky medzi sebou variujú.

V rámci operacionalizácie pojmu sa stretávame v literatúre s prístupmi vychádzajúcimi z hedonistickej a adeudainomickej paradigmy. Kým hedonistický prístup poníma well-being ako subjektívny pocit šťastia pozostávajúci z troch komponentov: spokojnosť so životom, prítomnosť pozitívnej a neprítomnosť negatívnej afektivity, adeudainomickej prístup vníma well-being ako vyjadrenie ľudského potenciálu a optimálne prosperovanie- flourishing (Butler & Kern, 2016). Najznámejšou metodikou vychádzajúc z adeudainomickej paradigmy je Ryffova stupnicu psychologickej pohody (2014), kde autor chápe well-being ako koexistenciu pocitov, že život má zmysel, účel, smerovanie, pocit, že človek žije v súlade s vlastným presvedčením (autonómia), využívajúc svoj talent a potenciál (osobný rast), ktorý má vnímanie dobre zvládať svoje životné situácie (environmentálne zvládanie), spoliehajúc sa na hlboké medzil'udské vzťahy (pozitívne vzťahy) a poznanie a prijatie seba samého, vrátane uvedomenia si vlastných obmedzení (sebaprijatie). O hedonistickú paradigmu sa oprel Diener a kol. (2010), ktorý definuje well-being ako: zmysel života, pozitívne vzťahy, angažovanosť, kompetencie, sebaúctu, optimizmus a well-being vo vzťahu k iným.

Iný pohľad prinášajú Huppert a So (2013), ktorí chápu well-being ako opak duševných porúch. Opierajúc sa o charakteristiku depresívnej a úzkostnej poruchy podľa DSMIV a ICD-10, definujú well-being cez 10 zložiek: kompetencie, emocionálna stabilita, angažovanosť, zmysel, optimizmus, pozitívne emócie, pozitívne vzťahy, odolnosť, sebaúcta a vitalita. Z rovnakého pohľadu sa odvinul Keyes a Annas (2007), ktorý tvrdil, že rovnako ako depresia zahŕňa symptómy anhedónie, duševné zdravie pozostáva zo symptómov hedónie, ako je emocionálna vitalita a pozitívne pocity voči vlastnému životu.

Obe paradigmy spája Seligman (2011) keď vysvetľuje well-being ako kombináciu kognitívneho šťastia (t. j. spokojnosť), hedonické šťastia (t. j. pocit) a eudaimonie (t. j. význam). Optimálne prosperovanie definuje ako konštrukt určený piatimi prvkami: pozitívne emócie, zaujatie činnosťou, pozitívne vzťahy, zmysluplnosť a úspešný výkon. Vychádzajúc z uvedeného vytvorili autori Kernová a Butler (2016) dotazník PERMA- Profiler, kde akronym PERMA predstavuje prvé písmeno jednotlivých domén (Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning and Accomplishment). Seligmanov koncept tak prekonáva rozdielnosť dvoch paradigiem a vychádzajúc z neho vzniká nástroj na multidimenzionálne uchopenie well-beingu.

S cieľom rozšíriť bázu metódik na meranie well-beingu o multidimenzionálny koncept, sme sa rozhodli adaptovať dotazník PERMA- Profiler pre slovenskú populáciu. Na Slovensku sa doposiaľ používala Ryffova stupnica psychologickéh pohody (2014), vychádzajúc z modelu ktorý je podrobnejší v zmysle individuálnych psychologických rozmerov, ktoré prispievajú k pohode. Seligmanov model PERMA má hlbší základ v pozitívnej psychológii, ktorá sa zameriava na to, čo robí život hodnotným a uspokojivým, a na rozvoj silných stránok a schopností. Tento prístup sa dnes široko aplikuje v terapii, poradenstve a organizáciách na zlepšenie života.

V predkladanej štúdií sa budeme zaoberať pilotným psychometrickým overením slovenskej verzie metodiky. Konkrétne sme sa zamerali na overenie faktorovej štruktúry prostredníctvom konfirmačnej faktorovej analýzy s cieľom overiť pôvodnú päť faktorovú štruktúru metodiky. Taktiež sme overovali reliabilitu ako vnútornú konzistenciu prostredníctvom koeficientov Cronbachova Alfa, Guttmanova Lamda a metódou Split-half. Použitím viacerých ukazovateľov a rozpätia získavame komplexnú informáciu o reliabilite škál. Keďže Seligman (2011) uvádza, že 5 domén je možné definovať a merať samostatne a zároveň vykazujú interkorelácie, doplnili sme analýzu o overenie tohto predpokladu.

Perma profiler

Pôvodná verzia dotazníka pozostáva z 23 položiek - 15 položiek sa vzťahuje k pôvodným 5 dimenziám- tri pre každú dimenziu: P = pozitívne emócie (positive emotions), E = zaujatie činnosťou (engagement), R = pozitívne vzťahy (relationships), M = zmysluplnosť (meaning), A = úspešný výkon (accomplishment). Kernová a Butler (2016) doplnili dotazník o položku zachytávajúcu všeobecný pocit šťastia: Hap = šťastie (happiness), tri položky pre meranie negatívnych emócií (hnev, úzkosť a smútok): N = negatívne emócie (negative emotions), tri položky pre hodnotenie subjektívneho vnímania fyzického zdravia: H = zdravie (health), a jednu položku pre zisťovanie osamelosti: Lon = osamelosť (loneliness). Autori zvolili Likertovú škálu od 0 do 10.

Položky boli vybraté z pôvodnej položkovej banky tvorenej 109 položkami, ktoré autori vytvorili na základe už existujúcich meracích nástrojov. Finálna 23 položková verzia bola psychometricky overená na vzorke 33 628 participantov. Celková reliabilita metodiky dosahuje hodnotu koeficientu Cronbachovej alfy: $\alpha=0,94$ a Guttmanova $\lambda=0,95$.

V zahraničí prebehlo niekoľko úspešných adaptácií dotazníka (nemecká verzia - Wammerl et al., 2019; talianska - Giangrasso, 2018; portugalská – Alves et al., 2023; grécka verzia – Pezirkianidis et al., 2019; španielska – Paniagua-Granados et al., 2024; austrálska – Ryan, 2019; columbijská – Hernández-Suárez et al., 2018; mexická adaptácia pre pracovný kontext z roku 2023 – Covadonga, 2023, čo poukazuje na jeho uplatniteľnosť v rôznych kultúrnych kontextoch. Huppert a So (2013) analyzovali well-being v 22 európskych krajinách, ktoré rozdelili do 3 regiónov: severná Európa, južná/západná Európa a východná Európa. Severské krajiny vykazovali najvyššiu úroveň wellbeingu, zatiaľ čo východné krajiny vykazovali najnižšiu úroveň.

METÓDY

Výskumná vzorka

Výskumný súbor sme získali príležitostným výberom. Tvorilo ho 614 respondentov (z toho 57,5% žien a 42,5% mužov vo veku od 18 do 72 rokov (AMvek=39, SDvek=11,9). Zloženie výskumného súboru v rámci krajov Slovenska je nasledovné: Nitriansky 8,62%, Trnavský 7,48%, Trenčiansky 17,72%, Bratislavský 22,28%, Banskobystrický 14,31%, Prešovský 4,55%, Košický a Žilinský zhodne po 12,52%.

Slovenská verzia PERMA Profiler

Anglický originál dotazníka prešiel rigoróznym procesom prekladu. Najskôr boli vytvorené dva nezávislé preklady odborníkmi z oblasti psychológie. Následne bol porovnaný a posúdený preklad jednotlivých položiek, pričom problematické položky boli diskutované. Po následnom spätnom preklade, boli položky porovnané s originálom dotazníka pre posúdenie zachovania obsahovej ekvivalencie.

V rámci tvorby slovenskej verzie sme sa rozhodli pre úpravu pôvodnej Likertovej škály zo stupnice 0 až 10 na 1 až 10, pričom 1 = vôbec, 10 = úplne; 1 = nikdy, 10 = vždy; 1 = príšerné, 10 = vynikajúce.

VÝSLEDKY A DISKUSIA

Analýzy boli prevedené v programoch JASP 0.18.0 a RStudio 4.4.2. Základne deskriptívne údaje namerané slovenským prekladom PERMA-Profiler a hodnoty indexov vnútornej konzistencie nástroja sú zobrazené v Tabuľke 1. Reliabilita škál bola vypočítaná koeficientom vnútornej konzistencie - Cronbachovou alfou Gutmannovou Lambdou a rotovaním položiek v rámci metódy split half s následnou úpravou pomocou Spearman-Brownovej formuly. Vo všeobecnosti sú ich hodnoty prijateľné, naprieč všetkým škálami, s výnimkou minimálnej úrovne split half reliability pre faktor Accomplishmen a Engagement. Podrobná analýza preukázala, že práve položky A_3 („Ako často dokážete zvládať svoje povinnosti?“) a E_3 („Ako často strácate pojem o čase, keď robíte niečo, čo vás baví?“), znižovali realibilitu daného indexu, rovnako tieto položky dosahovali aj nižší faktorový náboj v porovnaní s ostatnými patriacimi k spomínaným škálam. Dôvod vidíme v mierne odlišnej formulácii konkrétnych položiek vzhľadom k iným otázkam zisťujúcim rovnaký konštrukt. Napríklad položky A_1 a A_2 sú formulované skôr v súvislosti s dosahovaním cieľov, zatiaľ čo položka A_3 je zameraná na plnenie povinností. Táto skutočnosť sa odrazila aj na úrovni split-half reliability celkového WB, kde práve spomínané položky dosahovali najnižšie hodnoty.

Tabuľka 1. Deskripcia a výsledky testovania vnútornej konzistencie škál

	M	SD	Cronbachova α	Guttmanova λ_6	Min. split half (β)	Max. split half (λ_4)
Positive Emotions	22,18	4,92	0,82	0,70	0,71	0,77
Engagement	22,51	4,48	0,68	0,63	0,67	0,77
Relationship	23,47	5,02	0,79	0,75	0,74	0,77
Meaning	22,77	5,28	0,83	0,79	0,72	0,75
Accomplishment	21,04	4,48	0,78	0,73	0,75	0,82
WellBeing (overall)	111,97	20,35	0,96	0,94	0,61	0,85
Negative Emotions	11,81	5,44	0,79	0,75	0,70	0,80
Health physical	21,49	5,41	0,90	0,87	0,76	0,82
Happiness	7,71	1,86	-	-	-	-
Loneliness	4,05	2,69	-	-	-	-

Tabuľka 2. Deskripcia a výsledky testovania vnútornej konzistencie škál dle pohlavia

	M		SD		Cronbachova α		Guttmanova λ_6		Min. split half (β)		Max. split half (λ_4)	
	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M	Ž	M
Positive Emotions	22,46	22,08	4,58	5,13	0,84	0,88	0,77	0,78	0,83	0,86	0,87	0,89
Engagement	22,37	22,01	4,32	4,69	0,65	0,67	0,61	0,63	0,49	0,55	0,66	0,72
Relationship	23,75	23,08	4,87	5,20	0,80	0,76	0,76	0,74	0,67	0,63	0,86	0,85
Meaning	22,84	22,68	5,05	5,81	0,85	0,78	0,79	0,75	0,81	0,69	0,89	0,81
Accomplishment	20,82	21,35	4,26	4,71	0,74	0,78	0,70	0,72	0,59	0,70	0,80	0,86
WellBeing (overall)	112,02	111,89	19,54	21,45	0,94	0,93	0,95	0,94	0,53	0,61	0,85	0,88
Negative Emotions	12,46	10,92	5,52	5,22	0,76	0,80	0,71	0,76	0,72	0,87	0,67	0,84
Health physical	21,43	21,58	5,23	5,66	0,91	0,90	0,87	0,87	0,89	0,87	0,91	0,92
Happiness	7,91	7,56	1,82	1,91	-	-	-	-	-	-	-	-
Loneliness	4,07	4,02	2,67	2,74	-	-	-	-	-	-	-	-

Zatiaľ čo pri deskriptíve a analýze spoľahlivosti nástroja sme sa zaoberali aj doplnkovými otázkami a škálami, v rámci faktorovej analýzy pracujeme iba s 5 hlavnými komponentami PERMA, podľa vzorku pôvodnej štúdie (Butler & Kern, 2016). Faktorovú štruktúru sme overovali konfirmačnou faktorovou analýzou, konkrétne metódou ML-maximum likelihood (vzhl'adom k typu, rozloženiu a množstvu dát). Pre zhodnotenie vhodnosti modelu sme sledovali tieto indikátory: CFI (Comparativ fit index; $p \geq 0.9$), TLI (Tucker-Lewis Index; $p \geq 0.9$), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation; $p \leq 0.09$), SRMR (Standardized root mean residual; $p \leq 0.09$). Uvádzame taktiež hodnoty Chi-kvadrátu (x^2), stupňov voľnosti (df) a ich pomeru ($x^2/df \text{ ratio} \leq 5$) (Butts & Michels, 2006; Landau & Everitt, 2004). Najprv bola v súlade s výsledkami niektorých štúdií testovaná vhodnosť jednofaktorového modelu, kde všetkých 15 položiek škála PERMA sýti jeden všeobecný faktor well-beingu (Hernández-Suárez et al., 2018; Ryan et al., 2019; Tansey et al., 2017). Tento model sa na základe zvolených indikátorov preukázal ako neprijateľný. Ďalšia analýza sa venovala overeniu pôvodne navrhutej päť faktorovej štruktúry (Butler & Kern, 2016), ktorá preukázala dobrú zhodu dát

s daným modelom, s výnimkou indexu RMSEA a pomeru χ^2/df . Na základe výsledkov modifikačného indexu sme sa rozhodli pridať kovarianciu chybovej zložky jedného páru položiek, v rámci faktora Positive emotions, čo malo za následok celkové zlepšenie indikátorov vhodnosti modelu, najmä podielu χ^2/df a indikátora RMSEA (Tabuľka 3; Obrázok 1). Takýto postup zvolili aj autori venujúci sa overeniu psychometrických kvalít v iných krajinách (napr. Pezirkianidis et al., 2019; Paniagua-Granados et al., 2024).

Tabuľka 3. Indikátory vhodnosti navrhovaných modelov

Modely	χ^2	$\Delta\chi^2$	df	χ^2/df	p	<i>CFI</i>	<i>TLI</i>	<i>RMSEA</i>	<i>SRMR</i>
Model 1 – Jeden všeobecný faktor	2671,19	-	189	14,13	<0,001	0,701	0,668	0,146	0,088
Model 2 – Päť navzájom korelujúcich faktorov	502,36	2168,77	80	6,28	<0,001	0,928	0,905	0,093	0,056
Model 3 – Päť navzájom korelujúcich faktorov s kovariáciami chybovými koeficientmi vybraných položiek¹	467,98	34,38	79	5,92	<0,001	0,933	0,912	0,082	0,056

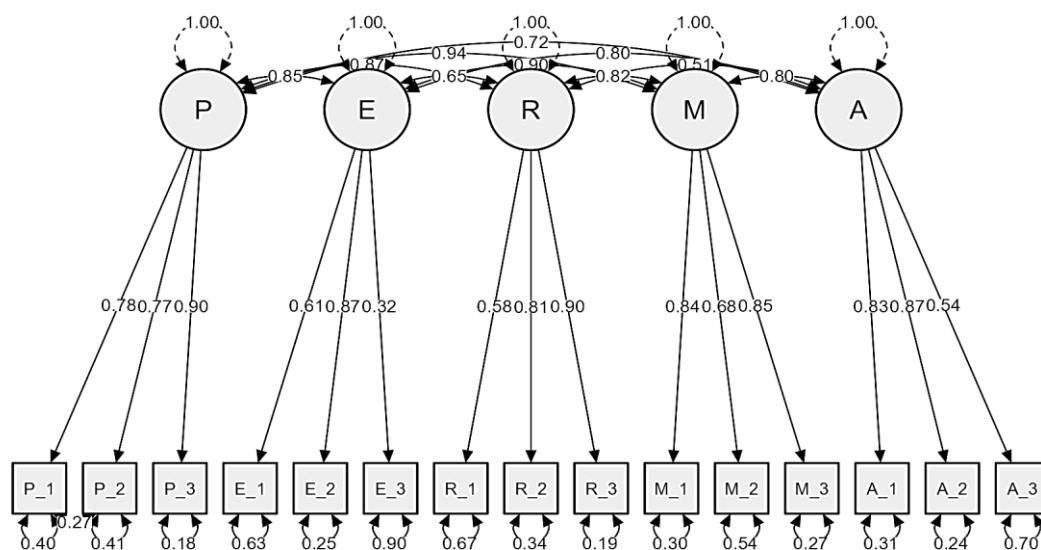
Poznámka. ¹ konkrétne chybových koeficientov položiek P_1-P_2, CFI-comparative fit index, TLI-TLucek-Lewis index, RMSEA-root mean square error of approximation, SRMR-standardized root mean residual.

V tabuľke nižšie sú zobrazené hodnoty indikátorov vhodnosti pri overovaní modelov CFA osobitne pre ženy a mužov. U žien vidíme vyššie hodnoty chi-kvadrát testu a neprijateľné hodnoty TLI a RMSEA indexov, čo poukazuje na nevhodnosť predpokladaného modelu pre tieto dáta. Naopak u mužov sú všetky hodnoty na akceptovateľnej úrovni a poukazujú na dobrý fit modelu. Taktiež v porovnaní s údajmi modelu 3 pre celú vzorku pozorujeme výrazné zlepšenie.

Tabuľka 4. Indikátory vhodnosti navrhovaných modelov dle pohlavia

Modely	χ^2	df	χ^2/df	p	<i>CFI</i>	<i>TLI</i>	<i>RMSEA</i>	<i>SRMR</i>
Model 3 - ženy	423,80	79	5,36	<0,001	0,901	0,868	0,101	0,068
Model 3 - muži	213,52	79	2,70	<0,001	0,948	0,930	0,081	0,052

Obrázok 1. Grafické zobrazenie faktorovej štruktúry slovenskej verzie PERMA-Profiler



V rámci vybraného modelu dosahuje faktorové zaťaženie položiek pri príslušných faktoroch dostatočnú úroveň ($\lambda > 0,5$), s výnimkou položky E_3 faktoru Engagement ($\lambda = 0,32$). Pri tejto položke sme zaznamenali aj vysokú hodnotu osobitej variance (0.90), ktorá poukazuje na fakt, že latentný faktor vysvetľuje iba malú mieru jej rozptylu, čo interpretujeme vyššie a je to v súlade s výsledkami split-half overenia reliability.

Tabuľka 5 zobrazuje úroveň kovariancie medzi hlavnými premennými PERMA a koreláciu medzi všetkými škálami. Čo sa týka úrovne korelácií, boli zistené signifikantné vzťahy medzi všetkými dimenziami, neprevyšujúce hodnoty 0.85 čo poukazuje na dostatočnú diskriminačnú schopnosť jednotlivých dimenzií. Tieto výsledky sú v súlade so zisteniami autorov pôvodnej štúdie (Butler, J. & Kern, M. L., 2016), ako aj ďalších štúdií z rôznych krajín adaptujúcich nástroj (napr. Chaves et al., 2023; Pezirkiandis et al., 2021; Giangrasso, 2018).

Tabuľka 5. Kovariancie latentných premenných a korelácie medzi všetkými škálami dotazníka PERMA

	P	E	R	M	A	WB celkovo	NE	H	Hap
P		<i>0,852</i>	<i>0,980</i>	<i>0,943</i>	<i>0,722</i>				
E	0,543*		<i>0,773</i>	<i>0,901</i>	<i>0,806</i>	-	-	-	-
R	0,680*	0,446*		<i>0,927</i>	<i>0,618</i>	-	-	-	-
M	0,736*	0,585*	0,683*		<i>0,799</i>	-	-	-	-
A	0,616*	0,603*	0,442*	0,652*		-	-	-	-
WB Celkovo	0,860*	0,763*	0,778*	0,888*	0,797*		-	-	-
NE	-0,594*	-0,296*	-0,413*	-0,440*	-0,434*	-0,531*		-	-
H	0,496*	0,289*	0,348*	0,399*	0,415*	0,466*	-0,373*		-
Hap	0,817*	0,458*	0,711*	0,733*	0,554*	0,789*	-0,525*	0,462*	
Lon	-0,390*	-0,234*	-0,413*	-0,385*	-0,282*	-0,423*	0,495*	-0,208*	-0,391*

Poznámka. Hodnoty kovariancie latentných premenných sú v zvyraznené; * $p < 0,01$; P-positive emotions, E-engagement, R-relationships, M-meaning, A-accomplishment, WB-overall wellbeing, NE-negative emotions, H-physical health, Hap-Happiness, Lon-Loneliness.

ZHRNUTIE

Vzhľadom k tomu, že výsledky boli rovno diskutované v kapitole Výsledky a Diskusia, už iba stručne zhrnieme zistenia. Cieľom predkladanej štúdie bolo prvotné overenie psychometrických charakteristík slovenskej verzie dotazníka The PERMA- Profiler autorov Butler a Kernová (2016). Konštrukt well-being sa stal za posledné desaťročia kľúčovým v pozitívnom pohľade na človeka, kde sa zdravie definuje viac ako iba neprítomnosť choroby.

Pre potreby jeho merania i v našich podmienkach sme siahli po multidimenzionálnom nástroji postavenému na základe koncepcie Seligmana (2011) o 5 kľúčových doménach, ktoré tvoria well-being.

V rámci štúdie sme overili pôvodnú 5 faktorovú štruktúru dotazníka prostredníctvom konfirmačnej faktorovej analýzy. V rámci vybraného modelu dosahuje faktorové zaťaženie položiek pri príslušných faktoroch dostatočnú úroveň. Rovnako analýza reliability ako vnútornej konzistencie preukázala prijateľné hodnoty pre všetky skúmané koeficienty. Kovariancia medzi hlavnými premennými PERMA- Profiler a koreláciu medzi všetkými škálami potvrdila dostatočnú diskriminačnú schopnosť jednotlivých dimenzií. Preto konštatujeme, že nová slovenská verzia dosahuje psychometrické kvality a je použiteľná pre slovenský kontext. V rámci ďalšieho výskumu bude preverená konštruktová validita koreláciou s obsahovo relevantnými meracími nástrojmi a preskúmaný efekt veku a pohlavia, ktoré z dôvodu rozsahu štúdie neboli prezentované.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Alves, M.A., Palmer, S. & Gouveia, M.J. (2023). Psychometric Properties of the Portuguese Version of The PERMA-Profiler. *Trends in Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00261-3>.
- Kebza, V., & Šolcová, I. (2025). Koncept osobní pohody (well-being) a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti. In M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza, & I. Šolcová (Eds.), *Psychosociální souvislosti osobní pohody* (pp. 9-36). Masarykova univerzita & Nakladatelství MSD Brno. https://psu.cas.cz/export/sites/psu/cs/lide/cv/blatny/Psychosocialni-souvislosti_5-2.pdf
- Butts, M. M., & Michels, L. C. (2006). The Sources of Four Commonly Reported Cutoff Criteria. *Organizational Research Methods*, 9(2), 202-220. <https://doi.org/10.1177/1094428105284919>
- Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *Int J Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
- Chaves, C., Ballesteros-Valdés, R., Madríguez, E., & Charles-Leija, H. (2023). PERMA-Profiler for the Evaluation of well-being: Adaptation and Validation in a Sample of University Students and Employees in the Mexican Educational Context. *Applied Research Quality Life* 18, 1225–1247. <https://doi.org/10.1007/s11482-022-10132-1>

- Diener, E., Kahneman, D., Tov, W., & Arora, R. (2010). Income's association with judgements of life versus feelings. In E. Diener, J. F. Helliwell, & D. Kahneman (Eds.), *International differences in well-being* (pp. 3-15). Oxford University Press. <https://academic.oup.com/book/41055?login=false>
- Giangrasso, B. (2018). Psychometric properties of the PERMA-Profilier as hedonic and eudaimonic wellbeing measure in an Italian context. *Current Psychology*, 40, 1175–1184. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0040-3>
- Hernández-Suárez, C. A., Hernández-Vergel, V., & Prada-Núñez, R. (2018). Adaptation of the PERMA profile of subjective well-being for colombian institutionalized older adults. *Revista de Ciencia y Cuidado*, 15(1), 83–97. <https://doi.org/10.22463/17949831.1235>
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: application of a new conceptual framework for defining well-being. *Soc Indic Res*, 110(3), 837–61. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
- Kern, M. L., Benson, L., Steinberg, E. A., & Steinberg, L. (2016). The EPOCH measure of adolescent well-being. *Psychological Assessment*, 28(5), 586-597. <http://dx.doi.org/10.1037/pas0000201>
- Keyes, C. L. M., & Annas, J. (2009). Feeling good and functioning well: Distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. *The Journal of Positive Psychology*, 4(3), 197–201. <https://doi.org/10.1080/17439760902844228>
- Paniagua-Granados, T., Fernández-Fernández, V., Molina-Martínez, M.Á., & Luque-Reca, O. (2024). Psychometric properties of the PERMA-Profilier for measuring well-being in Spanish older adults. *Curr Psychol*, 43, 6713–6724. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04883-9>
- Pezirkianidis, C., Stalikas, A., Lakioti, A., & Yotsidi, V. (2019). Validating a multidimensional measure of wellbeing in Greece: Translation, factor structure, and measurement invariance of the PERMA Profiler. *Current Psychology*, 40, 3030–3047. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00236-7>
- Ryan, J., Curtis, R., Olds, T., Edney, S., Vandelanotte, C., Plotnikoff, R., & Maher, C. (2019). Psychometric properties of the PERMA Profiler for measuring wellbeing in Australian adults. *PLOS ONE*, 14(12), e0225932. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225932>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Seligman M. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Free Press, A division by Simon & Schuster. <https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2015/01/Seligman-2011-Chapter-1.pdf>

Tansey, T. N., Smedema, S., Umucu, E., Iwanaga, K., Wu, J. R., Cardoso, E. da S., & Strauser, D. (2017). Assessing college life adjustment of students with disabilities: Application of the PERMA framework. *Rehabilitation Counseling Bulletin, 61*(3), 131-142. <https://doi.org/10.1177/0034355217702136>

KOGNITÍVNA REFLEXIA AKO MODERÁTOR MEDZI NEGATÍVNÝMI EMÓCIAMI A ŠPECIFICKÝMI KONŠPIRAČNÝMI PRESVEDČENIAMI

COGNITIVE REFLECTION AS A MODERATOR BETWEEN NEGATIVE EMOTIONS AND SPECIFIC CONSPIRACY BELIEFS

Peter Halama

Ústav experimentálnej psychológie CSPV SAV, v.v.i.

E-mail: peter.halama@savba.sk

ABSTRAKT

Viacere štúdie ukázali, že negatívne pocity a distress môžu zvyšovať tendenciu veriť konšpiráciám. Štúdia sa zaoberá otázkou, či možno tento efekt zmierniť prostredníctvom reflexívneho myslenia, ktoré je opakom impulzívneho a intuitívneho spracovania informácií. 1420 respondentov (658 mužov, 762 žien, priemerný vek 46,81 roka) sa zúčastnilo dvojfázového longitudinálneho výskumu. V októbri 2021 vyplnili dotazník BFI-2-S, z ktorého boli použité facety negatívnej emocionality (anxieta, depresivita, emočná nestálosť), Škála spokojnosti so životom, dotazník distressu SCL-10 a Test kognitívnej reflexie (CRT). V júni 2022 vyplnili položky týkajúce sa konšpirácií o aktuálnych spoločenských javoch (rusko-ukrajinská vojna, opičie kiahne). Analýza ukázala, že výkon v Teste kognitívnej reflexie pôsobí ako moderačná premenná vo vzťahu medzi anxiétou, depresivitou, distressom a vierou v konšpiračné presvedčenia, pričom vyššie skóre CRT súvisí s nižšou tendenciou veriť konšpiráciám pri vyšších negatívnych emóciách. Zvyšovanie kognitívnej reflexie by tak mohlo pomôcť pri zvyšovaní odolnosti voči konšpiráciám, najmä u ľudí s dispozíciou k negatívnemu prežívaniu.

Kľúčové slová

konšpiračné presvedčenia; negatívne emócie; kognitívna reflexia

ABSTRACT

Several studies have shown that negative feelings and distress can increase the tendency to believe in conspiracies. The study deals with whether this effect can be mitigated through reflective thinking, which is the opposite of impulsive and intuitive information processing. 1420 respondents (658 men, 762 women, mean age 46.81 years) participated in two-phase longitudinal research. In October 2021, they filled out the BFI-2-S questionnaire - negative emotionality facets (anxiety, depression, emotional instability), the Satisfaction with Life Scale, the SCL-10 and the Cognitive Reflection Test (CRT). In June 2022, they filled items related to conspiracies about current phenomena (Russian-Ukrainian war, monkeypox). The analysis

showed that cognitive reflection moderated the relationship between negative emotions and conspiracies, with higher CRT associated with a lower tendency to believe in conspiracies with higher negative emotions. Increasing cognitive reflection could thus help build resistance to conspiracies, especially in people with a disposition to negative experiences.

Keywords

conspiracy beliefs; negative emotions; cognitive reflection

Grantová podpora

Táto práca bola podporená Agentúrou na podporu výskumu a vývoja na základe Zmluvy č. APVV-20-0387.

ÚVOD

Konšpiračné presvedčenia sú v poslednej dekáde centrom veľkého záujmu psychológie a to najmä vzhľadom na rozličné negatívne dôsledky, ktoré prinášajú pre život jednotlivca a spoločnosti. Tieto dôsledky sa prejavujú najmä v oblasti zdravia, napr. v znížení preventívneho správania a vakcinácie voči rôznym ochoreniam (Ripp & Röer, 2022), v oblasti sociálnej kohézie a medziskupinových vzťahov, napr. nenormatívne správanie (agresivita) či predsudky (Imhoff, Dieterle, & Lamberty, 2021; Jolley, Meleady, & Douglas, 2020).

Je preto dôležité skúmať psychologické zdroje a faktory toho, že niekto akceptuje konšpiračné presvedčenia a necháva nimi ovplyvniť svoje individuálne aj sociálne fungovanie. Konšpiračné presvedčenia sa zvyčajne definujú ako špekulatívne presvedčenia o existencii rôznych aktérov, ktorí pôsobia nepozorovane a v tajnosti za účelom dosiahnutia nelegálnych ba až zlomysel'ných cieľov (van Prooijen & Acker, 2015). Doterajší výskum a teória priniesli viaceré prístupy, ktoré sa snažili vysvetliť príklon ku konšpiračným presvedčeniam. Evolučné prístupy chápu konšpirácie ako prirodzené javy súvisiace s evolučne vyvinutou architektúrou ľudskej mysle, teda so všeobecnými mentálnymi mechanizmami človeka vyvinutými na riešenie sociálnych situácií (Bahna, 2015). Sociálne prístupy vidia konšpirácie ako výsledok sociálneho pôsobenia a snahy o udržanie skupinovej identity (e.g. Prooijen, 2024). Oproti tomu sa osobnostné prístupy zameriavajú na interindividuálne faktory konšpiračných presvedčení ako je napr. schizotypové vlastnosti, narcizmus a pod. (Stasielowicz, 2022).

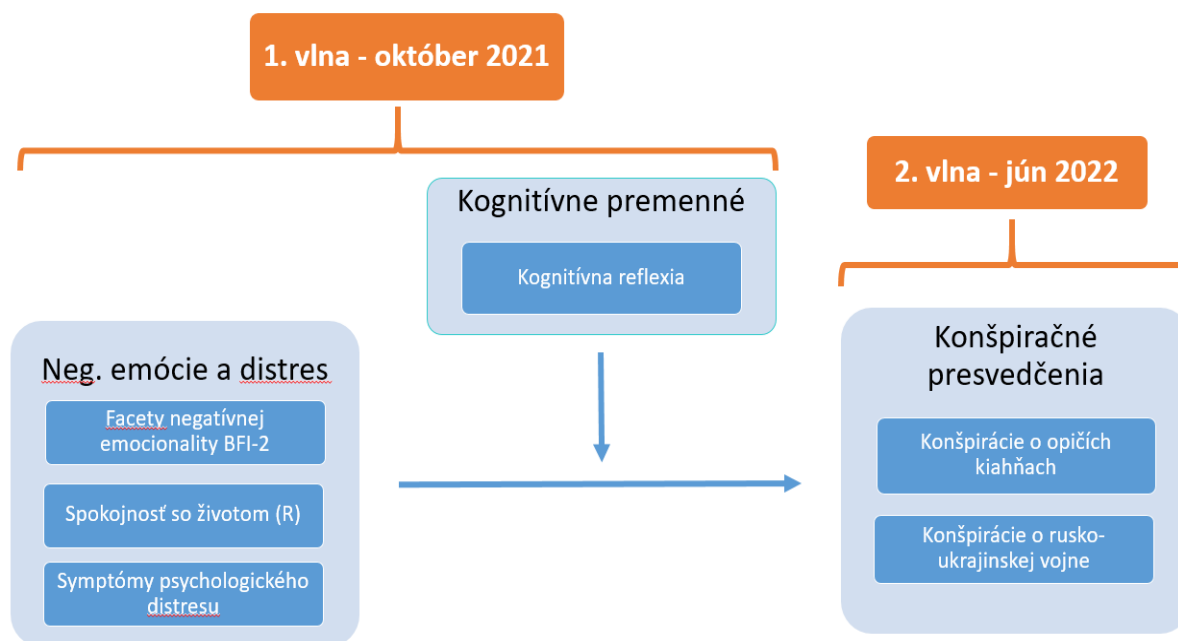
V tejto štúdii sa zameriavame na emočné faktory a distress. Uvažovanie o týchto faktoroch vychádza zo skúsenosti, že konšpirácie sa často vo zvýšenej miere objavujú v náročných a stresových situáciách napr. vojny, katastrofy, či pandémie (ako sme to aj mohli vidieť v poslednom období). Výskumné štúdie potvrdzujú, že pocity úzkosti, bezmocnosti či nedostatku kontroly súvisia s vyšším príklonom ku konšpiračným presvedčeniam (Grzesiak-Feldman, 2013; Šrol, Ballová Mikušková, Čavojová, 2021) a podobné výsledky sa ukazujú aj pre vyšší distress (Swami et al., 2016). Na druhej strane, výskumy ohľadne týchto premenných však vo väčšine prípadov poukazujú na skôr nízke korelačné vzťahy, a tie sa málo potvrdzujú pre osobnostné črty reprezentujúce neg. emočné ladenie, napr. neurotizmus (Goreis & Voracek, 2019). Vystáva tak otázka či tu neexistujú možné vmedzerené premenné, ktoré by vzťah medzi negatívnou emocionalitou a konšpiračnými presvedčeniami moderovali.

Práve tu sa na úvahu ponúkajú niektoré kognitívne schopnosti, u ktorých sa preukázal súvis s akceptáciou konšpiračných presvedčení, napr. analytický vs. intuitívny kognitívny štýl

(Ballová Mikušková, 2021). V tejto štúdii sa zameriavame na kognitívnu reflexiu, ktorá je definovaná ako tendencia uprednostňovať skôr reflektívne a deliberatívne myšlienkové procesy oproti automatizovanejším a intuitívnejším myšlienkovým procesom (Evans & Stanovich, 2013). Negatívny vzťah medzi kognitívnou reflexiou a konšpiračnými presvedčeniami bol potvrdený už aj metanalyticky (Yelbuz, et al., 2022). Vystáva však otázka, či emočné a kognitívne faktory spolu pri predikcii interagujú, a teda či kognitívna reflexia nemôže byť moderátorom efektu negatívnych emócií a distresu na konšpirácie.

Cieľom tejto štúdie je preskúmať interakciu emočných a kognitívnych premenných pri predikcii konšpiračných presvedčení ohľadne nových spoločenských fenoménov. Štúdia sa snaží sa odpovedať na otázku, či je kognitívna reflexia moderátorom vzťahu medzi negatívnymi emóciami, distresom a vierou v konšpiračné presvedčenia. Bol použitý longitudinálny dizajn s dvomi vlnami zberu s cieľom podporiť kauzálnu interpretáciu výsledkov. Takisto, štúdia sa zameriava na dva typy konšpiračných presvedčení ohľadne nových spoločenských fenoménov – rusko-ukrajinskej vojny a opičích kiahní, ktoré sa v spoločnosti objavili v období medzi dvomi vlnami zberu, čo prináša kontrolu skreslenia pre reverzný efekt konšpirácií na distres. Koncept štúdie je graficky znázornený na obrázku 1.

Obrázok 1. Koncept štúdie s dvojfázovým longitudinálnym výskumom



METÓDY

Výskumný súbor

Výskumný súbor tvorilo 1420 respondentov zo všeobecnej populácie (658 mužov, 762 žien), s priemerným vekom 46,81 roka (vekové rozpätie 18-85 rokov). 3,8 % z nich malo základné vzdelanie, 26,4% stredoškolské bez maturity, 45% stredoškolské s maturitou a 24,8 % vysokoškolské vzdelanie. Respondenti boli regrutovaní cez online panel prieskumnej agentúry.

Meracie nástroje

Na meranie emočných premenných a distresu boli použité facety negatívnej emocionality dotazníka BFI-2-S (anxieta, depresivita, emočná nestálosť; Kohút et al., 2020). Škála spokojnosti so životom (SLWS, Diener et al., 1985) ako reverzná premenná, a dotazník distresu SCL-10 (Rosen et al. 2000). Na meranie kognitívnej reflexie bol použitý test kognitívnej reflexie (CRT) vo verzii upravenej Čavojovou et al. (2024), príklad položky Káva a mlieko stoja spolu 1,20€. Káva stojí o 1€ viac ako mlieko. Koľko stojí mlieko? Konšpiračné presvedčenia o nových spoločenských fenoménoch boli merané Škálou pro-kremel'ských konšpirácií (Šrol & Čavojová, 2024; príklad položky Ukrajinská vláda nariaďuje svojej armáde zabíjať vlastných civilistov a následne za tieto udalosti obviňuje ruskú armádu z vojnových zločinov) a štyrmi originálnymi položkami týkajúcimi sa konšpirácií ohľadne opičích kiahní (príklad Vírus opičích kiahní bol do Európy zavlečený úmyselne niekým, kto s ním má nekalé plány).

VÝSLEDKY

Korelácie medzi premennými sú prezentované v tabuľke 1. Premenné negatívnej emocionality a distresu nevykazovali žiadny vzťah s konšpiračnými presvedčeniami. Na druhej strane, kognitívna reflexia korelovala signifikantne s oboma typmi konšpiračných presvedčení, aj keď len na nízkej úrovni.

Tabuľka 1. Korelácie medzi premennými

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
1. Úzkosť (BFI2)	---						
2. Depresivita (BFI-2)	,684**	---					
3. Emočná nestálosť (BFI-2)	,499**	,405**	---				
4. Životná spokojnosť (SWLS)	-,394**	-,437**	-,221**	---			
5. Distres (SCL-10)	,512**	,536**	,297**	-,364**	---		
6. Kognitívna reflexia (CRT)	-,016	-,008	-,056	,067*	-,134**	---	
7. Konšpirácie R-U vojna	-,011	-,026	,024	-,004	,034	-,155**	---
8. Konšpirácie opičie kiahne	-,009	-,029	,031	-,068*	,057*	-,167**	,732**

Poznámka. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

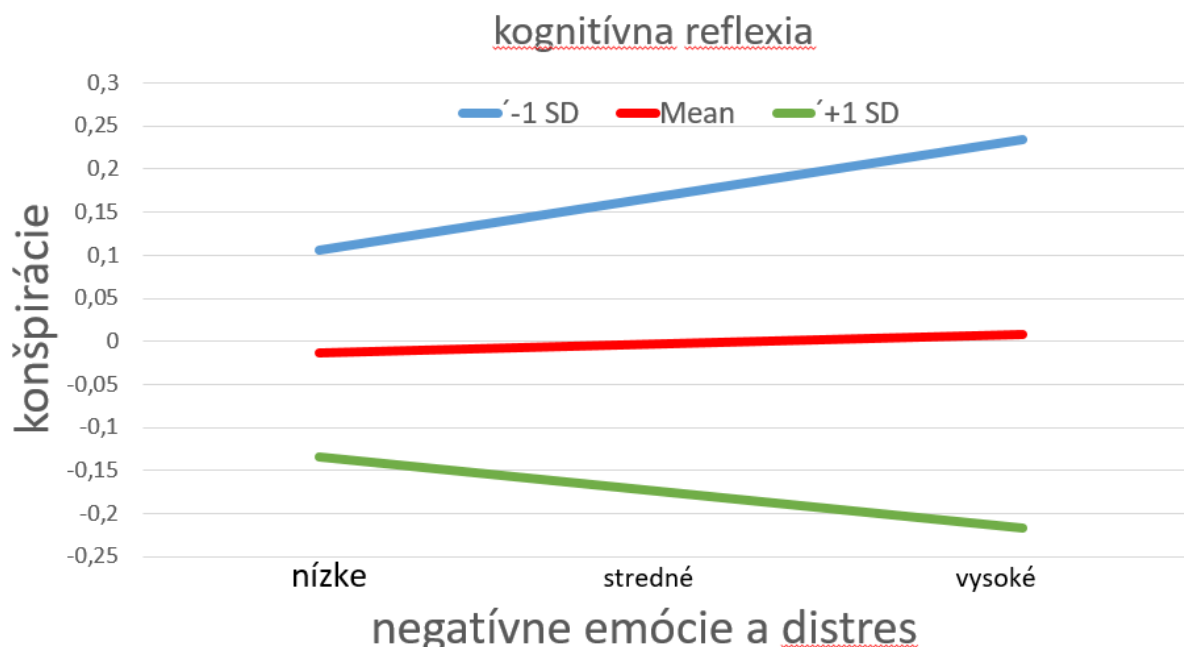
Moderačná analýza bola realizovaná prostredníctvom viacnásobnej regresnej analýzy s použitím macra PROCESS pre SPSS (Hayes, 2020). Keďže medzi premennými negatívnej emocionality a distresu a medzi oboma typmi konšpirácií boli identifikované stredné až silné korelácie, boli prostredníctvom analýzy hlavných komponentov vytvorené faktorové skóre s cieľom zvýšiť robustnosť moderačnej analýzy. Faktorové skóre bolo uložené ako novovytvorené premenné negatívne emócie a konšpirácie a tie boli následne použité v moderačnej analýze. Ako vidieť z tabuľky 2, moderačný efekt kognitívnej reflexie sa ukázal ako signifikantný, avšak s malým efektom. Podmienené efekty sú v grafickej forme zobrazené na obrázku 2. Obrázok ukazuje, že s rastom negatívnych emócií stúpa u ľudí s nízkou kognitívnou reflexiou miera súhlasu s konšpiračnými presvedčeniami. Naopak, u ľudí s vysokou mierou kognitívnej reflexie príklon ku konšpiráciám s rastúcim distresom a negatívnymi emóciami klesá.

Tabuľka 2. Moderačná analýza kognitívnej reflexie ako moderátora vzťahu medzi negatívnymi emóciami a konšpiráciami

	B	SE	95% CI
negatívne emócie	0,0112	0,0263	[-0,0543, 0,0745]
kognitívna reflexia	-0,1061	0,0161	[-0,1377, -0,0745]
Negatívne emócie x kognitívna reflexia	-0,0323	0,0163	[-0,0642, -0,0003]

Poznámka. $R^2 = .0326$, $R^2\Delta(Int) = .0027^*$, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Obrázok 2. Moderačný efekt kognitívnej reflexie na vzťah medzi negatívnymi emóciami/distresom a konšpiračnými presvedčeniami



DISKUSIA

Cieľom tejto štúdie bolo preskúmať interakciu emočných premenných a kognitívnej reflexie pri predikcii konšpiračných presvedčení ohľadne nových spoločenských fenoménov. Korelačná analýza však nepreukázala výraznejšiu súvislosť medzi emočnými premennými a konšpiračnými presvedčeniami, okrem veľmi nízkych a hranične signifikantných korelácií medzi spokojnosťou a distresom a konšpiračnými presvedčeniami. Tento výsledok zodpovedá doterajšiemu výskumu, ktorý na jednej strane potvrdzuje súvis distresu na konšpiračné presvedčenia (Grzesiak-Feldman, 2013; Šrol, Ballová Mikušková & Čavojová, 2021; Swami et al., 2016) avšak metaanalýzy pre osobnostné črty napr. neurotizmus to nepotvrdzujú (Goreis & Voracek, 2019). Ak však predpokladáme moderačný efekt iných premenných, v našom prípade kognitívnej reflexie, je možné, že úroveň celkového efektu emočne ladených premenných na konšpirácie je podmienený práve týmito premennými.

Tento predpoklad bol overovaný v moderačnej analýze, kde boli použité kompozitné premenné negatívne emócie a konšpirácie. Výsledky potvrdili, že výkon v Teste kognitívnej reflexie je moderátorom vo vzťahu medzi negatívnym prežívaním (anxietou, depresivitou, distresom) a vierou v konšpiračné presvedčenia. U ľudí s nízkou mierou kognitívnej reflexie rastie so zvyšujúcimi sa negatívnymi emóciami aj úroveň konšpirácií, naopak pri vysokej kognitívnej reflexii je efekt opačný (s rastom negatívnych emócií úroveň konšpirácií klesá). Dá sa povedať, že kognitívna reflexia pôsobí v tomto prípade ako nárazníková premenná, ktorá chráni a redukuje dopad distresu na konšpirácie. Tento ochranný efekt kognitívnej reflexie je známy aj z iných štúdií napr. ohľadne efektu narcizmu na konšpirácie (Cosgrove & Murphy, 2023). Dá sa preto uvažovať o tom, že zvyšovanie kognitívnej reflexie by mohlo pomôcť pri zvyšovaní odolnosti voči konšpiráciám, najmä u ľudí s dispozíciou k negatívnemu prežívaniu, či osobnostnými črtami súvisiacimi s konšpiráciami. Na druhej strane však treba vziať do úvahy, že identifikovaný moderačný efekt bol dosť nízky, preto je potrebné ho v budúcich štúdiách replikovať.

Táto štúdia má aj viacero limitácií. V prvom rade je to použitie sebavýpoved'ových metód. Aj keď sú vo všeobecnosti na meranie osobných presvedčení sebavýpoved'ové metódy adekvátne, treba poukázať na to, že konšpirácie môžu byť sociálne citlivá téma a že sebavýpoved' o týchto záležitostiach môže niekedy skreslená sociálnou žiadúcnosťou. Ďalšou limitáciou tejto štúdie je zber dát cez online panel prieskumnej agentúry. Zber dát cez online panel samozrejme prináša niekoľko výhod, a to najmä jednoduché zabezpečenie reprezentatívnosti výskumného súboru voči definovaným kritériám ako sú vek, pohlavie, geografické rozloženie respondentov, a v neposlednom rade ľahšiu možnosť opakovanej regrutácie respondentov, napr. pri longitudinálnych výskumoch. Na druhej strane však takýto typ regrutácie prináša nevýhody najmä v tom, že sú podreprezentované osoby s nižším sociálnym statusom a sťaženým prístupom k internetu. V neposlednom rade treba za limitáciu považovať aj už spomínané nízke miery efektu, ktoré nie sú veľmi presvedčivé a môžu zvyšovať pravdepodobnosť chyby falošnej pozitivity. V ďalšom výskume je preto potrebné tieto výsledky replikovať, prípadne rozšíriť predpoklady aj na iné typy konšpiračných presvedčení, či premenné súvisiace s negatívnymi emóciami.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Bahna, V. (2015). Kognitívny a evolučný kontext šírenia konšpiračných teórií. *Slovak Ethnology/Slovenský národopis*, 63(3), 195-206.
- Ballová Mikušková, E. (2021). The analytic cognitive style and conspiracy mentality as predictors of conspiracy beliefs. *Studia Psychologica*, 63(2), 190–203.
<https://doi.org/10.31577/sp.2021.02.819>
- Cosgrove, T., & Murphy, C. (2023). Narcissistic susceptibility to conspiracy beliefs exaggerated by education, reduced by cognitive reflection. *Frontiers in Psychology*, 14, 1164725.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1164725>.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Evans, J. S. B. T., & Stanovich, K. E. (2013). Dual-process theories of higher cognition: Advancing the debate. *Perspectives on Psychological Science*, 8(3), 223–241.
<https://doi.org/10.1177/1745691612460685>
- Goreis, A., & Voracek, M. (2019). A systematic review and meta-analysis of psychological research on conspiracy beliefs: Field characteristics, measurement instruments, and associations with personality traits. *Frontiers in Psychology*, 10, 205.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00205>
- Grzesiak-Feldman, M. (2013). The effect of high-anxiety situations on conspiracy thinking. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 32(1), 100–118. <https://doi.org/10.1007/s12144-013-9165-6>
- Hayes, A. F., & Rockwood, N. J. (2020). Conditional process analysis: Concepts, computation, and advances in the modeling of the contingencies of mechanisms. *American Behavioral Scientist*, 64(1), 19–54.
<https://doi.org/10.1177/0002764219859633>
- Imhoff, R., Dieterle, L., & Lamberty, P. (2021). Resolving the puzzle of conspiracy worldview and political activism: Belief in secret plots decreases normative but increases nonnormative political engagement. *Social Psychological and Personality Science*, 12(1), 71–79. <https://doi.org/10.1177/1948550619896491>
- Jolley, D., Meleady, R., & Douglas, K. M. (2020). Exposure to intergroup conspiracy theories promotes prejudice which spreads across groups. *British Journal of Psychology*, 111(1), 17–35. <https://doi.org/10.1111/bjop.12385>
- Kohút, M., Halama, P., Soto, C. J., & John, O. P. (2020). Psychometric properties of Slovak short and extra-short forms of Big Five Inventory-2 (BFI-2). *Československá psychologie*, 64(5), 550-563.
- Ripp, T., & Röer, J. P. (2022). Systematic review on the association of COVID-19-related conspiracy belief with infection-preventive behavior and vaccination willingness. *BMC psychology*, 10(1), 66. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00771-2>

- Rosen, C. S., Drescher, K. D., Moos, R. H., Finney, J. W., Murphy, R. T., & Gusman, F. (2000). Six and ten-item indexes of psychological distress based on the Symptom Checklist-90. *Assessment*, 7(2), 103-111. <https://doi.org/10.1177/107319110000700201>
- Stasielowicz, L. (2022). Who believes in conspiracy theories? A meta-analysis on personality correlates. *Journal of Research in Personality*, 98, 104229. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104229>
- Swami, V., Furnham, A., Smyth, N., Weis, L., Lay, A., & Clow, A. (2016). Putting the stress on conspiracy theories: Examining associations between psychological stress, anxiety, and belief in conspiracy theories. *Personality and Individual Differences*, 99, 72–76. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.084>
- Šrol, J., Ballová Mikušková, E., & Čavojová, V. (2021). When we are worried, what are we thinking? Anxiety, lack of control, and conspiracy beliefs amidst the COVID-19 pandemic. *Applied Cognitive Psychology*, 35(3), 720–729. <https://doi.org/10.1002/acp.3798>
- Šrol, J., & Čavojová, V. (2024). Symbolic threat from the West, belief in pro-Kremlin conspiracy theories, and attribution of blame for the war in Ukraine: A two-wave longitudinal study. *Political Psychology*, 46(1), 85-103 <https://doi.org/10.1111/pops.12975>
- van Prooijen, J.-W. (2024). Group-oriented motivations underlying conspiracy theories. *Group Processes & Intergroup Relations*, 27(5), 1050-1067. <https://doi.org/10.1177/13684302241240696>
- Yelbuz, B. E., Madan, E., & Alper, S. (2022). Reflective thinking predicts lower conspiracy beliefs: A meta-analysis. *Judgment and Decision Making*, 17(4), 720–744. <https://doi.org/10.1017/S1930297500008913>

***VPLYV PODNIKANIA RODIČOV: ROZDIELNE VPLYVY OTCA
A MATKY NA PODNIKATEĽSKÉ START-UPOVÉ ZÁMERY SYNA A
DCÉRY***

***PARENTAL ENTREPRENEURIAL INFLUENCE: DIFFERENTIAL
EFFECTS OF FATHER AND MOTHER ON SONS' AND DAUGHTERS'
BUSINESS START-UP INTENTIONS***

Róbert Hanák & Jana Blštáková

Faculty of Business Management, University of Economics in Bratislava

E-mail: robert.hanak@euba.sk

ABSTRAKT

Teória sociálneho učenia v kombinácii s teóriou identifikácie rolí sa často používa na čiastočné vysvetlenie výberu povolania študentov vo vzťahu ku kariére ich rodičov. V oblasti podnikania však vieme málo o konkrétnom vplyve otcov a matiek na výber povolania ich detí. Preto sme sa zamerali na skúmanie samostatných vplyvov podnikania otca/matky na podnikateľské zámery ich synov/dcér. Vzorka slovenských študentov manažmentu (muži, $n = 93$; ženy, $n = 153$) odpovedala na otázky súvisiace s ich zámerom začať podnikat' a otázky ohľadom podnikania každého z ich rodičov. Zistili sme krížový efekt vplyvu. Podnikateľská kariéra otcov mala významný vplyv na rozhodnutia ich dcér ($\beta = 0,25$, $p = 0,002$), zatiaľ čo vplyv otcov na synov bol menší ($\beta = 0,17$, $p = 0,11$). Naopak, podnikateľská kariéra matiek mala mierny, ale silnejší vplyv na rozhodnutia synov ($\beta = 0,24$, $p = 0,02$) v porovnaní s vplyvom na dcéry ($\beta = 0,10$, $p = 0,23$).

Kľúčové slová

vplyv rodičov; zámer začať podnikat'; podnikateľské zámery potomkov

ABSTRACT

Social learning and role identification theories are often used to partially explain students' career choices related to their parents' careers. However, little is known in the entrepreneurial domain about the specific influence of fathers' and mothers' entrepreneurial careers on their children's career choices. Therefore, we aimed to investigate the separate effects of each parent's entrepreneurial activity (father/mother) on the entrepreneurial intentions of their sons/daughters. A sample of Slovak management students (men, $n = 93$; women, $n = 153$) completed self-report questionnaires that assessed their intentions to start a business and the entrepreneurial activities of their parents. A cross-gender effect was found. Fathers' entrepreneurial careers had a significant impact on their daughters' decisions ($\beta = 0.25$, $p =$

0.002), while the influence on sons was smaller ($\beta = 0.17$, $p = 0.11$). Conversely, mothers' entrepreneurial careers had a modest but stronger influence on sons' decisions ($\beta = 0.24$, $p = 0.02$) compared to daughters ($\beta = 0.10$, $p = 0.23$).

Keywords

parental influence; entrepreneurial career intentions; descendants' entrepreneurial intentions

Grant support

This article was financed from these two research projects:

33% This research was supported by a grant from the Slovak Ministry of Education Science, Research and Sport, VEGA 1/0767/21: Modelling the decision-making of investors assessing business proposals.

33% This research was supported by a grant from the Slovak Ministry of Education Science, Research and Sport, VEGA 1/0623/22: Virtualization in human resources management - the life cycle of an employee in a company in digital transformation.

34% This research was supported by a grant from the Slovak Ministry of Education Science, Research and Sport, VEGA 1/0794/25: The transformation of human capital for the digital era: influencing factors and tools for developing digital skills.

INTRODUCTION

The individual decision to start as an entrepreneur new business belongs to the group of significant life decisions, which could have a strong impact not only on the entrepreneur himself but on all key stakeholders such as his/her family members, state, municipality, employees, business partners, vendors, etc. Especially in the light of success or absolute failure with debts left behind. Several independent psychological theories and approaches are trying to explain the intention to start a business and we can organize them into two summing blocks. The first group of theories is based on personality factors, which propose that an entrepreneur's personality is that essence that plays a crucial role in the intention to start a new business (Shaver, Scott, 1991; Zhao, Seibert, 2006; Rauch, Frese 2007). The second larger block of psychological theories explaining this decision is related to the behavioral factors (Nicolaou, Shane, 2009, Aldrich and Wiedenmayer, 1993, Thornton, Flynn, 2003, Chlosta et al. 2012) and situational factors (Schoonhoven, Romanelli, 2001). These theories are complex and broader but from them, we can identify two crucial ones related to our research: Social Learning Theory (Bandura, 1986), combined with Role Identification Theory (Katz & Kahn, 1978). They are used to partially explain the educational and occupational choices of university students concerning their parents' careers. This is related also to entrepreneurship (Krueger Jr, Reilly, Carsrud, 2000, Krueger, Brazeal, 1994).

Empirical findings in entrepreneurial career choices support these theoretical claims. In various fields, including entrepreneurship, children are 1.3 to 3 times more likely to pursue the same careers as their parents (Lindquist et al., 2015). These are general findings that describe parents and children just as two groups but do not go deeper into the problem, where specific interaction between parent gender and children gender was not investigated. Especially in the entrepreneurial domain very little is known about the specific interaction of father/mother's

career to son/daughter careers and entrepreneurial intention (Dumas, 1990, 1989, Stavrou, 1999, Silva, 2006). Based on the above-described theoretical framing, supported with foreign empirical evidence we set our goal as follows: Investigate the effects of the entrepreneurial activity of every parent separately (father/mother) on the entrepreneurial intention of their son/daughter in the Slovak sample.

METHODS

Research sample: Slovak students from the University of Economics in Bratislava (men, $n = 93$, women $n = 153$) answered self-report questions asking about I. their own intention to start a business, II. past entrepreneurial activity of their father and mother without financial incentive.

Measures: Entrepreneurial intention was measured by the following questions: “Have you seriously considered starting your own business?” (Six-point Likert scale, no never - 0; definitely or I am an entrepreneur already - 6). Entrepreneurial activity of parents was measured by the following questions: “My father was a businessman/My mother was a businesswoman.” (Four point Likert scale, No - 0, Yes, some of the time - 1, Yes, most of the time - 2, Yes, almost all of the time - 3).

RESULTS

In the result section we report the results of simple linear regressions. To ensure the validity of our regression results we performed the Durbin -Watson test, which met the criteria for all simple regression we performed. In Table 1 we report the results from the two simple linear regressions. Comparing the influence of father versus mother career time engagement in entrepreneurial activity we can see that the mother does have twice as much influence on the son compared to the father. Both parents have positive effects, but we have to say that the percentage of explained variance (R^2) is very low.

Table 1. Son's intention to start a business (DV) according to his parents' engagement in entrepreneurship (IV), each row report results of simple linear regression

Predictor	R^2	F (df1; df2)	Standardized Beta	p
Father_entrepreneur	0.03	2.57 (1; 91)	0.17	0.11
Mother_entrepreneur	0.06	5.48 (1; 91)	0.24	0.02

Similarly, in Table 2 we report the results from the two simple linear regressions. Contrary to our expectations we can see that the daughter is more influenced by her father compared to the mother. We can see that the mother's influence is close to zero, but the influence of father is also negligible.

Table 2. The daughter's intention to start a business (DV) according to his parents' engagement in entrepreneurship (IV), each row reports results of simple linear regression

Predictor	R ²	F (df1; df2)	Standardized Beta	p
Father_entrepreneur	0.06	10.15 (1;151)	0.25	0.002
Mother_entrepreneur	0.01	1.48 (1; 151)	0.10	0.23

Comparing fathers' or mothers' effects we can say that they are almost the same in size, therefore we can not say which parent has a stronger influence on their children. Our results are different from studies where the influence of the father was more important. We can say that they influence their children differently whether it is boy or girl, but of the same strength and size.

DISCUSSION

In broader terms, we confirmed the presumptions defined by Social Learning Theory (Bandura, 1986), and especially with the Role Identification Theory (Katz & Kahn, 1978). Our results indicate that fathers' entrepreneurial engagement has a significantly positive effect on their daughters' intentions to become entrepreneurs. However, this effect is not observed in sons, where the influence is insignificant and half the size compared to the influence that the father has on his daughter. Our results are contrary to some scientific findings reporting a significant influence of fathers on sons which was considered more important than mothers' influence (De Wit, Van Winden, 1989, Butler, Herring, 1991, Van Auken, Stephens, Fry and Silva 2006). These results could be caused by the age of relevant studies because from their publication a long time passed from today. In the nineties, time of the publication of those studies the most frequent model of the family was that where the father was the provider and the mother was at home with the kids. At that time it was the father who had a career and had more information about the professional career world compared to the mother. This is a different family model than today when both parents are family income providers and both have their careers. Similarly, mothers' entrepreneurial engagement has a significantly positive effect on their sons' intentions to become entrepreneurs themselves. Again, this effect is not observed in their daughters, where the influence is both insignificant and trivial. Based on these results we conclude that cross-gender effect was found. Summing up our results we found that fathers' entrepreneurial activity influences their daughters' entrepreneurial intentions, but not their sons', while mothers' entrepreneurial activity influences their sons' entrepreneurial intentions, but not their daughters, and it is contrary to previous and older findings. At the same time, we have to say that the percentage of explained variance (R²) is very low (from 1% to a maximum of 6%), which indicates that just the fact that parents have an entrepreneurial career has negligible effect itself on the intention of their children to become entrepreneurs. In practical terms, if we would like to support and nudge children into an entrepreneurial career, for a son it is a mother who has a stronger influence if she was an entrepreneur. For the daughter father should be the first choice.

REFERENCES

- Aldrich, H. E., & Wiedenmayer, G. (1993). From traits to rates: An ecological perspective on organizational foundings. *Advances in entrepreneurship, firm emergence, and growth*, 1(3), 145-196. <https://doi.org/10.1108/S1074-754020190000021010>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, NJ, 1986.
- Butler, J. S., & Herring, C. (1991). Ethnicity and entrepreneurship in America: Toward an explanation of racial and ethnic group variations in self-employment. *Sociological Perspectives*, 34(1), 79-94.
- Chlosta, S., Patzelt, H., Klein, S. B., & Dormann, C. (2012). Parental role models and the decision to become self-employed: The moderating effect of personality. *Small Business Economics*, 38(1), 121-138. <https://doi.org/10.1007/s11187-010-9270-y>
- De Wit, G., & Van Winden, F. A. (1989). An empirical analysis of self-employment in the Netherlands. *Small Business Economics*, 1(4), 263-272. <https://doi.org/10.1007/BF00393805>
- Dumas, C. (1989). Understanding of father-daughter and father-son dyads in family-owned businesses. *Family Business Review*, 2(1), 31-46. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6248.1989.00031.x>
- Dumas, C. A. (1990). Preparing the new CEO: managing the father-daughter succession process in family businesses. *Family Business Review*, 3(2), 169-181. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6248.1990.00169.x>
- Katz, D., & Kahn, R. L. (1978). *The Social Psychology of Organizations*, John Wiley & Sons. New York, NY.
- Krueger Jr, N. F., & Brazeal, D. V. (1994). Entrepreneurial potential and potential entrepreneurs. *Entrepreneurship theory and practice*, 18(3), 91-104. <https://doi.org/10.1177/104225879401800307>
- Krueger Jr, N. F., Reilly, M. D., & Carsrud, A. L. (2000). Competing models of entrepreneurial intentions. *Journal of business venturing*, 15(5-6), 411-432. [https://doi.org/10.1016/S0883-9026\(98\)00033-0](https://doi.org/10.1016/S0883-9026(98)00033-0)
- Lindquist, M. J., Sol, J., & Van Praag, M. (2015). Why do entrepreneurial parents have entrepreneurial children? *Journal of Labor Economics*, 33(2), 269-296. <https://doi.org/10.1086/678493>
- Nicolaou, N., & Shane, S. (2009). Can genetic factors influence the likelihood of engaging in entrepreneurial activity? *Journal of Business Venturing*, 24(1), 1-22. <https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2007.11.003>
- Rauch, A., & Frese, M. (2007). Let's put the person back into entrepreneurship research: A meta-analysis on the relationship between business owners' personality traits, business creation, and success. *European Journal of work and organizational psychology*, 16(4), 353-385. <https://doi.org/10.1080/13594320701595438>
- Schoonhoven, C. B., & Romanelli, E. (2001). *The entrepreneurship dynamic: Origins of entrepreneurship and the evolution of industries*. Stanford University Press.

- Shaver K.G., Scott, L. R. (1991). Person, Process, Choice: The Psychology of New Creation. *Entrepreneurship: Theory o Practice*, 16(2), 23-45.
<https://doi.org/10.1177/104225879101600204>
- Stavrou, E. T. (1999). Succession in family businesses: Exploring the effects of demographic factors on offspring intentions to join and take over the business. *Journal of small business management*, 37(3), 43.
- Thornton, P. H., & Flynn, K. H. (2003). Entrepreneurship, networks, and geographies. In *Handbook of entrepreneurship research* (pp. 401-433). Springer, Boston, MA.
- Van Auken, H., Stephens, P., Fry, F. L., & Silva, J. (2006). Role model influences on entrepreneurial intentions: A comparison between USA and Mexico. *The International Entrepreneurship and Management Journal*, 2(3), 325-336.
- Zhao, H., & Seibert, S. E. (2006). The big five personality dimensions and entrepreneurial status: A meta-analytical review. *Journal of applied psychology*, 91(2), 259.
<https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.2.259>

***TEMPERAMENT V MLADŠOM ŠKOLSKOM VEKU: OVERENIE
FAKTOROVEJ ŠTRUKTÚRY SLOVENSKEJ VERZIE DOTAZNÍKA TMCQ***

***TEMPERAMENT IN THE MIDDLE CHILDHOOD: FACTOR
STRUCTURE OF THE TMCQ QUESTIONNAIRE IN A SLOVAK SAMPLE***

Silvia Harvanová, Margaréta Hapčová, Diana Demkaninová, Daniela Turoňová & Barbora Mesárošová

Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Univerzita Komenského v Bratislave

E-mail: silvia.harvanova@uniba.sk

ABSTRAKT

Rothbartovej model temperamentu je považovaný za jeden z najvplyvnejších vývinových modelov temperamentu od raných fáz detstva po obdobie dospelosti. Temperament chápe ako stabilné, interindividuálne rozdiely v emocionálnej reaktivite a regulácii na afektívnej, motorickej a kognitívnej úrovni. TMCQ je jednou z dotazníkových metód, vyvinutou Rothbartovou a kolegami, orientovanou na posúdenie temperamentu rodičom. TMCQ bol použitý v množstve štúdií, zameraných na oblasti kognitívneho, osobnostného vývinu, ako aj oblasť vývinovej psychopatológie. TMCQ je však z psychometrického hľadiska stále predmetom diskusie. Aj keď boli prezentované čiastočné dáta o jeho reliabilite a validite, dlhodobo existujú pochybnosti ohľadom pôvodne navrhovaného trojfaktorového modelu. Model predpokladá faktorovú štruktúru vyššieho rádu, kde jednotlivé položky sýtia premenné prvého rádu, a tieto sýtia jednotlivé faktory. Viaceré štúdie naznačujú potrebu výraznej revízie. Navyše, psychometrické parametre TMCQ zatiaľ na slovenskej populácii neboli posudzované. Cieľom tejto štúdie bolo overiť faktorovú štruktúru slovenskej verzie dotazníka TMCQ na vzorke 178 detí vo veku 7-12 rokov. Konfirmačná faktorová analýza nepotvrdila dostatočnú zhodu trojfaktorového modelu s dátami slovenskej verzie TMCQ. Limity a otvorené otázky prezentujeme v diskusii.

Kľúčové slová

temperament; mladší školský vek; faktorová štruktúra; TMCQ

ABSTRACT

The Rothbart model of temperament has become one of the most renowned concepts describing different developmental stages from infancy to adulthood. Temperament is characterized as stable individual differences in emotional reactivity and regulation on the affective, motor and cognitive level. TMCQ is a questionnaire, developed by Rothbart and colleagues, oriented on

parent-report assesment in children. TMCQ was used in a number of studies of cognitive, personality development and developmental psychopathology. However, TMCQ is still debated for its psychometric properties. Even though partial reliability and validity data were presented, the doubts have been raised about the original three factor structure. The model implies a higher-order factor structure, where questionnaire items load on to the lower-order variables and these load on to the factors. Several studies suggest a need for refinement on the item and the scale level. Moreover, TMCQ has not yet been studied from the psychometric perspective in Slovak population. Our aim was to verify the TMCQ factor structure in a sample of 178 children, aged between 7 and 12 years. Confirmatory factor analysis did not show a sufficient 3-factor model fit with our data. Limitations and open questions are presented in the discussion.

Keywords

temperament; middle childhood; factor structure; TMCQ

Grantová podpora

Táto štúdia bola podporená grantom Sebaregulácia detí v mladšom školskom veku - úloha temperamentu a exekutívnych funkcií, VEGA 1/0640/22.

ÚVOD

Temperament je podľa Rothbartovej (2007) definovaný ako stabilné, interindividuálne rozdiely v emocionálnej reaktivite a regulácii na afektívnej, motorickej a kognitívnej úrovni. Kvalitu temperamentu ovplyvňuje množstvo fyziologických, genetických a individuálnych maturačných faktorov (Shiner et al., 2012). Temperament detí je z hľadiska obsahovej validity a objasnenia štruktúry v porovnaní s dospelými ťažšie skúmateľný. Zároveň býva označovaný ako prediktor sociálneho fungovania, školského výkonu, so vzťahom k etiológii internalizujúcej a externalizujúcej psychopatológie (De Pauw et al., 2009).

Rothbartovej psychobiologický model temperamentu je považovaný za jeden z najvplyvnejších vývinových modelov temperamentu od raných fáz detstva po obdobie dospelosti. Tvoria ho tri široké faktory naprieč rôznymi vekovými skupinami (Rothbart, 2007). Faktor *Extraverzia/surgencia* (SU) referuje na sociálnu orientáciu, kombinuje aspekty motorickej aktivity a pozitívnych emócií, súvisí so senzitivitou voči odmene, zvedavosťou, vyhľadávaním nového a aktivitou v sociálnych interakciách s rovesníkmi (Neuenschwander & Blair, 2017; Suor et al., 2019). Faktor *Vôľou podmienená kontrola* (EC) reprezentuje schopnosť inhibičnej kontroly, kontroly pozornosti a aktívacie (González et al., 2001; Simonds et al., 2007). Faktor *Negatívny afekt* (NA) súvisí so všeobecnou tendenciou prežívania negatívnych emócií, internalizujúcimi symptómami a regulačnými a reaktívnymi procesmi vrátane detskej úzkosti, fóbie a depresie (Affrunti & Woodruff-Borden, 2015; Ursache et al., 2013).

Z Rothartovej modelu temperamentu vychádza viacero dotazníkových metód, zameraných na jednotlivé vývinové obdobia (napr. Evans & Rothbart, 2007; Gartstein & Rothbart, 2003). Na obdobie detstva, resp. mladší školský vek je zameraná metóda TMCQ, ktorá sa vyskytuje v množstve štúdií, zameraných na oblasti kognitívneho, osobnostného, neurálneho vývinu, ako aj na oblasť vývinovej psychopatológie. Existujú však len čiastočné dáta o reliabilite a validite TMCQ ako výskumného nástroja. Psychometrické parametre TMCQ sú stále predmetom diskusie, najmä v prípade jeho konštruktivej validity. Model TMCQ predpokladá faktorovú

štruktúru vyššieho rádu, kde jednotlivé položky sýtia premenné prvého rádu (škály) a tieto sýtia jednotlivé faktory. Faktorová štruktúra TMCQ bola sledovaná viacerými štúdiami, s použitím sieťovej analýzy (Lipska et al., 2022) exploračných (Kotelnikova et al., 2016) aj konfirmačných postupov (Kozlowski et al., 2022; Nystrom & Bengtsson, 2017). Doterajšie zistenia na seba nenadväzujú, poukazujú na problematickú štruktúru, nepodporujú (Kotelnikova et al., 2016; Nystrom & Bengtsson, 2017; Kozlowski et al., 2022) alebo len čiastočne podporujú navrhovaný trojfaktorový model (Loquette et al., 2019; Lipska et al., 2022). Problémom je tiež výrazný prekryv škál pri sýtení jednotlivých faktorov (tzv. cross-loadings), ktorý bol často tolerovaný z dôvodu akceptovateľnosti zvoleného faktorového riešenia (Kozlowski et al., 2022). Vzhľadom na nejednoznačnosť doterajších zistení ohľadom validity základného teoretického modelu, je cieľom našej štúdie overiť trojfaktorovú štruktúru slovenskej verzie dotazníka TMCQ prostredníctvom konfirmačnej faktorovej analýzy (Nystrom & Bengtsson, 2017) na vzorke slovenských detí vo veku 7-12 rokov.

METÓDY

Výskumná vzorka

Na základe vopred stanovených inklúzných a exklúzných kritérií výslednú vzorku tvorilo 178 participantov, z toho 98 chlapcov a 80 dievčat vo veku 6-12 rokov ($M= 9,04$, $SD=1,51$). Hodnotenia realizovali v 90,5% matky, v 9,5% otcovia detí. Kontrolovali sme primárny jazyk hodnotiteľa, ktorý vyplňal dotazník a vzťah k dieťaťu. Inklúznym kritériom bol vek a neprítomnosť psychickej poruchy. V porovnaní s odporúčaním (Simonds & Rothbart, 2004) sme interval rozšírili o +/- 1 rok. Najviac zastúpené podľa veku boli skupiny 7-ročných detí (25,84%), 8-ročných (19,66%), 9-ročných (19,66%), 10-ročných (16,29%) a 11-ročných (12,36%). Najmenej zastúpené boli skupiny 12-ročných (1,12%) a 6-ročných detí (5,05%). S vekom súviseli škály *Úroveň aktivity* (-0,287), *Hnev/ frustrácia* (-0,152), *Diskomfort* (-0,161), *Impulzivita* (-0,205), *Kontrola inhibície* (0,166). Rodové rozdiely podľa veku participantov neboli pozorované. Rodové rozdiely boli signifikantné pre škály *Zameranie pozornosti*, *Impulzivita* a *Potešenie z pokojných podnetov*. Veľkosti efektov však boli nízke ($d < 0,5$).

TMCQ

The Temperament in Middle Childhood Questionnaire (TMCQ) (Simonds & Rothbart, 2004) je dotazník určený na hodnotenie temperamentu dieťaťa vo veku 7 až 10 rokov. Hodnotenie realizuje opatrovník dieťaťa (rodič). Obsahuje 157 položiek, ktoré opisujú dieťa na päťbodovej škále, od *takmer vždy nepravdivé* po *takmer vždy pravdivé*, s možnosťou *nedá sa odpovedať* (*not applicable; N/A*) ako dodatočnou voľbou. Položky sú zoskupené do 17 škál, z ktorých 13 vychádza z dobre overeného *Dotazníka správania detí* (CBQ; Rothbart, Ahadi, Hershey & Fisher, 2001), ktorý tvoria tri temperamentové faktory: *Negatívny afekt* (angl. *Negative Affect, NA*), *Surgencia* (angl. *Surgency, SU*) a *Vôľou podmienená kontrola* (angl. *Effortful Control, EC*). Škálové priemerné skóre je vyjaredné súčtom jednotlivých položiek danej škály, vydelené počtom položiek škály mínus počet N/A odpovedí. Väčšina položiek bola adaptovaná z CBQ a časť bola doplnená autormi TMCQ (Simonds, 2007). Podľa manuálu TMCQ (Simonds & Rothbart, 2004) sa používateľom odporúča, aby odvodzovali skóre faktorov na základe týchto 13 dimenzií CBQ, alebo voliteľne zahrnuli 14. dimenziu *Kontrola aktivity*, ktorá je súčasťou faktora EC. V tejto štúdii sa obmedzujeme na analýzu týchto 14 odporúčaných škál. Kompletne radenie škál k jednotlivým faktorom podľa Simmonds (2006) je zobrazené v tabuľke 1.

V našom výskume sme použili slovenskú verziu TMCQ, ktorú sme so súhlasom autorov vytvorili prostredníctvom prekladu a spätného prekladu v spolupráci so Samuelom Putmanom z Bowdoin College, ktorý validoval spätný preklad.

Zber a spracovanie dát

Informovaný súhlas ohľadom účasti na výskume bol schválený *Etickou komisiou Filozofickej fakulty Univerzity Komenského*. Zber dát prebehol online prostredníctvom elektronickej platformy *REDCap*. Vylúčené boli neúplné alebo podozrivé odpovede. Kompletné odpovede sme získali od 224 respondentov, s výskytom N/A odpovedí v rozsahu 0-52%. Pre účely konfirmačnej faktorovej analýzy sme vylúčili tých, ktorí presiahli 5% odpovedí N/A (N= 47, 21%). Pre výpočet priemerného škálového skóre bola použitá suma skóre skórovaných položiek vydelená počtom skórovaných položiek (bez započítavania N/A odpovedí). N/A odpovede boli spracovávané ako chýbajúce odpovede, ktoré sme pre účely CFA nahradili priemernými hodnotami v danej položke pre celý súbor prostredníctvom SPSS22. Takto bolo nahradených pre jednotlivé položky od 0 po max. 38 odpovedí, v celom súbore 1,7% odpovedí. Dáta boli ďalej spracované prostredníctvom štatistického programu Jamovi 2.3.21.

VÝSLEDKY

Výskyt N/A odpovedí sme zmapovali pred ďalšími analýzami, aby sme identifikovali potenciálne skreslenia v dátach. *Tabuľka 1* znázorňuje ich frekvenciu podľa škál.

Tabuľka 1. Analýza výskytu N/A odpovedí v škálach TMCQ

Faktory TMCQ	Škály TMCQ	% N/A ^a
Extraverzia/Surgencia (SU)	Úroveň aktivity	0,3
	Potešenie z intenzívnych podnetov	5
	Impulzivita	2
	Plachosť	0,8
Vôľou podmienená kontrola (EC)	Zameranie pozornosti	2
	Kontrola inhibície	2
	Potešenie z pokojných podnetov	7
	Percepčná senzitivita	5
	Kontrola aktivácie	3
Negatívny afekt (NA)	Hnev/Frustrácia	1
	Diskomfort	3
	Strach	2
	Smútok	2
	Utíšiteľnosť	0,6

Poznámka. N = 224; vo výskumnom súbore pred vylúčením hodnotiteľov s vysokým výskytom N/A.

^a vypočítané na základe frekvencie N/A vo všetkých položkách, sýtiacich jednotlivé škály

K najčastejším odpovediam, ktoré sa objavovali v kategórii *nedá sa odpovedať (N/A)*, patrili napríklad: *sťahovanie do nového, veľkého mesta by bolo pre neho vzrušujúce* (N/A označilo 29% hodnotiteľov); *má rado zvuk šuštiaceho listia na jeseň* (27% označení); *obvykle vyhráva hádky s inými deťmi* (22%).

Deskriptívne parametre dát sú prezentované v *tabuľke 2*, spolu s údajmi o reliabilite jednotlivých škál dotazníka TMCQ. Nižšie ako uspokojivé hodnoty vnútornej konzistencie sme zaznamenali pri škálach *Potešenie z pokojných podnetov* a *Diskomfort*.

Tabuľka 2

Deskripcia škál TMCQ.

Škály/faktory TMCQ	M	SD	šikmosť	strmosť	Min	Max	α
Extraverzia/Surgencia (SU)							
Úroveň aktivity	3.99	0.76	-0.755	0.173	1.33	5.00	0.90
Potešenie z intenzívnych podnetov	3.45	0.61	-0.192	0.042	1.63	4.90	0.74
Impulzivita	3.02	0.72	0.099	0.022	1.15	4.85	0.85
Plachosť	2.37	0.86	0.597	-0.045	1.00	5.00	0.79
Vôľou podmienená kontrola (EC)							
Zameranie pozornosti	4.07	0.57	-0.836	0.803	1.90	5.00	0.80
Kontrola inhibície	3.31	0.68	-0.036	-0.261	1.62	5.00	0.79
Potešenie z pokojných podnetov	3.55	0.66	-0.254	-0.500	2.00	4.88	0.57
Percepčná senzitivita	3.53	0.67	-0.407	0.364	1.40	5.00	0.74
Kontrola aktivácie	3.27	0.53	0.121	0.173	2.00	4.87	0.75
Negatívny afekt (NA)							
Hnev/Frustrácia	3.09	0.80	0.016	-0.192	1.00	5.00	0.82
Diskomfort	2.58	0.65	0.295	-0.044	1.10	4.56	0.62
Strach	4.10	0.78	-0.042	0.088	2.00	6.50	0.73
Smútok	2.74	0.66	0.259	-0.278	1.40	4.50	0.80
Utíšiteľnosť	3.52	0.64	-0.274	0.334	1.63	5.00	0.75

Poznámka. α = koeficient vnútornej konzistencie Cronbachova alfa.

Konfirmačná faktorová analýza

Overovali sme model 3-faktorového riešenia na úrovni druhého rádu so 14 škálami, tak ako ich uvádzajú Simonds a Rothbart (2004). Ako znázorňuje *tabuľka 3*, pre faktor SU všetky škály signifikantne prispievajú k modelu. V najmenšej miere prispieva škála *Plachosť*, najvýznamnejšie tento faktor sýti škála *Potešenie z intenzívnych podnetov*. Všetky škály faktora EC významne prispievajú k modelu. Najviac je sýtený škálou *Zameranie pozornosti*, najmenej k nemu prispieva *Percepčná citlivosť*. K faktoru NA významne prispievali všetky škály. Najvýznamnejšie bol sýtený škálou *Smútok* a *Hnev*.

Tabuľka 3

Faktorové zaťaženie pre jednotlivé škály TMCQ.

Faktor	Škála	Estimate	SE	95% CI		Z	p	Stand. Estimate
SU	AL	0.442	0.1253	0.1965	0.688	3.53	<.001	0.584
	HIP	0.505	0.0875	0.3334	0.677	5.77	<.001	0.828
	IMP	0.461	0.1314	0.2030	0.718	3.50	<.001	0.643
	INH	-0.287	0.0598	-0.4039	-0.169	-4.79	<.001	-0.425
	SHY	-0.284	0.0807	-0.4423	-0.126	-3.52	<.001	-0.332
EC	ATT	0.628	0.0656	0.4994	0.757	9.57	<.001	0.730
	INH	0.472	0.0865	0.3027	0.642	5.46	<.001	0.700
	LIP	0.328	0.0504	0.2293	0.427	6.51	<.001	0.495
	PERC	0.194	0.0546	0.0864	0.301	3.54	<.001	0.291
	AC	0.409	0.0388	0.3330	0.485	10.53	<.001	0.779
NA	ANG	0.545	0.0567	0.4335	0.656	9.61	<.001	0.681
	DISC	0.440	0.0455	0.3506	0.529	9.67	<.001	0.682
	FEAR	0.425	0.0563	0.3145	0.535	7.55	<.001	0.563
	SAD	0.552	0.0426	0.4684	0.635	12.96	<.001	0.840
	SOOT	-0.514	0.0426	-0.5977	-0.431	-12.08	<.001	-0.800

Poznámka. SU= extravergia/surgencia, EC= vôľou podmienená kontrola, NA= negatívny afekt. AL= úroveň aktivity, HIP= potešenie z intenzívnych podnetov, IMP= impulzivita, SHY= plachosť, ATT= zameranie pozornosti, INH= kontrola inhibície, LIP= potešenie z pokojných podnetov, PERC= percepčná senzitivita, AC= kontrola aktivácie, ANG= hnev/frustrácia, DISC= diskomfort, FEAR= strach, SAD= smútok, SOOT= utíšiteľnosť.

Pre overenie zhody modelu s dátami sme použili kritériá: CFI > 0,9, TLI > 0,9, SRMR < 0,08 a RMSEA > 0,08. Navrhovaný trojfaktorový model *nemá* dostatočnú zhodu s našimi dátami (tabuľka 4).⁵

Tabuľka 4

Zhoda modelu s dátami slovenskej verzie TMCQ

	<i>n</i>	<i>x</i> ²	<i>df</i>	CFI	SRMR	RMSEA	CI	hodnotenie
CFA pre 3-faktory II. rádu	178	593	73	0.614	0.188	0.200	0.185 0.215	nedostatočná

Poznámka. N – počet respondentov, všetky χ^2 sú štatisticky významné pri $p < .001$; *df* - stupne voľnosti; CFI - komparatívny index zhody; SRMR - Štandardizovaný index zhody; RMSEA - druhá odmocnina priemerného štvorca chýb modelu, CI - interval spoľahlivosti.

⁵ Analýza modifikačných indexov pre faktorové zaťaženie ukázala, že presunutím škály *Impulzivita* do faktora EC by sa zvýšila zhoda modelu s dátami, stále však nie na dostatočnej úrovni pre navrhované 3-faktorové riešenie.

DISKUSIA

Konfirmačná faktorová analýza *nepotvrdila dostatočnú zhodu* modelu s dátami slovenskej verzie dotazníka TMCQ. Závěry viacerých štúdií (Kozłowski et al., 2022; Lipska et al., 2022), ktoré overovali faktorovú štruktúru TMCQ na úrovni II. rádu (faktory), aj na úrovni I. rádu (položky), naznačujú potrebu ďalšej revízie metódy, prostredníctvom redukcie na úrovni škál aj položiek. Kozłowski et al. (2022) sa domnievajú, že TMCQ ako nástroj je možné považovať za spoľahlivý na úrovni položiek, ktoré sýtia jednotlivé škály, nie však na úrovni pôvodne navrhovaného trojfaktorového modelu. Naša analýza tak môže byť skôr základom pre komplexnejšie analýzy TMCQ ako nástroja, s cieľom overiť faktorovú štruktúru na úrovni I. rádu a potenciálne redukovať počet škál i položiek.

Uvedený cieľ dobre ilustruje aj frekvenčná analýza N/A odpovedí (*nedá sa odpovedať*), ktorá priniesla niekoľko nečakaných zistení. Na úrovni položiek sme identifikovali viaceré, kde viac ako 20% respondentov označilo túto možnosť (napr.: *Má rado zvuk šuštiaceho lístia na jeseň*). Uvedené môže byť dané aj formuláciou položiek a ich kultúrnou podmienenosťou. Tieto položky si vyžadujú obsahovú revíziu aj s ohľadom na kultúrnu kompatibilitu prekladu. Uvedené sa týka aj niektorých škál s výskytom viac ako 5% N/A odpovedí, čo opäť naznačuje potrebu modifikácie TMCQ aj na úrovni škál. Napríklad škála *Potešenie z pokojných podnetov* obsahovala viac ako 7% takýchto odpovedí, ale aj nedostatočnú vnútornú konzistenciu. Aj v iných prácach sa ukázalo, že TMCQ obsahuje nadbytočné položky (Kotelnikova et al., 2016; Kozłowski et al., 2022; Nystrom & Bengtsson, 2017). Po týchto úpravách by bolo vhodné opäť overiť faktorovú štruktúru TMCQ, nakoľko korešponduje s troj-zložkovým modelom temperamentu.

K ďalším problémom patrí silný prekryv položiek pri sýtení jednotlivých faktorov, spôsobený ponechaním tzv. *crossloadings* na úrovni I. aj II. rádu v predchádzajúcich štúdiách. V našej vzorke by napr. škála *Impulzivita* mala vyšší faktorový náboj, ak by bola zaradená vo faktore *Vôľou podmienené úsilie*, nie v pôvodnom faktore *Surgencia*. K základným limitom našej štúdie patrí okrem veľkosti vzorky aj nezahrnutie klinickej skupiny participantov. Navyše, hodnotenie temperamentu dieťaťa rodičom môže byť interkultúrne podmienené a podlieha rôznym skresleniam (Nystrom & Bengtsson, 2017). Rovnako, v našej vzorke hodnotenie prevažne vykonávali matky. Napriek uvedeným nedostatkom má TMCQ po navrhovaných modifikáciách, ktoré by mali adresovať budúce štúdie, potenciál byť užitočným nástrojom pri výskumoch typického a atypického vývinu.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Affrunti, N. W., & Woodruff-Borden, J. (2015). The Associations of Executive Function and Temperament in a Model of Risk for Childhood Anxiety. *Journal of Child and Family Studies*, 24(3), 715–724. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9881-4>
- De Pauw, S.S.W., Mervielde, I., & Van Leeuwen, K.G., (2009). How are traits related to problem behavior in preschoolers? Similarities and contrasts between temperament and personality. *J Abnorm Child Psychol* 37, 309–325. <https://doi.org/10.1007/S10802-008-9290-0>
- Evans, D. E., & Rothbart, M. K. (2007). Developing a model for adult temperament. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 868–888. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.11.002>
- Gartstein, M. A., & Rothbart, M. K. (2003). Studying infant temperament via the revised infant behavior questionnaire. *Infant Behavior & Development*, 26(1), 64–86. [https://doi.org/10.1016/S0163-6383\(02\)00169-8](https://doi.org/10.1016/S0163-6383(02)00169-8)
- González, C., Fuentes, L. J., Carranza, J. A., & Estévez, A. F. (2001). Temperament and attention in the self-regulation of 7-year-old children. *Personality and Individual Differences*, 30(6), 931–946. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00084-2](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00084-2)
- Kotelnikova, Y., Olino, T.M., Klein, D.N., Mackrell, S.V.M., Hayden, E.P., (2017). Higher and Lower Order Factor Analyses of the Temperament in Middle Childhood Questionnaire. *Assessment* 24, 1050–1061. <https://doi.org/10.1177/1073191116639376>
- Kozłowski, M. B., Antovich, D., Karalunas, S. L., & Nigg, J. T. (2022). Temperament in middle childhood questionnaire: New data on factor structure and applicability in a child clinical sample. *Psychological Assessment*, 34(12), 1081–1092. <https://doi.org/10.1037/pas0001180>
- Lipska, A., Rogoza, R., Dębska, E., Ponikiewska, K., Putnam, S., Ciecuch, J., (2022). The structure of child temperament as measured by the Polish versions of the Children’s Behavior Questionnaire and the Temperament in Middle Childhood Questionnaire: insight from the network psychometrics approach. *Current Issues in Personality Psychology* 10, 265–276. <https://doi.org/10.5114/cipp.2021.108826>
- Loquette, S., Brun, P., & Rovira, K. (2019) . Le tempérament de l’enfant d’âge scolaire : validation d’une version française du questionnaire de Rothbart (Temperament in Middle Childhood Questionnaire). *Enfance*, N° 4(4), 453-471. <https://doi.org/10.3917/enf2.194.0453>.
- Neuenschwander, R., & Blair, C. (2017). Zooming in on children’s behavior during delay of gratification: Disentangling impulsogenic and volitional processes underlying self-regulation. *Journal of Experimental Child Psychology*, 154, 46–63. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2016.09.007>
- Nystrom, B., Bengtsson, H., (2017). A psychometric evaluation of the Temperament in Middle Childhood Questionnaire (TMCQ) in a Swedish sample. *Scand J Psychol* 58, 477–484. <https://doi.org/10.1111/sjop.12393>
- Rothbart, M. K. (2007). Temperament, Development, and Personality. *Current Directions in Psychological Science*, 16(4), 207–212. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00505.x>

- Rothbart, M. K., Ahadi, S. A., Hershey, K. L., & Fisher, P. (2001). Investigations of temperament at three to seven years: the Children's Behavior Questionnaire. *Child Development, 72*(5), 1394–1408. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00355>
- Rueda, M. R., Posner, M. I., & Rothbart, M. K. (2011). Attentional control and self-regulation. V K. V. Vohs & R. F. Baumeister (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (s. 284–299). The Guilford Press.
- Shiner, R. L., Buss, K. A., Mcclowry, S. G., Putnam, S. P., Saudino, K. J., & Zentner, M. (2012). What Is Temperament Now? Assessing Progress in Temperament Research on the Twenty-Fifth Anniversary of Goldsmith et al. *Child Development Perspectives, 6*(4), 436–444. <https://doi.org/10.1111/J.1750-8606.2012.00254.X>
- Simonds, J., Kieras, J. E., Rueda, M. R., & Rothbart, M. K. (2007). Effortful control, executive attention, and emotional regulation in 7–10-year-old children. *Cognitive Development, 22*(4), 474–488. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2007.08.009>
- Simonds, J., & Rothbart, M.K., (2004). *The Temperament in Middle Childhood Questionnaire (TMCQ): A Computerized Self-Report Instrument for Ages 7-10*. Published online 2004. Poster presentation.
- Suor, J. H., Sturge-Apple, M. L., Davies, P. T., & Jones-Gordils, H. R. (2019). The interplay between parenting and temperament in associations with children's executive function. *Journal of Family Psychology, 33*(7), 841–850. <https://doi.org/10.1037/fam0000558>
- Ursache, A., Blair, C., Stifter, C., Voegtline, K., & The Family Life Project Investigators. (2013). Emotional reactivity and regulation in infancy interact to predict executive functioning in early childhood. *Developmental Psychology, 49*(1), 127–137. <https://doi.org/10.1037/a0027728>

KONCEPTY DÔCHODKU VO VZŤAHU K ŽIVOTNEJ SPOKOJNOSTI A ZMYSLUPLNOSTI DÔCHODCOV. MODERAČNÁ ROLA PLÁNOVANIA DÔCHODKU

RETIREMENT CONCEPTS IN RELATION TO LIFE SATISFACTION AND MEANING IN LIFE OF RETIREES: THE MODERATING ROLE OF RETIREMENT PLANNING

Patrik Havan, Peter Halama & Viera Bačová

Ústav experimentálnej psychológie, Centrum spoločenských a psychologických vied SAV,
v.v.i.

E-mail: patrik.havan@savba.sk

ABSTRAKT

Štúdia skúma súvislosti medzi konceptami dôchodku a dvoma indikátormi osobnej pohody na dôchodku (zmysel života, životná spokojnosť) a moderačnú rolu plánovania dôchodku, ktoré sa v minulých výskumoch ukázalo ako ochranný faktor pri adaptácii na dôchodok. Výskumný súbor tvorilo 297 slovenských dôchodcov (130 mužov, 170 žien), priemerný vek 67,0 roka. Skúmané premenné boli merané Dotazníkom dôchodkových životných štýlov (Bačová & Halama, 2020), Škálou spokojnosti so životom (Diener et al., 1985) a Dotazníkom zmyslu života (Steger et al., 2006). Plánovanie dôchodku bolo zisťované jednou originálnou položkou. Výsledky potvrdili pozitívny súvis konceptov Nový začiatok a Pokračovanie s osobnou pohodou a negatívny vzťah osobnej pohody s konceptami Prechod do starého veku a Nanútené prerušenie. Nepotvrdil sa ochranný efekt plánovania dôchodku, naopak, u dôchodcov, ktorí dôchodok plánovali dopredu, bol efekt negatívnych konceptov na osobnú pohodu silnejší. Výsledky spresňujú význam konceptov dôchodku pre porozumenie adaptácie na dôchodok.

Kľúčové slová

dôchodok; koncepty dôchodku; osobná pohoda

ABSTRACT

The study investigates the links between retirement concepts and two indicators of well-being in retirement: meaning in life and satisfaction. It also considers the moderating role of retirement planning, which has been shown to be a retirement adjustment protective factor. The sample included 297 Slovak retirees (130 men, 170 women) with an average age of 67.0 years. The variables were measured using the Retirement Lifestyle Questionnaire (Bačová & Halama, 2020), the Satisfaction with Life Scale (Diener et al., 1985), and the Meaning in Life

Questionnaire (Steger et al., 2006). Retirement planning was assessed with an original item. Results confirmed positive associations between the New Beginning and Continuation concepts and well-being, while the Transition to Old Age and Imposed Disruption concepts were negatively associated with well-being. The protective effect of retirement planning was not observed. Instead, for retirees who planned their retirement the impact of negative concepts on well-being was stronger.

Keywords

retirement; retirement concepts; well-being

Grantová podpora

Štúdia bola podporená Vedeckou grantovou agentúrou VEGA, projekt č. 2/0091/22.

ÚVOD

Nástup na dôchodok je významnou tranzitnou udalosťou v živote človeka s potenciálom zasiahnuť významne a spokojnosť a životnú pohodu jednotlivcov. Úspešné zvládnutie tejto fázy je dôležité, pretože kvalita adaptácie výrazne ovplyvňuje celkovú kvalitu života na dôchodku (Kim & Moen, 2001). Preto je nevyhnutné venovať sa procesu adaptácie na dôchodok a skúmať faktory, ktoré prispievajú k jej úspešnému zvládnutiu.

Vo všeobecnosti hrajú v adaptácii na dôchodok dôležitú úlohu rôzne zdroje, ako finančná situácia, dostupnosť sociálnych vzťahov atď. (Wang et al., 2011). Dôležité sú však nielen vonkajšie okolnosti, ale aj osobné presvedčenia a predstavy o dôchodku, ktoré môžu vplyvniť celkovú adaptáciu na dôchodok. V predchádzajúcich výskumoch (napr. Bačová & Halama, 2020) sme sa zaoberali konceptami dôchodku ako rôznymi osobnými obrazmi a presvedčeniami ľudí o tejto fáze života. Inšpirovali sme sa štúdiou Hornsteinovej a Wapnera (1985), ktorí vo svojej kvalitatívnej štúdii identifikovali štyri prístupy k dôchodku. Prvým bol pocit straty pracovného sveta a hodnotnej aktivity, ktorá nemá náhradu, čo spôsobovalo frustráciu. Tento koncept bol nazvaný *Nanútené prerušenie*. Niektorí budúci dôchodcovia a dôchodcovia vnímali dôchodok ako prechod do staroby, čas na zníženie aktivity, odpočinok a bilancovanie, čo bolo označené ako koncept *Prechodu do starého veku*. Iní vítali dôchodok ako začiatok novej etapy, oslobodenej od požiadaviek okolia, kedy môže človek začať realizovať plány a ciele, ktoré dovtedy kvôli práci nemohol. Tento koncept bol nazvaný *Nový začiatok*. Posledným konceptom bolo *Pokračovanie*, ktoré reprezentovalo pohľad na dôchodok ako málo významnú zmenu, keďže život na dôchodku sa príliš nelíši od predchádzajúceho života. Dôchodcovia s týmto konceptom považujú nástup do dôchodku ako pokračovanie doterajšej činnosti uspokojivejším a menej náročným spôsobom. Výskum so slovenskými dôchodcami opakovane potvrdil, že koncepty dôchodku *Prechod do starého veku* a *Nanútené prerušenie* sa spájajú s nižšou životnou spokojnosťou. Naopak, koncepty *Nový začiatok* a *Pokračovanie* súvisia pozitívne s indikátormi well-beingu na dôchodku (Bačová & Halama, 2020; Bačová et al., 2023).

Nástup na dôchodok nie je len jednorazová záležitosť odohrávajúca sa v jednom časovom momente, ale je to komplexný proces, ktorý sa začína odvíjať dokonca už pri nástupe do prvého zamestnania, na Slovensku napríklad v podobe nutnosti rozhodnúť sa o vstupe do dôchodkových pilierov (pozri aj Bačová et al. 2017). Viaceré štúdie a metaanalýzy poukazujú

na pozitívny efekt plánovania dôchodku na spokojnosť so životom na dôchodku (napr. Topa et al., 2009). Amani a Fussy (2023) zdôrazňujú, že *plánovanie dôchodku* priaznivo ovplyvňuje pohodu v dôchodku, keďže posilňuje schopnosť prispôbiť sa novej fáze života, a tiež prispôbiť si prostredie svojim potrebám. Dá sa povedať, že plánovanie dôchodku a preddôchodkové plánovacie aktivity môžu zvýšiť rôzne typy zdrojov, z ktorých dôchodca na dôchodku čerpá, napr. materiálne, sociálne, mentálne a pod. Na druhej strane niektoré štúdie naznačujú, že plánovanie dôchodku môže byť niekedy spojené s vyšším stresom počas tranzície, napr. v závislosti od typu plánovaných aktivít (Yeung, 2013). Vzniká preto otázka, či efekt plánovania neinteraguje pri predikcii adaptácie na dôchodok s inými premennými, napr. konceptami dôchodku.

V našej štúdií sa zameriavame na interakciu konceptov dôchodku s plánovaním dôchodku pri predikcii prežívania zmysluplnosti života a spokojnosti so životom u dôchodcov. Cieľom štúdie je zistiť, ako koncepty života predikujú zmysel života a životnú spokojnosť a akú moderačnú úlohu pri tom hrá plánovanie dôchodku pred nástupom na dôchodok. Predpokladáme, že koncepty dôchodku s pozitívnym vnímaním dôchodku (*Nový začiatok*, *Pokračovanie*) budú pozitívne korelovať so životnou zmysluplnosťou a spokojnosťou, a koncepty reprezentujúce negatívny pohľad na dôchodok (*Nanútené prerušenie*, *Prechod do starého veku*) budú s týmito premennými korelovať negatívne. Ďalej predpokladáme, že preddôchodkové plánovanie bude ako moderátor posilňovať efekt pozitívnych konceptov dôchodku a zoslabovať efekt negatívnych konceptov dôchodku na prežívanie životnej zmysluplnosti a spokojnosti dôchodcov a dôchodkýň.

METÓDY

Výskumný súbor

Výskumný súbor tvorilo 297 respondentov (127 mužov a 170 žien), rekrutovaných cez online panel prieskumnej agentúry. Podmienkou účasti bolo, aby respondenti boli dôchodcovia/kyne: nepracovali na plný úväzok a poberali dôchodkovú dávku. Vekové rozpätie bolo od 60 po 75 rokov, s priemerným vekom 67,04 rokov (SD = 2,14).

Meracie nástroje

Na meranie konceptov dôchodku sme použili Škálu konceptov dôchodku (Bačová & Halama, 2020). Škála má 32 položiek s odpovedaním na 7-bodovej Likertovej škále od nesúhlasím po súhlasím. Meria 4 koncepty: Prechod do starého veku, Nanútené prerušenie, Nový začiatok a Pokračovanie. McDonaldova omega jednotlivých konceptov sa pohybovala na dobrej úrovni od 0,69 do 0,87.

Z Dotazníku zmyslu života (Steger et al., 2006, slovenská adaptácia Halama et al., 2024) sme použili dimenziu Prítomnosť zmyslu života. Dotazník má spolu 10 položiek, uvedenú dimenziu zisťuje 5 položiek. Položky sú hodnotené na 7 bodovej Likertovej škále (úplne nepravda – úplne pravda). McDonaldova omega pre túto dimenziu bola 0,88.

Škála spokojnosti so životom (Diener et al., 1985), ktorú sme ďalej použili, má 5 položiek hodnotených na 7 bodovej Likertovej škále od úplne nesúhlasím po úplne súhlasím. McDonaldova omega tejto škály bola 0,91.

Na zisťovanie toho či dôchodca pred nástupom dôchodok plánoval, sme použili položku: „Pred nástupom na dôchodok som sa vôbec nezaoberal tým, ako budem žiť na dôchodku, s hodnotením na 5 bodovej škále Likertovho typu. Položka bola rekódovaná tak, aby vyššie skóre indikovalo vyššiu mieru plánovania.

Štatistická analýza

V analýze sme použili Pearsonovu a Spearmanovu korelačnú analýzu a moderačnú analýzu založenú na regresnej analýze (Hayes, 2017) s využitím modulu medmod v štatistickom programe Jamovi.

VÝSLEDKY

V prvom kroku bola realizovaná korelačná analýza premenných použitých v tejto štúdií. Výsledky sú prezentované v tabuľke č. 1. Ako vidieť z tabuľky, korelujú spolu pozitívne dva pozitívne koncepty (Pokračovanie, Nový začiatok) a dva negatívne koncepty (Prechod do starého veku, Nanútené prerušenie). Navyiac, Nanútené prerušenie koreluje negatívne s oboma pozitívnymi konceptami dôchodku. Vzorec korelácií konceptov dôchodku s indikátormi well-beingu zodpovedá predpokladom: pozitívne koncepty korelujú s nimi pozitívne a negatívne koncepty majú s nimi negatívny vzťah, pričom korelácie pri koncepte Prechod do starého veku sú pomerne nízke. Čo sa týka plánovania dôchodku, očakávaný pozitívny efekt sa nepreukázal, s negatívnymi konceptami plánovanie vôbec nekoreluje, a s pozitívnymi konceptami koreluje nízko a negatívne.

V nasledujúcom kroku sme realizovali moderačnú analýzu s konceptami dôchodku ako prediktormi, plánovaním dôchodku ako moderátorom, so závislými premennými zmysel života a spokojnosť. Výsledky sú prezentované v tabuľke č. 2. Plánovanie dôchodku sa ukázalo ako významný moderátor vzťahu medzi Novým začiatkom a zmyslom života, medzi Nanúteným prerušením a zmyslom života, a takisto medzi Prechodom do starého veku a životnou spokojnosťou a medzi Nanúteným prerušením a životnou spokojnosťou. Z podmienených efektov v tabuľka 2 a ich grafického zobrazenie pre významné prípady na obrázku 1 možno vidieť, že vyššie plánovanie dôchodku súvisí s vyšším efektom Nového začiatku na zmysel života. Pri negatívnych konceptoch Nanútené prerušenie a Prechod do starého veku súviselo vyššie plánovanie dôchodku taktiež s vyšším efektom týchto konceptov na životnú zmyslupnosť a spokojnosť, teda plánovanie dôchodku zintenzívňovalo ich negatívny efekt na well-being.

Tabuľka 1. Korelačná analýza pre použité premenné

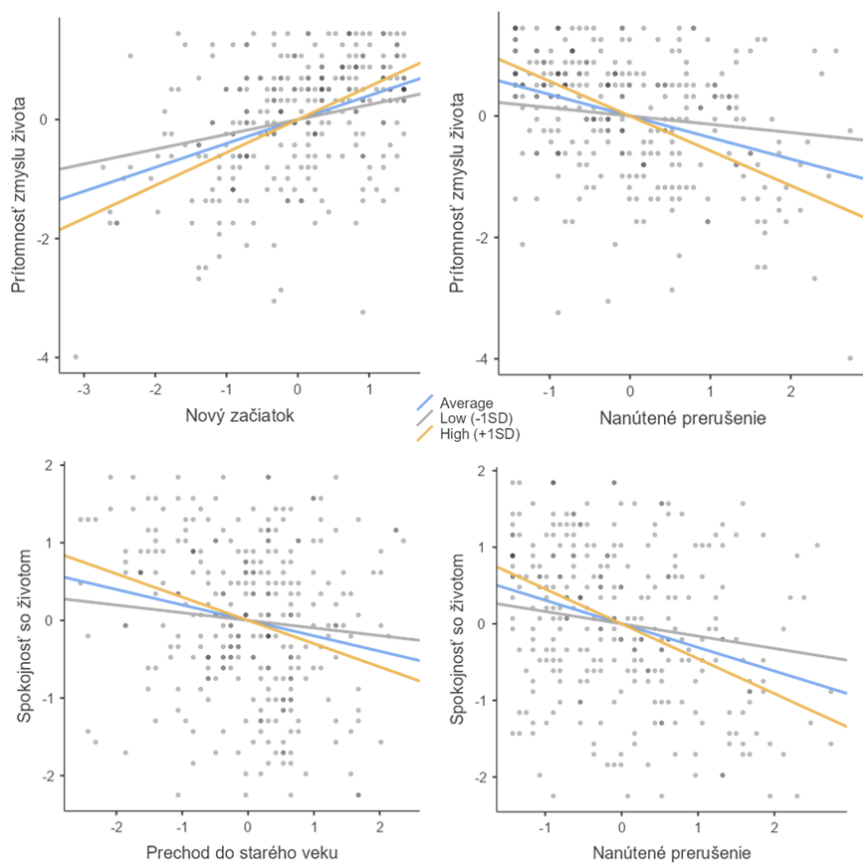
	Prechod do starého veku	Nový začiatok	Pokračovanie	Nanútené prerušenie	Prítomnosť zmyslu života	Spokojnosť so životom
Nový začiatok	0,08					
Pokračovanie	-0,03	0,64***				
Nanútené prerušenie	0,41***	-0,44***	-0,31***			
Prítomnosť zmyslu života	-0,20***	0,42***	0,37***	-0,35***		
Spokojnosť so životom	-0,17**	0,48***	0,51***	-0,31***	0,60***	
Plánovanie dôchodku	-0,08	-0,17**	-0,21***	0,05	-0,08	-0,15*

Poznámka. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$. Pre testovanie korelácií s plánovaním dôchodku bol použitý Spearmanov korelačný test. Pre zvyšné korelácie bol použitý Pearsonov korelačný test.

Tabuľka 2. Výsledky moderačnej analýzy

Prediktor	Interakcie		Podmienový efekt			
	Závislá premenná	β	p	-1SD	M	+1SD
Prechod do starého veku	Prítomnosť zmyslu života	-0,02	0,699	-0,19	-0,21	-0,23
Nový začiatok	Prítomnosť zmyslu života	0,15	< 0,001	0,25	0,40	0,55
Pokračovanie	Prítomnosť zmyslu života	0,10	0,065	0,27	0,37	0,46
Nanútené prerušenie	Prítomnosť zmyslu života	-0,22	< 0,001	-0,14	-0,35	-0,57
Prechod do starého veku	Spokojnosť so životom	-0,10	0,046	-0,10	-0,20	-0,30
Nový začiatok	Spokojnosť so životom	0,01	0,822	0,46	0,47	0,48
Pokračovanie	Spokojnosť so životom	0,02	0,650	0,48	0,51	0,53
Nanútené prerušenie	Spokojnosť so životom	-0,15	0,003	-0,16	-0,31	-0,46

Poznámka. Ako moderátor bolo použité Plánovanie dôchodku. Hodnoty pre podmienené efekty sú hodnoty štandardizovaného β koeficientu.

Obrázok 1. Grafy signifikantných moderačných analýz s moderátorom plánovanie dôchodku


DISKUSIA

Korelačná analýza potvrdila predpokladaný súvis pozitívnych konceptov dôchodku s indikátormi well-beingu v dôchodkovom veku. Tak koncept Nový začiatok, ako aj Pokračovanie pozitívne súvisia s úrovňou zmysluplnosti života a životnou spokojnosťou dôchodcov. Korelácie boli na strednej úrovni, čo naznačuje, že tieto dva typy premenných majú spolu vecne významný vzťah. O niečo nižšie korelácie sa ukázali pri negatívnych konceptoch, v prípade Prechodu do starého veku bola absolútna hodnota týchto korelácií nižšia ako 0,2. Výsledky podporili doterajšie výskumy, ktoré opakovane poukazujú na významnú súvislosť konceptov dôchodku s indikátormi well-beingu na dôchodku a potenciál prípadných intervencií založených na práci s konceptami dôchodku pri zlepšovaní procesu adaptácie na dôchodok (Bačová & Halama, 2020; Bačová et al., 2023).

V našom výskume sme nepotvrdili predpokladaný pozitívny súvis plánovania dôchodku s indikátormi well-beingu u dôchodcov, ktorý bol identifikovaný v predchádzajúcich štúdiách (Amani & Fussy, 2023; Topa et al., 2009). To zvyšuje relevantnosť otázky, či predtým zisťovaný efekt plánovania neinteraguje pri predikcii adaptácie na dôchodok s inými premennými. V našej štúdií sme skúmali interakciu plánovania dôchodku s konceptami dôchodku. Aj keď výsledky neboli robustné v tom zmysle, že by platili pre všetky merané premenné, ukázalo sa, že plánovanie dôchodku je moderátorom najmä vzťahu medzi negatívnymi konceptami dôchodku a well-beingom dôchodcov, a to tak, že vyššie plánovanie zvyšovalo negatívny efekt týchto konceptov na well-being. Toto zistenie naznačuje, že efekt plánovania dôchodku nie je jednoznačný, a za istých okolností nemusí pomáhať lepšej adaptácii. Domnievame sa, že osoby s negatívnym konceptom dôchodku plánujú najmä to, ako sa vyhnúť negatívnym aspektom dôchodku, a v prípade, že sú neúspešní, môže to ich negatívne prežívanie na dôchodku ešte zvýšiť. Ako teda už bolo naznačené v predchádzajúcich štúdiách, efekt plánovania dôchodku závisí na konkrétnom type plánovania a kontexte, v ktorom sa plánovanie uskutočňuje (Yeung, 2013).

K limitom tejto štúdie patrí najmä kross-sekcionálny výskumný dizajn, ktorý limituje kauzálne interpretácie. Tento typ dizajnu pripúšťa obojsmernú kauzalitu, preto nie je možné jednoznačne určiť kauzálny efekt medzi konceptami dôchodku a duševnou pohodou. Ďalej náš výskumný súbor bol rekrutovaný prostredníctvom online panelu prieskumnej agentúry, čo spôsobuje, že ľudia s obmedzeným prístupom na internet boli vo výskumnej vzorke málo zastúpení. Nakoniec, limitom štúdie je aj meranie plánovania dôchodku, ktorý bol zisťovaný jednou otázkou, bez overenia jej reliability a validity. Získané výsledky je preto potrebné overiť aj prostredníctvom ďalších metód a na iných výskumných súboroch. Domnievame sa však, že napriek týmto limitom môžu výsledky tejto štúdie podporiť význam konceptov dôchodku pre samu adaptáciu na dôchodok, a tiež poukázať na fakt, že plánovanie dôchodku a jeho význam pre adaptáciu treba skúmať komplexne v kontexte iných premenných.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Amani, J. & Fussy., D. S. (2023). Retirement planning mistakes undermining the post-retirement adjustment and well-being. *Educational Gerontology, 49*(2), 158-173. <https://doi.org/10.1080/03601277.2022.209306>
- Báčová, V., Dudeková, K., Valuš, L., & Baláž, V. (2017). Financial planning for retirement in young adults: Interaction of professional experience, knowledge, and beliefs. *Studia Psychologica, 59*(2), 84–99. <https://doi.org/10.21909/sp.2017.02.732>
- Báčová, V., & Halama, P. (2020). Retirement lifestyle conceptualization and well-being in recent retirees. *Educational Gerontology, 46*(11), 688-695. <https://doi.org/10.1080/03601277.2020.1.807090>
- Báčová, V., Halama, P., & Kordačová, J. (2023). Irrational beliefs indirectly predict retirement satisfaction through the conceptualization of retirement: a cross-sectional study in a sample of recent retirees. *BMC Psychology, 11*(195). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01237-9>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Publications.
- Hornstein, G. A., & Wapner, S. (1985). Modes of experiencing and adapting to retirement. *The International Journal of Aging and Human Development, 21*(4), 291–315. <https://doi.org/10.2190/4NRA-2UY5-UVA3-4RPQ>
- Kim, J. E., & Moen, P. (2001). Is retirement good or bad for subjective well-being? *Current Directions in Psychological Science, 10*(3), 83-86. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00121>
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Topa, G., Moriano, J., Depolo, M., Alcover, C., & Morales, J. (2009). Antecedents and consequences of retirement planning and decision-making: A meta-analysis and model. *Journal of Vocational Behavior, 75*(1), 38–55. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.03.002>
- Wang, M., Henkens, K., & van Solinge, H. (2011). Retirement adjustment: A review of theoretical and empirical advancements. *American Psychologist, 66*(3), 204–213. <https://doi.org/10.1037/a0022414>
- Yeung, D. Y. (2013). Is pre-retirement planning always good? An exploratory study of retirement adjustment among Hong Kong Chinese retirees. *Aging & Mental Health, 17*(3), 386-393. <https://doi.org/10.1080/13607863.2012.732036>

***OVEROVANIE VYBRANÝCH PSYCHOMETRICKÝCH
CHARAKTERISTÍK KLASICKEJ A SKRÁTENEJ FORMY DOTAZNÍKA
EMOCIONÁLNEJ REGULÁCIE (ERQ) V SLOVENSKÝCH
PODMIENKACH***

***VALIDATION OF SELECTED PSYCHOMETRIC CHARACTERISTICS
OF THE CLASSICAL AND SHORT FORM OF THE EMOTIONAL
REGULATION QUESTIONNAIRE (ERQ) IN SLOVAK CONDITIONS***

Zuzana Heinzová, Ľubor Pilárik, Eva Virostková Nábělková & Lada Kaliská

Katedra psychológie, Pedagogická fakulta Univerzity Mateja Bela

E-mail: zuzana.heinzova@umb.sk

ABSTRAKT

Medzi najpoužívanejšie dotazníky mapujúce stratégie emocionálnej regulácie patrí Dotazník emocionálnej regulácie (Emotional Regulation Questionnaire, ERQ), ktorý vychádza z Grossovej teórie o emocionálnej regulácii (Gross & John, 2003). Rovnako ako ERQ, aj ERQ short form (ERQ-S, Preece et al., 2023) je určený na hodnotenie dvoch stratégií emocionálnej regulácie – Kognitívne prehodnotenie a Potlačenie expresie emócií. Predkladaná štúdia má za cieľ predstaviť vybrané psychometrické charakteristiky oboch verzií dotazníka ERQ a overiť ich využitie pre výskumnúprax. Výskumný súbor pre overovanie oboch verzií dotazníka ERQ tvorilo 639 respondentov ($AM_{vek}=26,8$; $SD_{vek}=13,5$; 57 % žien). Psychometrickí ukazovatele zahŕňali Cronbachovu alfu, McDonaldovu omegu, konfirmačnú faktorovú analýzu a tzv. Common method bias ((Harmanov jednofaktorový test). Overenie týchto psychometrických charakteristík oboch foriem dotazníka ERQ prinieslo uspokojivé výsledky pre oba dotazníky. Odporúčame používanie oboch foriem vo výskume.

Kľúčové slová

emočná regulácia; ERQ a ERQ-S; psychometrické charakteristiky

ABSTRACT

Among the most widely used questionnaires mapping emotion regulation strategies is the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ), which is based on Gross's theory of emotion regulation (Gross & John, 2003). Like the ERQ, the short form ERQ (ERQ-S, Preece et al., 2023) assessed two emotion regulation strategies: Reappraisal and Suppression. This study presents selected psychometric characteristics of both ERQ versions and validates their use in research. . The research population for validating both ERQs consisted of 639 respondents ($AM_{age}=26.8$; $SD_{age}=13.5$; 57% female). Validated psychometric variables included

Cronbach's alpha, McDonald's omega, confirmatory factor analysis, and common method bias (Harman's one-factor test). Validation of these psychometric characteristics of both forms of the ERQ yielded satisfactory results for both questionnaires. We recommend using both forms for research .

Keywords

emotion regulation; ERQ and ERQ-S; psychometric characteristics

Grantová podpora

VEGA No. 1/0569/22 Emotional flexibility - emotion regulation strategies in changing conditions as mental health protective factors

INTRODUCTION

Emotions are integral to our mental life and influence our thinking, behaviour and relationships. Emotion regulation refers to the processes that allow us to impact the generation, intensity, experience and expression of emotions in different situations. Gross's research has shaped this field for nearly three decades. Inspired by emotional intelligence, Mayers and Salovey (1997) classified regulation under Managing Emotion, while Pertides (2009) linked it to Self-Control.

According to Gross (2014, 2015), emotion regulation determines how individuals influence emotions, experience them, and express them. It affects the dynamics, duration, and consequences of emotions (Gross, 1998, 2002, 2014; Aldao, 2013). Emotion regulation involves modifying emotions to align with one's needs or goals. Gross (2002) identifies two core strategies: cognitive reappraisal (Reappraisal) and suppression (Suppression). Reappraisal reinterprets emotional events, reducing their impact. Suppression inhibits the expression of emotions but not their experience or memory. Gross (2002b) finds Reappraisal more adaptive than Suppression.

In addition to theoretical definitions, Gross has long been involved in the research grasp of this construct. Gross is co-authoring the most widely used research instrument for detecting the two basic emotion regulation strategies described above, the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ; Gross & John, 2003). From this, he developed a shortened version of the ERQ, known as the ERQ-S (Preece et al., 2023), in which the original ten-item questionnaire was condensed into a six-item version.

In developing the short form of the ERQ, the authors drew on the arguments of Groth-Marnat (2009), who points in particular to the need for short-form questionnaires due to the time constraints of clinical sites, but also from the perspective of research projects that require repeated administration of questionnaires or the conduct of extensive studies in populations with large questionnaire batteries. In selecting items for the short-form questionnaire, the authors considered the psychometric parameters of each item (e.g., factor loadings, impact on reliability coefficients, and impact on factor analysis agreement index values) and primarily conceptual criteria in terms of item content that capture the breadth of the construct. Of the six Reappraisal items from the ERQ, three explicitly refer to “changing the way one thinks about a situation” to alter its emotional impact and preserve the construct’s breadth by incorporating both negative and positive emotions. At the same time, all of the selected items demonstrated strong factor loadings in previous ERQ work. Of the four Suppression items from

the ERQ, three were chosen equally for the ERQ-S. These items show strong factor loadings (e.g., Gross and John, 2003).

This study aims to compare and present selected psychometric characteristics of the two versions of the ERQ and validate their use in research. Specifically, we focus on confirmatory factor analysis (CFA) to assess the factorial structure of both versions. METHODS

METHOD

Sample

The research population for validating both versions of the ERQ consisted of 639 adolescent and adult respondents, recruited through a combination of opportunity sampling and purposive sampling via electronic data collection. This was a research population aged between 17 and 70 years ($M_{age}=26.8$; $SD_{age}=13.5$), comprising 66.7% females. Prior to analysis, we assessed and addressed missing data and careless responses. Cases with excessive missing values were removed.

Research methods

As we researched selected psychometric indicators of the ERQ and ERQs, we employed the ten-item Emotional Regulation Questionnaire (ERQ; Gross & John, 2003; Slovak translation by Pilárik, Virostková, Nábělková, Kaliská, & Heinzová, 2022) as our research method. It is a ten-item questionnaire, where the Reappraisal scale consists of 6 questionnaire items and the Suppression scale consists of 4 items. The items are rated on a seven-point Likert-type scale, where 1 represents strong disagreement with the statement, and 7 represents strong agreement with the statement.

Subsequently, to validate its short-form version, the Emotional Regulation Questionnaire-Short Form (ERQ-S; Preece et al., 2023), we extracted data for the corresponding items of this questionnaire. We excluded items 1, 3, 4, and 5 of the original ten-item ERQ from the matched research set to ensure comparability of the selected psychometric characteristics between the two questionnaire versions.

For factor analysis, we applied confirmatory factor analysis (CFA) using maximum likelihood estimation in JASP 0.17.2.1. The decision to use CFA was based on its suitability for testing predefined theoretical models.results

RESULTS

Table 1 presents the essential descriptive variables of both emotion regulation questionnaires. After analysing the skewness and steepness of the data, we conclude that our research data set in the observed variables of both questionnaires remains within the range that usually indicates symmetry and a close-to-normal distribution.

Table 1. Essential descriptive variables of both forms of the ERQ and ERQ-S questionnaire (N=639)

	Reappraisal		Suppression	
	ERQ	ERQ-S	ERQ	ERQ-S
Mean	4.77	4.78	3.82	4.21
Std. Deviation	1.16	1.32	1.20	1.34
Skewness	-.41	-.44	.04	-.05
Kurtosis	.07	-.03	-.46	-.60
Minimum	1	1	1	1
Maximum	7	7	7	7

Cronbach's alpha is the first psychometric measure chosen to assess the reliability of the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) and its short form (ERQ-S). McDonald's omega is used to assess the internal consistency of the items.

Table 2. Reliability of the questionnaires represented by Cronbach's alpha and McDonad's omega

	Reappraisal		Suppression	
	ERQ	ERQ-S	ERQ	ERQ-S
Cronbach's α	.83	.82	.69	.70
McDonald's ω	.83	.82	.68	.70

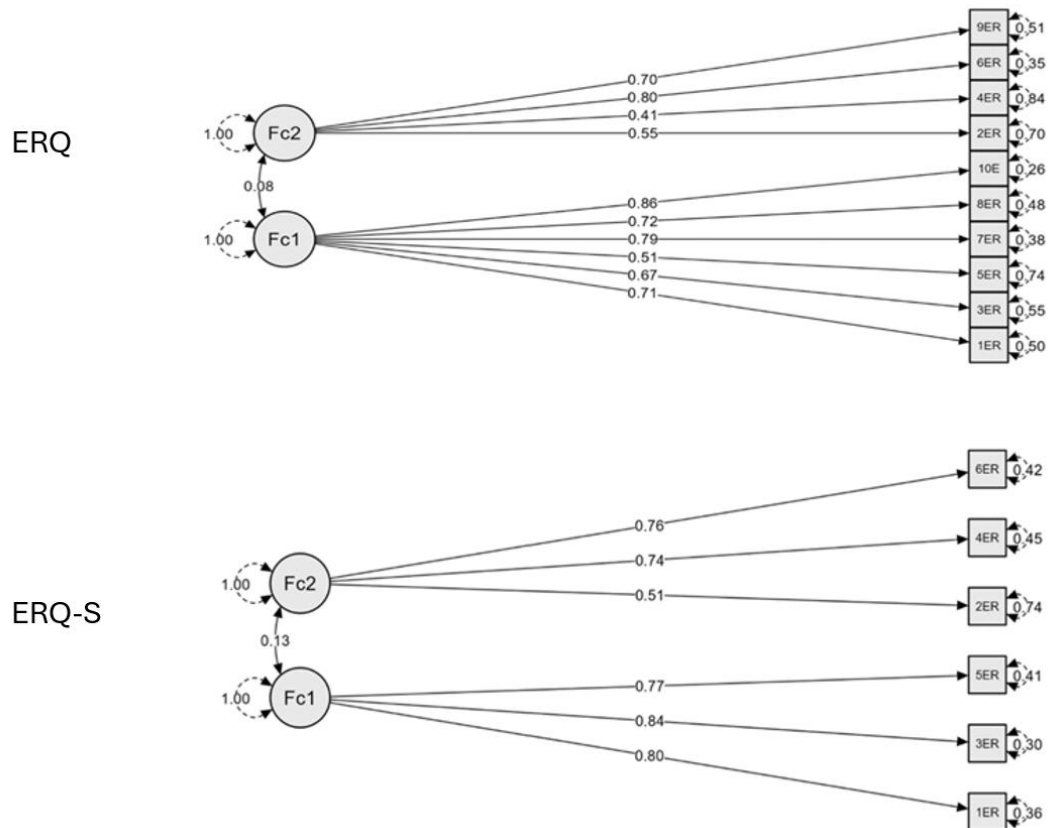
In all cases, both Cronbach's alpha and McDonald's omega values meet the criteria for internal consistency: for the Reappraisal subscale, they achieve good consistency ($\alpha = .83$, $\omega = .83$ for the ERQ; $\alpha = .82$, $\omega = .82$ for the ERQ-S), while for the Suppression subscale, the values are acceptable ($\alpha = .69$, $\omega = .68$ for the ERQ; $\alpha = .70$, $\omega = .70$ for the ERQ-S). These values indicate adequate reliability for continued use of both forms of this questionnaire. One key aspect in assessing questionnaire psychometric indicators is factor loading analysis and assessing the model's fit and error indices. Table 3 and Figure 1 below present the factor analysis results for the ERQ and ERQ-S questionnaires, including the critical statistical indices for assessing model-data fit.

Table 3. Goodness-of-fit and error indices from the factor analysis for both versions of the ERQ and ERQ-S questionnaire

	ERQ	ERQ-S
X ²	496.136	160.447
df	34	8
p-value	< .001	< .001
CFI	.90	.95
TLI	.87	.89
NFI	.90	.94
RMSEA	.15	.17
SRMR	.09	.08

For both questionnaires (ERQ and ERQ-S), the X² value is highly significant ($p < .001$), but this is not unusual in large samples. Since the Chi-squared test is sensitive to sample size ($N = 639$), significance alone does not necessarily indicate model misfit. For example, we selected the CFI index from the available indices, which reaches values of 0.90 for ERQ and 0.95 for ERQ-S. Values above 0.90 were traditionally accepted as indicators of good model fit. However, based on more recent recommendations (Hu & Bentler, 1999; Byrne, 2016), stricter cut-off values ($CFI > .95$) are preferred. Given these guidelines, the ERQ-S shows a better fit compared to the original ERQ, which only marginally meets the acceptable threshold. At the same time, the ERQ reaches the lower end of acceptable fit. The TLI index reaches a value of 0.87 for the ERQ and a value of 0.89 for the ERQ-S, which are slightly lower than the ideal threshold of 0.90. This coefficient indicates that the model does not achieve an optimal fit in either case. The NFI index reaches values of 0.90 and 0.94 for the ERQ and ERQ-S, respectively, indicating a reasonable fit, especially in the case of the ERQ-S, which reaches a near-ideal level of fit. The RMSEA index for ERQ is 0.15, and the ERQ-S is 0.17, both values exceeding the ideal threshold of 0.06 to 0.08. These higher RMSEA values indicate a poorer fit and suggest that the model is imperfect in representing the data for both questionnaires. The SRMR reaches 0.09 for the ERQ and 0.08 for the ERQ-S, which is on the borderline of the acceptable value of 0.08. The value for ERQ is slightly higher, which may indicate a higher error in factorisation.

Figure 1. Factor saturation of the ERQ and ERQ-S questionnaire items



Factor analysis suggests that both factors of the ERQ (Fc1 represents the Cognitive Reappraisal factor, and Fc2 represents the Suppression of Emotion Expression factor) have strong factor loadings with the questionnaire items. Factor loadings for Cognitive Reappraisal range from 0.51 to 0.86, with the highest factor loading for item 9ER (0.86). For the Emotion Expression Suppression factor, factor loadings range from 0.41 to 0.80, with the lowest factor loading being 0.41 for item 5ER. Nonetheless, these are relatively strong links, indicating a good representation of this factor by the questionnaire items. Overall, the factor structure of the ERQ provides sufficient support for two factors, with varying factor loadings among items.

Similarly, the factor structure of the ERQ-S reveals two factors, and the items are strongly associated with each factor. The factor loadings for the Cognitive Reappraisal factor are solid and range from 0.77 to 0.84. The most vital factor loadings are for the 5ER item (0.84), indicating a high association of the items with this factor. Similarly, the factor loadings for the Suppression of Emotion Expression factor are slightly lower but still firm, ranging between 0.51 and 0.76. The lowest factor loadings are for the 2ER item (0.51), which still suggests that this factor represents the related items reasonably well.

The questionnaire's ERQ and ERQ-S forms exhibit a two-factor structure, with solid factor loadings in both cases, particularly for the Cognitive Reappraisal factor. However, differences between the factor loadings of the items are evident, which may indicate different levels of item-factor association between the two versions of the questionnaire.

Finally, we assessed Common method bias using Harman's single-factor test. The results showed that the value for the ERQ was 33.9% and for the ERQ-S was 38.5%, indicating that

common method bias is unlikely to be a significant problem for our data, as the results are below the critical threshold of 50% (Podsakoff et al., 2003).

Moreover, finally, we still need to draw attention to the fact that when comparing research results, we need to be careful about the version of the questionnaire used and with which results we compare our findings, as AM Suppression in the Slovak population is different for the short version than for the ten-item version (ERQ-S shows a higher AM than ERQ).

CONCLUSION

The results confirm that the ERQ and its abbreviated version, the ERQ-S, are instruments with an acceptable two-factor structure and sufficient internal consistency for both the adult population and adolescents. The reliability of both versions suggests their potential to be used not only as research tools but also to map emotion regulation strategies in individuals.

LIST OF REFERENCES

- Aldao, A. (2013). The future of emotion regulation research: Capturing context. *Perspectives on Psychological Science*, 8(2), 155–72. <https://doi.org/10.1177/1745691612459518>
- Byrne, B. M. (2016). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming* (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315757421>
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/s0048577201393198>
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd ed., pp. 3–20). The Guilford Press.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t06463-000>
- Groth-Marnat, G. (2009). *Handbook of psychological assessment* (5th ed.). John Wiley & Sons Inc.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In SALOVEY, P., & SLUYTER, D. (Eds.) *Emotional development and Emotional Intelligence* (pp. 3-31). Basic Books.
- Petrides, K. V. (2009). *Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue)*. Technical Manual. London Psychometric Laboratory.

- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Lee, J.-Y., & Podsakoff, N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), 879–903. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.88.5.879>
- Preece, D. A., Petrova, K., Mehta, A., & Gross, J. J. (2023). The Emotion Regulation Questionnaire-Short Form (ERQ-S): A 6-item measure of cognitive reappraisal and expressive suppression. *Journal of Affective Disorders*, 340, 855–861. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.076>

SUBJEKTÍVNY POCIT BEZPEČIA A PRIJATIA DOMA AKO MOŽNÝ PROTEKTÍVNY FAKTOR RIZIKOVÉHO SPRÁVANIA V PROSTREDÍ INTERNETU

SUBJECTIVE FEELING OF SAFETY AND ACCEPTANCE AT HOME AS A POSSIBLE PROTECTIVE FACTOR FOR RISK BEHAVIOR IN THE INTERNET ENVIRONMENT

Juraj Holdoš^a, Angela Almášiova^b, Pavel Izrael^c & Katarína Kohútová^b

^a Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Katolícka univerzita

^b Katedra sociálnej práce, Pedagogická fakulta, Katolícka univerzita

^c Katedra žurnalistiky, Filozofická fakulta, Katolícka univerzita

E-mail: juraj.holdos@ku.sk

ABSTRAKT

V našom výskume sme analyzovali vplyv subjektívneho pocitu bezpečia a prijatia v rodinnom prostredí na rizikové správanie v prostredí internetu slovenských pubescentov a adolescentov vo veku 11-18 rokov na reprezentatívnej vzorke 1604 participantov. Výsledky ukazujú, že vysoký pocit bezpečia a prijatia môže pôsobiť ako protektívny faktor proti rizikovým aktivitám na internete. Medzi dievčatami a chlapcami sme identifikovali rozdiely – dievčatá, ktoré mali skúsenosti s kyberšikanou, sextingom a nebezpečnými obsahmi, vykazovali nižší pocit bezpečia v porovnaní s dievčatami bez týchto skúseností. U chlapcov bol tento rozdiel zaznamenaný len v prípade kyberšikany. Tieto zistenia naznačujú, že rodinné prostredie má silnejší protektívny efekt pre dievčatá. Potvrdenie však žiada ďalšie skúmanie.

Kľúčové slová

subjektívny pocit bezpečia a prijatie doma; rizikové správanie v prostredí internetu; pubescenti; adolescenti; dievčatá

ABSTRACT

In our research, we analyzed the influence of subjective feelings of safety and acceptance in the family environment on risky behaviors in the Internet environment of Slovak adolescents and adolescents aged 11-18 years on a representative sample of 1604 participants. The results show that a high sense of safety and acceptance can act as a protective factor against risky activities on the Internet. We identified differences between girls and boys, with girls who had experienced cyberbullying, sexting and unsafe content reporting a lower sense of safety

compared to girls without these experiences. For boys, this difference was only observed in the case of cyberbullying. These findings suggest that the family environment has a stronger protective effect for girls. Confirmation, however, calls for further investigation.

Keywords

subjective feelings of safety and acceptance at home; risky behaviours in the Internet environment; adolescents; girls

Grantová podpora

Multimediálna platforma prevencie vzniku látkových a nelátkových závislostí pre učiteľov a ďalšie pomáhajúce profesie v prostredí školy, Projekt Kega č. 006KU4/2023

Digitálni domorodci a príležitostí a riziká online prostredia, Projekt APVV-23-0172

ÚVOD

Pocit bezpečia a prijatia v rodinnom prostredí je dôležitým faktorom pre zdravý emocionálny a psychický vývoj detí a dospelých. Takéto prostredie posilňuje odolnosť voči vonkajším stresovým faktorom a znižuje riziko zapojenia sa do rizikového správania (Huang & McKeown, 2022). Vysoký subjektívny pocit bezpečia a prijatia je spoluvytváraný emocionálnou podporou, kvalitnou komunikáciou, ktorá podporuje dôveru a pocit prijatia, stabilitou, predvídateľnosťou a bezpodmienečným prijatím, ktoré zvyšujú sebedôveru a pocit bezpečia (Kirby, 2020; Stapley et al., 2021).

Podľa modelu Livingstone a Stoilova (2021) sa pubescenti a adolescenti pri používaní internetu nevyhnú potenciálne rizikovým zážitkom a správaniu. Platí, že čím intenzívnejšie používanie, tým viac výhod, ale aj rizík. Nie každé riziko však musí viesť k psychickej alebo fyzickej ujme; záleží to od mnohých faktorov. Livingstone a Stoilova (2021) predstavujú typológiu online rizikového správania, ktorá zahŕňa nové formy rizík podľa aktualizovanej typológie OECD z roku 2021. Riziká sú rozdelené do troch kategórií: obsahové riziká (keď je dieťa príjemcom hromadne produkovaného obsahu), kontaktné riziká (keď dieťa vedome alebo nevedome vstupuje do online interakcií) a riziká správania (keď dieťa pôsobí ako aktér alebo sa podieľa na interakciách medzi rovesníkmi alebo v rámci sieťovej komunikácie). Medzi potenciálne rizikové zážitky a správanie na internete možno zaradiť kyberšikanu (Niklová & Zošáková, 2021), zdieľanie osobných informácií (Lyyra et al., 2022), sexting a expozíciu sexuálnemu obsahu (Turzák et al., 2020), komunikáciu s neznámymi osobami (Lyyra et al., 2022), zapájanie sa do nebezpečných online výziev a trendov (Madro & Juránková, 2022) či expozíciu nebezpečnému (toxickému) obsahu (Kvardova et al., 2021) a iné.

V súčasnosti sa výskum zameriava nielen na faktory spojené s vyšším rizikom, ale aj na protektívne faktory, ktoré bránia vystaveniu sa riziku alebo jeho škodlivým dôsledkom. V literatúre sú opísané viaceré protektívne faktory, ako napríklad rodinné prostredie, školské prostredie a rodinné vzťahy (Niklová, 2024). Pocit bezpečia a prijatia v rodinnom prostredí môže byť vnímaný ako dôležitý ochranný faktor proti rizikovému správaniu mládeže. Výskumy ukazujú, že pozitívne rodinné vzťahy a podpora zo strany rodičov významne prispievajú k zníženiu pravdepodobnosti zapojenia sa do rizikových aktivít v offline svete (Juhásová & Foglová, 2019; Lichner, 2018), ale aj v online prostredí (Kvardova et al., 2021).

Toto tvrdenie sme sa rozhodli preskúmať na slovenskej populácii pubescentov a adolescentov. Našu pozornosť sme zamerali na súvislosť medzi vybranými rizikovými skúsenosťami na internete a pocitom bezpečia a prijatia v rodinnom prostredí u slovenských dievčat a chlapcov v pubescentnom a adolescentnom veku.

METÓDY

Výskumné nástroje bol prevzaté z projektu Eu Kids Online (Izrael et al., 2020).

Pocit bezpečia a prijatia doma je krátká 3 položková skriningová škála (Cronbachova $\alpha = 0,79$), ktorá mapuje subjektívne prežívanie opory, emocionálneho prijatia a bezpečného domáceho prostredia. Príklad položiek: „Moja rodina sa mi skutočne snaží pomôcť.“ „Doma sa cítim v bezpečí.“ Na ktoré respondenti odpovedali 4 – stupňovou škálou: vôbec neplatí, trochu platí, dosť platí, úplne platí. Vždy mohli zvoliť aj možnosť „neviem“ a „nechcem povedať“.

Potenciálne rizikové správanie a rizikové skúsenosti v prostredí internetu sme merali sériou otázok na témy: kyberšikana (obeť, agresor), sexting (aktívny, pasívny), expozícia sexuálnymi obsahmi na nete a vybrané nebezpečné obsahy na nete (agresia, sebapoškodzovanie, samovraždy, poruchy príjmu potravy, drogy, nenávisťné prejavy).

Príklady položiek: Kyberšikana: „*Správal sa k tebe niekto za POSLEDNÝ ROK takýmto zraňujúcim alebo hnusným spôsobom?*“ Sexting: „*Dostal/a si za posledný rok nejaké sexuálne správy?*“ Sexuálne obsahy: „*Videl/a si nejaké sexuálne obrázky, fotky, videá za POSLEDNÝ ROK?*“ Nebezpečné obsahy na nete: „*Videl/a si spôsoby telesného poškodzovania alebo ubližovania si.*“ „*Videl si Nenávisťné prejavy napádajúce určité skupiny alebo jednotlivcov*“. Respondenti odpovedali buď *áno/nie*, alebo na škále: „*nikdy*“, „*niekoľkokrát*“, „*raz za mesiac*“, „*raz za týždeň*“, „*denne alebo takmer denne*“. Vždy mohli zvoliť aj možnosť „*neviem*“ alebo „*nechcem povedať*“.

Výskum bol realizovaný pod záštitou Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky a na jeho objednávku. Autori výskumu pôsobia na Katolíckej univerzite a výskum bol schválený Etickou komisiou Katolíckej univerzity.

Informovaný súhlas bol zabezpečovaný prostredníctvom riaditeľov škôl, pričom v niektorých školách to riešili ad hoc informovaným súhlasom, v iných školách bol výskum zahrnutý pod všeobecný informovaný súhlas. Participanti aj školy dostali informáciu, kde hľadať psychologickú pomoc. Zber dát zabezpečovali koordinátori ochrany pred násilím, ktorí pracujú na MPSVaR, konkrétne pod Národným koordinačným strediskom pre riešenie problematiky násilia na deťoch. Koordinátori boli zaškolení a priebežne supervidovaný.

Výskumná vzorka

Výskum sa uskutočnil na výskumnom súbore 1604 detí a dospelých vo veku 11 – 18 rokov. V súbore bolo zastúpených 48,4 % (826) dievčat a 51,6 % (882) chlapcov. Jednotlivé vekové kohorty boli zastúpené nasledovne: 11 – 12 rokov 24,5 %, 13 – 14 rokov 28 %, 15 – 18 rokov 47,5 %. Priemerný vek respondentov bol 14,81 rokov (SD = 2,30 rokov). Zber dát prebiehal v mesiaci máj a jún 2023 na všetkých typoch základných a stredných škôl na celom Slovensku prostredníctvom stratifikovaného výberu školských tried. Súbor bol reprezentatívny z hľadiska pohlavia, veku a veľkosti regiónu. Zber dát zabezpečovali koordinátori, ktorí pracujú na MPSVaR SR, prostredníctvom online dotazníka na hodinách počas vyučovania v školách.

VÝSLEDKY

Priemerná hodnota pocitu bezpečia a prijatia doma bola 3,14 (SD 0,85) (cca „dost' platí“). 4,6% participantov/tiek sa doma cíti úplne neprijato a neprežíva pocit bezpečia. 27,1 % sa cíti úplne prijatý a v bezpečí. Dievčatá (3,05 SD 0,86) vykazovali nižší pocit bezpečia doma ako chlapci (3,24 SD 0,84) $t(1601) = -4,482, p < 0,001$. Nezistili sme spojitosť s vekom, ani s regiónmi Slovenska.

Porovnali sme rozdiely v pocite bezpečia a prijatia doma medzi respondentami, ktorí vykazovali časté rizikové skúsenosti v prostredí internetu (odpovedali áno, alebo v škále zvolili odpoveď „raz za týždeň alebo častejšie“) a respondentami, ktorí túto skúsenosť nemajú (odpovedali „nie“ alebo zvolili v škále „raz za mesiac“ alebo menej). Výsledky sú prezentované v tabuľke 1.

Tabuľka 1. Rozdiely v pocite bezpečia a prijatia doma medzi respondentami so skúsenosť a bez skúsenosti s potenciálnymi nebezpečnými skúsenosťami na internete

Bezpečie a prijatie doma	Bez skúsenosti		Skúsenosť		t (1411)	p	Cohen d
	M	SD	M	SD			
Kyberšikana rola obeť	3,25	0,80	2,97	0,88	5,57	< 0,001	0,3
Kyberšikana rola agresor	3,19	0,85	3,04	0,80	2,47	0,014	0,2
Sexting pasívne vystavenie	3,25	0,78	2,95	0,94	6,30	< 0,001	0,4
Sexting aktívne posielanie	3,77	0,90	3,01	0,98	3,77	< 0,001	0,3
Expozícia sexuálnymi obsahmi	3,25	0,78	2,95	0,94	6,30	< 0,001	0,4
Expozícia obsahom (agresia)	3,17	0,85	3,09	0,83	1,36	0,172	0,1
Expozícia obsahom (sebaoškodzovanie)	3,19	0,83	2,98	0,89	3,56	< 0,001	0,2
Expozícia obsahom (samovraždy)	3,21	0,81	2,76	0,92	6,74	< 0,001	0,5
Expozícia obsahom (por. príjmu potravy)	3,18	0,83	3,01	0,91	2,92	0,004	0,2
Expozícia obsahom (drogy)	3,18	0,84	3,05	0,86	2,37	0,018	0,2
Expozícia obsahom (nenávisťné prejavy)	3,17	0,85	3,11	0,82	2,54	0,011	0,1

Tieto rozdiely sme vypočítali aj samostatne pre chlapcov a dievčatá. Uvádzame iba hodnoty vecnej signifikancia v podobe Cohenového D. Výsledku sú prezentované v tabuľke 2.

Tabuľka 2. Rozdiely v pocite bezpečia a prijatia doma medzi respondentami so skúsenosť a bez skúsenosti s potenciálnymi nebezpečnými skúsenosťami na internete u dievčat a chlapcov

Potenciálne nebezpečné skúsenosti na nete	Dievčatá Cohenove D	Chlapci Cohenove D
Kyberšikana rola obeť	0,4	0,4
Kyberšikana rola agresor	0,4	0,1
Sexting pasívne vystavenie	0,5	0,1
Sexting aktívne posielanie	0,4	0,1
Expozícia sexuálnymi obsahmi na nete	0,5	0,2
Expozícia obsahom (agresia)	0,2	0,0
Expozícia obsahom (sebapoškodzovanie)	0,4	0,0
Expozícia obsahom (samovraždy)	0,6	0,3
Expozícia obsahom (por. príjmu potravy)	0,2	0,0
Expozícia obsahom (drogy)	0,2	0,1
Expozícia obsahom (nenávisťné prejavy)	0,2	0,0

Poznámka. Cohenove d = veľkosť účinku (effect size). Veľkosť účinku: malá Cohenove d - 0,2; stredná Cohenove d - 0,5.

DISKUSIA

V našom výskume sme zistili, že subjektívny pocit bezpečia a prijatia v rodinnom prostredí je u slovenských pubescentov a adolescentov vo veku 11-18 rokov na pomerne vysokej úrovni, čo dokazuje aj 27 % participantov, ktorí uviedli, že sa doma cítia úplne bezpečne a prijatí, oproti 4,6 % participantov, ktorí sa doma necítia prijatí a v bezpečí. Je zaujímavé, že sme nenašli spojitosť s vekom, aj keď by sa mohlo očakávať, že s rastúcim vekom bude pocit prijatia klesať. Rozdiel sme však našli v úrovni pocitu bezpečia a prijatia medzi dievčatami a chlapcami. Dievčatá hodnotia bezpečie a prijatie v rodinnom prostredí nižšie ako chlapci, čo potvrdzuje všeobecný trend „horších“ výsledkov u dievčat pri psychosociálnych premenných (Holdoš et al., 2023).

Hlavným cieľom článku bolo preskúmať kvalitu rodinného prostredia, ktorá sa prejavuje v pocite bezpečia a akceptácie doma, ako možného protektívneho faktora pri rizikových skúsenostiach na internete. Našich participantov sme na základe skúseností s vybranými rizikovými faktormi z oblasti kyberšikany, sextingu a expozície rizikovým obsahom rozdelili do dvoch skupín, ktoré sme porovnali s pocitom bezpečia a prijatia v rodinnom prostredí. Pri zohľadnení veľkosti efektu sme zistili, že významné rozdiely sú spojené s pasívnym vystavením sa sextingu, častou expozíciou sexuálnemu obsahu na internete a expozíciou nebezpečnému obsahu, ktorý prezentuje spôsoby, ako spáchať samovraždu. Tieto zistenia môžeme interpretovať tak, že participant, ktorí nemali skúsenosti s uvedenými rizikovými aktivitami na internete, vykazujú vyšší pocit bezpečia a prijatia doma než tí, ktorí tieto skúsenosti majú. Pri ostatných rizikových správaniach bola miera efektu nízka, a preto sme významné rozdiely nepotvrdili.

V analýze sme pokračovali a tieto rozdiely sme vyhodnotili samostatne pre dievčatá a chlapcov. Pri zohľadnení veľkosti efektu dievčatá vykazovali rozdiely v kyberšikane (ako obeť aj ako

agresor), v pasívnom aj aktívnom sextingu a v expozícii nebezpečnému obsahu sexuálnej povahy, sebapoškodzovania a samovrážd. U chlapcov boli rozdiely iba v kyberšikanе v úlohe obeť. Dievčatá, ktoré mali skúsenosti s kyberšikanou, sextingom a nebezpečnými obsahmi, vykazovali výrazne nižší pocit bezpečia a prijatia doma ako dievčatá bez týchto skúseností. Vo väčšine rizikových faktorov bola miera efektu u dievčat dvojnásobná oproti chlapcom. Zo zisteného môžeme opatrne interpretovať, že pocit bezpečia a prijatia doma pôsobí ako protektívny faktor najmä u dievčat, hoci nie pri všetkých skúmaných rizikových skúsenostiach. U chlapcov toto prepojenie, okrem jedného prípadu kyberšikany v úlohe obeť, prakticky neexistuje. Takto môžeme iba čiastočne potvrdiť medzinárodný výskum (Kvadravá et al., 2021), ktorý zaradil rodinné prostredie medzi protektívne faktory rizikového správania adolescentov na internete.

Výskum má viaceré metodologické obmedzenia, najmä v podobe krátkosti skríningových škál, absencii hlbšieho skúmania dôsledkov rizikového správania na emócie a ďalšie správanie či vzťahy. Ďalší výskum by sa mohol zamerať na analýzu kombinácie rizík prostredníctvom štatistického modelovania.

Zistenie výrazných rozdielov medzi chlapcami a dievčatami v súvislosti medzi bezpečným a akceptujúcim rodinným prostredím a rizikovými skúsenosťami na internete považujeme za počiatočné, a na jeho všeobecné potvrdenie bude potrebný ďalší výskum.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Holdoš, J., Izrael, P., Almašiová, A., Kohútová, K. (2023). Vybrané formy rizikového správania detí a mládeže v roku 2023. (Výskumná správa). Katolícka Univerzita v Ružomberku.
- Huang, Y., & McKeown, S. (2022). Examining the association between family environment and adolescent delinquent behaviours in China. *Journal of Child and Family Studies*, 31(8), 2871–2884. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02348-4>
- Juhásová, A., & Foglová, L. (2019). Rizikové faktory správania sa detí a mládeže v kontexte vzťahov v rodinnom a školskom prostredí. *Školní psycholog*, 20(1), 47.
- Kirby, J. N. (2020). Nurturing family environments for children: Compassion-focused parenting as a form of parenting intervention. *Education Sciences*, 10(1), 3. <https://doi.org/10.3390/educsci10010003>
- Kvadravá, N., Smahel, D., Machacková, H., & Subrahmanyam, K. (2021). Who is exposed to harmful online content? The role of risk and protective factors among Czech, Finnish, and Spanish adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(8), 2294–2310. <https://doi.org/10.1007/s10964-021-01422-2>
- Lichner, V. (2018). Prežívanie osamelosti ako prediktor rizikového správania adolescentov. *Fórum sociální práce*, 2, Karlova Univerzita v Prahe.
- Livingstone, S. a Stoilova, M. (2021). The 4Cs: Classifying Online Risk to Children. <https://doi.org/10.21241/ssoar.71817>
- Lyyra, N., Junntila, N., Gustafsson, J., Lahti, H., & Paakkari, L. (2022). Adolescents' online communication and well-being: Findings from the 2018 health behavior in school-aged children (HBSC) study. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 976404. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.976404>

- Madro, M. a Juránková, Z. (2022). *Bez nástrah online. Sprievodca bezpečným internetom pre rodičov*. 1. vydanie. Bratislava: IPčko, 2022. 100 s.
- Niklová, M. (2024). Online rizikové správanie žiakov – aktuálne trendy a možnosti prevencie a riešenia v školách. *Studia Scientifica Facultatis Paedagogicae Universitas Catholica Ružomberok*, 23(3), 33-44. <https://doi.org/10.54937/ssf.2024.23.3.33-44>
- Niklová, M., & Zošáková, K. (2021). Kyberšikanovanie ako forma online rizikového správania a možnosti jeho prevencie v školách. *Edukácia: Vedecko-odborný časopis*, 4(2).
- Stapley, E., Vainieri, I., Li, E., Merrick, H., Jeffery, M., Foreman, S., Casey, P., Ullman, R., & Cortina, M. (2021). A scoping review of the factors that influence families' ability or capacity to provide young people with emotional support over the transition to adulthood. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 732899. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.732899>
- Turzák, T., Kurincová, V., Hollá, K., & Zelená, H. (2020). Sexting and family environment of children and adolescents. *Ad Alta: Journal of Interdisciplinary Research*, 10(2).

***MEDITUJÚCI A NEMEDITUJÚCI Z POHLADU VŠÍMAVOSTI,
SUBJEKTÍVNEHO POCITU ŠŤASTIA A ŽIVOTNÉHO ZMYSLU***

***MEDITATORS AND NON-MEDITATORS FROM THE PERSPECTIVE OF
MINDFULNESS, SUBJECTIVE HAPPINESS AND MEANING IN LIFE***

Vladimír Imriška & Peter Teličák

Filozofická fakulta, Trnavská univerzita v Trnave

E-mail: imrisk@icloud.com

ABSTRAKT

Doterajšie výskumy naznačujú, že meditačná prax je spätá s vyššou mierou všímavosti, subjektívneho pocitu šťastia a životného zmyslu. Cieľom príspevku bolo tieto predpoklady overiť na základe porovnania skupiny meditujúcich so skupinou nemeditujúcich. Výskumu sa zúčastnilo 129 meditujúcich a 36 nemeditujúcich respondentov s priemerným vekom 36,9 roka. Z nich bolo 42% mužov a 56% žien. Meditačnú prax sme skúmali prostredníctvom otázok zameraných na frekvenciu a dĺžku meditačných cvičení. Všímavosť bola meraná prostredníctvom Freiburg Mindfulness Inventory, subjektívny pocit šťastia pomocou Subjective Happiness Scale a životný zmysel na základe Meaningful Life Measure. Štúdia bola vykonaná ako online porovnávací štúdiá v jednej vlne. Výsledky preukázali vyššiu úroveň všímavosti, subjektívneho pocitu šťastia a životného zmyslu u meditujúcich v porovnaní s nemeditujúcimi, a poskytujú tak podporu predchádzajúcemu výskumu.

Kľúčové slová

meditácia; všímavosť; subjektívny pocit šťastia; životný zmysel

ABSTRACT

Previous research suggested that meditation is linked to a higher level of mindfulness, subjective happiness, and meaning in life. The paper aimed to verify these assumptions by comparing a group of meditators with a group of non-meditators. The research sample included 129 meditators and 36 non-meditators respondents, with an average age of 36.9 years. 42% were men and 56% women. Regarding meditation practice, respondents were asked about the frequency and length of their meditation exercises. Mindfulness was measured by the Freiburg Mindfulness Inventory, subjective happiness with the Subjective Happiness Scale, and meaning in life based on Meaningful Life Measure. The study was conducted as a single-wave online comparative study. The results confirm a higher level of mindfulness, subjective happiness, and meaning in life in the meditators group compared to non-meditators, thus providing support for previous research.

Keywords

meditation; mindfulness; subjective happiness; meaning in life

INTRODUCTION

We could assume that most of us desire to live our lives filled with happiness and meaning. Several authors connect subjective happiness and life's meaning with meditation practice and mindfulness (Bloch et al., 2017; Brown & Ryan, 2003; Carmody & Baer, 2008). According to Kabat-Zinn (2015) mindfulness is an innate quality of mind that can be developed through *systematic* meditation practice. He defines mindfulness as moment-to-moment, non-judgmental awareness cultivated by paying attention in a specific way, that is, in the present moment, and as non-reactively, as non-judgmentally, and as openheartedly as possible.

The connection of meditation exercises with higher levels of mindfulness as well as subjective happiness/well-being is also confirmed in the study of Carmody and Baer (2008). Lyubomirsky (2008) describes subjective happiness as the experience of joy, contentment, or positive well-being, combined with a sense that one's life is good, meaningful, and worthwhile. Evidence for the connection between meditation, mindfulness, and meaning in life is provided by Bloch et al. (2017). From the perspective of Morgan and Robinson (2013) fulfillment of personal meaning can be derived from five domains: (a) purposeful goals, (b) a sense of excitement and enthusiasm for living, (c) a feeling of accomplishment in personally valued domains, (d) a worldview or framework of principles through which to understand one's life, and (e) a sense that one's life is inherently valuable or worthwhile.

Based on these considerations and the papers mentioned above, meditation could be perceived as a meaningful activity linked to a higher level of mindfulness, subjective happiness, and meaning in life. The study aims to investigate whether meditation is linked to higher levels of mindfulness, subjective happiness, and meaning in life by comparing meditators with non-meditators.

METHODS

Participants

The research sample consisted of 165 respondents. Their average age was 36.9 years ($SD = 14.2$). 21 respondents (13%) didn't state their age. 69 (42%) were men and 92 (56%) women. 4 respondents (2%) didn't provide this information. The average age of men was 35,3 years ($SD = 13.2$), between 19 to 73 years. The average age of women was 38.2 years ($SD = 14.7$), between 18 to 68 years. Most of them, 127 (77%), had a college education, high school mentioned 28 (17%), elementary 4 (2%), and 6 (4%) respondents didn't provide their education. 129 (78%) of them were meditators, and 36 (22%) were non-meditators.

Procedure

Data was collected online through a paid Facebook advertisement, which cost 182 euros. We limited the distribution of the questionnaire to those 18 and over. As a targeting criterion, we used the Facebook demographic variable *meditation*. Questionnaire data was stored in Google Forms and then analyzed using the application jamovi.

Measures

Respondents were asked about their age, sex, and level of education.

We operationalized the meditation variable based on two questions. The first one was: How often do you meditate during the week? Respondents had the option to choose the following answers: I do not meditate; 1 to 2 times; 3 to 4 times; 5 to 6 times; 7 or more times. The second question was: How long do you meditate? Choices were: I do not meditate; 1 to 5 minutes; 6 to 20 minutes; 21 to 40 minutes; 41 to 60 minutes; More than one hour. Based on the answers, we classified participants into the groups of meditators and non-meditators.

Mindfulness was measured with the Freiburg Mindfulness Inventory – FMI (Walach et al., 2006). We used a short 14-item version that is sensitive to change and can also be used with subjects without previous meditation experience. Responses are recorded on a 4-point scale (*Rarely, Occasionally, Fairly often, Almost always*). The inventory's Cronbach's alpha in previous research was 0.86. Item example: *I am open to the experience of the present moment.*

Subjective happiness was measured with Subjective Happiness Scale – SHS (Lyubomirsky & Lepper, 1997, 1999). The SHS is a four-item measure using a subjectivist approach to assessing happiness. Cronbach's alpha in previous research ranged from 0.79 to 0.94. Item example: *In general, I consider myself (1 = not a very happy person, 7 = a very happy person).*

Meaning in life was measured with Meaningful Life Measure-10 – MLM-10 (Morgan & Robinson, 2013). The MLM-10 is a shortened version of the Meaningful Life Measure (Morgan & Farsides, 2009), which measures the fulfillment of five sources of personal meaning pertaining to a sense of purpose, excitement, accomplishment, principles, and value. Responses are recorded on a 7-point scale (*1 = absolutely untrue, 7 = absolutely true*). Cronbach's alpha coefficients in previous research ranged from 0.75 to 0.84. Item example: *I hold certain values which I feel greatly enrich my life with significance.*

RESULTS

In this section, we summarize the main findings.

Figure 1 provides a descriptive overview of mean scores for mindfulness, subjective happiness, and meaning in life for both meditation and non-meditators. For all measured variables, meditators achieved higher scores.

Figure 1. Overview of mean scores

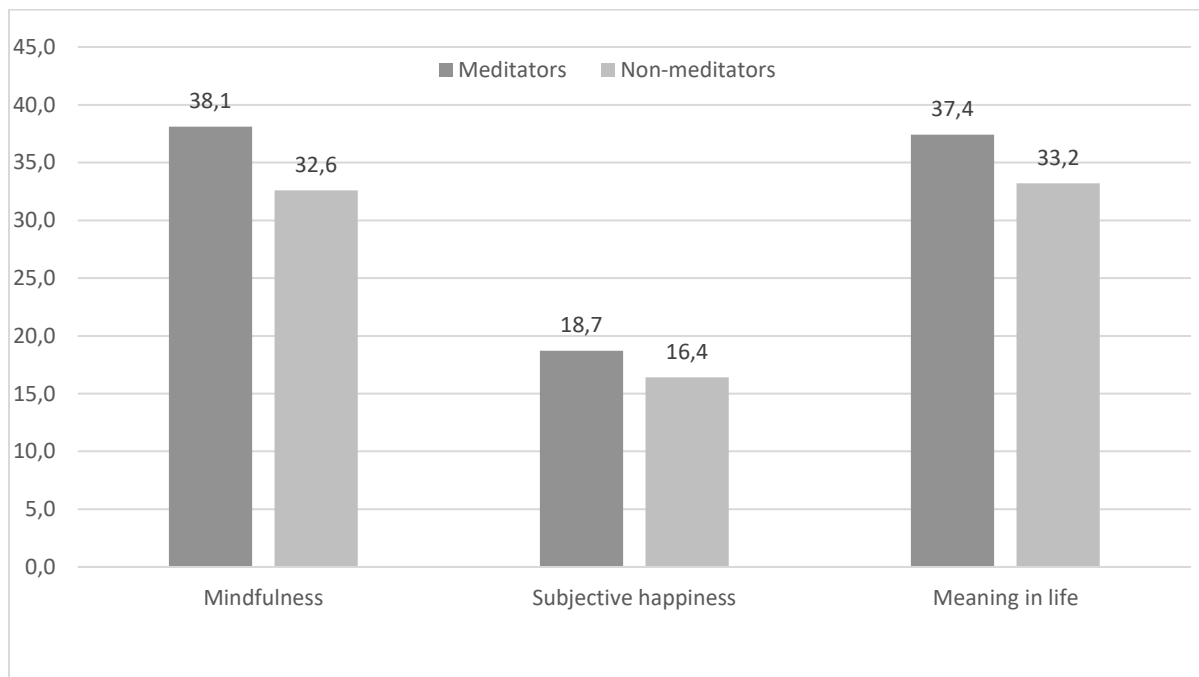


Table 1 represents a statistical comparison of the differences between the mindfulness scores of meditators and non-meditators.

Table 1. Student t-test for mindfulness score

Mindfulness (N = 165)	n	Mean	Median	SD	<i>t</i>	df	Sig.	<i>d</i>
Meditators	129	38.1	38.0	7.2	3.92	163	< 0.001	0.74
Non-meditators	36	32.6	32.0	8.2				

Note. Two-Tailed Test

Based on the Student t-test, we observed that the level of mindfulness in the group of meditators ($M = 38.1$; $SD = 7.2$) is significantly higher than in the group of non-meditators ($M = 32.6$; $SD = 8.2$); ($t_{(163)} = 3.91$; $p < 0.001$). The effect size of this comparison is large ($d = 0.74$).

Table 2 represents a statistical comparison of the differences between the group of meditators and the group of non-meditators for subjective happiness score.

Table 2. Mann-Whitney U-test for subjective happiness score

Subjective happiness (N = 165)	n	Mean	Median	SD	<i>U</i>	Sig.	<i>r</i>
Meditators	129	18.7	20.0	4.9	1746.5	0.023	0.25
Non-meditators	36	16.4	17.0	6.2			

Note. Two-Tailed Test

Based on the Mann-Whitney U-test, we observed that the level of subjective happiness in the group of meditators ($M = 18.7$; $SD = 4.9$) is significantly higher than in the group of non-

meditators ($M = 16.4$; $SD = 6.2$) ($U = 1746,5$; $p = 0.023$). The effect size of this comparison is small ($r = 0.25$).

Table 3 represents a statistical comparison of the differences between the meditators and non-meditators for meaning in life score.

Table 3. Mann-Whitney U-test for meaning in life score

Meaning in life (N = 165)	n	Mean	Median	SD	<i>U</i>	Sig.	<i>r</i>
Meditators	129	37.4	38.0	6.9	1546.5	0.002	0.33
Non-meditators	36	33.2	33.5	8.1			

Note. Two-Tailed Test

Based on the Mann-Whitney U-test, we observed that the level of meaning in life in the group of meditators ($M = 37.5$; $SD = 6.9$) is significantly higher than in the group of non-meditators ($M = 33.2$; $SD = 8.1$); ($U = 1546.5$; $p = 0.002$). The effect size of this comparison is medium ($r = 0.33$).

DISCUSSION

The study investigated whether meditation is linked to higher levels of mindfulness, subjective happiness, and meaning in life. We did so by comparing the meditators with the non-meditators group. Our findings suggest that meditators achieve significantly higher levels in all mentioned variables and thus provide support for previous research in this field.

The concept of meditation and mindfulness is closely related. Vaitl and colleagues (2005) refer to meditation practices as self-regulatory practices. Dorjee (2016) emphasizes the development of metacognitive abilities. Central to meditation, according to the sources given, is the development of mindfulness, a point underlined by Kabat-Zinn (2016), who views meditation as an effective means of enabling the development of mindfulness skills. Our research supports these claims. However, we did not specifically distinguish the type of meditation exercises in our work. As Sedlmeier and colleagues (2012) state there are many meditation techniques, and the approach regarding their division is not straightforward (e.g., Feuerstein, 2008; Kristeller & Rikhye, 2008; Shear, 2006). Distinguishing between these techniques would help us better understand the issue, conduct further research, and clarify which method, to what extent, contributes to the development of mindfulness.

Through this research, we aimed to get closer to answering whether meditation is linked to increased subjective happiness. Carmody and Baer (2008) concluded that meditation leads to the development of mindfulness, which results in increased levels of personal well-being. Lyubomirsky, Sheldon, and Schkade (2005) suggest that the level of happiness can be increased by certain activities, within which Lyubomirsky (2008) includes meditation practice. The author states that our activities can influence happiness by roughly forty percent, life circumstances influence it by approximately ten percent, and genetic determination accounts for an extent of fifty percent. Despite this relatively high genetic determination, we find it essential to point out to connection between meditation and subjective happiness since we can include this area in the activities that are in our hands.

We also explored the association between meditation and meaning in life. Bloch and colleagues (2017) confirmed the link between meditation interventions and life meaning. Yela and

colleagues (2020) suggest that a healthy meditation practice includes a sense of life meaning. According to Allan, Bott, and Suh (2015) an explanatory mechanism behind this relationship could be the increase in self-awareness that occurs along with increased levels of mindfulness. However, a deeper understanding of the individual mechanisms is crucial. In this context, Shapiro and colleagues (2006) highlight four psychological mechanisms of mindfulness: self-regulation and self-management; emotional, cognitive, and behavioral flexibility; value clarification; and exposure. Intentionally cultivating non-judgmental awareness as a self-regulation mode leads to more significant differentiation. We might consider that through meditation, one gains greater distance from oneself, becomes more objective, and can view life and the world in a less judgmental way. We might suppose that, in a way, one thus transcends his own shadow of determinism. From a logotherapeutic perspective, meditation, mindfulness, and their mechanisms could also be considered an effective way of self-distancing and self-transcendence. Shapiro and colleagues (2006) also discuss the importance of emotional, cognitive, and behavioral flexibility as another mechanism of mindfulness. Flexibility is contrasted here with rigidity and learned patterns of behavior. If we can fully perceive a situation while maintaining mindful distance, it opens the space to choose a response to the problem and act more freely rather than reactively. As part of the value clarification mechanism, meditators experience more deeply and understand more clearly what is of value to them in life and what is meaningful to them (Shapiro et al., 2006). Values awareness helps us choose behaviors congruent with our needs, interests, and what we find meaningful (Brown & Ryan, 2003). Exposure plays a central role in the treatment of several therapeutic approaches. Mindful observation of the contents of one's mind provides a space for one to experience even relatively strong emotions with greater objectivity and less reactivity. Through exposure, the meditator learns that their feelings, thoughts, or bodily sensations are not so overwhelming and frightening (Shapiro et al., 2006). A deeper understanding of individual mechanisms could be one of the essential elements of further research in the field of contemplative science.

The study's limitations include a relatively small number of respondents within the group of non-meditators and its design. This comparative type of study has low predictive value regarding causality. Future studies should focus on a more robust design, allowing us to discover more about the causality regarding meditation practice and the increase in mindfulness, subjective happiness, and meaning in life.

REFERENCES

- Allan, B. A., Bott, E. M., & Suh, H. (2015). Connecting mindfulness and meaning in life: Exploring the role of authenticity. *Mindfulness*, *6*(5), 996–1003. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0341-z>
- Bloch, J. H., Farrell, J. E., Hook, J. N., Van Tongeren, D. R., Penberthy, J. K., & Davis, D. E. (2017). The effectiveness of a meditation course on mindfulness and meaning in life. *Spirituality in Clinical Practice*, *4*(2), 100–112. <https://doi.org/10.1037/scp0000119>
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*(4), 822–848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Carmody, J., & Baer, R. A. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms, and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of Behavioral Medicine*, *31*(1), 23–33. <https://doi.org/10.1007/s10865-007-9130-7>

- Dorjee, D. (2016). Defining contemplative science: The metacognitive self-regulatory capacity of the mind, context of meditation practice, and modes of existential awareness. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1788. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01788>
- Feuerstein, G. (2008). *The yoga tradition: Its history, literature, philosophy, and practice* (3rd ed.). Hohm Press.
- Kabat-Zinn, J. (2015). Mindfulness. *Mindfulness*, 6(6), 1481–1483. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0456-x>
- Kabat-Zinn, J. (2016). *Coming to our senses: Healing ourselves and the world through mindfulness*. Hachette Books.
- Kristeller, J. L., & Rikhye, K. (2008). Meditative traditions and contemporary psychology. In K. R. Rao, A. C. Paranjpe, & A. K. Dalal (Eds.), *Handbook of Indian psychology* (pp. 506–538). Foundation Books. <https://doi.org/10.1017/UPO9788175968448.028>
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A new approach to getting the life you want*. Penguin Books.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1997). *Subjective Happiness Scale* [Data set]. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/t01588-000>
- Lyubomirsky, S., & 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>
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111–131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Morgan, J., & Farsides, T. (2009). Psychometric evaluation of the Meaningful Life Measure. *Journal of Happiness Studies*, 10(3), 351–366. <https://doi.org/10.1007/s10902-008-9093-6>
- Morgan, J., & Robinson, O. (2013). Intrinsic aspirations and personal meaning across adulthood: Conceptual interrelations and age/sex differences. *Developmental Psychology*, 49(5), 999–1010. <https://doi.org/10.1037/a0029237>
- Sedlmeier, P., Eberth, J., Schwarz, M., Zimmermann, D., Haarig, F., Jaeger, S., & Kunze, S. (2012). The psychological effects of meditation: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 138(6), 1139–1171. <https://doi.org/10.1037/a0028168>
- Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, 62(3), 373–386. <https://doi.org/10.1002/jclp.20237>
- Shear, J. (Ed.). (2006). *The experience of meditation: Experts introduce the major traditions* (1st ed.). Paragon House.
- Vaitl, D., Birbaumer, N., Gruzelier, J., Jamieson, G. A., Kotchoubey, B., Kübler, A., Lehmann, D., Miltner, W. H. R., Ott, U., Pütz, P., Sammer, G., Strauch, I., Strehl, U., Wackermann, J., & Weiss, T. (2005). Psychobiology of altered states of consciousness. *Psychological Bulletin*, 131(1), 98–127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.1.98>

- Walach, H., Buchheld, N., Büttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). Measuring mindfulness—The Freiburg Mindfulness Inventory (FMI). *Personality and Individual Differences, 40*(8), 1543–1555. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.11.025>
- Yela, J. R., Crego, A., Gómez-Martínez, M. Á., & Jiménez, L. (2020). Self-compassion, meaning in life, and experiential avoidance explain the relationship between meditation and positive mental health outcomes. *Journal of Clinical Psychology, 76*(9), 1631–1652. <https://doi.org/10.1002/jclp.22932>

KONŠTRUKTOVÁ VALIDIZÁCIA DOTAZNÍKA EMOČNEJ REGULÁCIE (ERQ) NA VZORKE SLOVENSKÝCH ADOLESCENTOV

EMOTION REGULATION QUESTIONNAIRE (ERQ) CONSTRUCT VALIDATION IN A SAMPLE OF THE SLOVAK ADOLESCENTS

Lada Kaliská, Michaela Gajdošová, Ľubor Pilárik, Eva Virostková Nábělková & Zuzana Heinzová

Katedra psychológie PF UMB v Banskej Bystrici

E-mail: lada.kaliska@umb.sk

ABSTRAKT

Cieľom štúdie bolo overiť konštruktovú validitu emočnej regulácie (ER) v súvislosti s črtovou emočnou inteligenciou (EI, TEIQue-SF, Petrides, 2009, ad., Kaliska, et al., 2019) a copingovými stratégiami (CSI, Tobin et al., 1989). ER bola posúdená Dotazníkom emočnej regulácie (ERQ, Gross & John, 2003, ad., Pilárik et al., 2022) u 142 adolescentov ($N = 142$, zš: $N = 69$; 49,28% dievčat, sš: $N = 73$, 52,05% dievčat). Konvergentný charakter ERQ sa preukázal významnými pozitívnymi vzťahmi, kde kognitívne prehodnotenie súviselo s črtovou EI a príklonovými copingovými stratégiami a potlačenie emócií s vyhýbaním sa problémom a sociálnou izoláciou. Divergentná validita ERQ sa preukázala významnými negatívnymi vzťahmi, kde kognitívne prehodnotenie negatívne súviselo s odklonovými stratégiami a potlačenie expresie emócií s črtovou EI a príklonovou stratégiou sociálna opora. Korelačná analýza potvrdila konštruktovú validitu ERQ v slovenských podmienkach, čo naznačuje jeho význam pre psychologický výskum a intervencie v oblasti emočného zdravia adolescentov.

Kľúčové slová

konštruktová validita; emočná regulácia; črtová emočná inteligencia; copingové stratégie; adolescenti

ABSTRACT

The aim of the study was to verify the construct validity of emotion regulation (ER) in the context of trait emotional intelligence (EI, TEIQue-SF, Petrides, 2009; ad.; Kaliska, et al., 2019) and coping strategies (CSI, Tobin et al., 1989). ER was assessed by the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ, Gross & John, 2003; ad., Pilárik et al., 2022) in 142 adolescents ($N = 142$, primary school: $N = 69$; 49.28% of girls, high school: $N = 73$, of 52.05% girls). The ERQ convergent character was demonstrated by significant positive relationships, where cognitive reappraisal was related to trait EI and engagement coping strategies, and emotion suppression to problem avoidance and social withdrawal. ERQ divergent validity was demonstrated by significant negative relationships, where cognitive reappraisal was negatively related to

disengagement strategies and emotion suppression to trait EI and the engagement coping strategy of social support. Correlational confirmed the ERQ construct validity in the Slovak conditions, suggesting its relevance for psychological research and interventions in the field of adolescents' emotional health.

Keywords

ERQ construct validity; emotion regulation; trait emotional intelligence; coping strategies; adolescents

Grantová podpora

VEGA No. 1/0569/22 Emočná flexibilita: stratégie regulácie emócií v meniacich sa podmienkach ako protektívne faktory psychického zdravia.

ÚVOD

Emočná regulácia (ER) zohráva kľúčovú úlohu v psychickom a emočnom vývine adolescentov. V období dospievania je schopnosť efektívne regulovať svoje emócie zásadná. Štúdie (Silvers, 2022; Verzeletti et al., 2016) naznačujú, že flexibilná ER je spojená s pozitívnymi dopadmi na duševné zdravie. Vedieť regulovať emócie, hlavne vtedy, keď sa objavia v nesprávny čas či v nesprávnej intenzite (Gross, 2014), kladie pred jednotlivca výzvu osvojiť si tejto schopnosti. Na profesionálov to zvyšuje požiadavku vedieť posúdiť ich mieru psychometricky overenými nástrojmi.

Stratégie ER posudzujeme ako psychické, behaviorálne a kognitívne procesy, ktoré slúžia k regulácii emócií a následnej emočnej odpovedi (Gross & John, 2003). Vo všeobecnosti ich delíme na adaptívne a maladaptívne, pričom viacerí autori (Peña-Sarrionandia et al., 2015; Sheppes, 2017) konštatujú, že tá istá stratégia ER môže byť mal/adaptívna v závislosti od konkrétneho jednotlivca, prežívaných emócií, ich intenzity a kontextu, či uhla pohľadu (Aldao et al., 2015). Adaptívne stratégie ER zahŕňajú kognitívne prehodnotenie, riešenie problémov a akceptáciu, maladaptívne stratégie ako dysregulácie zahŕňajú zamýšľanie sa nad problémom, expresívne potlačenie či vyhýbanie sa emóciám (Gross, 1998).

Medzi najčastejšie používané stratégie ER patrí *kognitívne prehodnotenie* (KP) ako stratégia, ktorá predchádza spusteniu emočnej reakcie. Je formou kognitívnej zmeny, ktorá mení emočný dopad situácie, ako sa interpretuje, hodnotí a ovplyvňuje emočné reakcie. Využitie tejto stratégie znižuje prežívanie negatívnych emócií a zvyšuje tie pozitívne. Druhou je *potlačenie prejavu emócií* (EP), kde dochádza k ne/vedomému potlačeniu alebo ignorovaniu emočných reakcií, čo znižuje intenzitu prežívaných emócií (Gross, 1998). Táto stratégia je krátkodobou efektívna, pretože zabraňuje prežívaniu negatívnych emócií, avšak dlhodobé potlačovanie vedie k zníženiu psychickej pohody a zlyhávaniu vo vzťahoch (Gross & John, 2003).

V súčasnosti existuje viacero nástrojov na posúdenie miery ER, pričom *Dotazník emočnej regulácie* (ERQ) Grossa a Johna (2003) patrí medzi najpoužívanejšie. Posudzuje dve stratégie ER, a to kognitívne prehodnotenie a expresívne potlačenie emócií. Viaceré štúdie preukazujú jeho dostatočné psychometrické vlastnosti včítane dostatočných ukazovateľov zhody modelu ($CFI = ,967$; $RMSEA = ,043$ u 1534 čínskych študentov, in Zhao et al., 2024). Napriek jeho využitiu v zahraničí je potrebné overiť konštruktívnu validitu na Slovensku u adolescentov v období ranej (14.-15.rok) a neskorej (16.-19.rok) adolescencie. Toto obdobie je sprevádzané

zmenami, kde sa objavuje zvýšený emočný distress (Silvers, 2022) pri zvládaní záťaže. Starší sa rozhodujú pre aktívne zvládanie, kým mladší výraznejšie podliehajú vplyvu emócií a prejavujú väčšiu bezradnosť, sklon k vzdaniu sa, izolácii, strate sebakontroly (Hanzlová & Macek, 2008). Aktivizujú sa u nich copingové stratégie, ktoré sú zamerané na riešenie problému a/alebo na zvládnutie emócií. Typológiu stratégií zvládania prepracoval Tobin so spolupracovníkmi a vytvorili trojúrovňový model stratégií (Tobin et al., 1989) na obrázku 1.

Obrázok 1 Copingové stratégie podľa Tobina (Tobin et al., 1989)



Zároveň črtová emočná inteligencia (EI) ako jeden z modelov EI predstavuje dôležitý individuálny faktor, ktorý pôsobí ako protektor well-beingu adolescentov (Lea et al., 2023). Emočne inteligentní jednotlivci preukazujú efektívnejšie copingové stratégie pri stresovým situáciám a využívajú adaptívne stratégie na reguláciu svojho emočného stavu (Lea et al., 2023; Peña-Sarrionandia et al., 2015; Shemesh, 2017). Črtová EI predpokladá úspešnú adaptáciu a pozitívne súvisí s niektorými stratégiami (napr. riešenie problémov, opätovné hodnotenie) a negatívne s inými (napr. ruminácia), čo naznačuje, že niektoré stratégie regulácie sú adaptívnejšie ako iné (Gross & John, 2003; Peña-Sarrionandia et al., 2015). Metaanalýza konštruktu črtovej EI (Mikolajczak & Gross, 2008) preukázala, že ľudia s vysokou črtovou EI regulujú emócie flexibilne, t.j. dokážu rozpoznať, kedy sú emócie informatívne a kedy ich treba regulovať. Pozitívne súvisí s aktívnymi stratégiami zvládania (napr. riešenie problémov, hľadanie sociálnej opory a prehodnotenie) a negatívne s dysfunkčnými stratégiami (napr. inhibícia emočného prejavu). Taktiež kognitívne prehodnotenie súvisí s vyšším well-beingom a potlačenie emócií s nižším, ako aj s duševným zdravím, osamelosťou a negatívnymi emóciami (Verzeletti et al., 2016).

Cieľom štúdie je overiť konštruktívnu validitu ERQ analýzou vzťahov medzi emočnou reguláciou (ER), črtovou emočnou inteligenciou (EI) a copingovými stratégiami zvládania záťaže.

METÓDY

Výskumné ciele

Vychádzajúc z výskumného cieľa sme stanovili 3 výskumné otázky: Existujú štatisticky významné rozdiely v stratégiách regulácie emócií z hľadiska fáz adolescencie? (VO1); Súvisí

stratégia kognitívne prehodnotenie s globálnou črtovou EI a s príklonovými stratégiami pozitívne a negatívne s odklonovými stratégiami zvládania záťaže? (VO2); Súvisí stratégia potlačenie emócií s odklonovými stratégiami pozitívne a negatívne s globálnou črtovou EI a príklonovými stratégiami zvládania záťaže? (VO3)

Výskumná vzorka

Výskumnú vzorku tvorilo 142 žiakov z 8. a 9. ročník základnej a z 3. a 4. ročníka strednej školy Žilinského kraja, SR ($N = 142$, zš: $N = 69$; 49,28% dievčat, sš: $N = 73$, 52,05% dievčat). Výber bol zámerný v kombinácii s dostupným výberom. Účasť bola dobrovoľná a vzhľadom na GDPR sa získal u žiakov mladších ako 18 rokov súhlas na účasť vo výskume od zákonných zástupcov.

METODIKY

Využili sme zostavu na zistenie:

- stratégií ER kognitívneho prehodnotenia (KP, cognitive reappraisal, 6 položiek) a expresívneho potlačenia (EP, expressive suppression, 4 položky) dotazník *Emotion regulation questionnaire* (ERQ) Grossa a Johna (2003), adaptácia Pilárik et al. (2022). Ide o sebaodhadovací dotazník so 7-bodovou škálou (1-úplne nesúhlasím, 7-úplne súhlasím). Položky zachytávajú emočné prežívanie a emočné prejavy. Vnútoraná konzistencia dosahovala vysoko akceptovateľné hodnoty v oboch podsúboroch (zš: KP: $\alpha = ,71$; EP: $\alpha = ,65$; sš: KP: $\alpha = ,75$; EP: $\alpha = ,70$).
- globálnej úrovne črtovej EI 30-položkový dotazník *Trait Emotional Intelligence Questionnaire_Short Form* pre adolescentov (TEIQue-ASF) Petridesa (2009), adaptácia Kaliská et al. (2019). Ide o sebaodhadovú metódu so 7-stupňovou škálou ne/súhlasu (1-úplne nesúhlasím, 7-úplne súhlasím). Vnútoraná konzistencia v oboch podsúboroch dosiahla akceptovateľnú úroveň (zš: $\alpha = ,90$; sš: $\alpha = ,87$).
- stratégií zvládania záťaže *Tobinov inventár copingových stratégií* (CSI), od Tobina a kol. (1989). Ide o hierarchický trojstupňový model zachytený v 72-položkovom dotazníku (viď Obrázok 1). Miera ne/súhlasu sa posudzuje na 5-bodovej škále (1-vôbec nie, 5-veľmi silne). Vnútoraná konzistencia dosahovala akceptovateľné hodnoty v oboch podsúboroch vo všetkých faktoroch (zš: $,63 \leq \alpha \leq ,96$; sš: $,63 \leq \alpha \leq ,93$).

Zber údajov prebehol v januári 2024 hybridným spôsobom v škole počas hodín informatiky. Štatistická analýza bola urobená v aplikácii JASP0.18. Analýza deskriptívnych ukazovateľov (strmosť, šikmosť), test normality (Shapiro-Wilkov test) preukázali nie normálne rozloženie, čo viedlo k využitiu neparametrických testov (Mann-Whitneyho U test pri analýze rozdielov, Spearmanovu koreláciu pri analýze súvislostí).

VÝSLEDKY

Vo VO1 sme analyzovali rozdiely vo využívaní stratégií ER z hľadiska fáz vývinu. Konštatujeme, že ani v KP ($U = 2597,00$; $p = ,75$) a ani v EP ($U = 2347,50$; $p = ,49$) sa nepreukázali signifikantné rozdiely medzi žiakmi ranej (KP: $M = 4,59$ / $SD = ,99$ /; EP: $M = 3,37$ / $SD = 1,18$ /) a neskorej (KP: $M = 4,65$ / $SD = 1,00$ /; EP: $M = 3,15$ / $SD = 1,30$ /) adolescencie. Analýza súvislostí stratégií regulácie emócií (KP a EP) s globálnou črtovou EI a s príklonovými

a odklonovými copingovými stratégiami neparametrickým Spearmanovým korelačným koeficientom jetab. 1 a v tab. 2.

Tabuľka 1. Konštruktová validizácia ER kognitívne prehodnotenie – korelácie medzi sledovanými premennými

.	Príklonové copingové stratégie					Odklonové copingové stratégie				
	<i>N</i> = 142	TEI	RIP	KOR	VYE	SOCO	VYHP	FAU	SEB	SOCI
KP		,40***	,34***	,40***	,04	,28***	-,07	,09	-,31***	-,39***
zš (<i>N</i> = 69)		,48***	,42***	,51***	-,07	,43***	-,21	-,06	-,36**	-,49***
sš (<i>N</i> = 73)		,35**	,27*	,31**	,13	,11	,03	,23	-,29*	-,28*

Poznámka. KP – kog. prehodnotenie; TEI – globálna úroveň črtovej EI; RIP – riešenie problému; KOR – kognitívna reštrukturalizácia; VYE – vyjadrenie emócií; SOCO – sociálna opora; VYHP – vyhýbanie problému; FAU – fantazijný únik; SEB – sebaobviňovanie; SOCI – sociálna izolácia; ****p* < ,001; ***p* < ,01; **p* < ,05.

Výsledky naznačujú, že KP vstupuje do významného pozitívneho stredne silného vzťahu s globálnou čtovou EI a s príklonovými stratégiami, okrem stratégie vyjadrenie emócií. Uvedené trendy sú potvrdené v oboch fázach vývinu, kde u mladších žiakov sú vzťahy silnejšie ako u starších. KP vstupuje do významných negatívnych stredne silných vzťahov s odklonovými stratégiami ako je sebaobviňovanie a sociálna izolácia. Opätovne tento trend je potvrdený v oboch skupinách.

Tabuľka 2. Konštruktová validizácia ER expresívne potlačenie – korelácie medzi sledovanými premennými

<i>N</i> = 142	Príklonové copingové stratégie					Odklonové copingové stratégie				
	TEI	RIP	KOR	VYE	SOCO	VYHP	FAU	SEB	SOCI	
EP		-,37***	-,05	,01	-,12	-,41***	,45***	,04	,03	,44***
zš (<i>N</i> = 69)		-,43***	-,03	-,12	,06	-,34**	,34**	,01	,05	,32**
sš (<i>N</i> = 73)		-,30***	-,03	,14	-,26*	-,46***	,53***	,02	-,00	,55***

Poznámka. EP – expresívne potlačenie; TEI – globálna úroveň črtovej EI; RIP – riešenie problému; KOR – kognitívna reštrukturalizácia; VYE – vyjadrenie emócií; SOCO – sociálna opora; VYHP – vyhýbanie problému; FAU – fantazijný únik; SEB – sebaobviňovanie; SOCI – sociálna izolácia; ****p* < ,001; ***p* < ,01; **p* < ,05.

EP vstupuje do významného negatívneho stredne silného vzťahu s globálnou čtovou EI a s príklonovou stratégiou sociálna opora. Uvedené trendy sú potvrdené aj v jednotlivých fázach, pričom u mladších je silnejší vzťah s čtovou EI a u starších so sociálnou podporou a vyjadrením emócií. EP vstupuje do významných pozitívnych stredne silných vzťahov s odklonovými stratégiami vyhýbanie sa problému a sociálna izolácia. Opätovne tento trend je potvrdený v oboch fázach, pričom u starších ide o silnú koreláciu.

DISKUSIA

Gross (2014) zdôrazňuje, že ER sa týka úsilia ovplyvniť emócie tak, aby boli skôr prospešné než škodlivé. Uvedomujúc si ich dispozičný základ je potrebné rozvíjať ich v procese

socializácie. Obdobie adolescencie je senzitívne naposilňovanie a cieleň rozvoj flexibility stratégií ER. Naše výsledky nepotvrdili významné rozdiely vo využívaní stratégií ER KP a EP u adolescentov z ranej i neskorej fázy vývinu. Jednotlivci sa učia regulovať svoje emócie a inklinujú skôr k adaptívnym stratégiám ER (Silvers, 2022). Stratégie ER sa formujú a stabilizujú, pričom už mladší adolescenti disponujú rôznymi stratégiami, ktoré sa v priebehu neskorej adolescencie výrazne nemenia. Výskumy naznačujú, že schopnosť adaptívne ER je už rozvinutá v tomto období a jej zmeny sú skôr podmienené individualitou, osobnosťou, či kontextom (Vancu, 2019). Naše výsledky naznačujú, že tí jednotlivci, ktorí sú schopní používať KP pri regulácii dosahujú vyššiu úroveň črtovej EI (v súlade s Peña-Sarrionandia et al., 2015; Shemesh, 2017). Zároveň sú schopní využívať stratégie zvládania zamerané na riešenie problému, cez hľadanie nového významu v situácii a hľadanie podpory. Neobviňujú sa z neschopnosti vyriešiť danú situáciu a ani sa sociálne neizolujú. Táto adaptívna stratégia ER je sprevádzaná aktívnym prístupom k zvládaniu situácií, kde u mladších je výraznejšia snaha zamerať sa na stratégie ER (Hanzlová & Macek, 2008). Stratégia EP súvisela so sklonom vyhnúť sa riešeniu situácie a izoláciou, čo sa výraznejšie prejavuje u starších, kedy potlačenie emócií predstavuje obranný mechanizmus voči pocitom neistoty alebo zraniteľnosti. Uvedené zistenia podporujú konvergentný (pozitívne korelácie) a divergentný charakter konštruktivej validizácie ERQ, kde nulová alebo nízka korelácia (vrátane negatívnej, Rönkkö, & Cho, 2020) potvrdzuje, že nástroj meria odlišný konštrukt.

Naša štúdia má limity, ktoré zohľadňujeme pri interpretácii. Medzi najhlavnejšie patrí veľkosť vzorky, čo neumožňuje generalizáciu zistení, časové hľadisko pri zbere dát, metodológia výskumu prostredníctvom nového nástroja ERQ v našich podmienkach u adolescentovami a ich schopnosť sebareflexie pri seba výpoved'ovom dotazníku.

ZÁVER

Obdobie adolescencie predstavuje kľúčové obdobie pre rozvoj emočných zručností na zvládanie záťaže. Aj keď situačne úspešná ER zahŕňa i použitie maladaptívnej stratégie, jej opakované alebo dlhodobé používanie negatívne vplyva na psychickú adaptáciu (Aldao et al., 2015). Analyzovali sme dve najčastejšie stratégie ER. Výskumníci (Gross & John, 2003; Petrides, 2009) práve vetvu „regulácie emócií“ považujú za rozhodujúcu v modeloch EI. Efektívna ER je rozhodujúca pri používaní adaptívnych stratégií zvládania adolescentami (Lea et al., 2023; Shemesh, 2017). Rozvoj ER zlepšuje ich celkovú psychickú pohodu. ERQ sa javí ako psychometricky kvalitný nástroj na meranie stratégií ER, čo podporuje verifikácia konštruktivej validity v slovenských podmienkach u žiakov v období adolescencie.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Aldao, A., Sheppes, G., & Gross, J.J. (2015). Emotion regulation flexibility. *Cognitive Therapy and Research*, 39(3), 263–278. <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9662-4>.
- Gross, J.J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd ed., pp. 3–20). The Guilford Press.
- Gross, J.J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>.
- Gross, J.J., & John, O.P. (2003). *Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t06463-000>.

- Hanžlová, M., & Macek, P. (2008). Zvládací strategie a styly dospívajících. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 43(1), 3–22.
- Kaliská, L., Nábělková, E., & Heinzová, Z. (2019). *Dotazníky črtovej emocionálnej inteligencie: manuál ku skráteným formám – II. časť*. PF UMB.
- Lea, R., Davis, S.K., Mahoney, B., & Qualter, P. (2023). Do emotionally intelligent adolescents flourish or flounder under pressure? *Personality and Individual Differences*, 201, 111943. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111943>.
- Mikolajczak, M., & Gross, J.J. (2008). *Making the most of our emotions: Integrating emotional intelligence and emotion regulation perspectives*. Manuscript submitted for publication.
- Peña-Sarrionandia, A., Mikolajczak, M., & Gross, J.J. (2015). Integrating emotion regulation and emotional intelligence traditions: a meta-analysis. *Frontiers in psychology*, 6, 160.
- Petrides, K.V. (2009). *Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue)*. Technical Manual. London Psychometric Laboratory.
- Rönkkö, M., & Cho, E. (2020). An Updated Guideline for Assessing Discriminant Validity. *Organizational Research Methods*, 25(1), 6-14. <https://doi.org/10.1177/1094428120968614>.
- Shemesh, D.O. (2017). Youth emotional intelligence as related to adaptive coping with stress encounters. *Psychology*, 7(1), 1-9.
- Silvers, J.A. (2022). Adolescence as a pivotal period for emotion regulation development. *Current opinion in psychology*, 44, 258–263. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.09.023>.
- Tobin, D.L., Holroyd, K.A., Reynolds, R.V., & Wigal, J.K. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping Strategy Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 343–361. <https://doi.org/10.1007/BF01173478>.
- Vancu, E. (2019). Vplyv kvality vzťahových väzieb na emočnú reguláciu u adolescentov. *GRANT Journal*, 8(2), 82-85.
- Verzeletti, C., Zammuner, V.L., Galli, C., & Agnoli, S. (2016). Emotion regulation strategies and psychosocial well-being in adolescence. *Cogent Psychology*, 3(1), 1199294. <https://doi.org/10.1080/23311908.2016.1199294>.
- Zhao, M., Kuan, G., Zhou, K., Musa, R.M., Majeed, A.P.P.A., & Kueh, Y.C. (2024). Psychometric properties and gender invariance of the 8-item emotion regulation questionnaire (ERQ-8) among Chinese university students. *PLoS One*, 19(1). <http://doi:10.1371/journal.pone.0296035>.

***NÁDEJ A PSYCHOLOGICKÁ PRVÁ POMOC U UKRAJINCOV
V KONTEXTE AKTUÁLNEHO VOJNOVÉHO KONFLIKTU***

***HOPE AND PSYCHOLOGICAL FIRST AID IN UKRAINIANS IN THE
CONTEXT OF THE CURRENT CONFLICT***

Petra Klastová Pappová, Veronika Chlebcová & Myroslava Anatoliivna Sadova

Ústav klinickej psychológie, Fakulta psychológie, Paneurópska vysoká škola

E-mail: petra.pappova@paneurouni.com

ABSTRAKT

Cieľom výskumu bolo zistiť úroveň nádeje ľudí žijúcich na Ukrajine, ktorí od eskalácie vojnového konfliktu v roku 2022 poskytovali rôzne formy pomoci súvisiace s týmto konfliktom. Zamerali sme sa tiež na mapovanie nádeje v kontexte psychologickéj prvej pomoci (PPP) a vybraných sociodemografických charakteristík. Výskumu sa zúčastnilo 504 participantov, vo veku 17 až 67 rokov ($M = 31$, $SD = 12,2$). Úroveň nádeje sme zisťovali pomocou Snyderovej škále nádeje. Zistili sme, že nádej sa nelíši vzhľadom na pohlavie ani vzdelanie a nesúvisí s vekom, rozdiely z hľadiska partnerského statusu boli malé. Rozdiely v úrovni nádeje sme nezistili ani vzhľadom na psychologickú prvú pomoc (potreba PPP, získaná PPP, aktuálne vykonávaná dobrovoľnícka činnosť). Limitmi výskumu sú obmedzenia online zberu dát a prierezového výskumu, najpočetnejšie zastúpenie ľudí vo veku mladej dospelosti.

Kľúčové slová

nádej; psychologická prvá pomoc; vojnový konflikt na Ukrajine

ABSTRACT

The aim of the present research was to determine the level of hope in people living in Ukraine who, since the escalation of the conflict in 2022, have provided various forms of aid related to this conflict. The research further focused on mapping hope in the context of psychological first aid (PFA) and selected socio-demographic characteristics. The research sample included 504 participants aged 17 to 67 ($M = 31$, $SD = 12.2$). We measured the level of hope using the Hope Scale by Snyder. We found that the level of hope did not differ by gender or education and was unrelated to age. Differences in hope according to marital status were small. We did not detect differences in the level of hope even with regard to PFA (need for PFA, received PFA, volunteer activity ongoing). The limitations of the research include online data collection and cross-sectional research, and the over-representation of young adults in the sample.

Keywords

hope, psychological first aid, war conflict in Ukraine

Grantová podpora

GAAA/2023/5 Psychologická prvá pomoc v neľahkých časoch.

EÚ Next Generation EU prostredníctvom Plánu obnovy a odolnosti SR v rámci projektu č. 09I03-03-V01-00074

ÚVOD

Podľa Americkej psychologickej asociácie (2022) je *psychologická prvá pomoc (ďalej len PPP)* prvotnou reakciou na katastrofu. Môže ju poskytnúť každý, kto je dostatočne citlivý na situáciu druhých v núdzi a má záujem pomôcť. *Obetiam traumatických udalostí môže byť teda poskytnutá bez tréningu v oblasti duševného zdravia (Pekevski, 2013) alebo len so základmi o psychosociálnych potrebách obetí (Brymer et al., 2006). To robí PPP oproti krízovej intervencii relatívne ľahko dostupnou. Krízová intervencia je špecializovaná pomoc, ktorá si vyžaduje odborný výcvik (Špatenková, 2017).* PPP je určená pre ľudí, ktorí nedávno zažili vážne, potenciálne traumatizujúce udalosti. Cieľom je podporiť bezpečnosť, stabilizovať prežívajúcich a nasmerovať ich k ďalšej pomoci a zdrojom. Tento koncept je založený na prvkoch ľudského vzťahu, súcitu, rešpektu k dôstojnosti a rovnosti medzi ľuďmi (Kordić, 2018). Predstavuje tiež informovaný prístup k poskytovaniu podpory pozostalým po závažnej krízovej udalosti s cieľom znížiť počiatočný dopad traumatickej udalosti, podporiť adaptívne fungovanie a zvládanie (Pekevski, 2013). V kontexte vojnového konfliktu na Ukrajine má nepochybne významné postavenie v prvotnej pomoci všetkým obyvateľom.

PPP je založená na troch aktívnych princípoch, a to vidieť, počuť a prepojiť. Tieto princípy podporujú sfunkčnenie Hobfollových princípov, ktorými sú podpora pocitu bezpečia, upokojenie, sebaúčinnosť a komunitná účinnosť, prepojenosť a nádej. Uvedené zásady sú účinné ako súčasť intervencie pri zotavovaní sa po zážitku katastrofy a masového násillia (Hobfoll et al., 2007). Nádej teda predstavuje dôležitú súčasť nielen PPP, ale aj ďalšej práce s prežitou traumou. Podľa Longovej (2022) je významným mechanizmom zmeny v liečbe posttraumatickej stresovej poruchy. Vyššia úroveň nádeje znižuje riziko jej vzniku a podporuje pozitívne zvládnutie nepriaznivého stavu. Zároveň nádej prináša schopnosť čeliť náročným životným situáciám (Putri et al., 2024). V kontexte vojnového konfliktu považujeme za významný súvis nádeje s životnou spokojnosťou (Bailey & Snyder, 2007; Halama, 2001), zmysluplnosťou života, akceptáciou smrti (Halama, 2001), rezilienciou (Putri et al., 2024), well-beingom či posttraumatickým rozvojom (Slezackova et al., 2024). Výsledky výskumov nie sú jednoznačné, čo sa týka súvisu nádeje s vekom či rozdielu vzhľadom na partnerský status a pohlavie (napr. Bailey & Snyder, 2007; Ocisková et al., 2016), preto sme sa rozhodli zamerať aj na tieto charakteristiky.

Snyder (2000) hovorí o nádeji v zmysle dispozičnej črty, tiež zdôrazňuje kognitívnu aj motivačnú zložku. Pozostáva z vnímania úspešného dosiahnutia cieľa (v minulosti, súčasnosti aj budúcnosti) a súčasne z vnímania dostupnosti úspešnej cesty k cieľu. Cesta sa vzťahuje k schopnosti vytvoriť úspešné plány na dosiahnutie cieľa (Snyder et al., 1991). Nádej nesúvisí iba s cieľom, ktorý bude naplnený, ale aj s cestou, ktorá k nemu vedie, teda so schopnosťou vytvárať úspešné plány na splnenie cieľov (Snyder, 2000). Koniec vojny alebo čiastkovo koniec

útoku nie je obvykle jasný a istý. Vo vzťahu k udržaniu nádeje môže prispievať práve aktivizácia v zmysle dobrovoľníckej činnosti alebo poskytovanie PPP.

Cieľom prezentovaného výskumu bolo zistiť, aká je úroveň nádeje ľudí žijúcich na Ukrajine (VO1). Súčasťou bolo aj mapovanie nádeje v kontexte psychologickéj prvej pomoci, konkrétne sme zisťovali či existujú rozdiely vzhľadom na potrebu PPP (VO2), získanú PPP (VO3) a aktuálne angažovanie sa ako dobrovoľník (VO4). Zamerali sme sa tiež na mapovanie nádeje vo vzťahu k vybraným sociodemografickým charakteristikám. Zisťovali sme, či existuje súvis nádeje s vekom (VO5), tiež rozdiel v nádeji vzhľadom na pohlavie (VO6) a vzdelanie (VO7) a partnerský status (VO8).

METÓDA

Výberový súbor

Výskumný súbor tvorilo 504 participantov, z toho 274 žien, 228 mužov, 1 uviedol 'iné'. Išlo o ľudí žijúci na Ukrajine, ktorí od eskalácie vojnového konfliktu v roku 2022 poskytovali rôzne formy pomoci súvisiace s týmto konfliktom, vrátane PPP. Vek participantov bol od 17 do 67 rokov ($M = 31$, $SD = 12,2$). Participantí pôsobili pod záštitou organizácií Červený kríž Ukrajiny, Platforma United 24, Nadácia Return Alive, Nadácia Rinata Achmetova a FC Šachtar, Nadácia Serhiy Prytula, ARD Telethon, Nadácia Viktora Pinchuka, Dobročinná nadácia RAZOM, Nadácia KSE, Humanitárny inštitút Protistan. Národná univerzita „Kyiv-Mohyla Academy“, Národná univerzita biodrojev a manažmentu prírody Ukrajiny. Zber dát prebiehal pomocou online dotazníka (v ukrajinskom jazyku) od októbra 2023 do februára 2024.

Metódy zberu a analýzy dát

Škála nádeje (Adult Dispositional Hope Scale, Snyder et al., 1991; preklad Halama, 2001) je 12 položkový seba-výpovedňový dotazník, pričom štyri položky sa neskórujú (distraktory). Participantí odpovedajú na 4-stupňovej škále od úplne nepravda po úplne pravda. Uvedený nástroj považujeme za vhodný vzhľadom na jeho zameranie, dĺžku a tiež dobré psychometrické vlastnosti, ako konštatujú napríklad Snyder (1991), Halama (2001) a Ocisková et al. (2016). Bailey a Snyder (2007) uvádzajú hodnoty vnútornej konzistencie $\alpha = 0.89$, Putri et al. (2024) uvádzajú $\alpha = 0.88$ a Ocisková et al. (2016) zistili hodnotu $\alpha = 0.82$. Vo výskume sme sa zamerali tiež na potrebu PPP (či participantí mali potrebu PPP; áno/nie), získanie PPP (v prípade potreby, či získali PPP; áno/nie) a angažovanie sa ako dobrovoľník vrátane poskytovania PPP (áno/nie). Išlo o samostatné položky dotazníkovej batérie.

V prezentovanom príspevku sú zahrnuté čiastkové zistenia, ktoré sú súčasťou komplexného projektu. Súčasťou dotazníkovej batérie boli okrem socio-demografických otázok a otázok vzťahujúcich sa k psychologickéj prvej pomoci aj dotazník PCL-5 (Posttraumatic Stress Disorder Checklist-5; Blevins et al., 2015), GAD-7 (General Anxiety Disorder-7; Spitzer et al., 2006), PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9; Kroenke et al., 2001), dopytovanie s otvorenými otázkami a nedokončené vety.

Pri realizácii sme sa držali etických zásad psychologického výskumu. Participantí boli informovaní o cieľi výskumu, anonymite, dobrovoľnosti, možnosti odstúpiť a spracovaní dát na výskumné účely. Sprostredkovaný im bol kontakt na výskumníčky. Výskumný projekt bol schválený Etickou komisiou Paneurópskej vysokej školy.

Metódy analýzy dát sme volili na základe rozloženia dát, konkrétne ukazovateľom sily vzťahu bol Spearmanov koeficient poradovej korelácie, ukazovateľom vecnej významnosti rozdielov bol koeficient Cohenovo d a Fisherova η^2 (η^2). Na zisťovanie štatistickej významnosti sme použili Studentov t -test a ANOVA. Najvýraznejšie indikátory (prejavy) nádeje sme hodnotili na základe frekvenčnej analýzy odpovedí na položky.

VÝSLEDKY

Nádej ľudí žijúcich na Ukrajine

Opisnú štatistiku škály nádeje uvádzame v tabuľke 1. Teoretické a empirické rozpätie je zhodné a nadobúda hodnoty 8 – 32 ($M = 23,52$, $SD = 4,93$). Na základe hodnoty Cronbachovej alfy konštatujeme dobrú vnútornú konzistenciu ($\alpha = 0,89$). Z frekvenčnej analýzy vyplýva, že takmer 80% participantov dokáže nájsť spôsoby, ako sa dostať z neprijemnej situácie a verí, že existuje množstvo spôsobov ako sa s problémami vysporiadať. Približne trištvrtiny participantov uviedli, že dokážu nájsť riešenie problému, aj keď sú iní znechutení (76%), že sa snažia o dosiahnutie svojich cieľov (74%) a aj dosahujú svoje vytýčené ciele (77%). Až 78% participantov si myslí, že ich minulé zážitky pripravili na budúcnosť. Už v menšom percente sa participantí považujú v živote za úspešných (65%).

Tabuľka 1. Opisná štatistika Škály nádeje

Priemer		23.52
Medián		24.00
Modus		24.00
SD		4.93
Šikmosť		-0.59
Špicatosť		0.30
Minimum T/E		8/8
Maximum E/T		32/32
Percentily	25	21.00
	50	24.00
	75	27.00

Poznámka. T/E – teoretické / empirické minimum; E/T – empirické / teoretické maximum

V tabuľke 2 prezentujeme výsledky komparačných analýz úrovne nádeje a vybraných socio-demografických charakteristík. Z hľadiska vecnej aj štatistickej významnosti sme zistili, že nádej s vekom nekoreluje ($r_s = 0,085$, $p = 0,055$), tiež môžeme konštatovať že neexistuje rozdiel v úrovni nádeje medzi mužmi a ženami, stredoškolsky a vysokoškolsky vzdelanými. Vzhľadom na partnerský status, vyššiu úroveň nádeje mali ľudia v manželstve, avšak rozdiely boli malé ($\eta^2 = 0,021$, $p = 0,029$).

Tabuľka 2. Rozdiely v úrovni nádeje (M) v závislosti od vybraných socio-demografických charakteristík

Premenná		Priemer (M)	p-hodnota	Cohenovo d / η^2
Pohlavie	Žena	23,72	0,398	0,076 (d)
	Muž	23,35		
Vzdelanie	Stredoškolské	23,03	0,121	0,148 (d)
	Vysokoškolské	23,75		
Partnerský status	Vydatá/ženatý	24,37	0,029	0,021 (η^2)
	Rozvedená/ý	22,37		
	V partnerskom vzťahu	23,36		
	Slobodná/ý	22,84		
	Vdova/vdovec	25,00		

Nádej ľudí žijúcich na Ukrajine v kontexte psychologickej prvej pomoci

V čase zberu dát sa ako dobrovoľníci angažovali 289 participanti. Z celkového súboru 504 participantov, 363 uviedlo, že v súvislosti so situáciou pretrvávajúceho vojnového konfliktu potrebovalo PPP (potreba PPP). Z toho len 235 aj bola poskytnutá (získaná PPP), pričom 199 participantov hodnotí získanú pomoc ako účinnú. Vzhľadom na to, či participanti aktuálne vykonávajú dobrovoľnícku činnosť, tiež s ohľadom na potrebu či získanie PPP sa nepreukázal rozdiel v úrovni nádeje (tabuľka 3).

Tabuľka 3. Rozdiely v úrovni nádeje (M) v závislosti od psychologickej prvej pomoci

Premenná		Priemer (M)	p-hodnota	Cohenovo d
Potreba psychologickej prvej pomoci	Áno	23,38	0,306	0,102
	Nie	23,88		
Získanie psychologickej prvej pomoci	Áno	23,76	0,300	0,093
	Nie	23,31		
Aktuálne angažovanie ako dobrovoľník/čka	Áno	23,73	0,171	0,127
	Nie	23,10		

DISKUSIA

Zmapovanie a porozumenie tomu, do akej miery dokážu prežívať nádej ľudia v záťažových a traumatických situáciách, akými sú vojna, smrť či deštrukcia, je dôležitou súčasťou skúmania nádeje a tiež účinných stratégií psychologickej prvej pomoci. Za cieľ výskumu sme si preto stanovili preskúmať nádej u ľudí zasiahnutých vojnovým konfliktom, tiež v kontexte vybraných sociodemografických charakteristík a psychologickej prvej pomoci.

PPP napomáha obetiam katastrof, aby ich utrpenie bolo menšie, aby mali naplnené svoje fyzické a psychické potreby, dokázali rozvinúť účinnejšie stratégie zvládania, cítili sa viac v bezpečí, uvoľnení a dokázali prežívať nádej (Eweida et al., 2023; Schoultz et al., 2022). Nádej je vnímaná ako vnútorný proces, ktorý môže pomôcť človeku nájsť stabilitu v náročných a neistých podmienkach. Počas závažných kríz, akými sú napríklad vojny či iné násilné udalosti, nádej preukázateľne prispieva k zvýšeniu psychickej pohody obyvateľstva a pôsobí protektívne voči vzniku psychopatológie rozličného charakteru (Long et al., 2020; Pleeging et al., 2021).

V kontexte prebiehajúceho vojnového konfliktu, za významné považujeme zistenie, že pomerne vysoké percento participantov uviedlo, že sú schopní sa dostať z nepríjemnej situácie (78%), vysporiadať sa s problémami (80%) a tiež nájsť riešenia problémov aj keď ich okolie je znechutené (76%). Naznačuje nám to nezdolnosť, vytrvalosť a aktivizáciu, ktoré sú dôležité nielen pri poskytovaní pomoci iným, ale aj pri celkovom zvládaní tejto záťažovej situácie. V odpovediach participantov vidíme tiež prepojenie na možný posttraumatický rozvoj, najmä v tom, že až 80% participantov vníma, že ich minulé zážitky (vrátane už zažívaného vojnového konfliktu) pripravili na budúcnosť. Olsen et al. (2023) potvrdili u preživších konfliktu v Libanone súvis victím-traumy (trauma spôsobená inými, spojená s ohrozením života) s posttraumatickým rozvojom, pričom významnú úlohu zohráva aj emocionálny distress prežívaný po konflikte. Cieľom PPP je prostredníctvom navodenia pocitov bezpečia, pokoja, sebaúčinnosti, prepojenosti a nádeje predchádzať tomu, aby sa z akútnej stresovej reakcie rozvinula dlhodobá stresová porucha (Corey et al., 2021). Uvedené je impulzom k skúmaniu nádeje v kontexte posttraumatickej stresovej poruchy a posttraumatického rozvoja v populácii dobrovoľníkov na Ukrajine, ale tiež u dobrovoľníkov na Slovensku a v Čechách, ktorí poskytujú pomoc súvisiacu s vojnovým konfliktom na Ukrajine.

Za zaujímavé tiež považujeme zistenie, že z 363 participantov, ktorí uviedli, že potrebovali PPP ju získalo len 235 (65%). Považujeme za dôležité vyzdvihnúť starostlivosť o seba, psychohygienu a získanie sociálnej opory samotných dobrovoľníkov či poskytovateľov PPP. Ďalej sme zistili, že úroveň nádeje sa nelíši vzhľadom na pohlavie ani vzdelanie a nesúvisí s vekom. Vyššiu úroveň nádeje mali ľudia v manželstve, avšak tieto rozdiely boli malé. Rozdiely v úrovni nádeje sme nezistili vzhľadom na potrebu PPP, získanie PPP, ani aktuálne vykonávanie dobrovoľníckej činnosti.

Za limity prezentovaného výskumu považujeme predovšetkým obmedzenia online zberu dát a prierezového dizajnu výskumu, tiež najpočetnejšie zastúpenie ľudí vo veku mladej dospelosti. Rezervy vidíme aj v otázkach týkajúcich sa PPP, konkrétne nedostatočné informácie o zložení výskumného súboru z hľadiska charakteru poskytovanej dobrovoľníckej činnosti a formy PPP. Pri spätnom hodnotení výskumného dizajnu vnímame ako potrebné sa dopýtať na konkrétne formy psychologickéj prvej pomoci, ktoré participanty poskytovali a komu, v prípade, že im bola poskytovaná PPP, od koho a tiež v akých dobrovoľníckych aktivitách sa angažovali. V aktuálnom výskume máme informácie len o tom, že pôsobili ako dobrovoľníci a poskytovali PPP v súvislosti s vojnovým konfliktom na Ukrajine.

V komplexnej krízovej situácii, ľudia prežívajúci veľkú mieru záťaže, potrebujú praktickú pomoc, tak sociálnu, ako aj psychologickú. Láska, viera a nádej predstavujú vo vojnových podmienkach hlavný predpoklad pre adaptívny potenciál duševného zdravia jednotlivca a jeho schopnosť pomôcť si sám (Samara et al., 2022). Považujeme preto za prínosné naše zameranie sa práve na tieto dva konštrukty u ľudí v špecifickej životnej situácii akou je vojnový konflikt na Ukrajine. V našom výskume sme sa zamerali na ľudí žijúcich na Ukrajine, avšak prínosné by bolo tiež zamerať sa na utečencov žijúcich aktuálne na Slovensku a v Čechách.

LITERATÚRA

- American Psychological Association. *Understanding psychological first aid*. (2022)
<https://www.apa.org/practice/programs/dmhi/psychological-first-aid>
- Bailey, T. C., & Snyder, C. R. (2007). Satisfaction with Life and Hope: A Look at Age and Marital Status. *Psychological Record*, 57(2), 233-240.
<https://doi.org/10.1007/BF03395574>
- Blevins, C. A., Weathers, F. W., Davis, M. T., Witte, T. K., & Domino, J. L. (2015). The posttraumatic stress disorder checklist for DSM-5 (PCL-5): Development and initial psychometric evaluation. *Journal of Traumatic Stress*, 28(6), 489–498. <https://doi.org/10.1002/jts.22059>
- Brymer, M., Jacobs, A., Layne, C., Pynoos, R., Ruzek, J., Steinberg, A., Vernberg, E., & Watson, P. (2006). *Psychological First Aid: Field Operations Guide (2nd ed.)*. National Child Traumatic Stress Network.
- Corey, J., Vallières, F., Frawley, T., De Brún, A., Davidson, S., & Gilmore, B. (2021). A Rapid Realist Review of Group Psychological First Aid for Humanitarian Workers and Volunteers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1452. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041452>
- Eweida, R. S., Rashwan, Z. I., Khonji, L. M., Shalhoub, A. A., Bin, & Ibrahim, N. (2023). Psychological first aid intervention: Rescue from psychological distress and improving the pre-licensure nursing students' resilience amidst COVID-19 crisis and beyond. *Scientific African*, 19, e01472. <https://doi.org/10.1016/j.sciaf.2022.e01472>
- Halama, P. (2001). Slovenská verzia Snyderovej škály nádeje: Preklad a adaptácia. *Československá psychologie*, 45(2), 135-142.
- Hobfoll, S. E., Watson, P., Bell, C. C., Bryant, R. A., Brymer, M. J., Friedman, M. J., Friedman, M., Gersons, B. P., de Jong, J. T., Layne, C. M., Maguen, S., Neria, Y., Norwood, A. E., Pynoos, R. S., Reissman, D., Ruzek, J. I., Shalev, A. Y., Solomon, Z., Steinberg, A. M., & Ursano, R. J. (2007). Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence. *Psychiatry*, 70(4), 283-315. <https://doi.org/10.1521/psyc.2007.70.4.283>
- Kordić B. (2018). Concept and practice of psychological first aid. *Годишњак Факултета безбедности*, 1, 41-52. <https://doi.org/10.5937/GFB1801041X>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. (2001). The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. *Journal of general internal medicine*, 16(9), 606–613. <https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>
- Long, L. J. (2022). Hope and PTSD. *Current Opinion in Psychology*, 48, 101472. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101472>
- Long, L. J., Bistricky, S. L., Phillips, C. A., D'Souza, J. M., Richardson, A. L., Lai, B. S., Short, M., Gallagher, M. W. (2020). The potential unique impacts of hope and resilience on mental health and well-being in the wake of Hurricane Harvey. *Journal of traumatic stress*, 33(6), 962-972. <https://doi.org/10.1002/jts.22555>
- Ocisková, M., Sobotková, I., Praško, J., & Mihál, V. (2016). Standardizace české verze Škály dispoziční nádeje pro dospělé. *Psychologie a její kontexty*, 7(1), 109-123.

- Olsen, O. K., Hystad, S. W., Bøe, H. J., & Are, E. (2023). Long-term post traumatic growth after moral- and victim-traumas among Norwegian UN military peacekeepers: the impact of emotional distress and leadership. *Journal of Military Studies*, *12*(1), 40-50. <https://doi.org/10.2478/jms-2023-0003>
- Pekevski J. (2013). First responders and psychological first aid. *Journal of Emergency Management*, *11*(1), 39-48. <https://doi.org/10.5055/jem.2013.0126>
- Pleeging, E., Burger, M., van Exel, J. (2021). The relations between hope and subjective well-being: A literature overview and empirical analysis. *Applied Research in Quality of Life*, *16*(3), 1019-1041. <https://doi.org/10.1007/s11482-019-09802-4>
- Putri, R. D., Lestari, L. I., & Azzahroh, S. (2024). "There is a Rainbow After The Rain": The Role of Hope in Increasing Resilience Among Students of Universitas Negeri Malang. *KnE Social Sciences*, *9*(30), 179–196. <https://doi.org/10.18502/kss.v9i30.17518>
- Samara, O., Shkrabiuk, V., Kompanovych, M., Liebiedieva, S., Mateiko, N., & Shelever, O. (2022). Psychological Aid to Victims of War and the Covid Pandemic - 19 in Ukraine. *Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, *13*(4), 227-241. <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/385>
- Schoultz, M., McGrogan, C., Beattie, M., Macaden, L., Carolan, C., & Dickens, G. L. (2022). Uptake and effects of psychological first aid training for healthcare workers' wellbeing in nursing homes: A UK national survey. *PLoS One*, *17*(11), e0277062. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0277062>
- Slezackova, A., Malatincova, T., Millova, K., Svetlak, M., & Krafft, A. M. (2024). The moderating effect of perceived hope in the relationship between anxiety and posttraumatic growth during the Russian-Ukrainian war. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1440021. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1440021>
- Snyder, C. R. (2000). *Hypothesis: There is hope*. In C. R. Snyder (Ed.). *Handbook of Hope: Theory, Measures, & Applications* (pp. 3-21). Academic Press.
- Snyder C. R., Harris Ch., Anderson J. R., Holleran S. A., Irving L. M., Sigmon S. T., Yoshinobu L., Gibb J., Langelle Ch., & Harney P. (1991). The Will and the Ways: Development and Validation of an Individual-Differences Measure of Hope. *Journal of Personality and Social psychology*, *60*(4), 570-585. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, *166*(10), 1092–1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Špatenková, N. (2017). *Krizová intervence*. In N. Špatenková (Ed.), *Krize a krizová intervence (1st. ed., pp. 42-51)*. Grada.

SÚVISLOSŤ NEROZHODNOSTI S DIMENZIAMI VYNÁRAJÚCEJ SA DOSPELOSTI

THE RELATIONSHIP OF INDECISIVENESS WITH DIMENSIONS OF EMERGING ADULTHOOD

Veronika Kohútová, Kinga Izsóf Jurássová & Michal Kohút

Faculty of Philosophy and Arts, University of Trnava

E-mail: veronika.kohutova@truni.sk

ABSTRAKT

Vynárajúca sa dospelosť ako vývinové obdobie od 18 do 25/29 rokov je typická prítomnosťou mnohých životných príležitostí a možností, z ktorých si mladí dospelí môžu vybrať. Táto štúdia je zameraná na skúmanie vzťahu medzi nerozhodnosťou a dimenziami vynárajúcej sa dospelosti a toho, či sa tieto vzťahy líšia v závislosti od akademického a zamestnaneckého statusu vynárajúcich sa dospelých. Celkovo 744 (31% mužov; $M_{vek} = 21,69$, $SD = 1,61$) respondentov vyplnilo Škálu nerozhodnosti a Inventár dimenzií vynárajúcej sa dospelosti. Výsledky vo všeobecnosti ukázali, že nerozhodní vynárajúci sa dospelí prežívajú viac negativizmu ($r = ,43$) a sú menej zameraní na seba ($r = -,21$). Ostatné vzťahy boli len na úrovni nulových alebo veľmi slabých. Efekt akademického a pracovného statusu hral štatisticky významnú rolu len v jednom prípade. Celkovo sú naše výsledky v súlade s predchádzajúcimi štúdiami, ktoré zdôrazňujú význam rozhodovania pre subjektívnu pohodu a osobný rast v období vynárajúcej sa dospelosti.

Kľúčové slová

vynárajúca sa dospelosť; dimenzie vynárajúcej sa dospelosti; nerozhodnosť

ABSTRACT

Emerging adulthood as a developmental period from 18 to 25/29 years of age is characterized by the presence of many life opportunities and choices from which young adults can choose. This study aims to examine the relationship between indecisiveness and the dimensions of emerging adulthood and whether these relationships vary with the academic and employment status of emerging adults. A total of 744 (31% men; $M_{age} = 21.69$, $SD = 1.61$) respondents completed the Indecisiveness Scale and the Dimensions of Emerging Adulthood Inventory. Results generally indicated that indecisive emerging adults experience more negativity ($r = .43$) and are less self-focused ($r = -.21$). Other relationships were only at the null or very weak level.

The effect of academic and work status played a statistically significant role in only one case. Overall, our results are consistent with previous studies emphasizing the importance of decision-making for subjective well-being and personal growth in emerging adulthood.

Keywords

emerging adulthood; dimensions of emerging adulthood; indecisiveness

Grantová podpora

Štúdia bola vypracovaná v rámci riešenia grantu VEGA 1/0223/22 Prediktory optimálneho psychologického fungovania v čase tranzícií v období vynárajúcej sa dospelosti.

INTRODUCTION

The period of young adulthood between the ages of 18 and 25 or 29 is often called emerging adulthood in the literature of recent years. Originally, emerging adulthood was connected to university students, however, the characteristics of emerging adulthood also apply to non-students (e.g. Kohútová & Kohút, 2024). Arnett (2000) described this period as a time of identity exploration, experimentation, negativity or instability, self-focus and feeling somewhat in-between adolescence, and adulthood. The most salient issue of emerging adulthood is exploring one's identity manifesting in a prolonged identity moratorium (Schwartz et al., 2005). During this time, emerging adults experiment with life opportunities in various areas of life, like academic/career, relationships, hobbies, worldview, etc. With limited responsibilities and lower parental control, it is an ideal time to try new things, experiment, reconsider previous decisions, and focus on one's life (Arnett, 2015). However, frequent changes, such as residence or partnership may lead to greater instability and related negative experiences like anxiety or depressiveness.

Also, young people who have not yet made a full commitment to a career or family may face many life opportunities and choices from which they can choose. Adult social roles are assumed in a broader time span (Kvapilová-Bartošová & Fúčík, 2017). The life path of today's emerging adults is less straightforward and less guided by normative social expectations. Instead, this path is more complex, and making a commitment may not be irreversible (Chaloupková, 2010), as the number of life choices increases, so do concerns about whether those choices were the right. From this point of view, emerging adulthood might be more challenging for those with higher levels of indecisiveness.

Indecisiveness can be defined as a stable personality characteristic that manifests itself across various domains and situations (see Bavoľár, 2018; Frost & Shows, 1993). Indecisive people tend to perceive decision-making as challenging, postpone the decision process, and experience negative emotions (such as anxiety, regret, and insecurity) related to both the decision-making process and the final choice itself (e.g. Spunt et al., 2009; Rassin et al., 2007). Naturally, on a day-to-day basis, these difficulties and emotions are burdensome and negatively impact life satisfaction, self-esteem, physical and mental health (e.g. Bavoľár, 2018; Rassin & Muris, 2005; Germeij & De Boeck, 2002).

Important decisions with long-term consequences, such as those related to an academic or employment path, romantic relationships, or housing, may be marked by indecisiveness. However, the relationship between indecisiveness and dimensions of emerging adulthood has

not received intensive research attention. Therefore, this study aims to explore the relationship between indecisiveness and dimensions of emerging adulthood. It also intends to clarify whether these relationships vary according to the academic and employment status of emerging adults.

METHODS

Sample

The sample consisted of 744 participants (31% men, 1% other) with age ranging from 18 to 25 years ($M = 21.69$, $SD = 1.61$). The mean age of men was 22.17 ($SD = 1.74$), and 21.47 ($SD = 1.49$) for women. Most of the participants indicated being students ($N = 364$, 49%), employed ($N = 193$, 26%), and studying while employed ($N = 187$, 25%). The majority of participants had attained a high school diploma (79%). Regarding partnership status, 42% of participants indicated being single and 58% indicated being in some kind of romantic relationship.

The data were collected online using the Qualtrics survey platform as a part of a larger research project. The data collection took place between March and May of 2023. The invitation to participate was shared by psychology students in exchange for course credits. All participants were informed about the research and only those who gave consent were able to participate. The survey contained multiple attention-check items and participants who failed these items were omitted from the analysis.

Measures

Indecisiveness scale (Frost & Show, 1993) was used to assess the characteristics of indecisiveness. We used the full, 15-item version which was adapted to the Slovak language by Bavoľár (2018). Participants indicated the extent to which they agree with short statements (e.g. “*I try to put off making decisions*” or “*I always know exactly what I want.*”) using a 5-point Likert scale ranging from 1 – *strongly disagree* to 5 – *strongly agree*. The internal consistency was strong ($\alpha = .87$).

The characteristics of emerging adulthood were measured by the Slovak version of *Inventory of dimensions of emerging adulthood* (Kohútová & Kohút, 2024; originally by Reifman et al., 2007). The inventory consists of 31 items measuring the key 6 dimensions of emerging adulthood: identity exploration (7 items, $\alpha = .80$), experimentation/possibilities (5 items, $\alpha = .82$), negativity/instability (7 items, $\alpha = .82$), other-focus (3 items, $\alpha = .63$), self-focus (6 items, $\alpha = .74$), and feeling in-between (3 items, $\alpha = .69$). The items start with the same root “*Is this period of your life a...*” and continue with questions such as “*time of many possibilities?*” or “*time of deciding on your own beliefs and values?*”. Participants indicated the extent to which they agreed using a 4-point Likert scale ranging from 1 – *strongly disagree* to 4 – *strongly agree*. As stated above, the internal consistency was acceptable for all dimensions.

Analysis

The descriptive statistics and correlations were computed using jamovi software (The jamovi project, 2024) and the Fisher’s z-tests for differences of correlations in two independent samples were computed using *diffcor* R package (Blötner, 2024).

RESULTS

The descriptives of used variables are presented in Table 1.

Table 1. Mean and standard deviation of used variables

	Full sample	Students	Employed non-students	S/E
Indecisiveness	2.94 (0.72)	3.03 (0.70)	2.79 (0.73)	2.90 (0.72)
Identity exploration	3.24 (0.60)	3.30 (0.57)	3.12 (0.63)	3.25 (0.60)
Experimentation	3.19 (0.58)	3.23 (0.56)	3.13 (0.58)	3.19 (0.63)
Negativity	3.00 (0.59)	3.08 (0.56)	2.85 (0.59)	2.98 (0.59)
Other-focus	2.53 (0.66)	2.45 (0.65)	2.66 (0.65)	2.57 (0.65)
Self-focus	3.17 (0.57)	3.12 (0.55)	3.20 (0.57)	3.21 (0.60)
Feeling in-between	3.18 (0.67)	3.28 (0.57)	3.03 (0.76)	3.13 (0.71)

Note. S/E – employed students.

The correlation between indecisiveness and dimensions of emerging adulthood are presented in Table 2. Results showed that indecisiveness is mainly correlated with negativity, although weak correlation was found also for self-focus and feelings of being between adolescence and adulthood. Correlations with identity exploration and being focused on others were close to zero.

Table 2. Correlations between indecisiveness and dimensions of emerging adulthood

	Identity exploration	Experimentation	Negativity	Other-focus	Self-focus	Feeling in-between
Full sample	-0.01 [0.06, -0.08]	-0.12** [-0.05, -0.19]	0.43*** [0.48, 0.36]	-0.06 [0.01, -0.13]	-0.21*** [-0.14, -0.28]	0.18*** [0.25, 0.11]
Students	0.00 [0.11, -0.10]	-0.12* [-0.01, -0.22]	0.42*** [0.50, 0.33]	-0.03 [0.07, -0.13]	-0.17** [-0.07, -0.27]	0.14** [0.24, 0.04]
Employed non-students	-0.04 [0.11, -0.18]	-0.10 [0.04, -0.24]	0.49*** [0.59, 0.38]	0.01 [0.15, -0.13]	-0.22** [-0.08, -0.35]	0.21** [0.34, 0.07]
S/E	-0.06 [0.08, -0.21]	-0.17* [-0.03, -0.31]	0.31*** [0.43, 0.17]	-0.13 [0.02, -0.26]	-0.24*** [-0.10, -0.37]	0.13 [0.27, -0.01]

Note. S/E – employed students. Values represent Pearson's r and 95% CI. * – $p < .050$, ** – $p < .010$, *** – $p < .001$.

The results of the comparison of correlations between indecisiveness and dimensions of emerging adulthood based on the student and employment status are presented in Table 3. As evident from the results above, the correlations did not substantially vary between groups. The results of Fisher's z -test along with Cohen's q (Cohen, 1988) showed that most of the differences are negligible ($|q| < .10$). The differences were small ($.10 < |q| < .30$) for negativity and other-focus between student and employed, and also between employed non-students and employed students. However, these differences were not significant except for the negativity comparing employed non-students and employed students.

Table 3. Differences between correlations based on the student/employment status

Compared groups	Identity					Feeling in-between
	exploration	Experimentation	Negativity	Other-focus	Self-focus	
S - E	.04	-.02	-.09	-.04	.05	-.07
S - S/E	.06	.05	.13	.10	.07	.01
E - S/E	.02	.07	.22*	.14	.02	.08

Note. Values represent Cohen's q . S – students, E – employed, S/E – employed students. * $p < .050$

DISCUSSION

The current study focused on the relationship between the psychological characteristics of emerging adulthood and indecisiveness. Our results revealed that indecisiveness during emerging adulthood was related to three out of five psychological characteristics of this life period.

The most marked relationship was identified between indecisiveness and negativity or instability. Emerging adulthood is characterized by many possibilities (Arnett, 2015), which might be perceived positively as one can choose the option that fits best. However, for someone who has difficulties deciding, having too many options might be overwhelming and possibly lead to negative feelings. Moreover, with indecisiveness, frequent changes in decisions might be connected to greater instability. Comparing groups depending on their student/employment status, a slightly weaker relationship was found in the group of emerging adults who study while they are employed.

Feeling in-between is the second psychological characteristic related to indecisiveness. The feeling of being somewhat between adolescence and adulthood usually decreases after emerging adults make some commitments and enter adult social roles (eg. Kohútová & Kohút, 2021). Having difficulties making decisions, ruminating about possible options, or doubting previous decisions might lead to more problematic commitment-making and reinforcing the in-between feeling. However, these relations were small or even negligible, except for the group of emerging adults who were only employed, with weak relations.

Finally, the more indecisive emerging adults were, the less they were focused on themselves. The more self-focus emerging adults are, the more they spend time engaging in activities that improve their skills, personal development, or with hobbies. As we stated above, emerging adulthood is characterized by many options that might lead to choice overload (Chernev et al., 2015). If someone is not able to choose what they want to do, they might ultimately focus less on their development. The experience of emerging adulthood might slightly differ in accordance with whether one attends university or not. However, our results did not confirm the moderation effect based on student/employment status.

CONCLUSIONS

The results of our study indicate that being indecisive during emerging adulthood might worsen the experience of this period because one experiences more negative feelings and instability while focusing less on oneself and one's hobbies. Due to this, one might miss out on positive experiences related to hobbies or self-improvement. Moreover, this applies regardless of whether one is studying, working, or both.

REFERENCES

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9>
- Bavoľár, J. (2018). Psychometric characteristics of two forms of the Slovak version of the Indecisiveness Scale. *Judgment and Decision Making*, 13(3), 287-296. <https://doi.org/10.1017/s1930297500007725>
- Blötner, C. (2024). diffcor: Fisher's z-Tests Concerning Differences Between Correlations. R package version 0.8.4, <https://CRAN.R-project.org/package=diffcor>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum.
- Frost, R. O., & Shows, D. L. (1993). The nature and measurement of compulsive indecisiveness. *Behaviour Research and Therapy*, 31(7), 683–692. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90121-A](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90121-A)
- Germeijs, V., De Boeck, P. (2002). A measurement scale for indecisiveness and its relationship to career indecision and other types of indecision. *European Journal of Psychological Assessment*, 18(2), 113–122. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.18.2.113>
- Chaloupková, H. (2010). *Proměny rodinných a profesních startů*. Praha: Sociologický ústav AV ČR
- Chernev, A., Böckenholt, U., & Goodman, J. (2015). Choice overload: A conceptual review and meta-analysis. *Journal of consumer psychology*, 25(2), 333-358. <https://doi.org/10.1016/j.jcps.2014.08.002>
- Kohútová, V., & Kohút, M. (2024). The Role of Age, University Attendance and Other Demographic Factors in Experiencing Emerging Adulthood. *Emerging Adulthood*, 12(2), 264-270. <https://doi.org/10.1177/21676968231226253>
- Kvapilová-Bartošová, M. & Fučík, P. (2017). Emerging adulthood, solo living and changes in gender subjectivity. *Sociológia*, 49(3), 265-284.
- Rassin, E., & Muris, P. (2005). To be or not to be...indecisive: Gender differences, correlations with obsessive-compulsive complaints, and behavioural manifestation. *Personality and Individual Differences*, 38(5), 1175–1181. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.07.014>
- Rassin, E., Muris, P., Franken, I., Smit, M., & Wong, M. (2007). Measuring general indecisiveness. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 29(1), 61–68. <https://doi.org/10.1007/s10862-006-9023-z>

- Reifman, A., Arnett, J. J., Colwell, M. J. (2007). Emerging Adulthood: Theory, Assessment and Application. *Journal of Youth Development*, 2(1).
<https://doi.org/10.5195/jyd.2007.359>
- Schwartz, S. J., Côté, J. E., & Arnett, J. J. (2005). Identity and agency in emerging adulthood: Two developmental routes in the individualization process. *Youth and Society*, 37(2), 201–229. <https://doi.org/10.1177/0044118X05275965>
- Spunt, R. P., Rassin, E., & Epstein, L. M. (2009). Aversive and avoidant indecisiveness: Roles for regret proneness, maximization, and BIS/BAS sensitivities. *Personality and Individual Differences*, 47(4), 256–261. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.03.009>
- The jamovi project (2024). jamovi (Version 2.5) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>

STAROSTLIVOSTI O SEBA V MLADEJ DOSPELOSTI: GENDEROVÉ A MOTIVAČNÉ ASPEKTY

SELF-CARE IN YOUNG ADULTHOOD: GENDER AND MOTIVATIONAL ASPECTS

Jesika Konečná

Psychologický ústav, Filozofická fakulta, Masarykova univerzita

E-mail: 488558@mail.muni.cz

ABSTRAKT

Východiská: Starostlivosť o seba je považovaná za kľúčový faktor pre zlepšenie kvality života mladých dospelých. Štúdia skúma postoj mladých dospelých k starostlivosti o seba, pričom kladie dôraz na genderové rozdiely a motivačné faktory. Metóda: V rámci kvantitatívneho exploratívneho výskumného designu boli použité dotazníkové nástroje Self-Care Activities Screening Scale (SASS-14), Self care Inventory (SCI) a dotazník vlastnej konštrukcie, ktorý skúmal význam a motivačné faktory starostlivosti o seba. Výskumný súbor pozostával z 292 respondentov (F = 61,6 %, M = 38,4 %) vo veku od 20 do 30 rokov (m = 23,7 let). Výsledky: Mladí dospelí praktizujú starostlivosť o seba skôr sporadicky, štúdia odhalila možný trend genderových rozdielov v motivácii a vnímaní starostlivosti o seba, pričom ženy jej prikladajú väčší význam, než muži ($p=0,004$). Analýza motivačných faktorov identifikovala ako kľúčové determinanty starostlivosti o seba optimalizáciu a podporu zdravia (Spermanovo rho = 0,482) a zvýšenie kvality života (Spermanovo rho = 0,444). Záver: Štúdia priniesla významné poznatky o postojoch mladých dospelých k starostlivosti o seba, ktoré môžu slúžiť ako základ pre ďalší výskum v tejto oblasti a prispieť k rozvoju preventívnych zdravotných politík zameraných na mladú populáciu.

Kľúčové slová

starostlivosť o seba; prevencia; správanie súvisiace so zdravím; mladá dospelosť

ABSTRACT

The study maps young adults' perspectives on self-care, with an emphasis on gender differences and motivational factors. The quantitative exploratory research design utilised the Self-Care Activities Screening Scale (SASS-14), Self-Care Inventory (SCI), and a self-constructed questionnaire that explored the meaning and motivational factors of self-care. The study population consisted of 292 respondents (F = 180, M = 112) ranging in age from 20 to 30 years (m = 23.7). The research results suggest that young adults practice self-care sporadically, indicating a need for increased awareness and education in this area. Data analysis also revealed

some interesting findings regarding motivations and perceptions of self-care in terms of gender differences, such as that self-care is statistically significantly ($p=0.004$) more important for women ($m=4$; $md=4$; $sd=0.93$) than for men ($m=3.74$; $md=4$; $sd=1.06$), and also that men may be more influenced by social role models and norms, whereas women are more motivated by personal health goals. The analysis of motivational factors revealed that the greatest influence on the level of self-care was the desire for optimization and promotion of health (Sperman's $\rho = 0.482$) and improvement in quality of life (Sperman's $\rho = 0.444$). The study provided important insights into young adults' attitudes toward self-care that can serve as a basis for further research on self-care and contribute to the development of preventive health policies targeting the young population.

Keywords

self-care, prevention, health related behaviour, young adulthood

Grantová podpora

MUNI/A/1519/2023 Možnosti aplikačního využití poznatků základního psychologického výzkumu

ÚVOD

V súčasnosti sa stáva téma prevencie a starostlivosti o seba čoraz viac diskutovanejšou, a to najmä v kontexte zvyšujúceho sa počtu výskytu civilizačných (Hambleton et al., 2023), nádorových (Freeborn 2024) a psychických ochorení (Davey, 2024) medzi mladými ľuďmi, pričom narastá aj počet odborníkov, ktorí volajú po systémových zmenách v zdravotnej starostlivosti, najmä v oblasti prevencie.

Na tieto výzvy reaguje aj teória Siedmich pilierov starostlivosti o seba podľa Webbera et al. (2013), ktorá ponúka holistický a pragmatický rámec vymedzujúci súbor činností, prostredníctvom ktorých môže jednotlivec aktívne podporovať svoje zdravie a predchádzať vzniku ochorení. V tomto kontexte nadobúda pojem starostlivosti o seba zásadný význam ako komplexný prístup k zdraviu, ktorý zdôrazňuje celkový zdravotný stav človeka.

Každodenná starostlivosť o seba hrá kľúčovú úlohu v celkovom zdravotnom stave jedinca, a to od prevencie, až po paliatívnu starostlivosť. Životný štýl výrazne ovplyvňuje vznik a priebeh mnohých chronických ochorení, ako napr. vznik srdčného infarktu, mozgovej mŕtvice, rakoviny, chronických respiračných ochorení a cukrovky. Až 80 % týchto ochorení je možné predchádzať zdravým životným štýlom. Cieľom starostlivosti o seba je rozvíjať osobné kompetencie a zodpovednosť človeka za svoje vlastné zdravie. (International Self Care Foundation [ISF], 2024)

Osobitnú pozornosť si pritom zasluhuje obdobie mladej dospelosti, ktoré predstavuje kľúčovú fázu formovania životného štýlu a zdravotných návykov. Podľa Vágnerovej (2000) si jednotlivci začínajú v tomto období samostatne voliť postoje a správanie vrátane tých, ktoré sa týkajú zdravia. Výskumy zároveň upozorňujú na to, že práve v období mladej dospelosti sa často vyskytujú duševné ťažkosti, nadváha, poruchy spánku a ďalšie rizikové faktory, ktoré môžu viesť k neskoršiemu rozvoju chronických ochorení. (Harris et al., 2006; Kessler et al., 2005; Park et al., 2006)

V tejto súvislosti je tiež dôležité zohľadniť genderové rozdiely v správaní súvisiacom so zdravím. Starostlivosť o seba je dôležitá pre ženy aj mužov, no celkové zdravie mužov býva často prehliadané (International Self Care Foundation [ISF], 2024b). Mnohé štúdie poukazujú na významné rozdiely v kvalite zdravia a zdravotnom správaní medzi pohlaviami, čo naznačuje, že genderové normy zohrávajú v tejto oblasti zásadnú úlohu (Global Action on Men's Health [GAMH], 2019). Muži častejšie vykazujú horšie zdravotné výsledky, riskantnejšie správanie a nezdravší životný štýl v porovnaní so ženami (Brott et al., 2011; GAMH, 2019). Tieto zistenia potvrdzujú potrebu zohľadniť genderový rozmer pri skúmaní starostlivosti o seba.

Starostlivosť o seba tiež môže prispieť k zníženiu nákladov na zdravotnú starostlivosť, nie len pre jednotlivca, ale i pre spoločnosť a verejný sektor (Australian Health Policy Collaboration [AHPC], 2018). Efektívna intervencia v oblasti starostlivosti o seba tak môže významným spôsobom znížiť záťaž na zdravotné systémy (World Health Organization [WHO], 2019).

METÓDA

Predkladaná štúdia má charakter pilotného výskumného prieskumu do danej problematiky, ktorej cieľom je orientačne zmapovať úroveň starostlivosti o seba u mladých dospelých a identifikovať kľúčové motivačné faktory, ktoré ovplyvňujú jej praktizovanie. Výskum sa zameriava na hlbšie porozumenie rôznym aspektom starostlivosti o seba, ktoré môžu významne prispievať k zdraviu a životnému štýlu v období mladej dospelosti. Vekové ohraňenie mladej dospelosti vychádza z koncepcie podľa Řičana (2004), Langmeiera a Krejčířovej (1998) Švancarů (1986), ktorí ho definujú v rozmedzí 20 až 30 rokov.

Štúdia využila kvantitatívny výskumný design, založený na exploratívnej korelačnej analýze. Dáta boli získavané pomocou jednorazového online dotazníkového šetrenia, ktoré zahŕňalo štandardizované nástroje Self-care Inventory (SCI, Luciani et al., 2021) a Self-care Activities Screening Scale (SASS-14, Martínez et al., 2021), doplnené o dotazníky vlastnej konštrukcie. Dotazníky SCI a SASS-14 boli zvolené vzhľadom na to, že ich obsah zodpovedá rámci Siedmich pilierov starostlivosti o seba, ktorý je považovaný za vhodný ukazovateľ úrovne starostlivosti o seba v bežnej populácii (El-Osty et al., 2023). Oba dotazníky boli preložené do českého jazyka a adaptované pre české sociokultúrne prostredie metódou prekladu a spätného prekladu z anglického jazyka.

Vychádzajúc z vyššie uvedenej odbornej literatúry a cieľa samotnej štúdie boli sformulované nasledujúce výskumné otázky a hypotézy.

VO1: *Aká je úroveň sebedeje u mladých dospelých a ako vnímajú jej význam vo svojom živote?*

VO2: *Existujú genderové rozdiely vo vnímaní významu sebedeje a jej motivačných faktoroch medzi mladými dospelými?*

Výskumný súbor a zber dát

Kritéria pre zaradenie do výskumného súboru boli vybrané s ohľadom na vekové ohraňenie mladej dospelosti v rozmedzí od 20 do 30 rokov. Výskum je zameraný na bežnú populáciu, vyplňanie dotazníku bolo preto obmedzené ľuďom so závažným fyzickým, či psychickým ochorením.

Do výskumu sa zapojilo 303 respondentov, z toho 11 bolo vylúčených kvôli vekovému ohraňeniu mladej dospelosti. Výsledný súbor pozostával z 292 respondentov vo veku od 20 do 30 rokov ($m = 23,7$), 180 bolo žien (61,6 %) a 112 mužov (38,4 %).

Na základe výpočtu pomocou programu G*Power (verzia 3.1.9.7) bola pre analýzu rozdielov medzi dvoma nezávislými skupinami (muži vs. ženy) stanovená optimálna veľkosť výskumného súboru na 352 respondentov (176 v každej skupine) pri strednom efekte ($d = 0,5$), hladine významnosti $\alpha = 0,05$ a požadovanej sile testu (power) 0,80. Napriek tomu, že výsledná vzorka ($N = 292$) nedosiahla túto hodnotu, je možné vzhľadom na charakter štúdie – pilotný prieskum do danej problematiky – považovať rozsah výskumného súboru za dostatočný pre získanie orientačných a smerodajných výsledkov.

Pred samotným zberom dát bola uskutočnená pilotná štúdia, ktorej cieľom bolo overiť adekvátnosť vybraných motivačných faktorov v dotazníku vlastnej konštrukcie, ktorej sa zúčastnilo 24 respondentov (18 žien a 6 mužov $m = 24,5$ rokov).. Dáta z pilotnej štúdie neboli zahrnuté do celkového výskumného súboru, s ohľadom na povahu realizovaných zmien.

Zber dát prebehol prostredníctvom online formuláru, ktorý bol distribuovaný prostredníctvom rôznych sociálnych sietí a vytlačených papierových plagátov.

NÁSTROJE

Dotazníky vlastnej konštrukcie

S cieľom preskúmať interné a externé motivačné faktory ovplyvňujúce praktizovanie starostlivosti o seba bol na základe analýzy odbornej literatúry zostavený zoznam faktorov, ktorý mal za úlohu zachytiť čo najširšie spektrum premenných potenciálne ovplyvňujúcich úroveň starostlivosti o seba u jednotlivca. Zoznam týchto motivačných faktorov bol overený a doplnený na základe výsledkov pilotnej štúdie realizovanej na malej vzorke respondentov. Cieľom pilotáže bolo preveriť jazykovú zrozumiteľnosť a funkčnosť jednotlivých položiek. Na základe získanej spätnej väzby boli vykonané drobné úpravy formulácií a validita nástroja bola posúdená prostredníctvom obsahovej validácie. Finálna verzia dotazníku obsahovala 16 položiek interných motivačných faktorov (viď Tabuľka 2) a 9 položiek externých motivačných faktorov (viď Tabuľka 3). Význam každého faktoru bol hodnotený pomocou osembodovej Likertovej škále v rozmedzí od 0 „není vôbec dôležitý“ po 4 „extrémne dôležitý“.

Na zhodnotenie postojov respondentov k starostlivosti o seba bola vytvorená škála dôležitosti starostlivosti o seba, ktorá bola tiež súčasťou pilotnej štúdie. Položky tejto škály boli navrhnuté na základe analýzy relevantnej odbornej literatúry. Význam a dôležitosť starostlivosti o seba bola hodnotená na päťbodovej Likertovej škále v rozmedzí od „není dôležitá“ po „veľmi dôležitá“.

Self-Care Activities Screening Scale - SASS-14

Self-Care Activities Screening Scale ([SASS-14], Martínez et al., 2021) je 14-položkový skrínigový nástroj činností v starostlivosti o seba u bežnej populácie. Jeho psychometrické vlastnosti boli overované na španielskej populácii (Crombachova alfa=0,801). Tento nástroj bol vyvinutý na základe teoretických princípov Siedmych pilierov.

Self-care Inventory - SCI

Self-care Inventory ([SCI], Luciani et al., 2021) je 20-položkový testový nástroj pre meranie miery starostlivosti o seba u bežnej dospeljej populácie. Nástroj bol vyvinutý na základe revízie predchádzajúcej verzie dotazníka Self-Care of Chronic Illness Inventory (SC-CII), ktorý

hodnotí starostlivosť o seba u osôb s chronickým ochorením. Psychometrické vlastnosti toho nástroja boli overované na vzorke americkej populácii. Reliabilita jednotlivých subškál bola vysoká (údržba $\alpha=0,85$; monitorovanie $\alpha=0,88$; management $\alpha=0,88$). Otázky sú zamerané na bežné správanie súvisiace so zdravím, bez ohľadu na zdravotný stav respondenta. (Luciani et al., 2022)

Analýza dát

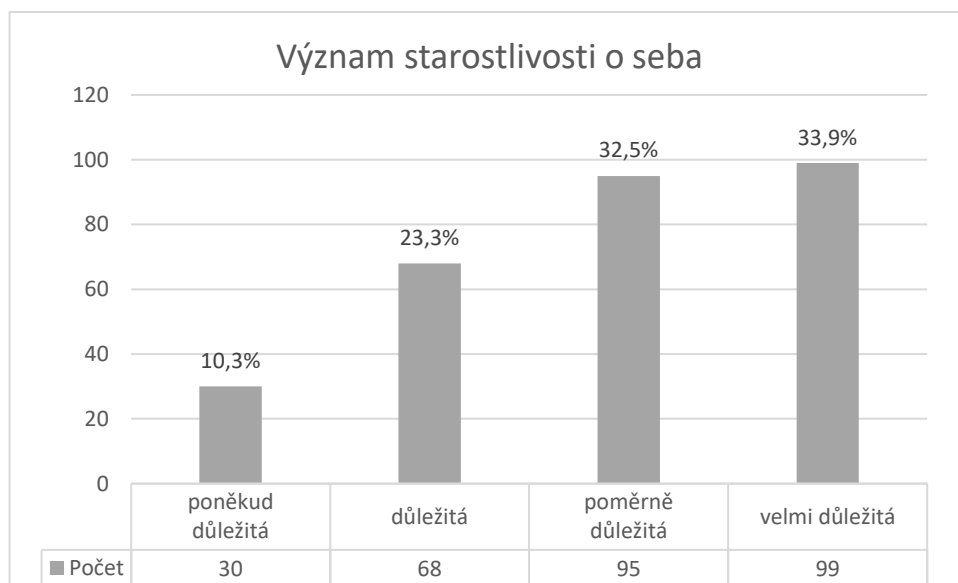
Primárnym cieľom deskriptívnej štatistiky bola detailná charakteristika genderových rozdielov v priemerných skóre jednotlivých dotazníkových nástrojoch. Za týmto účelom bol využitý T-test pre nezávislé výbery. Na kvantifikáciu tesnosti vzťahu medzi motivačnými faktormi a praktizovaním starostlivosti o seba bol využitý neparametrický Spiermanov koeficient korelácie. Vzhľadom na to, že úroveň starostlivosti o seba bola v tejto štúdií skúmaná dvoma dotazníkovými nástrojmi, boli aj výsledky analýz interpretované pre každý nástroj zvlášť.

VÝSLEDKY

Škála dôležitosti starostlivosti o seba

Škála dôležitosti starostlivosti o seba skúmala postoj mladých dospelých k starostlivosti o seba. Výsledky analýzy ukázali, že pre väčšinu respondentov je starostlivosť o seba veľmi dôležitá (viď Graf 1).

Graf 1. Hodnotenie dôležitosti starostlivosti o seba



Priemerná hodnota všetkých odpovedí však dosiahla hodnotu 3,9 (MD=4; SD=0,99), čo naznačuje, že starostlivosť o seba je pre mladých dospelých všeobecne považovaná za pomerne až veľmi dôležitú.

Analýza rozdielov medzi mužmi a ženami preukázala štatistickú významnosť na 5% hladine významnosti ($p=0,004$). Priemerné skóre žien ($M=4$; MD=4 ; SD=0,93) bolo vyššie než priemerné skóre mužov ($M=3,74$; MD=4 ; SD=1,06), čo naznačuje, že pre ženy má starostlivosť

o seba väčší význam než pre mužov. Veľkosť efektu vypočítaná pomocou Cohenovho d bola 0,26, čo predstavuje malý efekt, a teda mierny praktický rozdiel medzi skupinami.

Dotazník SASS-14 a SCI

Použitím koeficientu Cronbachova alfa u dotazníku SASS-14 s hodnotou 0,74 a SCI s hodnotou 0,79 sme zistili, že dotazník vykazuje dostatočnú úroveň vnútornej konzistencie. Priemerné skóre všetkých položiek dotazníku SASS-14 bolo 4,2 (MD=4,2; SD=0,57), čo naznačuje, že respondenti praktizujú starostlivosť o seba len občas a skôr sporadicky než pravidelne. Celkové priemerné skóre odpovedí dotazníku SCI dosiahlo hodnotu 3,55 (MD=3,55; SD=0,48), čo naznačuje, že respondenti praktizovali sebpéči občasne až veľmi často. Výsledky z oboch dotazníkov z pohľadu genderových rozdielov neboli štatisticky významné (SASS 14: $p=0,85$; SCI: $p=0,75$).

Sedem pilierov starostlivosti o seba

Analýza naznačila možný trend genderových rozdielov v rámci Siedmich pilierov starostlivosti o seba, ktorý však nebol podložený štatistickou významnosťou. Ukázalo sa, že ženy vykazujú vyššiu úroveň starostlivosti o seba takmer vo všetkých oblastiach siedmich pilierov, s výnimkou fyzickej aktivity, v ktorej dominujú muži.

Interné a externé motivačné faktory

Korelačná analýza preukázala štatisticky významný vplyv interných motivačných faktorov na praktizovanie starostlivosti o seba (viď tab. 1) na 1% hladine významnosti. Pomocou jednoduchého screeplot grafu sme zistili, že vzťah medzi internou motiváciou a praktizovaním starostlivosti o seba je pozitívne lineárny. Tieto zistenia boli zhodné v oboch dotazníkoch SASS -14 a SCI. Vzhľadom na nízku koreláciu externých faktorov s praktizovaním starostlivosti o seba (viď tab. 1) boli detailnejšie preskúmané len interné motivačné faktory.

Tabuľka 1. Korelačná matica motivačných faktorov s dotazníkmi SASS-14 a SCI

Motivačné faktory	Dotazník SASS-14	Dotazník SCI
Interné (Spearmanovo rho)	0,526	0,493
Sig.	<0,001	<0,001
Externé (Spearmanovo rho)	0,092	0,172
Sig.	0,119	0,003

Korelácia položiek interných faktorov a dotazníkov SASS-14 a SCI odhalila slabý až stredne silný vzťah, čo značí, že tieto faktory majú malý až stredný vplyv na úroveň praktizovania starostlivosti o seba (viď tab. 2).

Tabuľka 2. Korelačná matica interných faktorov s dotazníkmi SASS-14 a SCI

Číslo položky	Položky interných faktorov	Dotazník SASS-14 (Spearmanovo rho)	Dotazník SCI (Spearmanovo rho)
1	pro aktuální pohodu	0,322	0,357
2	baví mě to	0,386	0,306
3	pro zvýšení kvality života	0,482	0,354
4	pro optimalizaci a podporu zdraví	0,444	0,430
5	lepší zvládnání stresu	0,283	0,316
6	zvýšení psychické odolnosti (úzkost, deprese, vyhoření)	0,304	0,309
7	zvýšení fyzické odolnosti (kondička)	0,360	0,257
8	pro dobití energie	0,315	0,373
9	pro vnitřní sílu	0,351	0,337
10	chci být produktivní	0,215	0,218
11	pro prodloužení délky života (dožít se vysokého věku)	0,350	0,341
12	prožít kvalitní stáří	0,314	0,342
13	být se sebou spokojen(á)	0,319	0,220
14	abych měl(a) sílu postarat se o druhé	0,202	0,243
15	pro svoje vlastní potřeby/ pocity/ hodnoty	0,314	0,282
16	kvůli respektu k sobě samému	0,375	0,248

Z hľadiska genderových rozdielov odhalila analýza štatisticky významný rozdiel v rozptyloch externých faktorov ($p = 0,003$), no veľkosť efektu podľa Cohenovho d bola malá ($d = -0,10$), čo naznačuje, že praktický význam rozdielu medzi mužmi a ženami je zanedbateľný (viď Tabuľka 3).

Tabuľka 3. Genderové rozdiely v priemernom skóre externých faktorov

Číslo položky	Položky externých faktorov	Muži	Ženy
1	protože mi to doporučil/ nařídil lékař	0,97	1,28
2	to dělají i lidi v mém okolí, tak to dělám taky (rodina, přátelé,...)	1,46	1,60
3	to po mně vyžaduje okolí (rodina, přátelé, partner...)	1,17	1,09
4	naučil(a) jsem se to v dětství, a tak to dělám dál	1,88	1,73
5	naučil(a) mě to blízká osoba, a tak to dělám dál (rodina, přátelé, partner...)	1,94	1,87

6	naučil(a) jsem se to ve škole, a tak to dělám dál	1,23	1,11
7	abych se vyhnul(a) negativním vzorům ze svého života (rodina, přátelé, ...)	2,07	2,22
8	finanční faktor (do budoucna-miň platit za zdravotní péči)	1,32	1,41
9	vzor ze sociálních sítí/internetu (protože to dělá někdo jiný)	1,38	1,79

DISKUSIA

Zistenia prezentovanej štúdie predstavujú počiatkový príspevok k poznaniu úrovne a motivácie k starostlivosti o seba u mladých dospelých v prostredí Českej a Slovenskej republiky. Výskum má charakter pilotného výskumu, ktorého cieľom bolo predbežne zmapovať skúmané javy a identifikovať možné vzorce správania ako východisko pre budúci rozsiahlejší empirický výskum.

Z výsledkov vyplýva, že hoci si respondenti uvedomujú vysoký význam starostlivosti o seba, jej reálne praktizovanie zostáva na nižšej úrovni a má skôr sporadický charakter. Tento nesúlad poukazuje na potrebu intervenčných programov, ktoré by posilnili previazanosť medzi postojmi a konkrétnym správaním.

Analýza genderových rozdielov naznačila, že ženy pripisujú starostlivosti o seba štatisticky významne vyššiu dôležitosť než muži ($p = 0,004$), avšak praktický význam tohto rozdielu bol podľa Cohenovho d malý ($d = 0,27$). Podobne, pri externých motivačných faktoroch sa ukázala štatistická významnosť rozdielov medzi pohlaviami ($p = 0,003$), no efektová veľkosť bola zanedbateľná ($d = -0,10$). Naopak, v dotazníkoch SASS-14 a SCI neboli medzi pohlaviami zaznamenané štatisticky významné rozdiely. Tieto výsledky naznačujú existenciu trendov, ktoré je potrebné ďalej overiť na väčšom a reprezentatívnejšom výskumnom súbore, keďže mnohé z rozdielov sa ukázali ako štatisticky alebo prakticky nevýznamné.

Napriek tomu výskum poukázal na potenciálny trend, že ženy vykazujú vyššiu úroveň starostlivosti o seba vo väčšine pilierov, s výnimkou fyzickej aktivity, kde dominovali muži. Vyššia miera starostlivosti o seba u žien môže byť spojená s ich vyššou senzitivitou voči zdravotným rizikám, čo potvrdzujú aj predchádzajúce zistenia (GAMH, 2019).

Korelačná analýza potvrdila existenciu pozitívne lineárneho vzťahu medzi internými motivačnými faktormi a praktizovania starostlivosti o seba, pričom interné faktory vykazujú významnejší vplyv na úroveň starostlivosti o seba, oproti externým faktorom. Výsledky poukazujú na to, že vyššia úroveň internej motivácie je spojená s vyššou úrovňou starostlivosti o seba. Na to, že vyššia úroveň internej motivácie je spojená s vyššou úrovňou starostlivosti o seba. Tieto zistenia sú v súlade s Horowitzovým výskumom (1987), ktorý ukázal, že zdravotné správanie jedinca je viac ovplyvnené internými, než externými faktormi. Podrobnejšie preskúmanie interných faktorov ukázalo, že najväčší vplyv na úroveň starostlivosti o seba má snaha po optimalizácii a podpore zdravia a zvýšenie kvality života. Tento výsledok korešponduje s Jowseyho et al. (2014) výskumom, ktorý odhalil, že jeden z najdôležitejších interných motivačných faktorov v rámci starostlivosti o seba je túžba optimalizovať a kontrolovať svoje zdravie. Štúdia tiež naznačila možný trend genderových rozdielov v postoji k externým faktorom, pričom najvýznamnejšou externou motiváciu pre oba gendery bola snaha vyhnúť sa negatívnym vzorom zo svojho okolia.

LIMITY A PRÍNOS VÝSKUMU

Jedným z hlavných obmedzení tejto štúdie boli použité metodologické nástroje. Kvantifikácia starostlivosti o seba je však celkom problematická, nakoľko je charakter starostlivosti o seba do značnej miery individuálny a subjektívny. Zásadným limitom štúdie je nedostatočné naplnenie odporúčanej veľkosti výskumného súboru podľa výsledkov power analýzy, ktorá navrhovala 352 respondentov (176 v každej skupine). Výsledný súbor 292 respondentov môže znižovať štatistickú silu niektorých testov, avšak vzhľadom na pilotný charakter výskumu možno tento rozsah považovať za primeraný. Ďalším limitom štúdia je zloženie výskumného súboru, ktoré pozostávalo zo špecifickej skupiny probandov, a to prevažne z vysokoškolsky vzdelaných, čo ovplyvňuje generalizovateľnosť výsledkov na širšiu populáciu. Rovnako spôsob výberu výskumného súboru mohol viesť k určitému skresleniu výsledkov, nakoľko je pravdepodobné, že sa do výskumu zapojili primárne respondenti, ktorí majú o danú tému osobný záujem.

Napriek uvedeným limitáciám predstavuje táto štúdia cenný východiskový bod pre ďalší výskum v oblasti starostlivosti o seba, ktorý by mal zahŕňať väčšiu a reprezentatívnejšiu vzorku, aby bolo možné spoľahlivejšie posúdiť praktickú významnosť jednotlivých zistení – najmä v kontexte možných genderových rozdielov. Získané poznatky môžu zároveň slúžiť ako podklad pre tvorbu cieľených preventívnych zdravotných programov a politik zameraných na mladú populáciu. Okrem toho môžu byť využité aj v oblasti verejného zdravia, psychologického poradenstva či vzdelávacích a osvietenských kampaní podporujúcich zdravý životný štýl a starostlivosť o seba.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Australian Health Policy Collaboration [AHPC] (2018). The State of Self-Care in Australia. <https://www.selfcareresearch.org/wpcontent/uploads/2019/07/the-state-of-self-care-in-australia.pdf>
- Brott, A., Dougherty, A., Williams, S.T., Matope, J.H., Fadich, A., & Taddelle, M. (2011). The Economic Burden Shouldered by Public and Private Entities as a Consequence of Health Disparities Between Men and Women. *American Journal of Men's Health*, 5(6). 528–539. <https://doi.org/10.1177/1557988311421214>
- Davey, M. (2024, August 14). Alarming surge in mental ill health among young people in face of unprecedented challenges, experts warn. *The Guardian*. <https://www.theguardian.com/society/article/2024/aug/14/alarming-surge-in-mental-ill-health-among-young-people-in-face-of-unprecedented-challenges-experts-warn>
- Freeborn, J. (2024, May 2). An estimated 35 million new cancer cases to occur in 2050, WHO warns. *Medical News Today*. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/an-estimated-35-million-new-cancer-cases-to-occur-in-2050-who-warns>
- Global action on Men's Health [GAMH] (2019). *Who Self-Cares Wins: A global perspective on men and self-care*. https://www.selfcareresearch.org/wpcontent/uploads/2019/07/Who-Self-Cares-Wins.GAMH_April-2019.Final-report.pdf

- Hambleton, I. R., Caixeta, R., Jeyaseelan, S. M., Luciani, S., & Hennis, A. J. M. (2023). The rising burden of non-communicable diseases in the Americas and the impact of population aging: a secondary analysis of available data. *Lancet regional health Americas*, 21, 100483. <https://doi.org/10.1016/j.lana.2023.100483>
- Harris, K. M., Gordon-Larsen P., Chantala, K., & Udry, R. J. (2006). Longitudinal Trends in Race/Ethnic Disparities in Leading Health Indicators From Adolescence to Young Adulthood. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 160(1), 74–81. <https://doi.org/10.1001/archpedi.160.1.74>
- Horowitz, L. G. (1987). The Self-Care Motivation Model: Theory and Practice in Healthy Human Development. *Journal of School Health*, 55(2), 57–61. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.1985.tb04079.x>
- International Self Care Foundation [ISF] ([2024a]). *Why is Self-Care Essential?* <https://isfglobal.org/history-of-self-care/>
- International Self Care Foundation [ISF] (2024b). *Gender Self-Care Practices*. <https://isfglobal.org/self-care-gender/>
- Jowsey, T., Pearce-Brown, C., Douglas, K. A., & Yen, L. (2014). What motivates Australian health service users with chronic illness to engage in self-management behaviour?. *Health Expectations*, 17 (2), 267–277. <https://doi.org/10.1111/j.13697625.2011.00744.x>
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, M. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of dsm-iv disorders in the national comorbidity survey replication. *Arch Gen Psychiatry*, 62 (6), 593–602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Pachauri, S., Pachauri, A., & Mittal, K. (2022). Self-care: Concept, Rationale, and Framework. In S. Pachauri, A. Pachauri, & K. Mittal (Eds.), *Sexual and Reproductive Health and Rights in India*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-981-16-4578-5_1
- Park, M. J., Mulye, T. P., Adams, S. H., Brindis, C. D., & Irwin, Ch. E. (2006). The Health Status of Young Adults in the United States. *Journal of adolescent health*, 39(3), 305–317. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.04.017>
- Riegel, B., Dunbar, S. B., Fitzsimons, D., Freedland, K. E., Lee, Ch. S., Middleton, S., Stromergová, A., Vellone, E., Webber, D. E., & Jaarsma, T. (2021). Self-care research: Where are we now? Where are we going?. *International Journal of Nursing Studies*, 103, 103402. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.103402>
- Vágnerová, M. (2000). Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří. *Portál*. 301–373.
- World Health Organization [WHO] (2019). *Consolidated Guideline on Self-Care Interventions for Health*. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/325480/9789241550550-eng.pdf>

SPIRITUÁLNÍ INTELIGENCE JAKO ADAPTABILNÍ NÁSTROJ PRO ZVLÁDÁNÍ STRESU

SPIRITUAL INTELLIGENCE AS AN ADAPTIVE COPING STRATEGY FOR STRESS MANAGEMENT

Michaela Krakovská, Pavel Moravec & Lukáš Čunek

Katedra pedagogické a školní psychologie, Pedagogická fakulta, Ostravská univerzita

Kontakt: michaela.krakovska@osu.cz

ABSTRAKT

Cílem výzkumu bylo zkoumat souvislosti mezi spirituální inteligencí a strategiemi zvládání stresu u respondentů hlásících se ke křesťanství, duchovně založenými respondenty nehlásícími se k žádné náboženské instituci a ateisty. Spirituální inteligence byla zjišťována testem SISRI-24 (Spiritual Intelligence Self-Report Inventory) a způsoby zvládání stresu testem SVF-78 (Strategie zvládání stresu). Nejtěsnější signifikantní vztah se ukázal mezi strategiemi kontroly stresové situace (kontrola situace, kontrola reakce a pozitivní sebeinstrukce) a spirituální dimenzí Nalézání smysluplnosti života. Nalezené vztahy byly nejtěsnější u skupiny duchovně založených respondentů nehlásících se k žádné náboženské instituci. Lineární regresní analýza naznačuje, že celková míra spirituality nejlépe predikuje strategie založené na kontrole stresové situace. Prožitek vnímané smysluplnosti, který je jednou ze složek spirituální inteligence, podporuje pocit kontroly nad zátěžovou situací. Vzhledem k tomu, že velkou část české populace tvoří duchovně založení lidé nehlásící se k žádné náboženské instituci, může být spiritualita považována za jeden nástroj vyrovnání se se zátěží nejen u věřící populace.

Klíčová slova

spirituální inteligence; stres; copingové strategie

ABSTRACT

The aim of the research was to examine the relationship between spiritual intelligence and stress coping strategies among respondents who subscribe to Christianity, spiritually based respondents not affiliated with any religious institution and atheists. Spiritual intelligence was measured by the Spiritual Intelligence Self-Report Inventory (SISRI-24) and stress management styles were measured by the Stress Management Strategies Inventory (SVF-78). The closest significant relationship emerged between stress control strategies (situation control, response control, and positive self-instruction) and the spirituality dimension of Personal Meaning Production. The relationships found were closest for the group of spiritually based respondents not affiliated with any religious institution. Linear regression analyses suggested

that the overall level of spirituality best predicted strategies based on controlling stressful situations. The experience of perceived meaningfulness, which is one component of spiritual intelligence, promotes a sense of control over the stressful situation. Given that a large part of the Czech population is made up of spiritual people who do not subscribe to any religious institution, spirituality can be considered as one of the coping tools not only for the religious population.

Keywords

spiritual intelligence; stress; coping strategies

ÚVOD

Spiritualita pohledem psychologie je považována jak za integrující faktor osobnosti slučující motivy, emoce, postoje a kognitivní orientaci (Hosseini et al., 2019), tak i za duchovní dimenzi života, jejímž podstatou je potřeba naplňování smyslu života (Burnard, 1988). Uspokojování potřeby hledání smyslu pozitivně ovlivňuje duševní pohodu a zásadně zasahuje i do mezilidských vztahů (Schnell, 2009). V souvislosti s osobností a spiritualitou můžeme dle Emmonse (2006) spiritualitu měřit jako osobnostní rys, spirituální emoci nebo osobní cit.

S počátkem tisíciletí se objevují teorie, které spiritualitu chápou jako určitou formu inteligence. Emmons (2000) spirituální inteligenci považuje za schopnost dosahovat svých cílů a řešit každodenní problémy. Spirituální inteligence podle Kinga (2013) představuje soubor adaptačních mentálních schopností, které rozvíjejí transcendentální a nemateriální aspekty lidské existence. Spirituální inteligenci King (2013) člení do čtyř komponent – kritické uvažování o existenciálních tématech; nalézání smysluplnosti života; vědomí přesahu a schopnost rozšiřování svého vědomí.

Spirituální inteligence jako zvládací mechanismus

Spiritualita je významným aspektem podílejícím se na snížení prožívaného stresu a zvládnání zátěžových situací. Spirituální lidé dosahují lepšího duševního zdraví a jsou odolnější vůči stresovým situacím (Graham et al., 2001). Spiritualita vystupuje jako protektivní faktor (Labbé & Fobes, 2010), spirituální pohoda ovlivňuje i fyzické zdraví (Phillips et al., 2009) a podporuje odolnost vůči nemocem (Womble et al., 2013). Spiritualita obecně zlepšuje kvalitu života (Thauvoye et al., 2018; Villani et al., 2019).

V souvislosti s copingovými strategiemi a spiritualitou se využívají termíny jako religious/spiritual coping nebo religious coping style (např. Desmet et al. 2022). Pargament a Mahoney (2009) pro označení procesu, který umožňuje jedinci využívat spirituálních zdrojů ke zvládnání nejenom extrémně obtížných životních událostí, avšak i každodenních těžkostí volí označení tzv. conservational spiritual coping. Na něj lze nahlížet jako na spektrum tendencí či aktivit, ke kterým řadí: 1. copingové strategie zaměřené na hledání smyslu, které jedinci umožňují redefinovat smysl nebo význam stresoru; 2. strategie zaměřené na získání kontroly, mezi něž patří snaha o vytvoření vztahu s Bohem nebo přímé invence nebo sebeřízení; 3. strategie související s hledáním spirituální útěchy; 4. strategie vycházející z navázání důvěrného přátelství s druhými lidmi i s Bohem; 5. strategie zaměřené na hledání životní přeměny spočívající například ve hledání smyslu, náboženské konverzi, odpuštění nebo soucitu

(Pargament et al., 2000). Stejně jako u obecných zvládacích mechanismů (Lazarus & Folkman, 1984) i spirituální coping můžeme dělit na pozitivní a negativní (Pargament & Mahoney, 2009).

Spiritualita je klíčovým faktorem nejenom na poli zdraví a psychické pohody. Například studie Bozorgi a Bozorgi (2016) potvrdila statisticky významné negativní korelace mezi spirituální inteligencí a přítomností duševních poruch; výzkum vedený Moafi a kolegy (2021) dokládá, že spirituální inteligence je podpůrným mechanismem pro vyrovnávání se se zátěží, úzkostí a depresí po spontánním potratu či v průběhu komplikovaného těhotenství. Statisticky významné pozitivní korelace byly detekovány mezi prožívanou kvalitou života a spirituální inteligencí (Soltaninejad et. Al, 2023). Spiritualita napomáhá i v oblasti pracovní výkonnosti. Například studie zaměřená na pracovní stres ve zdravotnictví odhalila, že pokud hlavní copingovou strategií sester byla spiritualita, dosahovaly tyto osoby nižší úroveň pracovního stresu a současně méně inklinovaly k využívání negativních copingových strategií (Mirzaei, Mozaffari & Soola, 2022). Obdobných výsledků badatelé dosáhli i při měření stresu a rizika rozvoje syndromu vyhoření u učitelů (Chirico, Sharma, Zaffina & Magnavita, 2020).

Cílem naší studie bylo zjistit, jak spiritualita souvisí se strategiemi zvládnání zátěžových situací. Česká republika bývá považována za národ s nejnižší úrovní religiozity (Lužný & Navrátilová, 2001), avšak novější výzkumy prokazují, že čeští obyvatelé jsou individuálně spirituální, současně však i nábožensky negramotní (Václavík et al., 2018). Na základě výše zmíněných studií lze konstatovat, že víra je významným protektivním faktorem v souvislosti s uvědomovanou kvalitou života, vnímáním jeho smysluplnosti, má dopady i na naše zdraví, pracovní výkonnost a pomáhá nám se vyrovnat s náročnými zátěžovými situacemi. Proto považujeme za důležité explarovat, zda-li spirituální inteligence může být i v tak málo religiózním prostředí, jako je Česká republika, protektivním faktorem z hlediska zvládnání zátěžových situací. Zajímalo nás také jak se míra prokterktivity liší u křesťanů, duchovně založených respondentů bez náboženské příslušnosti a ateistů.

METODA

Výzkumné otázky

VO1: Které strategie zvládnání stresu (měřené dotazníkem SVF-78) nejtěsněji korelují u respondentů hlásících se ke křesťanství s dimenzemi spirituální inteligence (měřenými testem SISRI-24)?

VO2: Které kategorie strategií zvládnání stresu (měřené dotazníkem SVF-78) u respondentů hlásících se ke křesťanství nejvíce predikuje celková míra spirituální inteligence (měřené dotazníkem SISRI-24)?

Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvořilo 350 respondentů ve věku 18-72 let ($SD = 11,0$). Respondenti byli rozděleni do tří skupin podle jejich náboženské příslušnosti. První skupinu (A) tvořili respondenti hlásící se ke křesťanství ($N = 188$), druhou skupinu (B) tvořili duchovně založení respondenti nehlásící se k žádné náboženské skupině ($N = 75$) a třetí skupinu tvořili (C) ateisté ($N = 87$).

Sběr dat

Data byla sbírána v letech 2016-2019 online. Respondenti byli osloveni na sociálních sítích, případně byli získáni metodou snowball. Účastníci výzkumu vyplnili základní údaje (věk a náboženská příslušnost) a poté vyplnili dotazníky SVF-78 a SISRI-24.

Použité nástroje

Dotazník SVF-78 německých autorů Janke & Erdmann byl vytvořen za účelem mapování různých copingových strategií. Do českého jazyka jej přeložil Švancara (2003). Definuje třináct způsobů zvládnání stresu. Některé strategie jsou seskupeny do větších celků. Do skupiny pozitivní strategie 1 (přehodnocení a devalvace) patří strategie podhodnocení a odmítání viny. Do skupiny pozitivní strategie 2 (odklon) spadají strategie odklon a náhradní uspokojení. Do skupiny pozitivní strategie 3 (kontrola) patří strategie kontrola situace, kontrola reakcí a pozitivní sebeinstrukce. Negativní strategie zahrnuje tendence k nasazení nepříznivých způsobů zpracování, které zpravidla stres zesilují. Jsou charakteristické chybějícími kompetencemi k řešení, rezignačními tendencemi a neschopností se uvolit. Patří zde strategie úniková tendence, preseverace, rezignace a sebeobviňování. Strategie potřeba sociální opory a vyhýbání se zařazují autoři mezi „zřídka se vyskytující strategie“ (Švancara, 2003).

Dotazník spirituální inteligence SISRI-24 (Spiritual Intelligence Self-Report Inventory; King & DeCicco, 2009) rozděluje spiritualitu do čtyř dimenzí: Kritické uvažování o existenciálních tématech (CET: Critical existential thinking), Nalézání osobního smyslu života (PMP: Personal meaning production), Vědomí přesahu (TA: Transcendental awareness) a Schopnost rozšiřování svého vědomí (CSE: Conscious state expansion). Psychometrické vlastnosti testu popsali Moravec a Slezáčková (2018).

Zpracování dat

Data byla zpracována v programu SPSS, ve kterém byly použity metody korelační matice a lineární regresní analýza. Pro porovnání rozdílů korelací byla použita Fisherova r-to-z transformace (Lowry, 2023).

VÝSLEDKY

VO1: Které strategie zvládnání stresu (měřené dotazníkem SVF-78) nejtěsněji korelují s dimenzemi spirituální inteligence (měřenými testem SISRI-24)?

Nalezené vztahy byly nejtěsnější u pozitivní strategie 3 (kontrola). Korelace jsou zobrazeny v tabulce 1. Korelace mezi dimenzí PMP Nalézání osobního smyslu života u skupiny (B) duchovně založených respondentů byla signifikantně vyšší než u (A) křesťanů ($p \leq 0,01$) i (C) ateistů ($p \leq 0,05$). Spočítali jsme i korelace zvláště pro jednotlivé tři strategie spadající do skupiny pozitivních strategií (3) kontroly. Nejtěsnější byly vztahy u skupiny (B) duchovně založení respondentů. Dimenze PMP Nalézání osobního smyslu života korelovala se strategií kontrola situace $r = 0,50$ ($p \leq 0,05$), se strategií kontrola reakce $r = 0,50$ ($p \leq 0,05$) a se strategií pozitivní sebeinstrukce dokonce $r = 0,61$ ($p \leq 0,05$).

Tabulka 1. Korelace mezi pozitivní strategií 3 (kontrola) u zvládnání stresu (SVF-78) a spirituální inteligencí (SISRI-24)

	(A) křesťané (<i>N</i> = 188)	(B) duchovně z. (<i>N</i> = 75)	(C) ateisté (<i>N</i> = 87)	celý soubor (<i>N</i> = 350)
SISRI celkově	,21**	,38**	,33**	,29**
CET	,06	,12	,17	,13*
PMP	,34**	,64**	,38**	,42**
TA	,14	,33**	,23*	,22**
CSE	,18*	,20	,28**	,22**

Vysvětlení zkratk: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$. CET: Kritické uvažování o existenciálních tématech; PMP: Nalézání osobního smyslu života; TA: Vědomí přesahu; SISRI celkově: celková míra spirituální inteligence (měřená dotazníkem SISRI-24).

VO2: Které kategorie strategií zvládnání stresu (měřené dotazníkem SVF-78) u respondentů hlásících se ke křesťanství nejvíce predikuje celková míra spirituální inteligence (měřené dotazníkem SISRI-24)?

U skupiny (A) křesťanů predikovala celková míra spirituální inteligence pozitivně strategie kontroly ($\beta = 0,29$; $p \leq 0,01$) a negativně strategie přehodnocení a devalvace ($\beta = -0,23$; $p \leq 0,01$). Spirituální inteligence vysvětlovala 8 % rozptylu celkové míry spirituality ($F = 4,1$; $p < 0,01$). U kontrolní skupiny (B) duchovně založených respondentů nehlásících se k žádné náboženské skupině predikovala celková míra spirituální inteligence strategii kontroly ($\beta = 0,41$; $p \leq 0,01$). Spirituální inteligence vysvětlovala 16 % rozptylu celkové míry spirituální inteligence ($F = 3,3$; $p < 0,01$). Podobně tomu bylo i u ateistů, kde celková míra spirituální inteligence predikovala strategie kontroly ($\beta = 0,40$; $p \leq 0,01$). Spirituální inteligence vysvětlovala 15 % rozptylu celkové míry spirituality ($F = 3,6$; $p < 0,01$).

DISKUZE

Naše výsledky ukázaly, že spirituální inteligence pojetí D. Kinga (2013) má nejtěsnější vztah ke skupině strategií, jejím cílem je mít stresovou situaci pod kontrolou. Můžeme ji tak zařadit tak mezi strategie zaměřené na získání kontroly např. skrze modlitbu nebo sebekázeň, jak o nich hovoří Pargament et al. (2000). Zajímavým zjištěním bylo, že vztahy mezi spirituální inteligencí a strategiemi zvládnání stresu byly nalezeny i u skupiny (C) ateistů. I tito lidé, kteří se deklarují jako něvěřící, mají v sobě určitou dimenzi spirituality. Druhým zajímavým zjištěním bylo, že nalezené vztahy mezi spiritualitou a strategiemi zvládnání stresu nebyly nejtěsnější u zkoumané skupiny (A) respondentů hlásících se ke křesťanství, nýbrž u skupiny (B) duchovně založení respondenti nehlásící se k žádné náboženské skupině. To ukazuje na důležitost spirituality pro nemalou část české populace, která ji vyznává na individuální úrovni (Václavík et al., 2018). Náš výzkum ukázal, že spirituální inteligence může být pro většinu české populace užitečným nástrojem zvládnání stresových situací především skrze kontrolu situace samotné, kontrolu vlastních reakcí a schopnosti se pozitivně motivovat k jejímu překonání. Zároveň poukázal na důležitost vnímání spirituality nejen u populace, která s víře vědomě hlásí.

Limitem našeho výzkumu je velikost výzkumného souboru v skupině (B). Při při pravděpodobnosti chyby I. druhu $\alpha = 0,05$, chyby II. druhu $\beta = 0,20$ a očekávaných korelačních koeficientech $r = 0,30$ je potřebná velikost jedné skupiny výzkumného souboru 84 osob, tedy

o devět respondentů více. V hlavní zkoumané skupině (A) i skupině (C) byly počty respondentů dostačující.

SEZNAM REFERENCÍ

- Bagheri, L., Safouraei, S., & Safouraei, M. M. (2021). The resilience prediction of patients with corona disease based on life expectancy, religious coping style, spiritual intelligence and self-compassion. *Quran Med*, 5(4), 1-10.
- Burnard P. (1988) The spiritual needs of atheists and agnostics. *Professional Nurse* 4, 130–132.
- Desmet, L., Dezutter, J., Vandenhoeck, A., & Dillen, A. (2022). Religious coping styles and depressive symptoms in geriatric patients: Understanding the relationship through experiences of integrity and despair. *International journal of environmental research and public health*, 19(7), 3835.
- Emmons, R. A. (2000). Is Spirituality an Intelligence? Motivation, Cognition, and the Psychology of Ultimate Concern. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), 3-26. https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1001_2
- Emmons, R. A. (2006). Spirituality: Recent Progress. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi (Eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology* (pp. 62–81). Oxford University Press.
- Graham, S., Furr, S., Flowers, C., & Burke, M. T. (2001). Research and theory religion and spirituality in coping with stress. *Counseling and Values*, 46(1), 2-13.
- Hosseini, S., Chaurasia, A., & Oremus, M. (2019). The effect of religion and spirituality on cognitive function: A systematic review. *The Gerontologist*, 59(2), e76-e85.
- Chirico, F., Sharma, M., Zaffina, S., & Magnavita, N. (2020). Spirituality and prayer on teacher stress and burnout in an Italian cohort: A pilot, before-after controlled study. *Frontiers in Psychology*, 10, 2933.
- King, D. B. (2013). *A Pratical Guide to Spiritual Intelligence*. https://www.thestateofus.net/practical_guide_to_si.pdf
- King, D. B., & DeCicco, T. L. (2009). A Viable Model and Self-Report Measure of Spiritual Intelligence. *International Journal of Transpersonal Studies*, 28(1), 68-85. <https://doi.org/10.24.792/ijts.2009.208.68>
- Labbé, E. E., & Fobes, A. (2010). Evaluating the interplay between spirituality, personality and stress. *Applied psychophysiology and biofeedback*, 35(2), 141-146.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lowry, R. (2023). *Significance of the Difference Between Two Correlation Coefficients*. VassarStats: Website for Statistical Computation. <http://vassarstats.net/rdiff.html?>
- Lužný, D., & Navrátilová, J. (2001). Náboženství a sekularizace v České republice. *Sociální studia*, 2001(6), 111-125.

- Mirzaei, A., Mozaffari, N., & Soola, A. H. (2022). Occupational stress and its relationship with spiritual coping among emergency department nurses and emergency medical services staff. *International emergency nursing*, 62, 101170.
- Moafi, F., Momeni, M., Tayeba, M., Rahimi, S., & Hajnasiri, H. (2021). Spiritual intelligence and post-abortion depression: A coping strategy. *Journal of religion and health*, 60, 326-334.
- Moravec, P., & Slezáčková, A. (2019). Psychometrické vlastnosti české verze škály Spirituální inteligence D. Kinga. *Psychologie a její kontexty*, 9(1), 83-100.
- Pargament, K. I., & Mahoney, A. (2009). Spirituality: The search for the sacred. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology*, 611–619.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of clinical psychology*, 56(4), 519-543.
- Phillips, K. D., Mock, K. S., Bopp, C. M., Dudgeon, W. A., & Hand, G. A. (2009). Spiritual well-being, sleep disturbance, and mental and physical health status in HIV-infected individuals. *Issues in Mental Health Nursing*, 27(2), 125-139. <https://doi.org/10.1080/01612840500436917>
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483-499.
- Soltaninejad, A., Baghbanian, M., Namjou, Z., Fathi, F., Sadr, F., Soltani, Z., ... & Adham, M. (2023). Relationship between Spiritual Intelligence and Spiritual Health with the Quality of Life of Patients with Inflammation Bowel Disease. *Journal of Spiritual Health*, 1(3), 148-157.
- Švancara, J. (2003). *Strategie zvládání stresu – SVF 78*. Hogrefe - Testcentrum.
- Thauvoye, E., Vanhooren, S., Vandenhoeck, A., & Dezutter, J. (2018). Spirituality and Well-Being in Old Age: Exploring the Dimensions of Spirituality in Relation to Late-Life Functioning. *Journal of Religion and Health*, 57(6), 2167-2181. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0515-9>
- Václavík, D., Hamplová, D., & Nešpor, Z. R. (2018). Religious situation in contemporary Czech society. *Central European Journal for Contemporary Religion*, 2(2), 99-122.
- Villani, D., Sorgente, A., Iannello, P., & Antonietti, A. (2019). The Role of Spirituality and Religiosity in Subjective Well-Being of Individuals With Different Religious Status. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01525>
- Womble, M. N., Labbé, E. E., & Cochran, C. R. (2013). Spirituality and Personality: Understanding Their Relationship to Health Resilience. *Psychological Reports*, 112(3), 706-715. <https://doi.org/10.2466/02.07.PR0.112.3.706-715>

NÁCVIK KOMUNIKAČNÍCH KOMPETENCÍ V PROSTŘEDÍ VIRTUÁLNÍ REALITY: VÝSTUPY PILOTNÍHO VÝZKUMU VR TEAM

COMMUNICATION COMPETENCES TRAINING IN A VIRTUAL REALITY ENVIRONMENT: OUTCOMES OF THE VR TEAM PILOT RESEARCH

Dalibor Kučera, Veronika Káplová & Simona Černá

Katedra psychologie, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita

Email: kaplov01@pf.jcu.cz

ABSTRAKT

Príspevek predstavuje pilotní studii projektu VRTEAM zaměřenou na evaluaci efektivity cinematické virtuální reality (VR) při nácviku komunikačních kompetencí studentů učitelství. Cílem výzkumu bylo ověřit možnosti využití VR jako nástroje pro zkušenostní učení prostřednictvím expozice fotorealistických a imerzivních simulací běžných i konfliktních situací ve školní třídě. Studie se zúčastnilo N = 123 studentů navazujícího magisterského studia učitelství (72 žen, 51 mužů), kteří absolvovali řízenou expozici komunikačních scénářů učitel–žák v prostředí VR. Pro posouzení efektivity byly využity metody zahrnující dotazníky Virtual Reality Sickness Questionnaire (VRSQ), iGroup Presence Questionnaire (IPQ) a Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). Výsledky potvrzují vysokou míru vnímané autenticity virtuálního prostředí, pozitivní afektivní odezvu respondentů a subjektivně významný přínos simulací pro rozvoj profesních kompetencí.

Klíčové slova

komunikační kompetence; cinematická virtuální realita; trénink učitelů

ABSTRACT

This paper presents the pilot study of the VRTEAM project, focused on evaluating the effectiveness of cinematic virtual reality (VR) in training communication competencies of student teachers. The research aimed to verify VR's potential as an experiential learning tool through exposure to photorealistic and immersive simulations of typical and conflict-based classroom scenarios. The study involved N = 123 postgraduate teacher education students (72 females, 51 males), who participated in controlled VR exposures of predefined teacher-student communication scenarios. To evaluate effectiveness, methods included the Virtual Reality Sickness Questionnaire (VRSQ), iGroup Presence Questionnaire (IPQ), and Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). Findings indicate a high perceived authenticity of the

virtual environment, positive affective responses among respondents, and a subjectively significant benefit of VR simulations for enhancing professional competencies.

Keywords

communication competences; cinematic virtual reality; teacher training

Grantová podpora

Projekt byl podpořen interním grantovým projektem pedagogické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, „VR Team: Rozvoj komunikačních kompetencí ve virtuální realitě“ (2023–2024).

ÚVOD

Virtuální realita (VR) představuje významný technologický pokrok, který umožňuje uživatelům intenzivní ponoření do simulovaného prostředí, což poskytuje reálné zážitky bez skutečného rizika. Tento vysoce imerzivní systém nachází široké uplatnění zejména v profesním vzdělávání a tréninku, kde umožňuje simulovat různé situace, na které mohou uživatelé reagovat (Brown et al., 2023; Carruth, 2017). VR technologie nabízí nejen vizuální, ale také zvukové, hmatové a čichové podněty, čímž se zvyšuje míra imerze a otevírá prostor pro výzkum komplexního chování (Wilson, 2015).

V oblasti pregraduální přípravy učitelů je VR stále populárnější, zejména v rámci tréninku classroom managementu. Příkladem je systém Breaking Bad Behaviors (BBB) z Univerzity ve Würzburgu, který vystavuje studenty simulovaným situacím s rušivým chováním žáků, což podle studií přispívá ke zlepšení jejich dovedností v řízení třídy (Landeck, 2022; Seufert et al., 2022). Další úspěšný projekt, TeachLive z University of Central Florida, umožňuje studentům trénovat pedagogické dovednosti v realistických VR situacích (Straub et al., 2015). V České republice se VR tréninkem pro učitele zabývá Pedagogická fakulta Západočeské univerzity v rámci projektu Virtuální třída, vedeného doc. PhDr. Lucií Rohlíkovou, Ph.D. Tento projekt se zaměřuje na simulaci reálných situací, s nimiž se mohou studenti učitelství setkat během praxe. Cílem je posílit pedagogické dovednosti budoucích učitelů ještě před jejich nástupem do škol (Duffek et al., 2019).

Cílem studie VR týmu je vyvinout a ověřit efektivní nástroje pro přípravu budoucích učitelů prostřednictvím virtuální reality. Tým se zaměřuje na to, jak VR simulace mohou učitelům pomoci lépe zvládat konfliktní situace ve třídě, rozvíjet jejich profesní dovednosti v bezpečném prostředí a zlepšit jejich schopnost reagovat na náročné situace, které se ve praxi mohou vyskytnout.

METODY

Výzkumný vzorek

Do výzkumného vzorku byli zahrnuti studenti navazujícího magisterského studia učitelství pro základní školy z Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity, kteří se zúčastnili pilotního testování v letním semestru 2024. Celkový soubor zahrnoval 123 studentů, z nichž 74 (60,2 %)

byly ženy a 49 (39,8 %) muži. Věkové rozmezí studentů bylo 23 až 30 let, s průměrným věkem 26,5 roku (SD = 10,9).

Výzkumné metody

Testování probíhalo ve speciálně vybavené učebně s VR technikou, ve které byli účastníci vybaveni VR headsety a jeho prostřednictvím interagovali s virtuální třídou v různých scénářích, od běžných školních situací, až po náročné konflikty. Scénáře byly navrženy tak, aby simulovaly stresové momenty, se kterými se učitelé běžně setkávají. Jedním z konfliktních scénářů byla situace, kdy mezi žáky došlo při hodině k fyzické potyčce, ke které se postupně přidala i verbální agrese, zahrnující útok na sexuální orientaci. Úkolem studenta s VR bylo slovně komunikovat se žáky a adekvátně reagovat na vyhrocenou situaci.

Pilotní testování VR bylo rozděleno na pre-testovou a post-testovou část. Pre-test byl vyplněn těsně před samotnou simulací. Post-test byl vyplněn do několik dnů po simulaci ve VR. Obě části zahrnovaly tyto metody:

Big Five Inventory – 2 Extra Short (BFI-2-XS, Soto & John, 2017) – nástroj, který nachází případné vztahy v charakteristických vzorcích myšlení, citění a chování. Vychází z pětifaktorového modelu osobnosti: extraverte, svědomitost, otevřenost, přívětivost a neuroticismus. Verze obsahuje 15 položek, hodnocenými na 5bodové škále. Vnitřní konzistence testu je přítalné hodnoty ($\alpha = ,61 - ,63$).

V post-testové části byly zahrnuty tyto testy:

IGroup Presence Questionnaire (IPQ, Berkman & Çatak, 2021; Strojny et al., 2022) – nástroj pro měření přítomnosti, zjištění, zda VR prostředí je uvěřitelné. Zahrnuje škály prostorové přítomnosti, zapojení a pocitu reality, ke kterým se respondenti vyjadřují odpovědí v rozmezí likertovy škály *vůbec nesouhlasím* (1) – *zcela souhlasím* (7). V pilotní verzi byly vyřazeny podobné položky. Vnitřní konzistence subškál dosahovala přijatelných hodnot ($\alpha = ,66 - ,76$).

Virtual Reality Sickness Questionnaire (VRSQ, Kim et al., 2018) – nástroj určený k hodnocení příznaků tzv. cybersickness, zahrnující nevolnost, dezorientaci či únavu očí, způsobeným používáním technologií VR. Obsahuje 9 položek, které hodnotí intenzitu příznaků cybersickness pomocí 4bodové škály od *vůbec* (1) – *lehce – středně – silně* (4). Nástroj obsahuje dvě složky, které jsou okulomotorika a dezorientace. Vnitřní konzistence testu je dobrá ($\alpha = ,82$).

Positive and Negative Affect Schedule (PANAS, Crawford & Henry, 2004) - pro zjištění emocí v VR simulaci byl použit dotazník PANAS, zahrnující pozitivní (PA) a negativní afekt (NA), kde NA reflektuje stavy úzkosti a PA stav koncentrace či potěšení. Kratší verze s 20 položkami byla hodnocena na pětibodové škále *vůbec* (1) – *velmi* (5). Vnitřní konzistence byla vysoká: PA ($\alpha = ,89$) a NA ($\alpha = ,85$).

VÝSLEDKY

Tabuka 1. Deskriptivní statistiky

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
BFI-2-XS						
Extroverze	123	9,02	9,00	2,28	3,00	15,0
Prívětivost	123	11,68	12,0	1,55	8,00	15,0
Svědomitost	123	10,32	10,0	2,00	4,00	15,0
Neuroticismus	123	9,24	9,00	2,22	3,00	15,0
Otevřenost	123	9,93	10,0	2,70	4,00	15,0
IPQ						
Obecný pocit přítomnosti	123	5,00	2,00	0,92	1,00	7,00
Prostorová přítomnost	123	4,92	5,00	1,32	1,00	7,00
Zapojení	123	4,36	4,75	1,43	1,00	7,00
Pocit reality	123	4,27	4,75	1,17	1,00	7,00
VRSQ						
Okulomotorická složka	123	7,35	7,00	2,28	4,00	14,0
Dezorientace	123	7,85	7,00	2,35	5,00	15,00
PANAS						
Pozitivní afekt	123	28,0	28,0	8,41	10,0	50,0
Negativní afekt	123	22,0	22,0	6,81	46,0	50,0

Poznámka. BFI-2-XS - Big Five Inventory – 2 Extra Short, IPQ - IGroup Presence Questionnaire, VRSQ - Virtual Reality Sickness Questionnaire, PANAS - Positive and Negative Affect Schedule.

Výsledky pilotního výzkumu poukazují na poměrně vysokou úroveň přítomnosti účastníků ve virtuálním prostředí (IPQ). Konkrétně hodnoty prostorové přítomnosti ($M = 4,92$; $SD = 1,32$) a zapojení ($M = 4,36$; $SD = 1,43$) lze s ohledem na sedmibodovou škálu interpretovat jako pozitivní indikátory intenzivního a aktivního prožívání simulovaných situací (Berkman & Çatak, 2021). Přestože skóre pocitu reality ($M = 4,27$; $SD = 1,17$) bylo mírně nižší, stále lze tuto hodnotu považovat za uspokojivou. Afektivní odezvy měřené dotazníkem PANAS ukazují převahu pozitivních emocí ($M = 28,0$; $SD = 8,41$), přičemž hodnoty negativního afektu ($M = 22,0$; $SD = 6,81$) naznačují nižší úroveň stresových reakcí, což potvrzuje motivační a neohrožující povahu virtuální simulace (Crawford & Henry, 2004).

Z pohledu možných negativních dopadů VR expozice se objevily mírné příznaky cybersickness dle VRSQ, především v podobě dezorientace ($M = 7,85$; $SD = 2,35$) a okulomotorických obtíží ($M = 7,35$; $SD = 2,28$). Tyto hodnoty však zůstávají ve spodní polovině rozsahu škály, což ukazuje, že cybersickness nepředstavovala pro účastníky výraznější překážku (Kim et al., 2018). Souhrnně lze výsledky interpretovat jako potvrzení efektivity a vhodnosti VR prostředí pro rozvoj komunikačních kompetencí, přičemž limitace autentického prožitku a mírné

fyziologické reakce jsou spíše impulsem k dalšímu technickému ladění simulací než zásadním omezením jejich využití v pedagogické praxi.

LIMITY STUDIE

Ačkoliv výsledky pilotní studie VRTEAM potvrzují přínos využití virtuální reality (VR) v rozvoji komunikačních kompetencí u studentů učitelství, existují metodologické limity, které je nutné zohlednit při interpretaci našich zjištění. Omezením studie je především homogenní výzkumný soubor, tvořený pouze studenty prvního ročníku navazujícího magisterského studia učitelství jedné univerzity, což limituje možnost generalizace výsledků na širší pedagogickou populaci. Dalším omezením je absence longitudinálního uspořádání studie, kdy se evaluace efektivity simulace uskutečnila pouze bezprostředně po expozici, bez možnosti sledování dlouhodobějšího dopadu nebo opakovaných tréninků. Budoucí výzkumy by proto měly zvážit diverzifikaci vzorku a využít longitudinální design, který umožní přesnější posouzení stability a trvanlivosti získaných kompetencí v delším časovém horizontu.

DISKUZE

Pilotní studie projektu VRTEAM se zaměřila na evaluaci využití virtuální reality (VR) jako inovativního přístupu k systematickému rozvoji komunikačních kompetencí studentů učitelství. Získaná data potvrzují vysokou úroveň autenticity a subjektivně prožívané přítomnosti účastníků v simulovaném prostředí, což zdůrazňuje potenciál VR technologií jako efektivního nástroje pro praktický trénink dovedností potřebných ke zvládnutí náročných interpersonálních situací v pedagogické praxi (Brown et al., 2023; Carruth, 2017).

Realistické a přirozené reakce participantů na scénáře simulující konfliktní a stresové situace ve třídě ukazují, že imerzivní vlastnosti VR efektivně navozují psychologickou autenticitu, díky níž mohou studenti bezpečně rozvíjet strategie řešení obtížných pedagogických interakcí (Landeck, 2022; Wilson, 2015). Dosažená míra imerze a aktivního zapojení účastníků zároveň svědčí o vysoké pravděpodobnosti úspěšného transferu nacvičených kompetencí do reálných pedagogických situací, což představuje významný aspekt využitelnosti této metody v učitelském vzdělávání.

Dalším zásadním zjištěním studie je převážně pozitivní afektivní odezva participantů, která ukazuje nejen na praktickou efektivitu VR simulací, ale rovněž na jejich psychologický potenciál při formování profesní identity a posilování pozitivních postojů k učitelské profesi. Přestože se u respondentů objevily mírné příznaky cybersickness, jejich nízká intenzita a absence výraznějších negativních reakcí potvrzují vhodnost zvoleného technologického řešení (Kim et al., 2018). Tento pozitivní výsledek lze připisovat i pečlivému etickému a metodologickému přístupu, který zahrnoval informovaný souhlas, možnost kdykoli expozici ukončit, a strukturovaný debriefing s následnou reflexí zkušeností participantů.

Vzhledem k dosavadním pozitivním výsledkům je vhodné, aby budoucí výzkumy směřovaly k podrobnějšímu sledování dlouhodobých efektů VR tréninku, diverzifikaci a rozšíření vzorku participantů a optimalizaci scénářů s cílem ještě lepší adaptace VR simulací na specifické potřeby budoucích učitelů. Zároveň by bylo přínosné v dalších výzkumech sledovat vliv osobnostních faktorů na efektivitu a subjektivní prožívání VR tréninku, což by umožnilo individualizovanější přístup při implementaci této metody v pedagogicko-psychologické přípravě učitelů. Celkově studie potvrzuje, že využití VR technologií představuje perspektivní oblast pro inovaci a zkvalitnění profesního vzdělávání učitelů.

ZÁZNAM REFERENCÍ

- Berkman, M.I. and Çatak G. (2021). "I-group Presence Questionnaire: Psychometrically Revised English Version", *Mugla Journal of Science and Technology*, 7(0), 1-10. <https://doi.org/10.22531/muglajsci.882271>
- Brown, T., Hall, S., Schmaltz, R., McBride, J., & Hamilton, J. (2023). Reimagining nursing education through virtual reality. *Teaching and Learning in Nursing*, 18(4), e273-e275. <https://doi.org/10.1016/j.teln.2023.05.013>
- Carruth, D. W. (2017, October). Virtual reality for education and workforce training. In 2017 15th International Conference on Emerging eLearning Technologies and Applications (ICETA) (pp. 1-6). IEEE. <https://doi.org/10.1109/ICETA.2017.8102472>
- Crawford, J. R., & Henry, J. D. (2004). The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large non-clinical sample. *British journal of clinical psychology*, 43(3), 245-265. <https://doi.org/10.1348/0144665031752934>
- Duffek, V., Hořejší, P., Mentlík, P., Polcar, J., Průcha, T., & Rohlíková, L. (2019). Pre-service teacher training in the virtual classroom: Pilot study. In E-learning: Unlocking the Gate to Education around the Globe (pp. 201-210). XYZ Publishing.
- Kim, H. K., Park, J., Choi, Y., & Choe, M. (2018). Virtual reality sickness questionnaire (VRSQ): Motion sickness measurement index in a virtual reality environment. *Applied ergonomics*, 69, 66-73. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2017.12.016>
- Landeck, M. (2022). Breaking Bad Behaviors: A VR classroom management tool. *Human-Computer Interaction, Universität Würzburg*. <https://hci.uni-wuerzburg.de/demos/bbb/>
- Seufert, C., Oberdörfer, S., Roth, A., Grafe, S., Lugin, J.-L., & Latoschik, M. E. (2022). Classroom management competency enhancement for student teachers using a fully immersive virtual classroom. *Computers & Education*, 179, 104410. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104410>
- Soto, C. J., & John, O. P. (2017). Short and extra-short forms of the Big Five Inventory–2: The BFI-2-S and BFI-2-XS. *Journal of Research in Personality*, 68, 69-81. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2017.02.004>
- Straub, C., Dieker, L., Hynes, M., & Hughes, C. (2015, June). Using virtual rehearsal in TLE TeachLivE™ mixed reality classroom simulator to determine the effects on the performance of science teachers: A follow-up study (Year 2). In Proceedings of 3rd National TLE TeachLivE™ Conference (pp. 49-109). https://doi.org/10.1007/978-3-030-44526-3_13
- Strojny, P., Lipp, N., & Strojny, A. (2022). Polish adaptation of the " Igroup Presence Questionnaire". *Homo Ludens*, (1 (15)). <https://doi.org/10.14746/HL.2022.15.10>
- Wilson, P. N. (2015). The use of virtual reality in psychology: A case study. *Computational and Mathematical Methods in Medicine*. <https://doi.org/10.1155/2015/217472>

EFEKTY INTERVENČNÉHO PROGRAMU NA AKADEMICKÚ SEBAÚČINNOSŤ VYSOKOŠKOLSKÝCH ŠTUDENTOV

EFFECTS OF AN INTERVENTION PROGRAM ON THE ACADEMIC SELF-EFFICACY OF COLLEGE STUDENTS

Barbora Kuviková & Tomáš Sollár

Katedra psychologických vied, Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva, UKF v Nitre

E-mail: barbora.kuvikova@ukf.sk

ABSTRAKT

Úvod: Napriek rastúcemu uznaniu psychologických konštruktov (napr. kritického myslenia) vo vysokoškolskom vzdelávaní, bolo realizovaných relatívne málo psychologických intervencií zameraných na ne. Štúdia si kladie za cieľ pôsobiť na akademickú sebaúčinnosť (ASE) študentov rozvojom kritického myslenia (témy: kreativita, argumentácia, komunikácia, učenie s porozumením). Metódy: 29 študentov magisterského štúdia psychológie absolvovalo 13-týždňový intervenčný program. Úroveň ASE sa merala pred a po programe a spätným hodnotením počiatočnej úrovne ASE dotazníkom The College Academic Self-Efficacy Scales. Výsledky: Štandardné pre-testové a post-testové meranie nepreukázalo štatisticky významné rozdiely, avšak medzi pre-testom a spätným hodnotením áno. Hodnotením boli tiež voľné výpovede študentov k absolvovaniu programu. Diskusia: Intervencia preukázala čiastočné zmeny v ASE, najmä s ohľadom na spätné hodnotenie. Pozitívna spätná väzba od študentov naznačuje potenciál programu posilniť ASE a podporiť študentský úspech.

Kľúčové slová

intervenčný program; akademická sebaúčinnosť; vysokoškolskí študenti

ABSTRACT

Introduction: Despite the growing recognition of psychological constructs (e.g., critical thinking) in higher education, there have been relatively few psychological interventions aimed at them. This study aims to influence students' academic self-efficacy (ASE) by developing critical thinking skills (topics: creativity, argumentation, communication, learning with understanding). Methods: 29 master's students in psychology completed a 13-week intervention program. ASE was measured before and after the program and with a retrospective assessment of initial ASE using the College Academic Self-Efficacy Scales questionnaire. Results: Standard pre-test and post-test measures did not show statistically significant differences, but there were significant differences between the pre-test and the retrospective assessment of initial ASE. Students' open-ended comments on the program were also evaluated. Discussion:

The intervention showed partial changes in ASE, particularly with regard to the retrospective assessment. Positive feedback from students suggests that the program has the potential to strengthen ASE and support student success.

Keywords

intervention; academic self-efficacy; college students

Grantová podpora

Výskum bol podporený v rámci realizácie projektov: VEGA 1/0336/24: Kritické myslenie vo vzťahu k akademickej úspešnosti a rozhodovaniu v špecifických oblastiach života študentov. UGA IX/2/2024: Rozvoj kritického myslenia v podmienkach pregraduálneho vzdelávania

ÚVOD

Akademické prostredie v súčasnosti by sa na základe viacerých odporúčaní (Shaabani a kol., 2011; Fu a kol., 2023; Vachova, Sedlaková & Kvintová, 2023) malo zameriavať na rozvoj schopnosti študentov samostatne myslieť, čo im umožní vytvárať si vlastné závery a zakladať rozhodnutia na faktoch a dôkazoch. Jedným zo spôsobov ako na to, je pôsobenie na schopnosti a dispozície kritického myslenia študentov (Rimiene, 2002), ktoré sa zdá byť v tomto procese prospešné, avšak úspešnosť tohto procesu nemusí byť zaručená, ak študenti nebudú poznať postupy takéhoto myslenia a cítiť sa sebavedomo v jeho aplikovaní do praxe (Facione, 2015). To, ako študenti vnímajú svoje schopnosti a pristupujú k štúdiu výrazne súvisí s ich úrovňou sebaúčinnosti (Fu a kol., 2023; Vachova, Sedlaková & Kvintová, 2023). Akademická sebaúčinnosť – špecifický typ sebaúčinnosti, v skratke odráža dôveru študenta vo vlastné schopnosti súvisiace s vysokoškolským životom (Owen & Froman, 1988; Elias & MacDonald, 2007; Honicke & Broadbent, 2016).

Tak ako na kritické myslenie (napr. Rimiene, 2002), aj na sebaúčinnosť je možné pôsobiť v rámci sprostredkovania skúsenosti (Bandura, 1997). Vo výskume sa zameriame na sprostredkovania skúsenosti prostredníctvom intervenčného programu na kritické myslenie podľa Bransforda a Steina (1993), kde budeme primárne sledovať jeho efekt na úroveň akademickej sebaúčinnosti zúčastnených študentov. Tréning riešenia problémov, založený na modeli IDEAL (Bransford & Stein, 1993), zlepšuje schopnosti kritického myslenia vo viacerých oblastiach. My sa zameriame na *argumentáciu, kreativitu, efektívnu komunikáciu a učenie s porozumením*, ako na hlavné kompetencie samostatného a sebavedomého študenta. Študenti budú mať možnosť zažiť program na úrovni účastníkov – kde sa zapoja do pripravených aktivít, budú diskutovať, dostanú úlohy a ponúknu spätné väzby; aj implementátorov – kde predstavia jednu zo spomínaných tém svojim spolužiakom, pripravia program a diskusie. Týmto sa zvýši čas, ktorí študenti v kontakte s témou intervencie strávia.

Program ako taký môže poslúžiť ako návod pre kultivovanie kritického myslenia študentov vysokoškolskými pedagógmi a podporiť kritické myslenie študentov prostredníctvom zážitku z oboch úrovní programu. Pre nás dôležitá je jeho podporná funkcia akademickej sebaúčinnosti, prostredníctvom podnetov na sebareflexiu, ktoré zdôrazňujú kompetencie študentov a nimi vnímané zmeny vlastného správania.

Sebaúčinnosť a motivácia sú podľa Banduru (2001) úzko spojené s kritickým myslením. Sebahodnotenie je kľúčovou zložkou kritického myslenia a motivácia pomáha jednotlivcom

rozvinúť ich potenciál a presvedčenie do schopností, čo v konečnom dôsledku zlepšuje schopnosti kritického myslenia. Vysoká sebaúčinnosť môže viesť k zvýšenej motivácii, ktorá zase môže podporiť vyššiu úroveň kritického myslenia (Bandura & Lock, 2003). Vzájomný rast kritického myslenia a akademickej sebaúčinnosti bol tiež preukázaný (Vachova, Sedlaková & Kvintová, 2023).

Napriek rastúcemu uznaniu psychologických konštruktov (napr. kritického myslenia) vo vysokoškolskom vzdelávaní, bolo v našom prostredí realizovaných relatívne málo psychologických intervencií zameraných na ne (Rimiene, 2002; Čavojová a kol., 2016). Cieľom výskumu je zistiť, či pôsobenie na kritické myslenie študentov dokáže zmeniť ich úroveň akademickej sebaúčinnosti.

VO: Bude mať nami navrhnutý program pozitívny efekt na akademickú sebaúčinnosť u vysokoškolských študentov psychológie?

METÓDY

Výskumná vzorka

Výskumnú vzorku tvorilo 29 študentiek a študentov ($n_z = 26$; $n_m = 3$) 1.ročníka magisterského stupňa odboru Psychológia ($M_{vek} = 23,28$; $SD_{vek} = 1,032$).

Merací nástroj

The Collage Academic Self-Efficacy Scales (CASES; Owen & Froman, 1988) je jednodimenzionálny sebaúčinnosťový dotazník merajúci úroveň akademickej sebaúčinnosti v rozsahu 33 položiek. Proband hodnotí výroky na Likertovej škále 1 (najmenej) až 5 (najviac isto) podľa inštrukcie, na koľko odrážajú jeho presvedčenie. Reliabilita nástroja v našej štúdii: Crombachova $\alpha_{pred} = 0,853$, Crombachova $\alpha_{po} = 0,782$, Crombachova $\alpha_{spätne\ hodnotenie} = 0,836$.

Príklad položky: *1. Robiť si počas prednášky dobre organizované poznámky.*

Inštrukcia podávaná na spätné hodnotenie počiatočnej úrovne bola inšpirovaná konceptom metakognícií, ktoré úzko súvisia s kritickým myslením (Rivas, Saiz, & Ossa, 2022) aj sebaúčinnosťou (Kassab a kol., 2015). Metakognície vysvetľujú proces na základe ktorého uvažujeme o tom, ako uvažujeme, resp. si uvedomujeme vlastné uvažovanie a sme schopný sebareflexie (Čavojová a kol., 2016). Na ich základe sme sa probandov, okrem inštrukcie ako tvrdenie odráža ich presvedčenie, pýtali aj *ako si myslia, že tieto tvrdenia odrážali ich presvedčenia o sebe na začiatku semestra.*

Študenti boli na záver intervencie vyzvaní o anonymnú písomnú *spätnú väzbu* viažúcu sa k ich prípadnej zmene prežívania a hodnoteniu samotnej intervencie.

Výskumný dizajn a analýza dát

Dáta boli zbierané dvakrát v priebehu letného semestra vo februári 2024 (pretest) a v máji 2024 (posttest a spätného hodnotenie počiatočnej úrovne). Intervencia mala kvaziexperimentálny dizajn. V závislosti od distribúcie dát (CASES_{pred}: šikmosť = 0,947, strmosť = 1,020; CASES_{po}: šikmosť = 0,597, strmosť = -0,165; CASES_{spät}: šikmosť = 1,107, strmosť = 1,229) a vzorky menšej ($N < 30$), rozdiely medzi meraním pred testom, opakovaným testom a spätným hodnotením počiatočnej úrovne boli overované neparametrickou verziou Wilcoxonovho testu

rozdielov pre dve závislé premenné v programe SPSS 25. Vecná významnosť rozdielov bola zisťovaná prostredníctvom korelačnej miery (r_m).

VÝSLEDKY

V nasledujúcej časti sa vyjadríme k jednotlivým dvojiciam porovnávaní študentov v rámci intervenčného programu.

Tabuľka 1. Výsledky rozdielov medzi predmeraním a postmeraním

	MD _{pred}	MD _{po}	Z	p	r_m
CASES	111	112	0,722	0,470	0,14

Legenda: MD_{pred} – medián predmerania, MD_{po} – medián postmeranie.

Výsledky analýzy (Tabuľka 1) poukazujú na nevýznamný nárast ($Z = 0,772$, $p = 0,470$) akademickej sebaúčinnosti pri porovnaní hodnôt študentov pred intervenciou a po intervencii.

Tabuľka 2. Výsledky rozdielov medzi predmeraním a spätným hodnotením počiatkovej úrovne

	MD _{pred}	MD _{spät}	Z	p	r_m
CASES	111	105	2,650	0,008	0,45

Legenda: MD_{pred} – medián predmerania, MD_{spät} – medián spätné hodnotenie

Na základe analýzy dát výsledky (Tabuľka 2) poukazujú na štatisticky významnú zmenu úrovne akademickej sebaúčinnosti ($Z = 2,650$, $p < 0,05$) medzi pred meraním a spätným hodnotením počiatkovej úrovne v prospech predmerania. Miera vecnej významnosti rozdielu je stredná.

Tabuľka 3. Výsledky rozdielov medzi postmeraním a spätným hodnotením počiatkovej úrovne

	MD _{po}	MD _{spät}	Z	p	r_m
CASES	112	105	3,270	0,001	0,53

Legenda: MD_{po} – medián postmeranie, MD_{spät} – medián spätné hodnotenie

Výsledky analýzy (Tabuľka 3) poukazujú na významný nárast ($Z = 3,270$, $p = 0,001$) akademickej sebaúčinnosti pri porovnaní hodnôt študentov po intervencii a spätným hodnotením počiatkovej úrovne. Miera vecnej významnosti je veľká.

DISKUSIA

Cieľom štúdie bolo zistiť, či pôsobenie na kritické myslenie študentov dokáže zmeniť ich úroveň akademickej sebaúčinnosti? V rámci položenej výskumnej otázky: *Bude mať nami navrhnutý program pozitívny efekt na akademickú sebaúčinnosť u vysokoškolských študentov psychológie* sme sa vo výskume zamerali na tri porovnania dát získaných od študentov.

V rámci prvého porovnania sme zistili, že v úrovni akademickej sebaúčinnosti študentov medzi prvým a posledným meraním nebol štatisticky významný rozdiel. Teda to, ako ohodnotili

študenti svoju úroveň dôvery v seba v prostredí vysokej školy na začiatku programu sa intervenciou nezmenilo. Akademická sebaúčinnosť významne súvisí s akademickým úspechom (Honicke & Broadbent, 2016). Prostredníctvom spätných väzieb sme identifikovali, že študenti ako dôvod svojho stavu uvádzali aktuálnu situáciu, ktorú prežívali – blížiac sa skúškové obdobie. Úryvok spätnej väzby: *“Myslím si, že keby sa robí zber dát inokedy, ohodnotila by som sa lepšie. Teraz sa pred skúškovým necítim tak kompetentne, ako som sa cítila predtým.”* Študenti sa v dobe predmerania mohli cítiť sebavedomejšie v rámci štúdia, keďže úspešne absolvovali skúšky v zimnom semestri. Pred skúškami v letnom semestri sa naopak nemuseli cítiť tak sebavedome a to mohlo mať za následok nevýznamný efekt intervencie.

Zaujímavé výsledky priniesli porovnaní, kde sme pracovali so spätným hodnotením počiatkovej úrovne sebaúčinnosti študentami. Tento koncept bol inšpirovaný metakogníciami, ktoré pozitívne súvisia so sebaúčinnosťou (Karaođlan-Yilmaz a kol., 2019; Gutiérrez-García, Huerta-Cortés & Landeros-Velazquez, 2020). Štatisticky významný rozdiel medzi predmeraním a spätným hodnotením, v prospech predmerania, hovorí o tom, že študenti sa spätne vnímali oveľa menej sebavedomo na začiatku programu v prostredí vysokej než sa skutočne ohodnotili v rámci predmerania. Vo spätných väzbách študenti uviedli: *“Program poukázal na také veci, ktoré som si na začiatku myslela, že ovládam a pochopila som, že vlastne nie.”*, *„Mohla som sa spätne zamýšľať nad vecami, ktoré som doteraz vnímala ako samozrejmosť.”*. V rámci intervencie sme pravdepodobne zaznamenali zmenu úrovne, ktorou sa študenti hodnotili.

Posledné porovnanie medzi post meraním a spätným hodnotením počiatkovej úrovne bolo tiež štatisticky významné v prospech post testu. Študenti sa ohodnotili sebavedomejšie po absolvovaní programu v porovnaní s tým, ako si mysleli, že sebavedomí boli na jeho začiatku. Na sebaúčinnosť je možné pôsobiť prostredníctvom sprostredkovania skúsenosti (Bandura, 2001). Študenti vo spätných väzbách uvádzali hodnotenie skúsenosti s programom ako v role účastníka: *„Z role účastníka - odznievali dobré diskusie a bolo to naozaj veľmi príjemné, podporujúce prostredie.”*, implementátora: *„V role realizátora hodnotím program ako obohacujúci práve pre umožnenú osobnú skúsenosť. Tiež ma teší práca v skupine, ktorá sa ukázala opäť, ako veľmi dôležitá a obohacujúca.”*, i všeobecne na program: *„Oceňujem poňatie zážitkovou formou. Program obsahoval naozaj množstvo uchopiteľných nástrojov. Veľmi sa mi páčila atmosféra a možnosť vyjadriť sa. Páčili sa mi aj reakcie a spätná väzba od vás smerom k nám.”*. Je dôležité zmieniť, že od študentov sa dáta z oboch meraní získavali naraz a študenti teda vedome hodnotili svoju „hypotetickú“ počiatkovú úroveň oveľa nižšie pri porovnaní s momentálnou úrovňou.

Cieľom štúdie bolo prostredníctvom rozvojového programu pôsobiť na kritické myslenie študentov psychológie a overiť, či bude mať efekt na ich akademickú sebaúčinnosť, t.j. ich sebadôveru v prostredí univerzity a pri úlohách, ktoré sa k nej viažu (Elias & MacDonald, 2007). Rast sebadôvery, ako jednej z dimenzií kritického myslenia (Facione, 2015; Vachova, Sedlaková & Kvintová, 2023) bol už v rámci rozvojového programu kritického myslenia dokázaný (Rimieni, 2002). Náš výskum tento výsledok priamo nepotvrdil. Avšak skutočnosť, že študenti aj v rámci spätných väzieb identifikovali pozitívne zmeny v nazeraní na svoje kompetencie v rámci akademického prostredia (*„Absolvovanie programu ma ovplyvnilo v smere, akým pristupujem ku riešeniu problémov, akým je napr.približujúce sa skúškové obdobie, môj časový harmonogram a príprava na jednotlivé skúšky.”*) a zhodnotili intervenčný program ako prínosný a aplikovateľný pre ich ďalší život (*„Ovplyvnenie programom - iný náhľad pri situáciách bežného života.”*) považujeme za pozitívne zistenie, ktoré podporuje naše

výsledky. V oblasti vysokoškolského štúdia vyzerá byť sústredenie sa na akademickú sebaúčinnosť v súčasnosti rovnako dôležité ako na kritické myslenie. Rozvíjaním týchto zručností sa študenti môžu lepšie orientovať vo výzvach akademického prostredia a dosahovať svoje ciele.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman Company.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review Psychology*, 52, 1-26.
- Bandura, A., & Lock, E., A. (2003). Negative self-efficacy and goal effects revisited. *Journal of Applied Psychology*, 88(1), 87-99.
- Bransford, J. D., & Stein, B. S. (1993). *The ideal problem solver*. New York: Freeman.
- Čavojová, V., Mikušková, E., Majerník, M., Jurkovič, M., Juhásová, A. & Masaryk, R. (2016). *Rozum: návod na použitie*. Psychológia racionálneho myslenia. IRIS.
- Elias, S. M., & MacDonald, S. (2007). Using past performance, proxy efficacy, and academic self-efficacy to predict college performance. *Journal of Applied Social Psychology*, 37(11), 2518-2531. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2007.00268.x>
- Facione, P. A. (2015). Critical thinking: What it is and why it counts. *Insight assessment*, 1(1), 1-23.
- Fu, J., Ding, Y., Nie, K., & Zaigham, G. H. K. (2023). How does self-efficacy, learner personality, and learner anxiety affect critical thinking of students. *Frontiers in Psychology*, 14, 1289594. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1289594>
- Gutiérrez-García, G. A., Huerta-Cortés, M., & Landeros-Velazquez, M. G. (2020). Academic Procrastination in Study Habits and Its Relationship with Self-Reported Executive Functions in High School Students. *Journal of Psychology and Neuroscience*. <https://doi.org/10.47485/2693-2490.1004>
- Honick, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational research review*, 17, 63-84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>
- Kassab, S. E., Al-Shafei, A. I., Salem, A. H., & Ootom, S. (2015). Relationships between the quality of blended learning experience, self-regulated learning, and academic achievement of medical students: a path analysis. *Advances in medical education and practice*, 27-34. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S75830>
- Karaođlan-Yilmaz, F. G., Yilmaz, R., Üstün, A. B., & Keser, H. (2019). Öğretmen Adaylarının Üstbilişsel Düşünme Becerilerinin Yordayıcısı Olarak Eleştirel Düşünme Standartları ve Akademik Öz-Yeterliklerinin Yapısal Eşitlik Modellemesi Yoluyla İncelenmesi. *Kuramsal Eğitimbilim*, 12(4), 1239–1256. <https://doi.org/10.30831/akukeg.467435>

- Owen, S. V. & Froman, R. D. (1988, September). Development of a college academic self-efficacy Scale. Paper presented at the 1988 annual meeting of the National Council on Measurement in Education, New Orleans: LA.
- Rimiene, V. (2002). Assessing and developing students' critical thinking. *Psychology Learning & Teaching*, 2(1), 17-22. <https://doi.org/10.2304/plat.2002.2.1.17>
- Rivas, S. F., Saiz, C., & Ossa, C. (2022). Metacognitive strategies and development of critical thinking in higher education. *Frontiers in Psychology*, 13, 913219. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.913219>
- Shaabani, Farzaneh, Gholam Hossein Maktabi, Manijeh Shehni Yeylagh, and Zekrollah Morovati. (2011). The relationship between academic self-efficacy and creativity with critical thinking in university students. *Journal of Educational and Management Studies* 1: 32–37
- Vachova, Sedlakova, Kvintova (2023). Academic Self-efficacy as a Precondition for Critical Thinking in University Students. *Pegem Journal of Education and Instruction*, Vol. 13, No. 2, 2023, 328-334. DOI: 10.47750/pegegog.13.02.36

**ŠKÁLA FLEXIBILNÉHO VYJADROVANIA EMÓCIÍ (FREE):
FAKTOROVÁ ŠTRUKTÚRA A VYBRANÉ PSYCHOMETRICKÉ
VLASTNOSTI**

**FLEXIBLE REGULATION OF EMOTIONAL EXPRESSION SCALE
(FREE): FACTOR STRUCTURE AND SELECTED PSYCHOMETRIC
PROPERTIES**

Jakub Ladecký^a & Ľubor Pilárik^b

^a University of Ss. Cyril and Methodius in Trnava

^b Matej Bel University in Banská Bystrica

E-mail: ladecky2@ucm.sk

ABSTRACT

Suppressing emotional expression is one of the emotion regulation strategies that can negatively impact individuals' mental health. Research findings have been inconclusive, leading to a shift in research focus towards flexibility in emotional expression and the development of the Scale of Flexible Emotion Expression (FREE). International adaptations of the scale identified four factors (enhancement/suppression of positive/negative emotions), which loaded onto two higher-order factors (flexibility in enhancement/suppression), and these loaded onto 1 overarching factor (emotional flexibility). This study aims to verify the factor structure and selected psychometric properties of the Slovak version of FREE. The research sample consisted of 800 respondents in emerging adulthood. Using confirmatory factor analysis, we found that the adapted Slovak version required adjustments (removal of one item). The modified version of FREE showed the best fit with a two-factor model (flexibility in enhancement/suppression) with one higher-order factor (emotional flexibility). Flexibility in suppressing emotions was negatively related to symptoms of depression (PHQ-9) and anxiety (GAD-7), while emotion suppression (ERQ) was positively related to these symptoms. However, these correlations were weak.

Keywords

emotion regulation; flexibility; emotional expression; FREE; psychopathology

ABSTRAKT

Potláčanie expresie emócií je jednou zo stratégií regulácie emócií, ktorá môže mať negatívne dopady na psychické zdravie jednotlivcov. Výskumné zistenia neboli jednoznačné, čo vedie k presunu výskumnej pozornosti na flexibilitu vo vyjadrovaní emócií a k vývinu Škály

flexibilného vyjadrovania emócií (FREE). Zahraničné adaptácie škály identifikovali 4 faktory (zosilnenie/potlačanie pozitívnych/negatívnych emócií), ktoré sýtili 2 nadriadené faktory (flexibilita v zosilňovaní/potláčaní) a tie sýtili 1 nadriadený faktor (emočná flexibilita). Príspevok sa zameriava na overenie faktorovej štruktúry a vybraných psychometrických vlastností slovenskej verzie FREE. Výskumnú vzorku tvorilo 800 respondentov v období vynárajúcej sa dospelosti. Použitím konfirmačnej faktorovej analýzy sme zistili, že adaptovaná slovenská verzia si vyžaduje úpravy (odstránenie jednej položky). Upravená verzia FREE dosiahla najlepšiu zhodu s dvoj-faktorovým modelom (flexibilita v zosilnení/potláčaní) s jedným faktorom vyššieho rádu (emočná flexibilita). Flexibilita v potláčaní emócií negatívne súvisela so symptómami depresie (PHQ-9) a úzkosti (GAD-7), zatiaľ čo potlačanie emócií (ERQ) s nimi súviselo pozitívne.

Kľúčové slová

regulácia emócií; flexibilita; vyjadrovanie emócií; FREE; psychopatológia

Grant support

VEGA č. 1/0569/22 Emočná flexibilita: stratégie regulácie emócií v meniacich sa podmienkach ako protektívne faktory psychického zdravia

INTRODUCTION

In the field of research on the adaptability of emotion regulation strategies, ambiguities have emerged according to Bonanno and Burton (2013), prompting researchers to examine this phenomenon from the perspective of emotional flexibility.

A key issue with the current understanding of the adaptability of emotion regulation is that it is often associated with manifestations of psychopathology, with some authors perceiving adaptability primarily as the greatest possible reduction of negative emotions (Bridges et al., 2004). Contemporary research focuses on understanding the adaptability of emotion regulation in the context of emotional flexibility and, rather than viewing the strategies used as simply adaptive or maladaptive, it pays greater attention to the situational context (Aldao et al., 2015).

Emotion flexibility is based on three core components fundamental for effective self-regulation: sensitivity to context, repertoire, and the ability to respond appropriately to feedback. The Flexible Regulation of Emotional Expression Scale (FREE, Burton & Bonanno, 2016) can be used to measure the repertoire. This scale assesses an individual's ability to enhance or suppress both positive and negative emotions. In addition to scores for individual subscales, it also provides an overall score for flexibility in emotion regulation.

The ability to flexibly suppress emotions, as well as the flexibility to enhance their expression, is negatively correlated with anxiety and depression (Burton & Bonanno, 2016). According to Gonzales-Escamilia et al. (2022), there is a negative relationship between enhanced flexible emotional expression and symptoms of depression and anxiety. Chen et al. (2018) found that only the ability to flexibly suppress emotions negatively correlates with anxiety; conversely, a Chinese study found that only the ability to flexibly express emotions was associated with a lower occurrence of depressive symptoms (Zhang et al., 2023). In Italy, Quattropani et al. (2022) empirically supported the factor structure of the FREE and also the presumed

relationships between emotional flexibility and perceived mental health, but not physical health. In Slovakia, Ladecký and Pilárik (2024) identified weak relationships between flexible emotional suppression and symptoms of depression and anxiety, while flexible enhancement of emotional expression was associated only with symptoms of anxiety in a sample of adolescent individuals.

The present study aims to verify the factor structure and selected psychometric properties of the FREE measurement tool. The scale has been psychometrically validated in populations within the emerging adulthood life stage, which represents a distinct developmental period typically spanning from the late teens through the twenties. This stage is characterized by identity exploration, increased emotional variability, and the ongoing development of self-regulatory skills, including emotion regulation. As such, emerging adulthood provides a theoretically and empirically meaningful context for examining emotional flexibility and the mechanisms underlying adaptive emotional responses.

METHODS

Participants

The research involved 800 participants in the emerging adulthood period, with a higher proportion of women ($n = 470$; 59%). The age ranged from 18 to 25 years ($M = 20.94$; $SD =$ in women; $M = 21.45$; $SD = 2.01$ in men). The majority of the sample consisted of students ($n = 593$). Regarding regional distribution, the sample was stratified according to the regions of the Slovak Republic, with the largest representation coming from the Trnava region ($n = 156$) and the Prešov region ($n = 137$). The remaining regions had relatively balanced representation, with students from the Banská Bystrica ($n = 105$), Bratislava ($n = 94$), Košice ($n = 92$), Nitra ($n = 85$), and Žilina regions ($n = 69$). The Trenčín region had the lowest representation ($n = 62$).

Procedure

The data were collected in October 2023 using a pencil-and-paper format across all regions of the Slovak Republic. The questionnaire battery included the Generalised Anxiety Disorder Scale (GAD-7; Spitzer et al., 2006; Cronbach's $\alpha = .85$), the PHQ-9 questionnaire (Kroenke et al., 2001; Cronbach's $\alpha = .83$) for assessing depressive symptoms, the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ; Gross & John, 2003; Cronbach's α for emotion suppression = .7; Cronbach's α for cognitive reappraisal = .79), which measures two primary emotion regulation strategies – emotion suppression and cognitive reappraisal, and the Flexible Regulation of Emotional Expression Scale (FREE; Burton & Bonanno, 2016; Cronbach's α for flexible expression enhancement = .69; Cronbach's α for flexible suppression enhancement = .62).

RESULTS

Based on the exploratory factor analysis, four factors were identified as expected. However, the factor loadings for the given model were very weak for many items (0.1–0.2). Therefore, in the confirmatory factor analysis, we worked with two factors that combine flexibility in expressing both positive and negative emotions, as well as flexibility in suppressing positive and negative emotions. In the pilot testing, a model with 16 items was tested, which did not achieve satisfactory psychometric properties. Additionally, item FREE-14 did not load sufficiently onto the second factor (0.19), leading us to exclude it from the model.

The 15-item version of the scale demonstrated appropriate psychometric properties in terms of fit indices ($\chi^2 = 272.835$, $df = 89$, $p < 0.001$; TLI = 0.9; CFI = 0.91; RMSEA = 0.051; SRMR = 0.058). Table 1 presents the factor loadings for the two-factor model. All factor loadings shown in the table are statistically significant at the $p < 0.001$ significance level.

Table 1. Factor loadings for the 15- item 2 factor model

Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p-value
Factor 1	FREE_1	0.781	0.045	17.339	< .001
	FREE_2	0.891	0.047	18.848	< .001
	FREE_3	0.842	0.050	16.952	< .001
	FREE_4	0.592	0.041	14.305	< .001
	FREE_5	0.525	0.041	12.833	< .001
	FREE_6	0.440	0.039	11.209	< .001
	FREE_7	0.463	0.043	10.729	< .001
	FREE_8	0.598	0.045	13.328	< .001
Factor 2	FREE_9	0.519	0.046	11.364	< .001
	FREE_10	0.972	0.058	16.794	< .001
	FREE_11	0.837	0.054	15.628	< .001
	FREE_12	0.983	0.057	17.290	< .001
	FREE_13	0.418	0.046	9.087	< .001
	FREE_15	0.422	0.045	9.367	< .001
	FREE_16	0.540	0.047	11.421	< .001

Note. FREE – questionnaire indicators; p-value – level of statistical significance.

Table 2 displays the modification indices for cross-loadings and residual covariances within the two-factor model of the FREE questionnaire. The highest residual covariance was observed between items FREE_5 and FREE_7, indicating that these items may share structural or content characteristics that the model does not adequately explain. Other significant covariances appeared between items FREE_15 and FREE_16 and between FREE_5 and FREE_6, suggesting possible shared variability among these items.

The highest modification index for cross-loadings was recorded for Factor 1 on item FREE_12 (Mod. Ind. = 10.188, EPC = -0.194).

Table 2. Residual Covariances and Cross-Loadings of the Model

Type	Residual covariances / Cross loadings	Mod. Ind.	EPC
Residual covariances	FREE_5 ↔ FREE_7	30.552	0.476
	FREE_15 ↔ FREE_16	26.860	0.473
	FREE_5 ↔ FREE_6	26.161	0.397
	FREE_13 ↔ FREE_15	19.088	0.394
Cross-loadings	Faktor 1 → FREE_12	10.188	-0.194
	Faktor 1 → FREE_16	9.467	0.154
	Faktor 1 → FREE_15	8.834	0.145
	Faktor 1 → FREE_13	6.944	-0.130

Note. FREE – questionnaire indicators; EPC – expected parameter change.

Table 3 presents the descriptive indicators for the individual items of the questionnaires. The assumptions of data normality are met, with the range of skewness and kurtosis for all items falling between -1.5 and +1.5 (Tabachnick & Fidell, 2001).

Table 3. Descriptives

Item	Mode	Median	Mean	Skewness	Curtosis
ERQKP	30.040	28.500	28.019	-0.361	0.096
ERQPP	15.546	15.000	14.922	-0.035	-0.439
Enhancement	28.967	31.000	31.099	-0.457	1.073
Suppression	25.664	25.000	25.557	0.091	-0.325
Flexibility	51.304	50.000	51.124	0.089	-0.328

Note. ERQKP – ERQ subscale Cognitive reappraisal, ERQPP – ERQ subscale Emotion suppression.

Table 4 presents the results of the Pearson correlation analysis, showing that flexibility in emotion suppression was negatively correlated with depressive symptoms and anxiety symptoms. In addition, a statistically significant positive relationship was found with cognitive reappraisal and flexible emotion suppression. Flexible enhancement of emotional expression positively correlated with cognitive reappraisal and negatively with ERQ emotion suppression. The overall score of emotional flexibility was negatively correlated with depression, anxiety, and positively with cognitive reappraisal and ERQ emotion suppression.

Table 4. Correlates of FREE Dimensions and Mental Health Indicators

Item	PHQ-9	GAD-7	ERQKP	ERQPP	Suppression	Enhance
GAD-7	.760***					
ERQKP	-.190***	-.184***				
ERQPP	.173***	.160***	-.003			
Suppression	-.092*	-.099**	.078*	.098**		
Enhance	-.008	.036	.153***	-.157***	.174***	
Flexibility	-.092*	-.099**	.078*	.098**	.193***	.174***

Note. ERQKP – ERQ subscale Cognitive reappraisal, ERQPP – ERQ subscale Emotion suppression.

DISCUSSION

The results of the study were consistent with previous research (Burton & Bonanno, 2016; Gonzales-Escamilla et al., 2022; Chen et al., 2018), with the best fit for the Slovak version of the Flexible Regulation of Emotional Expression Scale (FREE) being achieved with a two-factor model (flexibility in enhancement and flexibility in suppression of emotions). This model supports the original theoretical assumptions about the complex nature of emotional flexibility, which allows individuals to adaptively use various emotion regulation strategies according to situational context.

The results of the confirmatory factor analysis suggest that the Slovak version of the scale required minor adjustments, including the removal of one item to achieve a better fit with the data. This finding is consistent with previous studies, which also demonstrated the need for slight modifications when adapting FREE into different language versions (Burton & Bonanno, 2016). The factors related to flexibility in the suppression and enhancement of emotions showed significant factor loadings, confirming that these dimensions accurately reflect the structure of emotional flexibility.

The validity of the research instrument was verified through the relationships between flexibility and mental health indicators. The results showed that flexibility in emotion suppression had a weak negative relationship with symptoms of depression and anxiety, suggesting that the ability to adaptively regulate emotions through suppression may have a protective effect against psychopathological manifestations. This finding supports the theory of emotional flexibility, which emphasises the importance of contextual factors in assessing the adaptability of emotional strategies (Bonanno & Burton, 2013).

The present research has certain limitations that should be acknowledged. While the sample predominantly consisted of students in the emerging adulthood period, this can also be seen as a strength, as this age group is particularly relevant for the psychometric validation of the scale used. Nevertheless, future research could extend the findings by testing measurement invariance across different age groups and also by gender, to further explore the generalisability and robustness of the instrument across diverse populations.

REFERENCES

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2015). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Behaviour Research and Therapy*, 48(9), 851–859.
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory flexibility: An individual differences perspective on coping and emotion regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 591–612. <https://doi.org/10.1177/1745691613504116>
- Bridges, L. J., Denham, S. A., & Ganiban, J. M. (2004). Definitional issues in emotion regulation research. *Child Development*, 75(2), 340–345. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00675.x>
- Burton, C. L., & Bonanno, G. A. (2016). Measuring the capacity for emotional flexibility with the Flexible Regulation of Emotional Expression (FREE) Scale. *Assessment*, 23(7), 751–765.
- Chen, S., Zhao, X., Liang, T., & Ma, Q. (2018). A study on the relationship between emotional regulation strategies and anxiety among college students. *Chinese Journal of Behavioral Medicine and Brain Science*, 27(6), 528–532.
- Gonzales-Escamilla, C. C., Lozano, J. A., & Delgado, C. P. (2022). Flexible emotion regulation strategies and their association with mental health symptoms in a sample of adults. *Journal of Affective Disorders*, 306, 106–113.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. W. (2001). The PHQ-9: Validity of a brief depression severity measure. *Journal of General Internal Medicine*, 16(9), 606–613. <https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>

- Ladecký, J., & Pilárik, Ľ. (2024). Flexible expression of emotions in relation to symptoms of depression and anxiety in emerging adulthood. In *Proceedings of the InPACT 2024 – International Psychological Applications Conference and Trends*, 369-371.
- Quattropani, M. C., Lenzo, V., Filomia, M., & Musetti, A. (2022). The role of emotional flexibility in the relationship between coping and mental health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2613.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B. W., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: The GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, 166(10), 1092–1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics* (4th ed.). Pearson.
- Zhang, W., Tang, W., Lin, X., & Wang, H. (2023). Emotional regulation flexibility and its association with depressive symptoms: A study among Chinese college students. *Frontiers in Psychology*, 14, 735–746.

***AKO KOMUNIKOVAŤ S GENERÁCIOU, KTORÁ MÁ SLÚCHADLÁ
V UŠIACH A OČI UPRETÉ NA DISPLEJ? PRIESKUM SOCIÁLNYCH
SIETÍ NAJVÄČŠÍCH ČESKÝCH A SLOVENSKÝCH UNIVERZÍT***

***HOW TO COMMUNICATE WITH A GENERATION THAT HAS
HEADPHONES IN THEIR EARS AND EYES FIXED ON THE SCREEN?
A SURVEY OF SOCIAL MEDIA OF THE LARGEST CZECH AND
SLOVAK UNIVERSITIES***

Lujza Laudárová^{a,b} & Radomír Masaryk^{a,c}

^aÚsek pre vonkajšie vzťahy, Rektorát, Univerzita Komenského v Bratislave

^bKatedra marketingu a obchodu, Fakulta managementu, Univerzita Komenského v Bratislave

^cÚstav aplikovanej psychológie, Fakulta sociálnych a ekonomických vied, Univerzita Komenského v Bratislave

E-mail: lujza.laudarova@uniba.sk

ABSTRAKT

Sociálne médiá výrazne formujú súčasné sociálne interakcie a komunikáciu. Pre stredoškólkov predstavujú kľúčový zdroj informácií o možnostiach štúdia. Napriek investíciám univerzít do prítomnosti na sociálnych sieťach sú naše poznatky o efektívnosti týchto stratégií stále obmedzené. Analyzovali sme komunikáciu troch najväčších českých a troch slovenských univerzít na Facebooku a Instagrame, pričom sme sa zamerali na dynamiku rastu sledovateľov, frekvenciu príspevkov a mieru interakcie. Naše výskumné otázky zahŕňali: Aké typy obsahu tvoria najväčšie univerzity na sociálnych sieťach? Ktoré formáty a témy vedú k najvyššej miere zapojenia používateľov? Ako sa líši efektívnosť jednotlivých stratégií v dosahu a interaktivite? Výsledky identifikovali odlišné prístupy univerzít. Najúspešnejší obsah prezentuje akademické hodnoty spôsobom blízky cieľovej skupine a s pozitívnym emočným nábojom. Výsledky naznačujú potrebu hlbšieho kvalitatívneho výskumu preferencií mladých ľudí a experimentálneho A/B testovania.

Kľúčové slová

sociálne siete; komunikácia univerzít; interakčné metriky (engagement); efektívnosť marketingových prístupov; preferencie mladej generácie

ABSTRACT

Social media significantly shapes contemporary social interactions and communication. For high school students, it serves as a key source of information about study opportunities. Despite universities' investments in their social media presence, understanding the effectiveness of these strategies remains limited. We analyzed the communication practices of the three largest Czech and three largest Slovak universities on Facebook and Instagram, focusing on follower growth dynamics, posting frequency, and engagement rates. Our research questions included: What types of content do the largest universities produce on social media? Which formats and themes generate the highest user engagement? How does the effectiveness of various strategies differ in terms of reach and interactivity? The results reveal diverse approaches among universities. The most successful content presents academic values in ways that resonate with the target audience and carries a positive emotional charge. Although advertising expenditures increase overall reach, they do not necessarily guarantee high engagement. These findings suggest a need for deeper qualitative research into young people's preferences and experimental A/B testing.

Keywords

social networks; university communication; engagement metrics; marketing strategy effectiveness; young generation preferences

Grantová podpora

VEGA 1/0292/23

ÚVOD

Sociálne siete majú pre univerzity v súčasnej dobe stále väčší význam, keďže komunikácia a získavanie informácií sa postupne presúvajú práve na tieto platformy. Študenti čoraz viac uprednostňujú získavanie informácií prostredníctvom sociálnych sietí ako je Facebook, Instagram, TikTok a iné, aj na úkor oficiálnych webových stránok univerzít. Toto správanie študentov si vyžaduje, aby univerzity prispôbili svoj prístup ku komunikácii a aktívne využívali sociálne siete na šírenie relevantných informácií a tvorbu zaujímavého obsahu. Univerzity by mali mať stratégiu sociálnych médií, ktorá zahŕňa pravidelné zdieľanie relevantných informácií o programoch, udalostiach, vedeckých výskumoch a úspechoch univerzity. Taktiež by mali byť schopné komunikovať so študentmi, odpovedať na ich otázky, a zaujímať sa o ich názory a skúsenosti.

Súčasne už v začiatkoch rozvoja sociálnych sietí výskumníci predpovedali nárast investícií do sociálnych médií (VanBoskirk, 2009); tento trend je zjavný v súčasnosti, kedy univerzity investujú čoraz viac zdrojov do online prostredia aj vo forme platených kampaní. Kuzma a Wright (2013) sa pozreli na otázku, ako univerzity v Ázii, Afrike a Európe využívajú sociálne siete na regrutovanie študentov a marketing. Zamerali sa na top 10 univerzít v 9 krajinách. Výsledky ukázali, že inovatívne funkcie sociálnych sietí predstavujú pre vedenia univerzít výzvu v tom zmysle, že univerzity nemajú dostatočné skúsenosti a nedokážu využiť plný

potenciál týchto komunikačných kanálov. Zdôrazňujú význam využívania spomínaných nástrojov a ich integráciu do marketingových plánov s cieľom lepšie osloviť cieľové skupiny.

Sociálne siete prinášajú do inštitúcií vyššieho vzdelávania konkrétne príležitosti. Sandvig (2016) uvádza prehľad príležitostí a rizík sociálnych médií vo vysokoškolskom vzdelávaní, založený na prieskume medzi 2844 študentmi v USA. Väčšina (56 %) uviedla, že sociálne médiá im pomohli pri rozhodovaní o štúdiu, pričom Facebook bol najpopulárnejší (89,9 % ho sledovalo aspoň raz týždenne). Viac ako 76,5 % respondentov sa pridalo k univerzitným skupinám. Na druhej strane, Tafesse (2022) uvádza, že vzťah medzi používaním sociálnych médií a akademickým prospěchom má tvar obráteného písmena U: používanie do 89 minút denne je prínosné, ale jeho prekročenie má negatívny vplyv.

V príspevku sa budeme zaoberať otázkou efektívnej komunikácie s generáciou, ktorá je neustále integrovaná v digitálnom prostredí, a spôsobmi, ako si získať jej pozornosť. Viriya Taecharungroj (2017) uskutočnila prvé pokusy o obsahovú analýzu v tomto smere, pričom jej štúdia skúmala využitie Facebooku univerzitami v USA a Thajsku na zapojenie publika. Analyzovala 1394 príspevkov z roku 2014 zo stránok šiestich univerzít. Identifikovala 12 typov príspevkov, pričom v USA dominovali príspevky týkajúce sa výskumu, zatiaľ čo v Thajsku boli najčastejšie príspevky o udalostiach a oznámeniach. Peruta a Shields (2018) uskutočnili podobnú obsahovú analýzu, v ktorej analyzovali 5932 príspevkov amerických vysokých škôl na Facebooku. Zistenia ukazujú, že určité obsahové témy ako napríklad šport značne zvyšujú zapojenie (engagement), zatiaľ čo iné majú tendenciu znížiť zapojenie. Zapojenie zvyšuje aj zaradenie obsahu vytvoreného používateľmi (user generated content).

Význam marketingu univerzít v prostredí sociálnych sietí je teda nesporný; zdá sa však, že často prebieha skôr intuitívne a nie na základe solídnej evidencie. Preto je dôležité zmapovať procesy a nastaviť ich tak, aby viedli k efektívnej správe sociálnych sietí, pričom samozrejme takéto procesy musia rešpektovať špecifiká vysokoškolského vzdelávania. Preto sme si stanovili nasledovné výskumné otázky:

1. Aký obsah vytvárajú najväčšie české a slovenské univerzity na svojich sociálnych sieťach?
2. Aké kategórie tohto obsahu generuje najvyššiu mieru zapojenia používateľov?
3. Aká je efektivita rôznych stratégií pridávania obsahu?

METÓDY

Výskumná vzorka

V našom výskume sme sa zamerali na analýzu komunikačných stratégií troch najväčších univerzít v Českej republike a na Slovensku v období od 1. septembra 2023 do 1. septembra 2024. Z českých univerzít sme vybrali Univerzitu Karlovu v Prahe, Masarykovu univerzitu v Brne a České vysoké učení technické v Prahe; zo slovenských univerzít sme zahrnuli Technickú univerzitu v Košiciach, Slovenskú technickú univerzitu v Bratislave a Univerzitu Komenského v Bratislave. Dáta sme získavali prostredníctvom sociálnych sietí Instagram a Facebook, pričom sme využili nástroj Zoomsphere, konkrétne modul Benchmarking, na analyzovanie a porovnávanie aktivity univerzitných profilov.

Nástroj Zoomsphere umožňuje sledovať interné a externé štatistiky, pričom sme sa zamerali na kľúčové metriky ako sú počet sledovateľov, frekvencia príspevkov a interakcie s obsahom. Jedným z limitov pri zbere dát bola neúplné pokrytie pre Technickú univerzitu v Košiciach a

Slovenskú technickú univerzitu v Bratislave, ktoré boli monitorované len v určitých obdobiach. Slovenská technická univerzita na Facebooku je monitorovaná od júna 2024, zatiaľ čo pre Technickú univerzitu v Košiciach vykazovala služba neaktivitu od septembra 2023 do júna 2024.

Súčasťou našej analýzy bola aj obsahová klasifikácia príspevkov, ktorú sme realizovali manuálne na základe viacstupňového postupu. Na procese kategorizácie sa podieľal celý autorský tím, pričom každý člen nezávisle prechádzal vybrané príspevky a navrhoval ich zatriedenie. Následne prebehla spoločná diskusia, počas ktorej sme spoločne ladili významy kategórií a spresňovali kritériá ich použitia.

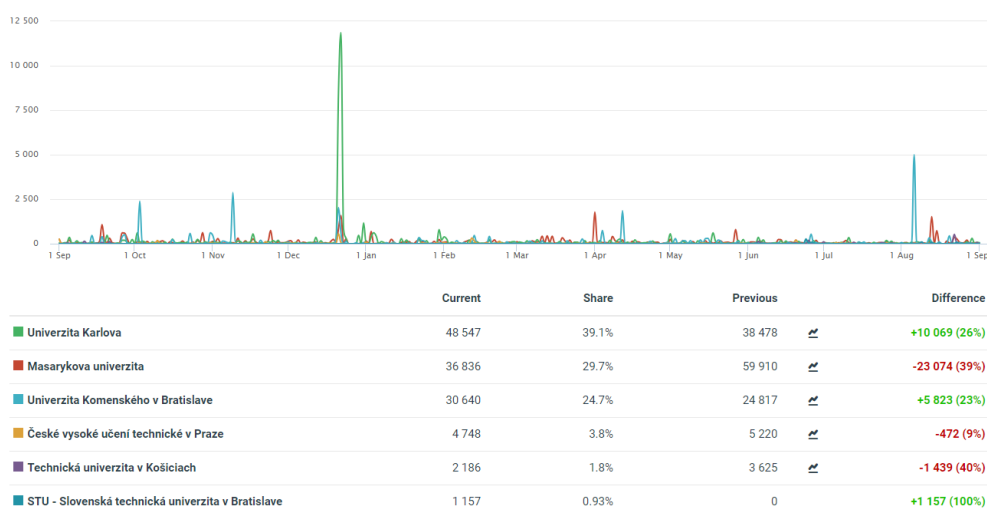
Kategórie vznikali kombináciou deduktívneho a induktívneho prístupu — inšpirovali sme sa predchádzajúcim výskumom Peruta a Shields (2018), ktorý sme následne prispôbili špecifikám online komunikácie slovenských a českých univerzít. Finálna verzia kategorizácie reflektuje najčastejšie sa opakujúce témy a obsahové rámce identifikované počas úvodnej fázy analýzy. Pri klasifikácii sme sa primárne riadili textovým popisom príspevkov, pričom vizuálnu stránku obsahu sme nezohľadňovali. Tento prístup umožnil zachytiť tematické zameranie a komunikačné priority univerzít a ponúkol vhľad do ich online stratégií.

Výsledné kategórie obsahu:

1. Veda a výskum
2. Spomienkové udalosti
3. Úspechy a ocenenia
4. Spoločenská zodpovednosť a vyhlásenia
5. Študenti a ich aktivity
6. Uchádzači
7. Medzinárodná spolupráca a mobilita
8. Odľahčený obsah
9. Oznámenia z prostredia univerzity
10. Pozvánky na podujatia a semináre
11. Internáty

VÝSLEDKY

Graf 1. Miera interakcií na Facebooku



Analýza ročných interakcií na facebookových stránkach šiestich univerzít ukazuje rozdiely v úspešnosti online komunikácie (Graf 1). Najviac interakcií zaznamenala Univerzita Karlova (48 547; 39,1 %), s medziročným nárastom o 26 %, posilneným udalosťou streľby na Filozofickej fakulte. Univerzita Komenského vzrástla o 23 %, pričom významne prispela udalosť rozkvitnutia *Amorphophallus titanum* v Botanickej záhrade UK. Naopak, Masarykova univerzita zaznamenala pokles o 39 %. ČVUT kleslo o 9 %. Údaje z Technickej univerzity v Košiciach a STU boli neúplné, pričom STU evidovala 100 % nárast oproti nulovej východiskovej hodnote.

Tabuľka 1. Počet príspevkov v jednotlivých kategóriách za každú univerzitu

	UK.sk	STU	TUKE	UK.cz	MUNI	ČVUT
Spoločenské	19	1	1	20	10	5
Spomienka	11	2	1	41	34	10
Oznámenia	44	14	12	79	213	80
Úspechy	21	11	1	40	49	14
Študenti	25	3	3	33	28	5
Veda	29	3	0	28	34	5
Medzinárodné	12	2	9	18	30	13
Odlahčené	25	1	0	14	38	19
Internáty	5	0	0	3	2	4
Pozvánka	4	4	11	51	41	54
Uchádzači	7	1	4	32	18	24
SPOLU	202	42	42	359	497	233

Tabuľka 1 identifikuje rozdiely v intenzite publikačnej aktivity a tematickom zameraní medzi slovenskými a českými univerzitami. Z hľadiska celkového počtu publikovaných príspevkov vykazujú najvyššiu aktivitu Masarykova univerzita, ktorá sa vyznačuje rozmanitým obsahom naprieč všetkými analyzovanými kategóriami. Nasleduje Univerzita Karlova (v Tabuľke 1

uvedená ako UK.cz) , ktorá sa zameriava predovšetkým na oblasti ako oznámenia a spomienky, čím sa zaraduje medzi popredné české univerzity z pohľadu informácií poskytovaných študentom. Obe české univerzity vo všeobecnosti vykazujú vysokú aktivitu, najmä v kategóriách oznámení a pozvánok na rôzne podujatia. Medzi slovenskými univerzitami dominuje Univerzita Komenského (v Tabuľke 1 uvedená ako UK.sk), ktorá sa aktívne zapája do publikovania rôznych príspevkov, pričom najviac pozornosti venuje oznámeniam, vedeckým úspechom a študentským príbehom. Tým sa približuje k českým univerzitám v šírke svojho záberu a v počte príspevkov, hoci ich nedosahuje v rovnakej miere.

Tabuľka 2. Rozdiely v interakciách podľa kategórií medzi slovenskými a českými univerzitami

	UK.sk	STU	TUKE	UK.cz	MUNI	ČVUT	SÚHRN INTERAKCIÍ V KATEGÓRII
Spoločenské	161	77	26	52	47	45	407
Spomienka	908	14	139	689	143	104	1 997
Oznámenia	218	19	83	58	42	15	435
Úspechy	137	44	127	131	124	21	584
Študenti	79	30	61	54	157	47	427
Veda	47	38	0	61	43	7	195
Medzinárodné	23	4	31	57	33	13	160
Odl'ahčené	36	8	0	63	143	15	265
Internáty	38	0	0	82	415	122	656
Pozvánka	34	6	20	30	43	7	139
Uchádzači	39	6	55	49	72	15	236
SPOLU	152	26	52	133	73	20	457

Tabuľka 2 prezentuje priemerný počet interakcií, čím reflektuje preferencie publika a identifikuje tematické okruhy, na ktoré používatelia reagujú najintenzívnejšie. Univerzitou s najvyšším priemerným počtom interakcií je Univerzita Komenského (v Tabuľke 2 uvedená ako UK.sk), ktorá vykazuje výrazný záujem publika, najmä v kategóriách Spomienka (908 interakcií) a Oznámenia (218 interakcií). To naznačuje popularitu spoločenských príspevkov a informácií o udalostiach. Rovnako dosahuje vysoký záujem aj v oblasti úspechov (137) a študentských tém (79).

Na českej strane vyniká Univerzita Karlova (v Tabuľke 2 uvedená ako UK.cz), ktorá má vysoké interakcie najmä v kategórii Spomienka (689), a zároveň má najvyšší počet interakcií v rámci medzinárodných príspevkov medzi všetkými univerzitami (57). Masarykova univerzita vyniká najmä v kategóriách Študenti (157) a Odl'ahčené (143), čo ilustruje záujem o študentské príbehy a ľahšie, neformálne témy. Výrazne vyšší priemer dosiahla aj v kategórii Internáty (415). Všeobecne najsilnejšou kategóriou v rámci všetkých univerzít je Spomienka, s celkovým počtom interakcií 1 997. Táto kategória očividne rezonuje medzi publikom, keďže príspevky spojené so spomienkami na významné udalosti alebo osobnosti celkovo dosahujú najväčší záujem.

DISKUSIA

Výsledky ilustrujú rôznorodosť prístupov univerzít k sociálnym sieťam. Hoci si uvedomujú ich potenciál, využívajú ich však často zdržanlivo, prevažne ako „digitálne nástenky“. Tento prístup reflektuje úsilie sprostredkovať informácie, no môže obmedziť schopnosť aktívne zapájať online komunitu. Autentický obsah, ktorý vyvoláva pozitívne emócie, má vyšší potenciál získať organickú interaktivitu a zároveň posilniť lojalitu a angažovanosť publika. Výsledky Taecharungroj (2017) ukazujú, že univerzity, ktoré dokážu efektívne zhrnúť informácie do stručných a významných správ, dosahujú vyššiu mieru zapojenia publika. Stručné popisy však majú svoje limity, pretože nie vždy sprostredkujú posolstvo dostatočne pútavo. V tomto kontexte zohráva zásadnú úlohu žurnalistická kvalita, ktorá ovplyvňuje schopnosť príspevkov zaujať a udržať pozornosť čitateľov.

Zaujímavým poznatkom je, že frekventované zverejňovanie príspevkov a predpokladané vysoké výdavky na reklamu nepredstavujú záruku zvýšenej miery interakcie. Peruta a Shields (2018) uvádzajú, že celkový počet lajkov na stránke zvyšuje celkové zapojenie, ale znižuje proporčné zapojenie na príspevok. To naznačuje, že zapojenie sa rozloží na objem príspevkov, čo znamená, že častejšie publikovanie vedie k nižšiemu zapojeniu na príspevok. To vyvracia častý predpoklad, že kvantita je základom úspechu na sociálnych sieťach. Naopak, efektívnosť často závisí viac od kvality obsahu a schopnosti osloviť cieľovú skupinu autentickým spôsobom. Vizualný obsah dominuje nad textovým, čo reflektuje preferencie online publika a potrebu univerzít efektívne a zrozumiteľne sprostredkovať informácie. Profesionálne spracované vizuálne materiály dokážu výrazne zvýšiť pozornosť a angažovanosť používateľov, pričom dlhšie textové formáty sú pre mladšie publikum menej atraktívne.

Táto sonda má však určité obmedzenia. Primárnym limitom je zameranie na textový obsah bez detailnej analýzy kvality a typológie použitých vizuálnych prvkov. Neskúmali sme rozdiely v účinnosti medzi profesionálne vytvorenými a amatérskymi vizuálmi, ani špecifické dopady jednotlivých typov obrazového materiálu, ako sú zábery akademických budov, portréty študentov či fotografie vedcov a vedkýň pri práci.

Na záver, postavenie sociálnych sietí v komunikačnom mixe sa líši medzi jednotlivými univerzitami. Univerzita Komenského napríklad aktívne využíva Facebook a Instagram Stories na oznamy alebo ich kombinuje s elektronickým spravodajom (newsletterom), čím cielenejšie oslovuje svoje publikum. Takáto štruktúrovaná stratégia zvyšuje efektívnosť sociálnych médií ako komunikačného nástroja. V kontexte komunikačných stratégií univerzít je zrejmé, že sociálne siete majú potenciál stať sa silným nástrojom na zvyšovanie povedomia a budovanie komunity, avšak ich efektívnosť je závislá od schopnosti univerzít prispôbiť obsah očakávaniam a preferenciám cieľového publika. Ak však univerzity chcú udržať kontakt s generáciou, ktorá má slúchadlá v ušiach a oči upreté na displej, nevyhnutne potrebujú generovať a zdieľať interaktívny obsah s vysokým potenciálom zapojenia.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Cingillioglu, I., Gal, U., & Prokhorov, A. (2023). Social media marketing for student recruitment: An algorithmically sequenced literature review. *Journal of Marketing for Higher Education*.
- Kuzma, J., & Wright, W. (2013). Using social networks as a catalyst for change in global higher education marketing and recruiting. *International Journal of Continuing Engineering Education and Life-Long Learning*, 23(1), 53–66.

- Peruta, A., & Shields, A. B. (2018). Marketing your university on social media: A content analysis of Facebook post types and formats. *Journal of Marketing for Higher Education*, 28(2), 175–191.
- Sandvig, J. C. (2016). The role of social media in college recruiting. *International Journal of Web Based Communities*, 12(1), 23–34.
- Taecharungroj, V. (2017). Higher education social media marketing: 12 content types universities post on Facebook. *International Journal of Management in Education*, 11(2), 111–127.
- Tafesse, W. (2022). Social networking sites use and college students' academic performance: Testing for an inverted U-shaped relationship using automated mobile app usage data. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 19, 16.
<https://doi.org/10.1186/s41239-022-00322-0>
- VanBoskirk, S. (2009). US interactive marketing forecast, 2009 to 2014. *Forrester Research*, 1–19.

***VYBRANÉ EXEKUTÍVNE FUNKCIE AKO PREDIKTORY
SEBAÚČINNOSTI U DETÍ V MLADŠOM ŠKOLSKOM VEKU***

***SELECTED EXECUTIVE FUNCTIONS AS PREDICTORS OF SELF-
EFFICACY IN YOUNGER SCHOOL-AGE CHILDREN***

Jana Lukáčová^a, Gabriela Mikulášková^a, Monika Kačmárová^a, Iveta Kovalčíková^b & Alena Prídavková^c

^a Inštitút psychológie FF PU v Prešove

^b Katedra predškolskej a elementárnej pedagogiky a psychológie PgF PU v Prešove

^c Katedra matematickej edukácie PgF PU v Prešove

E-mail: jana.lukacova@unipo.sk

ABSTRAKT

Cieľom výskumu bolo zistiť, či vybrané exekutívne funkcie (kognitívna flexibilita, inhibičná kontrola, pracovná pamäť) predikujú mieru sebaúčinnosti u detí v mladšom školskom veku. Vo výskumnom súbore bolo 141 detí vo veku od 9 do 11 rokov ($M = 9,39$, $SD = ,51$), z toho bolo 58,2% dievčat. Vo výskume bola použitá testová batéria Delis-Kaplanovej systém exekutívnych funkcií (D-KEFS), pamäťový test z WISC-III a Všeobecná škála sebaúčinnosti (GSES). Údaje boli analyzované pomocou lineárnej regresnej analýzy. Výsledky nepreukázali signifikantný vzťah medzi testovanými premennými. Zistenia sú následne diskutované.

Kľúčové slová

exekutívne funkcie; sebaúčinnosť; mladší školský vek

ABSTRACT

The aim of this research was to find out whether selected executive functions (cognitive flexibility, inhibitory control, working memory) predict the level of self-efficacy in younger school-age children. The study population consisted of 141 children aged 9 to 11 years ($M = 9.39$, $SD = .51$), of which 58.2% were girls. The Delis-Kaplan Executive Function System (D-KEFS) test battery, memory test from WISC-III and General Self-Efficacy Scale (GSES) were used in the research. The data were analyzed using linear regression analysis. The results showed no significant relationship between the tested variables. The findings are subsequently discussed.

Keywords

executive functions; self-efficacy; younger school age

Grantová podpora

VEGA 1/0699/23 Exekutívne fungovanie, sebaúčinnosť a sebaaponímanie žiakov mladšieho školského veku vo vzájomných súvislostiach

ÚVOD

Exekutívne funkcie (EF), známe aj pod pojmom výkonné či kognitívne funkcie, zahŕňajú súbor mentálnych procesov potrebných v situáciách, ktoré vyžadujú pozornosť jedinca a na ich zvládnutie nestačí reagovať automaticky, alebo sa spoliehať na intuíciu (Diamond, 2013). Podľa Roebersovej et al. (2012) sa termín EF používa na opis rôznych sebaregulačných procesov vrátane cieleného zámerného správania, kognitívnych procesov, ktoré umožňujú flexibilitu, detekciu chýb a riešenie konfliktov. Doteraz nie je všeobecne akceptovaná definícia EF (Roebers et al., 2012). Za základné komponenty EF môžeme považovať inhibíciu, kognitívnu flexibilitu a pracovnú pamäť (Guerra et al., 2021). Kognitívna flexibilita je schopnosť, vďaka ktorej sa jedinec dokáže prispôbiť rôznym úlohám a problémom, ktorým musí čeliť v priebehu svojho života (Deák & Wiseheart, 2015). Inhibičná kontrola je schopnosť, ktorá umožňuje zdržať sa myšlienok a správania, ktoré nie sú relevantné pre úlohu, ktorú jedinec v danom čase vykonáva (Watson & Bell, 2013). Pracovná pamäť je schopnosť dočasne uchovávať a manipulovať s istým objemom informácií. Táto schopnosť je kľúčovou pre komplexné kognitívne úlohy (napr. učenie sa) (Baddeley, 1992). EF sa vyvíjajú počas detstva súčasne s dozrievaním frontálneho laloku (Ardila, 2013). Je výskumne preukázaný efekt veku na vývin a dozrievanie EF u 7 až 12 ročných detí (napr. Er-Rafiqi et al., 2022a; Er-Rafiqi et al., 2022b; Guerra et al., 2021; Roya et al., 2018). Individuálne rozdiely v EF sú značné. Oslabené EF môžu ovplyvňovať rôznorodé oblasti života, obzvlášť je to viditeľné v školskom prostredí. Podľa metaanalýzy Spiegela et al. (2021) štúdie poukazujú na spojitosť slabých EF (najmä pracovnej pamäte) s problémami v oblasti čítania, jazykových schopností a matematiky. Rovnako bolo preukázané, že slabé EF sú dlhodobou prediktorom ťažkostí spojených so školským prostredím a akademickým prospechom, čo zdôrazňuje ich kľúčovú úlohu v rozvoji a úspechu jednotlivca vo vzdelávacom procese (Spiegel et al., 2021).

Sebaúčinnosť je definovaná ako viera človeka vo vlastné schopnosti organizovať a vykonávať aktivity, ktoré sú potrebné k dosiahnutiu daných výsledkov (Bandura, 1977). Sebaúčinnosť významne ovplyvňuje konanie, rozhodovanie, úsilie aj vytrvalosť (Mickley et al., 2013). Podľa Madduxa (2002) sa presvedčenie o efektívnosti a zmysel pre činnosť vyvíja počas celého života jedinca, pretože neustále integruje informácie z piatich primárnych zdrojov, ktorými sú: (1) výkonové zážitky, (2) sprostredkované zážitky (napr. pozorovaním efektivity správania iných jedincov), (3) imaginatívne zážitky, (4) verbálne presvedčovanie (napr. významnými osobami), (5) fyziologické a emocionálne stavy ako zdroj pre aktuálne presvedčenie o vlastnej sebaúčinnosti v daný moment. Najsilnejším zdrojom informácií o vlastnej sebaúčinnosti sú vlastné pokusy kontrolovať svoje prostredie (Bandura, 1977), t.j. výkonové zážitky v rámci individuálnej histórie jedinca. Podľa metaanalytickej štúdie presvedčenia o sebaúčinnosti objasňujú približne 14% variancie akademického výkonu študentov a približne 12% variancie akademickú vytrvalosť (Multon & Brown, 1991). Miera sebaúčinnosti do istej miery predikuje, koľko úsilia žiaci vynaložia na činnosť, ako dlho vytrvávajú, keď budú čeliť prekážkam a nakoľko budú odolní voči nepriaznivým situáciám (Schunk & Hanson, 1985). Sebaúčinnosť

sa javí ako kľúčový faktor zlepšovania školského výkonu na súbore detí (Cattelino et al., 2019; Gambin & Świecicka, 2015), aj na vzorke vysokoškolských študentov (Barinková & Mesárošová, 2015; Manstead & Van-Eekelen, 1998).

Môžeme predpokladať, že vývin presvedčení o sebaúčinnosti môže byť ohrozený najmä u detí s oslabenými EF. Výskumne je potvrdzovaná vzájomná súvislosť medzi úrovňou EF (inhibícia, plánovanie a pracovná pamäť) a špecifickou sebaúčinnosťou u detí s ADHD – v oblasti akademického úspechu a sebakontroly (Gambin & Świecicka, 2015). Rovnako je preukázaný signifikantný vzťah medzi EF a sebaúčinnosťou dospelých jedincov (Sperry, 2021; Zahodne et al., 2015; Zhao et al., 2024).

Cieľom výskumu je zistiť, či vybrané EF (kognitívna flexibilita, inhibičná kontrola, pracovná pamäť) predikujú mieru sebaúčinnosti u detí v mladšom školskom veku.

METÓDY

Výskumná vzorka

Výskumu sa zúčastnilo 141 žiakov štvrtých ročníkov z piatich základných škôl na Východnom Slovensku. Respondenti boli vo veku 9 - 11 rokov ($M = 9,39$, $SD = ,51$) a prevažnú časť vzorky (58,2%) tvorili dievčatá.

Výskumné nástroje

Delis-Kaplanovej systém exekutívnych funkcií (Delis-Kaplan Executive Function System, D-KEFS) umožňuje komplexne hodnotenie vyšších exekutívnych funkcií tak vo verbálnych ako aj neverbálnych oblastiach. Slovenská verzia D-KEFS je tvorená 8 testmi (Ferjenčík et al., 2014). V prezentovanom výskume boli použité len dva testy zamerané na kognitívnu flexibilitu a inhibičnú kontrolu.

Na meranie pracovnej pamäti sme použili subtest Opakovanie čísel z Wechslerovej intelligenčnej škály pre deti (WISC-III) (Krejčířová et al., 2002).

Všeobecná škála sebaúčinnosti (General Self-Efficacy Scale, GSES) pomocou 10 položiek meria presvedčenia osoby o vlastnej schopnosti zvládať rozličné situácie, s ktorými sa počas života stretáva (Kosc et al., 1993). Jednotlivé výroky sú posudzované na 4-bodovej škále od 1 = úplne nepravdivé po 4 = úplne pravdivé. Príklad položky: „Keď mám problém, zvyčajne viem prísť na jeho riešenie“. Hodnota Cronbachovej alfy v našom výskume bola $\alpha = ,852$.

V rámci sociodemografických údajov boli zisťované pohlavie a vek žiakov. Výskumu sa zúčastnili žiaci na základe informovaného súhlasu rodičov a zber údajov prebiehal individuálnou aj skupinovú formou v októbri až decembri 2023. Údaje boli analyzované v štatistickom programe IBM SPSS Statistics 20.0.

VÝSLEDKY

Údaje boli overené lineárnou regresnou analýzou (Tabuľka 1). Výsledný model nie je štatisticky významný ($p > ,05$). Ani jeden z postulovaných prediktorov EF nebol v štatisticky významnom vzťahu k všeobecnej sebaúčinnosti u skúmaných žiakov (Pearsonov korelačný

koeficient pre kognitívnu flexibilitu $r = ,152$, $p = ,072$; pre inhibíciu $r = ,055$, $p = ,513$; pre pracovnú pamäť $r = -,078$, $p = ,361$).

Tabuľka 1. Regresný model pre kognitívnu flexibilitu, inhibíciu a pracovnú pamäť ako prediktory a všeobecnú sebaúčinnosť ako kritérium ($N = 141$)

Prediktory	R	R ² -change	b	T	p
Všeobecná sebaúčinnosť ($F_{total}(3, 137) = 1,148$; $p = ,332$)					
Kognitívna flexibilita	,152	,023	,020	1,494	,137
Inhibícia	,157	,025	,004	,181	,856
Pracovná pamäť	,156	,024	-,076	-,408	,684
(Constant)			20,963		

DISKUSIA

Táto štúdia nepotvrdila predpoklad, že vybrané EF (kognitívna flexibilita, inhibičná kontrola, pracovná pamäť) sú prediktormi všeobecnej sebaúčinnosti v mladšom školskom veku. Napriek preukázaným súvislostiam EF a sebaúčinnosti (Gambin & Świecicka, 2015; Sperry, 2021; Zahodne et al., 2015; Zhao et al., 2024) sa tento vzťah nepotvrdil na slovenskej vzorke žiakov v mladšom školskom veku s využitím zvolených meracích nástrojov. Za možné príčiny nepreukázania efektu medzi skúmanými premennými a zároveň za limity výskumu môžeme považovať predovšetkým mieru vhodnosti použitých výskumných nástrojov vzhľadom k špecifikám skúmaných premenných a veku testovaných osôb.

EF je náročné spoľahlivo skúmať vzhľadom k tomu, že ide o heterogénne definovaný mnohostranný psychologický konštrukt. Jednotlivé dimenzie EF nemožno merať úplne izolovane (obzvlášť u detí), pri špecifických úlohách sa spúšťajú aj iné procesy EF (Hughes et al., 2010; Roebbers et al., 2012), čo mohlo viesť k nepresnostiam v zistených údajoch. Výskumy potvrdzujúce vzťah EF a sebaúčinnosti využívali odlišné metódy na meranie daných konštruktov.

Využitie *Všeobecnej škály sebaúčinnosti* mohlo viesť k istému skresleniu pri sebaopisovaní detí, nakoľko išlo o abstraktnejšie položky. Podľa Madduxa (2002) všeobecné škály nie vždy spoľahlivo ukážu mieru sebaúčinnosti jedinca v konkrétnej situácii, preto je vhodnejšie využiť špecifické škály sebaúčinnosti (Gambin & Świecicka, 2015).

Využitie nástrojov *Delis-Kaplanovej systém exekutívnych funkcií* spolu so subtestom z *Wechslerovej intelligenčnej škály pre deti* boli časovo náročné procedúry, jednak čo do zaškolenia testujúcich osôb, jednak čo sa týka organizovania individuálneho zberu údajov počas prebiehajúceho vyučovania. Samotné testovanie bolo pre 9 až 11 ročných žiakov nielen časovo, ale aj procesne náročné, no považovali sme to za exaktnejšiu formu ako testovať EF prostredníctvom hodnotenia dieťaťa inou osobou (napr. matkou alebo učiteľom). Organizačné nároky na prevedenie výskumu znížili počet zapojených škôl, rovnako aj počet testovaných žiakov, čím sa obmedzila možnosť zovšeobecnenia výsledkov na intaktnú populáciu žiakov.

Budúci výskum by bolo vhodné orientovať na starších žiakov (12 a viac ročných), zväziť ďalšie meracie nástroje na EF a využiť špecifické škály sebaúčinnosti orientované napr. na akademický úspech a sebakontrolu.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Ardila, A. (2013). Development of Metacognitive and Emotional Executive Functions in Children. *Applied Neuropsychology: Child*, 2(2), 82-87. <https://doi:10.1080/21622965.2013.748388>
- Baddeley, A. (1992). Working Memory. *Science*, 255(5044), 556-559. <https://doi.org/10.1126/science.1736359>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Barinková, K., & Mesárošová, M. (2015). Sebaúčinnosť a jej zdroje vo vzťahu k výkonu u vysokoškolských študentov. *Edukácia. Vedecko-odborný časopis*, 1(2), 22-30. <https://www.upjs.sk/public/media/11267/3.pdf>
- Cattelino, E., Morelli, M., Baiocco, R., & Chirumbolo, A. (2019). From External Regulation to School Achievement: The Mediation of Self-efficacy at School. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 60, 127-133. <https://doi:10.1016/j.appdev.2018.09.007>
- Deák, G. O., & Wiseheart, M. (2015). Cognitive Flexibility in Young Children: General or Task-Specific Capacity? *Journal of Experimental Child Psychology*, 138, 31-53. <https://doi:10.1016/j.jecp.2015.04.003>
- Diamond, A. (2013). Executive Functions. *The Annual Review of Psychology*, 64, 135-168. <https://doi:10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Er-Rafiqi, M., Guerra, A., Gall, D. L., & Roy, A. (2022a). Age-related Changes of Cognitive Flexibility and Planning Skills in School-age Moroccan Children. *Applied Neuropsychology: Child*, 11(4), 669-680. <https://doi:10.1080/21622965.2021.1934471>
- Er-Rafiqi, M., Guerra, A., Gall, D. L., & Roy, A. (2022b). Development of Inhibition and Working Memory in School-Age Moroccan Children. *Child Neuropsychology*, 28(7), 938-961. <https://doi:10.1080/09297049.2022.2039112>
- Ferjenčík, J., Bobáková, M., Kovalčíková, I., Ropovik, I., & Slavkovská, M. (2014). Proces a vybrané výsledky slovenskej adaptácie Delis-Kaplanovej systému exekutívnych funkcií D-KEFS. *Československá psychologie*, 58(6), 543-558.
- Gambin, M., & Świącicka, M. (2015). Relationships of Self-Efficacy Beliefs to Executive Functions, Hyperactivity-Impulsivity and Inattention in School-Aged Children. *Polish Journal of Applied Psychology*, 13(1), 33-42. <https://doi:10.1515/pjap-2015-0024>
- Guerra, A., Hazin, I., Guerra, Y., Roulin, J.-L., Gall, D. L., & Roy, A. (2021). Developmental Profile of Executive Functioning in School-Age Children From Northeast Brazil. *Frontiers in Psychology*, 11(596075), 1-21. <https://doi:10.3389/fpsyg.2020.596075>
- Hughes, C., Ensor, R., Wilson, A., & Graham, A. (2010). Tracking Executive Function Across the Transition to School: A Latent Variable Approach. *Developmental Neuropsychology*, 35, 20–36. <https://doi:10.1080/87565640903325691>
- Maddux, J. E. (2002). *Self-Efficacy. The Power of Believing You Can*. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 277-287). Oxford University Press.

- Manstead, A. S. R., & van Eekelen, S. A. M. (1998). Distinguishing Between Perceived Behavioral Control and Self-Efficacy in the Domain of Academic Intentions and Behaviors. *Journal of Applied Social Psychology, 28*(15), 1375–1392. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1998.tb01682.x>
- Mickley, K. L., Burkhart, P. V., & Sigler, A. N. (2013). Promoting Normal Development and Self-Efficacy in School-Age Children Managing Chronic Conditions. *Nursing Clinics of North America, 48*(2), 319-328. <https://doi:10.1016/j.cnur.2013.01.009>
- Multon, K. D., & Brown, S. D. (1991). Relation of Self-Efficacy Beliefs to Academic Outcomes: A Meta-Analytic Investigation. *Journal of Counseling Psychology, 38*(1), 30-38.
- Kosc, M., Heftyova, E., Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1993). Generalized Self-Efficacy Scale (Slovak Version). Measurement of Perceived Self-Efficacy: A Documentation of Psychometric Scales for Cross-Cultural Research. <https://userpage.fu-berlin.de/~health/selfscal.htm>
- Krejčířová, D., Boschek, P., & Dan, J. (2002). *WISC-III. Wechslerova inteligenční škála pro děti*. Praha: Testcentrum. <https://is.muni.cz/publication/893672/cs/WISC-III-Wechslerova-inteligenčni-skala-pro-deti/Krejcirova-Boschek-Dan>
- Roebers, C. M., Cimeli, P., Röthlisberger, M., & Neuenschwander, R. (2012). Executive Functioning, Metacognition, and Self-Perceived Competence in Elementary School Children: An Explorative Study on Their Interrelations and Their Role for School Achievement. *Metacognition and Learning, 7*(3), 151-173. <https://doi:10.1007/s11409-012-9089-9>
- Roya, A., Kefia, M. Z., Bellaj, T., Fournet, N., Gall, D. L., & Roulin, J. L. (2018). The Stroop Test: A Developmental Study in a French Children Sample Aged 7 to 12 Years. *Psychologie Française, 63*(2), 129-143. <https://doi:10.1016/j.psfr.2016.08.001>
- Schunk, D. H., & Hanson, A. R. (1985). Peer Models: Influence on Children's Self-Efficacy and Achievement. *Journal of Educational Psychology, 77*, 313-322.
- Sperry, A. (2021). The Association Among Executive Functioning, Self-Efficacy and ADHD with Attitudes Towards Online Learning. Union College. <https://digitalworks.union.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=3505&context=theses>
- Spiegel, J. A., Goodrich, J. M., Morris, B. M., Osborne, C. M., & Lonigan, C. J. (2021). Relations Between Executive Functions and Academic Outcomes in Elementary School Children: A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin, 147*(4), 329-351. <https://doi:10.1037/bul0000322>
- Watson, A. J., & Bell, M. A. (2013). Individual Differences in Inhibitory Control Skills at Three Years of Age. *Developmental Neuropsychology, 38*(1), 1-21. <https://doi:10.1080/87565641.2012.718818>
- Zahodne, L. B., Nowinski, C. J., Gershon, R. C., & Manly, J. J. (2015). Self-Efficacy Buffers the Relationship between Educational Disadvantage and Executive Functioning. *Journal of the International Neuropsychological Society: JINS, 21*(4), 297–304. <https://doi.org/10.1017/S1355617715000193>

Zhao, G., Sun, K., Fu, J., Li, Z., Liu, D., Tian, X., Yang, J., & Zhang, Q. (2024). Impact of Physical Activity on Executive Functions: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, 14, 1226667. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1226667>

KARIÉRNA SPOKOJNOSŤ VO VZŤAHU S EMOCIONÁLNYM KOMONENTOM SUBJEKTÍVNEJ POHODY

CAREER SATISFACTION IN RELATION TO THE EMOTIONAL COMPONENT OF SUBJECTIVE WELL-BEING

Ivana Magáčová Žilková, Jaroslava Babjáková & Michaela Paril'áková

Inštitút psychológie, Filozofická fakulta, Prešovská univerzita v Prešove

E-mail: ivana.magacovazilkova@unipo.sk

ABSTRAKT

Predkladaný príspevok pojednáva o vzťahu medzi kariérou spokojnosťou a emocionálnym komponentom subjektívnej pohody. Cieľom výskumu bolo overiť vzťah medzi kariérou spokojnosťou a pozitívnym emocionálnym prežívaním a negatívnym emocionálnym prežívaním. Výsledky štúdie sú rozpracované aj s ohľadom na sociodemografické premenné, konkrétne pohlavie, typ ekonomicky aktívnej osoby, pracovný sektor a dosiahnuté vzdelanie. Údaje boli získané pomocou sociodemografického dotazníka, Dotazníka kariérou spokojnosti (Greenhouse, et al., 1990) a dotazníka SEHP (Džuka, 2002). Výskumný súbor tvorilo 214 respondentov vo veku od 19 do 62 rokov, s priemerným vekom 37,83, z toho bolo 68% žien. Z našich výskumných zistení vyplýva významný vzťah medzi kariérou spokojnosťou a emocionálnym prežívaním, resp. subjektívnou pohodou.

Kľúčové slová

kariérou spokojnosť; subjektívna pohoda; negatívne prežívanie; pozitívne prežívanie

ABSTRACT

This paper discusses the relationship between career satisfaction and the emotional component of subjective well-being. The aim of the research was to verify the relationship between career satisfaction and positive emotional mood and negative emotional mood. The results of the study are also elaborated with regard to sociodemographic variables, specifically gender, type of economically active person, work sector and educational attainment. Data were obtained using the sociodemographic questionnaire, Career Satisfaction Questionnaire (Greenhouse, et al., 1990) and the SEHP questionnaire (Džuka, 2002). The research group consisted of 214 respondents aged 19 to 62, with an average age of 37.83, of which 68% were women. Our research findings show a significant relationship between career satisfaction and emotional experience, or subjective well-being.

Keywords

career satisfaction; subjective well-being; negative experience; positive experience

ÚVOD

Kariérna spokojnosť je subjektívnym hodnotením kariérového úspechu jedinca (napr. Greenhouse, 2003). Od 70. rokov 20. storočia sa spolu s prácami Scheina, Drivera a Hollanda začal rozvíjať psychologický pohľad na kariéru (Bělohlávek, 1996) a odvtedy sa kladie dôraz na vnútorné hľadisko kariéry, ktoré vychádza z predpokladu, ako kariéru hodnotí samotný jedinec. Kariérnu spokojnosť možno považovať za jeden z navýznamnejších indikátorov subjektívneho kariérneho úspechu (Seibert, Crant & Kramier, 1999; Ng et al., 2005). Ide o vlastné zhodnotenie svojej kariéry, individuálne vnímanie úspechu, vnímanie dosiahnutia úspechu, vyhliadky do budúcnosti, uznanie a spokojnosť (Nabi, 1999; Arthur, Khapova & Wilderom, 2005; Kuijpers & Scheerens, 2006; Kirovová, 2007). Kariérna spokojnosť je „spokojnosť jedincov odvodená z vnútorných a vonkajších aspektov ich kariéry, vrátane platu, postupu a možností rozvoja, alebo ako pocity spokojnosti jedinca s jeho kariérou ako celkom” (Lounsbury, Loveland, Sundstrom, Gibson, Drost, Hamrik, 2003, p.287). Dôležité je odlišovať ju od pracovnej spokojnosti, ktorá predstavuje subjektívne vnímanie a hodnotenie len súčasnej práce, nie celkovej kariéry (Arnold, 2005), zatiaľ čo kariérna spokojnosť odkazuje na hodnotenie doterajších skúseností nazbieraných v celkovej kariére (Bowling et al., 2010).

Subjektívna pohoda je v dôsledku rôznych teoretických prístupov definovaná rôzne. Austin (2020) zhrňujúc rôzne prístupy opisuje jej tri hlavné charakteristiky, a to šťastie, sloboda a spoločnosť. Svetová zdravotnícka organizácia hodnotí subjektívnu psychickú pohodu jednotlivca prostredníctvom špecifického indexu pohody (Topp et al., 2015). Subjektívna pohoda pozostáva z dvoch všeobecných komponentov, emocionálneho a kognitívneho. Emocionálny komponent predstavuje afektívnu rovnováhu, t.j rovnováhu medzi úrovňou pozitívneho a negatívneho vplyvu v živote človeka. Kognitívnym komponentom je úsudok o životnej spokojnosti (Diener, 1984; Erdogan et al., 2012).

Joo a Lee (2017) poukázali na nedostatok pozornosti venovanej subjektívnej pohode a kvalite života ľudí v závislosti od pracovnej domény. Zatiaľ čo subjektívnej pohode a životnej spokojnosti sa vo všeobecnosti venuje množstvo štúdií, v kontexte práce a kariéry je ich málo. Z existujúcich štúdií, niektoré poukazujú na slabý vplyv pracovnej a kariérnej domény na životnú spokojnosť, v porovnaní s inými nepracovnými doménami (napr. Rode, 2004, in Hagmaier et al., 2018). Naopak, iní autori poukazujú na dôležitosť kariéry pre jednotlivcov počas dospelého života, preto môže súvisieť so životnou spokojnosťou a subjektívnou pohodou (napr. Hall, 1976; Seifert, Hoffnung & Hoffnung, 2000; Super, 1987, in Lounsbury, Park, Sundstrom, et al., 2004; Joo & Lee, 2017). Potvrdilo sa, že kariérna spokojnosť je významným pozitívnym prediktorom subjektívnej pohody, kvality života a životnej spokojnosti (napr. Lounsbury, Park, Sundstrom, et al., 2004; Judge & Kammeyer-Mueller, 2011; Joo & Lee, 2017). Mnohé štúdie potvrdzujú pozitívny vzťah medzi pracovnou spokojnosťou a subjektívnou pohodou (napr. Jadhav, 2013; Nadinloyi et al., 2013; Hussain, Saba, Ali et al., 2022). Asociáciami medzi kariérnou spokojnosťou a životnou spokojnosťou sa zaoberali tiež Hagmaier, Abele a Goebel (2018), ktorí vo svojom výskume zohľadnili časový faktor využitím longitudinálneho dizajnu výskumu. Skúmali vzťah medzi kariérnou a životnou spokojnosťou z dvoch pohľadov, z dola nahor, a teda či spokojnosť s kariérou zvyšuje celkovú spokojnosť so životom, a z pohľadu zhora nadol, či celková spokojnosť so životom zvyšuje kariérnu spokojnosť. Longitudinálne štúdie odhalili, že spokojnosť so životom a spokojnosť

s kariérou sú pozitívne spojené v čase aj v priebehu času a vysvetľujú to pomocou modelu vzájomného vplyvu.

Cieľom výskumu bolo overiť vzťah medzi kariérnou spokojnosťou a emocionálnym komponentom subjektívnej pohody, pri kontrole sociodemografických premenných, konkrétne zistiť, ktoré zo sledovaných prediktorov (kariérna spokojnosť, sociodemografické faktory: rod, typ ekonomicky aktívnej osoby, pracovný sektor, vzdelanie) sa vo významnejšej miere podieľajú na emocionálnom komponente subjektívnej pohody (pozitívnom a negatívnom prežívaní).

METÓDY

Výskumné nástroje

Batéria nástrojov pozostávala zo Škály kariérnej spokojnosti, Dotazníka emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody a sociodemografického dotazníka zisťujúceho rod, vek, stupeň dosiahnutého vzdelania, pracovný sektor a typ ekonomicky aktívnej osoby.

Career satisfaction scale - Škála kariérnej spokojnosti (Greenhouse, Parasuraman a Wormley, 1990) meria spokojnosť s kariérou, ktorá je považovaná za základný ukazovateľ subjektívneho kariérneho úspechu. Hodnotí celkovú spokojnosť s rozvojom kariéry, spokojnosť s úrovňou zárobku, povýšením a rozvojom schopností (Fields, 2002). Dotazník pozostáva z 5 položiek („Som spokojný/á s úspechom, ktorý som dosiahol/a v mojej kariére.“), na ktoré respondent odpovedá na 5-bodovej stupnici (1-silne nesúhlasím, 5-silne súhlasím). Súčet skóre jednotlivých odpovedí predstavuje hrubé skóre, pričom čím je vyššie, tým je miera spokojnosti s kariérou vyššia. Dotazník vykazuje dobré psychometrické vlastnosti, koeficient reliability sa pohybuje v rozsahu $\alpha = .83$ až $.89$ (Fields, 2002). Cronbachova alfa škály v našom výskume je $.897$, čo predstavuje adekvátnu reliabilitu.

Dotazník emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody SEHP (Džuka & Dalbertová, 2002) je krátky 10-položkový nástroj na meranie emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody, ktorý diferencuje frekvenciu pozitívneho a negatívneho prežívania a súčasne integruje telesné pocity. Zisťuje častosť prežívania jednotlivých stavov v dlhšom časovom intervale. Autori dotazníka ich rozdelili na pozitívne rozpoloženie a negatívne rozpoloženie (in Džuka, Dalbertová, 2002). Pozitívne prežívanie: pôžitok, telesná sviežosť, radosť, šťastie. Negatívne prežívanie: hnev, pocit viny, hanba, strach, bolesť, smútok. Jednotlivé položky sa hodnotia na 6-bodovej stupnici (od takmer nikdy po takmer vždy). Cronbachova alfa škály v našom výskume je $.562$, čo predstavuje akceptovateľnú hodnotu reliability pre potreby výskumu.

Výskumná vzorka

Do výskumu boli oslovené ekonomicky aktívne dospelé osoby, čo bolo podmienkou pre zaradenie do výskumu. Okrem tejto podmienky, zber údajov prebiehal voľne, bez pokusu o kontrolu zloženia vzorky. Výskumný súbor bol vyberaný príležitostným, lavínovým výberom. Všetci respondenti súhlasili s účasťou na výskume, boli oboznámení s etickými zásadami výskumu a poskytli informovaný súhlas. Konečný výskumný súbor tvorilo 214 respondentov vo veku od 19 do 62 rokov, s priemerným vekom 37,83; z toho bolo 146 žien a 68 mužov. Čo sa týka rodinného stavu, 111 respondentov je v manželskom vzťahu, 83 respondentov je slobodných a 20 respondentov je rozvedených a ovdovených. Čo sa týka vzdelania, 12 respondentov má stredoškolské vzdelanie bez maturity, 109 respondentov má stredoškolské

vzdelanie s maturitou, 23 respondentov má vysokoškolské vzdelanie 1. stupňa, 60 respondentov má vysokoškolské vzdelanie 2. stupňa a 10 respondentov má vysokoškolské vzdelanie 3. stupňa. Čo sa týka typu ekonomicky aktívnej osoby, 150 respondentov pracuje na trvalý pracovný pomer ako zamestnanec (pracovná zmluva), 31 respondentov pracuje na pozícii brigádnika (dohoda o pracovnej činnosti), 29 respondentov sú samostatne zárobkovo činné osoby (SZČO) a 4 iné (napr. interný doktorand, vojak a ďalšie). 94 respondentov pracuje v štátnom sektore a 120 respondentov v súkromnom sektore.

Priebeh výskumu a štatistické spracovanie údajov

Zber údajov prebiehal online formou v mesiacoch apríl a máj 2024 v rámci širšieho výskumu, vybrané dáta boli analyzované pre potreby tohto výskumu pomocou programu SPSS Statistic. K deskripcii skúmaných premenných bola použitá deskriptívna štatistika, k overeniu reliability použitých škál bol zrealizovaný výpočet koeficientu Cronbachovej alfy, k overeniu normality rozloženia údajov výpočet koeficientu skewness, pričom výsledky preukázali, že údaje sú normálne rozložené. Na overenie jednotlivých cieľov bola použitý výpočet Pearsonovho korelačného koeficientu a Viacnásobná hierarchická lineárna regresia, metóda stepwise.

VÝSLEDKY

V prvom kroku sme zrealizovali výpočet Pearsonovho korelačného koeficientu medzi kariérnou spokojnosťou a emocionálnym komponentom subjektívnej pohody, konkrétne pozitívnym a negatívnym prežívaním. Výsledky uvádzame v Tabuľke 1.

Tabuľka 1. Korelačné koeficienty medzi kariérnou spokojnosťou a pozitívnym prežívaním a negatívnym prežívaním (N=214)

	Pozitívne prežívanie		Negatívne prežívanie	
	r	p	r	p
Kariérna spokojnosť	,357**	,000	-,175*	,010

Poznámka: * znamená $p \leq ,05$; ** znamená $p \leq ,01$; r – korelačný koeficient; p – signifikancia

Prostredníctvom korelačnej analýzy bol zistený signifikantný stredne silný pozitívny vzťah medzi kariérnou spokojnosťou a pozitívnym prežívaním ($r = ,357$), a signifikantný slabý negatívny vzťah medzi kariérnou spokojnosťou a negatívnym prežívaním ($r = -,175$). Čím vyššia je miera kariérnej spokojnosti, tým je vyššia frekvencia pozitívneho prežívania a tým nižšia frekvencia negatívneho prežívania.

K ďalšej analýze bola použitá Viacnásobná hierarchická lineárna regresia, metóda stepwise. Vypracovali sme regresné modely pre pozitívne a negatívne prežívanie ako kritériá a kariérnu spokojnosť a sociodemografické premenné ako prediktory. Prediktory boli do regresnej rovnice dosadené v dvoch blokoch v nasledujúcom poradí. Prvý blok tvorili sociodemografické faktory rod, typ ekonomicky aktívnej osoby, pracovný sektor a dosiahnuté vzdelanie. Do druhého bloku bola dosadená premenná kariérna spokojnosť (Tabuľka 2). Metódou stepwise, krok za krokom sme vylúčili tie premenné, ktoré neboli štatisticky významné. Výsledný regresný model so signifikantnými prediktormi uvádzame v Tabuľke 3.

Tabuľka 2. Regresné modely pre pozitívne a negatívne prežívanie ako kritériá a sociodemografické faktory (rod, vzdelanie, pracovný sektor, typ ekonomicky aktívnej osoby) a kariérnu spokojnosť, ako prediktory

Prediktor	R	R ² -change	b	T	p
Positívne prežívanie SWB (F_{total}(10, 213) = 3,9979; p < ,000)					
rod	,91	,01	-,68	-1,45	,15
Vzdelanie_SOU	,12	,01	-,06	-,06	,95
Vzdelanie_SS	,13	,02	-,37	-,69	,49
Vzdelanie_VS1	,14	,02	-,66	-,80	,43
Vzdelanie_VS3	,16	,02	-,43	-,39	,70
pracovný sektor	,16	,03	,49	,98	,33
typ ekonom.aktív.os (zamestnanec)	,17	,03	-,44	-,66	,51
typ ekonom.aktív.os (SZČO)	,17	,03	,71	,82	,41
typ ekonom.aktív.os (iné)	,17	,03	-2,50	1,48	,14
kariérna spokojnosť	,36	,13 ^{***}	,28	5,76	,00
(Constant)			4,376		
Negatívne prežívanie SWB (F_{total}(10, 213) = 2,234; p < ,017)					
rod	,23	,05	-,99	-1,50	,14
Vzdelanie_SOU	,23	,02	,31	,23	,82
Vzdelanie_VS1	,28	,00	-,16	-,15	,88
Vzdelanie_VS2	,29	,00	-,43	-,57	,57
Vzdelanie_VS3	,29	,00	2,11	1,37	,17
pracovný sektor	,29	,00	-,19	-,28	,78
typ ekonom.aktív.os (zamestnanec)	,29	,00	,21	,21	,83
typ ekonom.aktív.os (brigárnik)	,29	,00	-2,47	-2,00	,05
typ ekonom.aktív.os (iné)	,29	,00	-1,28	-,53	,56
kariérna spokojnosť	,32	,022 [*]	-,14	-1,90	,05
(Constant)			23,255		

Poznámka: * znamená p < ,05; ** znamená p < ,01; *** znamená p < ,001, premenné nadobúdajú hodnoty: kariérna spokojnosť 5 až 25, pozitívne prežívanie 4 až 24, negatívne rozpoloženie 6 až 36; vysoké hodnoty indikujú silnú mieru konštruktu, nízke hodnoty slabú mieru konštruktu; sociodemografické premenné sú dichotomické premenné.

Tabuľka 3. Regresné modely pre pozitívne a negatívne prežívanie ako kritériá a sociodemografické faktory (rod, vzdelanie, pracovný sektor, typ ekonomicky aktívnej osoby) a kariérnu spokojnosť, ako prediktory (akceptované modely $p < .05$)

Prediktor	R	R ² -change	b	T	p
Pozitívne prežívanie SWB ($F_{total}(1, 213) = 30,979$; $p < ,000$)					
kariérna spokojnosť	,36	,13***	,28	5,566	,000
(Constant)			11,572		
Negatívne prežívanie SWB ($F_{total}(2, 213) = 8,577$; $p < ,000$)					
typ ekonom.aktív.osoby (brigádnik)	,23	,05***	-2,72	-3,183	,002
kariérna spokojnosť	,27	,03**	-,17	-2,366	,019
(Constant)			22,994		

Poznámka: * znamená $p < ,05$; ** znamená $p < ,01$; *** znamená $p < ,001$, premenné nadobúdajú hodnoty:kariérna spokojnosť 5 až 25, pozitívne prežívanie 4 až 24, negatívne rozpoloženie 6 až 36; vysoké hodnoty indikujú silnú mieru konštruktu, nízke hodnoty slabú mieru konštruktu; typ ekonomicky aktívnej osoby je dichotomická premenná (1 = brigádnik, 2 = ostatné).

V prípade frekvencie pozitívneho prežívania bolo zistené, že z testovaných prediktorov bol signifikantný jeden, a to kariérna spokojnosť, ktorá vysvetlila 13% variancie frekvencie pozitívneho prežívania. Čím viac boli osoby spokojné so svojou kariérou ($b=,28$), tým častejšie prežívali pozitívne emócie.

V prípade frekvencie negatívneho prežívania bolo zistené, že z testovaných prediktorov boli signifikantné dva, a to kariérna spokojnosť a sociodemografická premenná poukazujúca na typ ekonomicky aktívnej osoby na pozícii brigádnika. Kariérna spokojnosť vysvetlila 3% variancie a pozícia brigádnika vysvetlila 5% variancie frekvencie negatívneho prežívania. Ak boli skúmané osoby brigádnici ($b=-2,72$) a boli menej spokojné s kariérou ($b=-,17$), tým častejšie prežívali negatívne emócie.

DISKUSIA

Cieľom výskumu bolo overiť vzťah medzi kariérnou spokojnosťou a emocionálnym komponentom subjektívnej pohody, pri kontrole sociodemografických premenných, konkrétne zistiť, ktoré zo sledovaných prediktorov (kariérna spokojnosť, sociodemografické faktory: rod, typ ekonomicky aktívnej osoby, pracovný sektor a vzdelanie) sa vo významnejšej miere podieľajú na pozitívnom a negatívnom prežívaní. Výsledky výskumu preukázali, že kariérna spokojnosť je významným prediktorom emocionálneho komponentu subjektívnej pohody. Kariérna spokojnosť bola v pozitívnom vzťahu s pozitívnym prežívaním a v negatívnom vzťahu s negatívnym prežívaním, to znamená že čím vyššia je miera kariérnej spokojnosti, tým je vyššia frekvencia pozitívneho prežívania a tým nižšia frekvencia negatívneho prežívania.

Naše zistenia sú konzistentné s doterajšími výskumami, ktoré zistili, že kariérna spokojnosť je signifikantným pozitívnym prediktorom subjektívnej pohody, celkovej kvality života jednotlivca a životnej spokojnosti (napr. Lounsbury, Park, Sundstrom, et al., 2004; Judge & Kammeyer-Mueller, 2011; Joo & Lee, 2017). Naopak niektoré z existujúcich štúdií poukazujú na slabý vplyv pracovnej a kariérnej domény na životnú spokojnosť, v porovnaní s inými nepracovnými doménami (napr. Rode, 2004, in Hagmaier et al., 2018), čo sa nám v našom výskume nepotvrdilo, nakoľko spomedzi sociodemografických faktorov sa len jeden preukázal

ako významný prediktor subjektívnej pohody. Významným prediktorom bol typ ekonomicky aktívnej osoby. V prípade, že bol respondent brigádnik, a nemal trvalý pracovný pomer na zmluvu, alebo nebol samostatne zárobkovo činná osoba, bola u neho vyššia frekvencia negatívneho prežívania. Domnievame sa, že k vyššej frekvencii negatívneho prežívania u respondentov brigádnikov môže dochádzať z dôvodu nižších príjmov, nestálosti zamestnania, horšieho statusu a pod.

V súvislosti so sociodemografickými faktormi považujeme za limit nášho výskumu skutočnosť, že zber prebiehal voľne bez pokusu o kontrolu zloženia vzorky, z čoho vyplývajú nerovnomerné zastúpenie respondentov vrámi jednotlivých kategórií a v budúcom výskume by sme odporúčali zabezpečiť lepšiu reprezentatívnosť vzorky. V budúcom výskume ďalej odporúčame overovanie ďalších mediujúcich premenných vo vzťahu medzi kariérnou spokojnosťou a subjektívnou pohodou.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Austin A. (2020). Theories of well-being: The foundations. In A universal declaration of human well-being. *Wellbeing in politics and policy*, 15–24. Palgrave Pivot.
- Arnold, J. (2005). *Careers in changing times*. In Arnold, J., Silvester, J., Patterson, et al. (Eds.). *Work psychology. Understanding human behaviour in the workplace*. 5th ed. Harlow: Prentice Hall, 2005, 520-557. ISBN 0-273-65544-2.
- Bowling, N.A., Eschleman, K.J. & Wang, Q. (2010). A meta-analytic examination of the relationship between job satisfaction and subjective well-being. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83(4), 915-934, [https://doi: 10.1348/096317909X478557](https://doi.org/10.1348/096317909X478557).
- Diener, E. (1984). Subjective well-being, *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.
- Džuka, J. & Dalbert, C. (2002). Vývoj a overenie validity škál emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody (SEHP). *Československá psychologie*, 46 (3), 243–250.
- Erdogan, B., Bauer, T.N., Truxillo, D.M. & Mansfield, L.R. (2012). Whistle while you work a review of the life satisfaction literature. *Journal of Management*, 38 (4), 1038-1083.
- Greenhaus, J. H. (2003). Career Dynamics. In Borman, W., Ilgen, D. R., Klimoski, R. J., Weiner, I. B. (Eds.). *Handbook of Psychology*. Volume 12. Industrial and Organizational Psychology. New Jersey: John Wiley & Sons, 2003, 519-540. ISBN 0-471- 38408-9.
- Hagmaier, T., Abele, A.E.&Goebel, K. (2018). How do career satisfaction and life satisfaction associate? *Journal of Managerial Psychology*, 33(2), 142-160. <https://doi.org/10.1108/JMP-09-2017-0326>
- Hussain, S., Saba, N. us, Ali, Z., Hussain, H., Hussain, A.& Khan, A. (2022). Job Satisfaction as a Predictor of Wellbeing Among Secondary School Teachers. *Sage Open*, 12(4). <https://doi.org/10.1177/21582440221138726>
- Jadhav, S. G. (2013). Job satisfaction and mental health of school teachers. *Golden Research Thoughts*, 2(7), 1–6.

- Joo, B.-K. & Lee, I. (2017). Workplace happiness: work engagement, career satisfaction, and subjective well-being, *Evidence-based HRM*, 5(2), 206-221. <https://doi.org/10.1108/EBHRM-04-2015-0011>
- Judge, T.A. & Kammeyer-Mueller, J.D. (2011). Happiness as a societal value. *The Academy of Management Perspectives*, 25(1), 30-41.
- Lounsbury, J. W., Loveland, J. M., Sundstrom, E. D., Gibson, L. W., Drost, A. W. & Hamrick, F. L. (2003). An Investigation of Personality Traits in Relation to Career Satisfaction. *Journal of Career Assessment*, 2003, 11 (3), 287-307.
- Lounsbury, J. W., Park, S.-H., Sundstrom, E., Williamson, J. M., & Pemberton, A. E. (2004). Personality, Career Satisfaction, and Life Satisfaction: Test of a Directional Model. *Journal of Career Assessment*, 12(4), 395–406. <https://doi:10.1177/1069072704266658>
- Nadinloyi, K. B., Sadeghi H. & Hajloo N. (2013). Relationship between job satisfaction and employees mental health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 293–297.
- Topp C. W., Østergaard S. D., Søndergaard S. & Bech P. (2015). The WHO-5 wellbeing index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(3), 167–176.

***ENVIRONMENTÁLNA IDENTITA A JEJ PREDIKTORY:
OSOBNOSTNÉ ČRTY A SPOJENIE S PRÍRODOU***

***ENVIRONMENTAL IDENTITY AND ITS PREDICTORS:
PERSONALITY TRAITS AND CONNECTEDNESS TO NATURE***

Katarína Matejová

Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Katolícka univerzita v Ružomberku

E-mail: katarina.matejova@ku.sk

ABSTRAKT

Výskumná štúdia je súčasťou širšie koncipovaného výskumu „Techniky „walk and talk“ v psychologickom poradenstve a psychoterapii“. Cieľom aktuálneho príspevku bolo zistiť prediktívne súvislosti medzi environmentálnou identitou a osobnostnými črtami a spojením s prírodou. Výskumnej štúdie sa zúčastnilo 247 respondentov (61,5% žien) vo veku od 18 do 68 rokov zo Slovenska. Environmentálnu identitu sme hodnotili skrátenou škálou Environmental Identity Scale (Clayton et al., 2021), osobnostné črty dotazníkom NEO - Five Factors Inventory (Costa & McCrae, 1992), a spojenie s prírodou škálou Connectedness to Nature Scale (Mayer & Frantz, 2004). Regresná analýza potvrdila, že najsilnejším prediktorom environmentálnej identity je spojenie s prírodou (32,4% variancie). Z osobnostných črt boli prediktormi environmentálnej identity otvorenosť (regresný koeficient 0,31), svedomitosť (regresný koeficient 0,2) a prívetivosť (regresný koeficient 0,15). Výsledky potvrdzujú, že ľudia spojení s prírodou, otvorenejší, svedomitejší a prívetivejší, viac vnímajú samých seba ako súčasť širšieho prostredia.

Kľúčové slová

environmentálna identita; spojenie s prírodou; osobnostné črty

ABSTRACT

The research study is part of the broader research "Walk and talk in psychological counselling and psychotherapy". The aim of this paper was to investigate the predictive associations between environmental identity and personality traits and connectedness to nature. 247 respondents (61.5% female) aged 18 to 68 years from Slovakia participated in the study. Environmental identity was assessed by the Environmental Identity Scale (Clayton et al., 2021), personality traits by the NEO - Five Factors Inventory questionnaire (Costa & McCrae, 1992), and connection to nature by the Connectedness to Nature Scale (Mayer & Frantz, 2004). Regression analysis confirmed that the strongest predictor of environmental identity was connection to nature (32.4% of the variance). Among the personality traits, openness

(regression coefficient of 0.31), conscientiousness (regression coefficient of 0.2), and agreeableness (regression coefficient of 0.15) were predictors of environmental identity. The results confirm that people more connected to nature, more open, conscientious, and agreeable are more likely to perceive themselves as part of the larger environment.

Keywords

environmental identity; connectedness to nature; personality traits

Grantová podpora

Financované EÚ NextGenerationEU prostredníctvom Plánu obnovy a odolnosti SR v rámci projektu č. 09I03-03-V04-00630.

ÚVOD

Príspevok je súčasťou širšie koncipovaného výskumu „Techniky „walk and talk“ v psychologickom poradenstve a psychoterapii“, v ktorom je environmentálna identita (EI) skúmaná ako jeden z faktorov, ktorý môže predikovať rozdiel v efektivite alebo preferencii klientov. Aktuálny príspevok je prvým čiastkovým spracovaním dát so zameraním na hľadanie prediktorov environmentálnej identity medzi osobnostnými črtami a spojením s prírodou.

Koncept environmentálnej identity (EI) nie je v psychológii nový, je jedným z konštruktov používaných na vysvetlenie vzťahu medzi človekom a jeho okolím, pričom odráža relatívne stabilný a jedinečný spôsob organizácie informácií o sebe samom (Clayton et al., 2019; Clayton & Opatow, 2003), pričom vyjadruje mieru, do akej je self-koncept založený na uznaní spojenia a závislosti od širšieho prostredia (Clayton et al., 2019; Schultz & Tabanico, 2007). Ľudia s vysokou environmentálnou identitou si o sebe myslia, že sú spojení s prírodným svetom a sú od neho vzájomne závislí. EI zahŕňa rôzne aspekty, pričom niektoré sú ovplyvnené skôr sociálnymi a kultúrnymi štruktúrami, u iných sa predpokladá dedičný základ (Clayton & Opatow, 2003). EI opisuje chápanie seba samého ako integrovanej súčasti prírodného prostredia, a preto má potenciál ovplyvniť akékoľvek správanie, ktoré jednotlivec vníma ako environmentálne relevantné alebo s vplyvom na životné prostredie. Dôležitosť výskumu environmentálnej identity je najčastejšie identifikovaná v proenvironmentálnych postojoch a environmentálnom správaní (napr. Blatt, 2014; Kempton a Holland, 2003), energetickej účinnosti (Clayton & Opatow, 2003), ekologickom spotrebiteľstve (Sparks & Shepherd, 1992), recyklovaní (Mannetti et al., 2004) a environmentálnom aktivizme (Fielding et al., 2008).

Z osobnostných črt vychádzajúcich z modelu Big Five (Costa a McCrae, 1992; Goldberg, 1990; McCrae & John, 1992): neuroticizmus, extravézia, otvorenosť voči skúsenosti, prívetivosť a svedomitosť, je možné uvažovať o viacerých súvislostiach významných pre environmentálnu identitu. Výskumne najčastejšie potvrdenou súvislosťou medzi rôznymi environmentálnymi konštruktmi a osobnostnými črtami je pozitívna súvislosť s otvorenosťou voči skúsenosti (Hirsh, 2010; Nisbet et al., 2009). V prípade prívetivosti sú zistenia menej konzistentné, zatiaľčo niektoré štúdie uvádzajú, že je pozitívne spojená s environmentálnou identitou (Hirsh, 2010; Nisbet et al., 2009), iné štúdie takéto vzťahy nepotvrdili (Markowitz et al., 2011).

Ďalšou premennou, o ktorej sme uvažovali v prediktívnej súvislosti s environmentálnou identitou, bolo spojenie s prírodou, ktoré vyjadruje najmä afektívnu a zážitkovú väzbu jednotlivca s prírodou (Mayer & Frantz, 2004). Ľudia spojení s prírodou, pociťujú spriaznenosť

s prírodným prostredím a chápu, že ich vlastné blaho je spojené s blahom prírodného sveta. Spojenie s prírodou sa nielen pozitívne spája s environmentálnou identitou (Gkarkavouzi et al., 2018; Olivos et al., 2011), ale ju aj predikuje (Atik et al., 2023).

Naším cieľom v aktuálnom príspevku bolo zistiť, či je možné predikovať environmentálnu identitu prostredníctvom osobnostných črt a spojenia s prírodou. Poznanie prediktorov environmentálnej identity je dôležité vzhľadom na ďalšie plánovanie efektívnych stratégií a ovplyvňovania environmentálneho správania. Pre nás bolo okrem toho prínosné zisťovať prediktory EI vzhľadom na výskumnú štúdiu o „walk and talk“ psychológii, v ktorej bude dôležité poznať faktory ovplyvňujúce tento konštrukt.

METÓDY

Na posúdenie environmentálnej identity u respondentov sme administrovali skrátenú Škálu environmentálnej identity (Revised Environmental Identity Scale – EIS; Clayton et al., 2021), ktorá pozostáva zo 14 výrokov a participanti vyjadrujú s nimi súhlas/nesúhlas na 7-bodovej Likertovej škále. Výsledky faktorovej analýzy dát získaných v rôznych skupinách v rôznych krajinách sveta potvrdili uspokojivé hodnoty vnútornej konzistencie pre jeden faktor (pozri napr. Clayton et al., 2021; Moreira et al., 2021), preto sme vyhodnocovali Škálu environmentálnej identity ako jednodimenzionálny konštrukt.

Na hodnotenie individuálnych rozdielov v črtách osobnosti sme použili 60-položkový osobnostný dotazník NEO päťfaktorový osobnostný inventár (NEO Five-Factor Inventory - NEO-FFI; Costa & McCrae, 1992), v slovenskom preklade Ruisela a Halamu (2007), ktorý umožňuje meranie piatich základných faktorov osobnosti s 12 položkami pre každý faktor: neuroticizmus, extravertzia, otvorenosť voči skúsenostiam, prívetivosť a svedomitosť. Pri každej položke participant vyjadruje súhlas na 5-bodovej Likertovej škále. Reverzné položky boli prepólované.

Spojenie s prírodou sme merali prostredníctvom Škály spojenia s prírodou (Connectedness with Nature Scale – CNS; Mayer & Frantz, 2004), ktorá hodnotí pocit spolupatričnosti s prírodným svetom. Ide o 14-položkovú škálu s 5-bodovou odpoveďovou stupnicou Likertovho typu. Opačne formulované položky boli prekódované. Škála je jednodimenzionálna.

Administrácia metodík bola realizovaná prostredníctvom Google formulárov v online prostredí, následne boli údaje preklopené do štatistického softvéru.

Výskumný súbor

Výskumný súbor bol zložený z 247 respondentov (61,5% žien) vo veku od 18 do 68 rokov ($M_{vek}=38,99$, $SD_{vek}=11,86$), ktorých výber zodpovedal podmienkam príležitostného výberu (ich kontaktovanie a dobrovoľná účasť na základe členstva v skupine na sociálnych sieťach). 52,6% ($N=130$) respondentov bolo ženatých/vydatých, 20,6% ($N=51$) bolo slobodných, 22,3% ($N=55$) rozvedených, 4,5% ($N=11$) bolo ovdovených.

VÝSLEDKY

V prvom kroku spracovania výsledkov prostredníctvom štatistického programu SPSSStatistics 26 sme analyzovali deskriptívne ukazovatele pre všetky použité škály (tab. č. 1). Následne sme

pre potreby ďalších analýz prepólovali hodnoty pri Škále spojenia s prírodou tak, aby vyššia hodnota CNS zodpovedala subjektívne viac prežívanému vzťahu spolupatričnosti s prírodou.

Tabuľka 1. Deskriptívne štatistické charakteristiky a koeficient vnútornej konzistencie pre škály dotazníka NEO-FFI a škály EIS a CNS

Metodika	Deskriptívna štatistika a reliabilita						
	MIN	MAX	M	SD	S	K	Cronbach α
NEO-FFI							
neuroticizmus	4,00	43,00	23,77	8,93	-0,066	-0,575	0,840
extraverzia	9,00	43,00	27,30	7,73	-0,054	-0,670	0,802
otvorenosť voči skúsenosti	10,00	42,00	27,51	7,46	-0,004	-0,523	0,711
prívetivosť	18,00	44,00	32,08	5,97	-0,298	-0,055	0,709
svedomitosť	19,00	48,00	34,64	6,97	-0,290	-0,537	0,811
EIS	33,00	98,00	78,06	14,16	-0,821	-0,023	0,912
CNS	18,00	64,00	36,53	9,25	-0,248	-0,292	0,811

Poznámka. N=247. EIS – Škála environmentálnej identity, CNS – Škála spojenia s prírodou; S – šikmosť, K – špicatosť.

V nasledujúcom kroku štatistickej analýzy sme sledovali (Pearsonove) korelačné koeficienty relevantných premenných s cieľom zachytiť vzťahy medzi nimi. Výsledky sú uvedené v tabuľke č.2.

Tabuľka 2. Korelačné koeficienty (Pearson) environmentálnej identity, osobnostných črt, spojenia s prírodou a demografických ukazovateľov (rod a vek)

	EIS	CNS	rod	vek
NEO-FFI				
neuroticizmus	-,199**	-,129*	,256**	-,244**
extraverzia	,135*	-,019	-,123*	-,115*
otvorenosť voči skúsenosti	,180**	,341**	,130*	-,361**
prívetivosť	,192**	,087	,124*	,132*
svedomitosť	,274**	,097	,159**	,240**
CNS	,455**	-		
rod	,101	,043		
vek	,207**	,062		

Poznámka: N=247. EIS – Škála environmentálnej identity, CNS – Škála spojenia s prírodou; * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$.

Z nami sledovaných súvislostí medzi environmentálnou identitou (EI) a ostatnými premennými, sa najsilnejší pozitívny vzťah očakávane preukázal medzi EI a spojením s prírodou ($r=0,455$). V súvislosti so sociodemografickými ukazovateľmi sa ako významný preukázal len stredne pozitívny vzťah medzi EI a vekom. Z osobnostných črt podľa Big Five EI stredne silne negatívne ($r=-0,199$) súvisela s neuroticizmom. Stredne silná pozitívna korelácia sa preukázala medzi EI a svedomitosťou ($r=0,274$), prívetivosťou ($r=0,192$) a otvorenosťou voči skúsenosti ($r=0,180$). Medzi EI a extraverziou existuje v našom výskumnom súbore pozitívna, ale slabá súvislosť.

Po overení predpokladov (veľkosť výskumného súboru, počet prediktorov, lineárny vzťah medzi premennými, normalita) sme v poslednom kroku analýzy dát vypracovali prediktívne modely na základe hierarchickej regresnej analýzy, výsledky uvádzame v tabuľke č. 3.

Tabuľka 3. Výsledky regresnej analýzy prediktorov environmentálnej identity [metóda: ENTER]

	B	SE	t	β	95% CI
Krok 1					
Sociodemografické ukazovatele: $F(3, 239)=6,119, p < 0,01, R^2=0,060$					
rod	0,19	0,13	1,44	0,09	[-0,069] [0,448]
vek	0,18	0,01	3,38	0,22**	[0,008] [0,029]
Krok 2					
Osobnostné črty: $F(7, 235)=8,850, p < 0,01, R^2=0,209, R^2\text{change}=0,153**$					
neuroticizmus	-0,14	0,10	-1,36	-0,10	[-0,342] [0,062]
extraverzia	-0,04	0,11	-0,38	-0,03	[-0,263] [0,178]
otvorenosť	0,51	0,11	4,77	0,31**	[0,296] [0,713]
prívetivosť	0,31	0,13	2,46	0,15*	[0,061] [0,554]
svedomitosť	0,35	0,12	2,90	0,20*	[0,111] [0,582]
Krok 3					
Spojenie s prírodou: $F(8, 234)= 14,027, p < 0,01, R^2=0,324, R^2\text{change}=0,119**$					
spojenie s prírodou	0,60	0,09	6,45	0,39**	[0,414] [0,778]

Poznámka. $N=247$. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

V prvom kroku regresnej analýzy sme zisťovali prediktívny charakter sociodemografických ukazovateľov rod a vek vzhľadom na závislú premennú environmentálna identita. V druhom kroku sme do regresného modelu vložili osobnostné črty Big Five a v treťom kroku sme do rovnice pridali premennú spojenie s prírodou.

Výsledky prvého kroku (uvedené v tabuľke č. 3) preukazujú, že sociodemografické ukazovatele vysvetlili 5,5% variancie v environmentálnej identite respondentov, pričom významným bol iba vek. Vek ovplyvňuje EI stredne silne pozitívnym smerom. V druhom kroku boli pridané osobnostné črty, čím sa prediktabilita modelu významne zvýšila o 15,3%. Prediktormi EI boli otvorenosť (regresný koeficient 0,31), svedomitosť (regresný koeficient 0,2) a prívetivosť (regresný koeficient 0,15). Po pridaní Spojenia s prírodou v treťom kroku regresnej analýzy sa zvýšila miera prediktability EI o 11,9%, čo je významný rozdiel, spojenie s prírodou vysvetlilo 32,4% variancie.

DISKUSIA

Cieľom príspevku bolo analyzovať prediktory environmentálnej identity, konkrétne osobnostné črty a spojenie s prírodou.

Najsilnejšia súvislosť sa podľa predpokladov potvrdila medzi environmentálnou identitou a spojením s prírodou, nakoľko aj konštrukt EI zahŕňa emocionálne prepojenie medzi človekom a jeho širším okolím, o ktorom sa prevažne uvažuje v prírodnom kontexte. Naše výsledky sú v súlade so zistením viacerých autorov (Andic & Hadel, 2021; Atik et al., 2023; Clayton & Kilinç, 2013; Gkargkavouzi et al., 2018; Olivos et al., 2011), ktorí uvádzajú, že spojenie s prírodou súvisí s určením toho, ako sa ľudia identifikujú s prírodným prostredím, týka sa tiež

názorov, hodnotových systémov a postojov. O preukázanom vzťahu je možné uvažovať aj v opačnom smere, t.z. že ľudia ktorí majú nižšiu mieru environmentálnej identity v nižšej miere prežívajú spojenie s prírodou. Na základe našich výsledkov môžeme konštatovať, že spojenie s prírodou predikuje mieru environmentálnej identity, vyššia miera prežívanej spolupatričnosti s prírodou má vplyv na tú časť self-konceptu, ktorá zahŕňa do sebaidentifikácie aj vzťah závislosti od vonkajšieho prostredia.

V snahe analyzovať osobnostné rozdiely v predikovaní environmentálnej identity sme preukázali pozitívnu súvislosť medzi EI a svedomitosťou, prívetivosťou, otvorenosťou voči skúsenosti a extravertiou. Negatívnym korelátom EI bol neuroticizmus, čo zatiaľ nebolo vo výskumných štúdiách preukázané. Neurotickejší ľudia častejšie prejavujú známky úzkosti, hnevu a neistoty, čo môže viesť k ich neochote investovať do širšieho okruhu vzťahov, a teda aj vzťahov so širším okolím, ťažšieho rozšírenia self-konceptu.

V predošlých štúdiách neboli priamo skúmané osobnostné črty ako prediktory EI, ale čiastkové potvrdenie existujúceho vzťahu je možné odvodiť aj na základe iných environmentálnych konštruktov (napr. záujem o prírodu (Nisbet et al., 2009), environmentálne hodnoty (Olivos et al., 2011)), ktorých priama súvislosť s environmentálnou identitou bola viacnásobne deklarovaná. Najsilnejším prediktorom EI bola otvorenosť voči skúsenosti, ktorá silne koreluje s priepustnými mentálnymi hranicami (McCrae & Costa, 1992). Otvorenejší respondenti menej vnímajú hranice medzi sebou a ostatnými živými bytosťami a prírodou, ľahšie tak implementujú okolité prostredie do self-konceptu. Signifikantným prediktorom EI je aj svedomitosť, ktorá sa zvyčajne spája s opatrnosťou a zodpovednosťou. Predpokladáme, že zodpovednejší jednotlivci vnímajú aj zodpovednosť za širšie okolie, najmä smerom k jeho ochrane a pro-environmentálnemu správaniu. Prediktívny potenciál prívetivosti vzhľadom k EI je možné vysvetliť tým, že prívetiví jednotlivci sú okrem poddajnosti charakterizovaní aj ochotou spolupracovať a záleží im aj na blahu ostatných, čo v širšej súvislosti možno chápať v súvislosti s prostredím, v ktorom žijú.

Zo sociodemografických ukazovateľov sa v našej štúdií ako signifikantne prediktívny preukázal iba vek. Viacerí autori (Clayton et al., 2019; Mayer & Frantz, 2004; Nisbet et al., 2009; Schultz & Tabanico, 2007) preukázali časovú stabilitu EI, predĺžovaním kontaktu medzi človekom a jeho okolím (prírodou) sa toto spojenie posilňuje a takáto stálosť môže pretrvávajúť počas celého života.

EI významne súvisí s proenvironmentálnym správaním (Brügger et al., 2011; Olivos & Aragonés, 2011), vyššia miera environmentálnej identity môže vyvolávať vyšší pocit spolupatričnosti s prírodou, čo následne môže viesť podpore vzťahu medzi človekom a prírodou (Clayton & Opatow, 2003). EI môže byť sila, ktorá podmieňuje osobné, sociálne a politické správanie. Takýto vzťah má potenciál ovplyvňovať správanie, ktoré je relevantné pre udržiavanie tohto vzťahu, napríklad rôzne formy dobrovoľníctva v pro-environmentálnych kampaniach alebo v organizáciách na ochranu prírody, ktoré sú dôležitým nástrojom v spomaľovaní klimatických zmien a zvyšujú kvalitu života. Individuálne behaviorálne rozhodnutia sú dôležité v podpore environmentálnej udržateľnosti (Nielsen et al., 2021). Environmentálne otázky (issues) sú teda pre ľudí s vysokou EI pravdepodobne menej psychologicky vzdialené a priťahujú ich väčšiu pozornosť. Ľudia s vysokou úrovňou EID majú tendenciu pripisovať prírode a zvieratám väčšie morálne postavenie, podporovať biosférické hodnoty a mať egalitárny, nehierarchický svetonázor, ktorý uznáva ich vzájomnú závislosť od prírody, a nie nadvládu nad ňou (Clayton, 2003; Clayton, 2012).

Výsledky výskumnej štúdie poskytli hlbší vhl'ad do EI a jej vzťahu s osobnostnými črtami a spojením s prírodou, ktorý tvorí stabilnejší základ pre ďalšie vedecké uvažovanie vo výskume

„Techniky „walk and talk“ v psychologickom poradenstve a psychoterapii“, kde je EI jednou zo sledovaných premenných. Za limitujúci považujeme spôsob zberu dát, kedy cez online platformu sa nám pravdepodobne podarilo zachytiť len špecifický segment populácie.

Implikáciou pre teóriu je príspevok výskumnej štúdie k hlbšiemu teoretickému pochopeniu environmentálnej identity, ako aj posilneniu teoretických východísk pri skúmaní vplyvu rôznych osobnostných črt na environmentálne správanie a postoje. Tým je možné lepšie pochopiť mechanizmy, ktoré motivujú jednotlivcov k environmentálne zodpovednému konaniu a poznatky využiť aj pri navrhovaní efektívnych stratégií pre podporu udržateľného správania.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Andić, D. & Hadel, J. (2021). *Adults' connectedness to nature and environmental identity in the republic of Croatia – adaptations and validation of two scales*. EDULEARN21 Proceedings, 10198-10208. <https://doi.org/10.21125/edulearn.2021.2105>
- Atik, A. D., Sari, H. I. & Dogan, Y. (2023). The effects of closeness to nature, connectedness to nature and eco-friendly behaviours on environmental identity: a study of public university students in South-eastern Turkey. *Australian Journal of Environmental Education*, 39(1). 80-94. <https://doi.org/10.1017/ae.2022.20>
- Blatt, E. (2014). Uncovering Students' Environmental Identity: An Exploration of Activities in an Environmental Science Course. *Journal of Environmental Education*, 45(3), 194–216. <https://doi.org/10.1080/00958964.2014.911139>
- Clayton, S., Czellar, S., Nartova-Bochaver, S., Skibins, J. C., Salazar, G., Tseng, Y. C., ... & Monge-Rodriguez, F. S. (2021). Cross-cultural validation of a revised environmental identity scale. *Sustainability*, 13(4), 2387. <https://doi.org/10.3390/su13042387>
- Clayton, S., Irkhin, B. D., & Nartova-Bochaver, S. K. (2019). Environmental identity in Russia: Validation and relationship to the concern for people and plants. *Psychology, Journal of the Higher School of Economics*, 16(1), 85–107. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2019-1-85-107>
- Clayton, S., & Opatow, S. (2003). *Introduction: Identity and the Natural Environment*. In S. Clayton & S. Opatow (Eds.), *Identity and the natural environment: The psychological significance of nature*, 1–24. MIT Press.
- Clayton, S., & Kiliç, A. (2013). Proenvironmental concern and behavior in Turkey: The role of national and environmental identity. *Psychology*, 4(3), 311–330. <https://doi.org/10.1174/217119713807749850>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13(6), 653-665. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90236-I](https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90236-I)
- Fielding, K. S., McDonald, R., & Louis, W. R. (2008). Theory of planned behaviour, identity and intentions to engage in environmental activism. *Journal of Environmental Psychology* 28(4), 318–326. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2008.03.003>
- Gkargkavouzi, A., Paraskevopoulos, A., & Matsiori, S. (2018). Connectedness to nature and environmental identity scales reveal environmental awareness in Greek teachers. *Natural Sciences Education*, 47(1), 1–10. <https://doi.org/10.4195/nse2017.05.0011>

- Goldberg, L. R. (1990). An alternative “description of personality”: The big five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216-1229. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.59.6.1216>
- Hirsh, J. B. (2010). Personality and environmental concern. *Journal of Environmental Psychology*, 30(2), 245-248. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2010.01.004>
- Kempton, W., & D. Holland. (2003). *Identity and Sustained Environmental Practice*. In S. Clayton & S. Opatow. Identity and the Natural Environment, 317–341. Cambridge, MA: MIT Press. <https://doi.org/10.7551/mitpress/3644.003.0019>
- Mannetti, L., Pierro, A., & Livi, S. (2004). Recycling: Planned and self-expressive behaviour. *Journal of Environmental Psychology*, 24(2), 227–236. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2004.01.002>
- Markowitz, E., Goldberg, L. R., Ashton, M. C., & Lee, K. (2011). Profiling the “Pro-Environmental Individual”: A Personality Perspective. *Journal of Personality*, 80(1), 81-111. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00721.x>
- Mayer, F. S., & Frantz, C. MP. (2004). The connectedness to nature scale: A measure of individuals’ feeling in community with nature. *Journal of Environmental Psychology*, 24(4), 503–515. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2004.10.001>
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- Moreira, P., Loureiro, A., Inman, R. & Olivos-Jara, P. (2021). Assessing the unidimensionality of Clayton’s environmental identity scale using confirmatory factor analysis (cfa) and bifactor exploratory structural equation modeling (bifactor-esem). *Collabra: Psychology* 7(1), 28103. <https://doi.org/10.1525/collabra.28103>
- Nielsen, K.S., Clayton, S., Stern, P.C., Dietz, T., Capstick, S., & Whitmarsh, L. (2021). How psychology can help limit climate change. *American Psychologist*, 76(1), 130–144. <https://doi.org/10.1037/amp0000624>
- Nisbet, E. K. L., Zelenski, J. M., & Murphy, S. A. (2009). The nature relatedness scale: Linking individuals’ connection with nature to environmental concern and behaviour. *Environment and Behavior*, 41(5), 715-740. <https://doi.org/10.1177/0013916508318748>
- Olivos, P., Aragonés, J.I., & Amerigo, M. (2011). The connectedness to nature scale and its relationship with environmental beliefs and identity. *International Journal of Hispanic Psychology Journals*, 4(1), 5–19.
- Ruisel, I. & Halama, P. (2007). *Neo-ffi. NEO päťfaktorový osobnostný inventár*. Testcentrum – Hogrefe.
- Schultz, P. W., & Tabanico, J. (2007). Self, identity, and the natural environment. *Journal of Applied Social Psychology*, 37(6), 1219–1247. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2007.00210.x>
- Sparks, P., & Shepherd, R. (1992). Self-identity and the theory of planned behaviour: Assessing the role of identification with “green consumerism.” *Social Psychology Quarterly*, 55(4), 388–399. <https://doi.org/10.2307/2786955>

MOŽNOSTI ROZVÍJANIA PREGRAMOTNOSTNÝCH SCHOPNOSTÍ U DETÍ PREDŠKOLSKÉHO VEKU S RÓMSKYM MATERINSKÝM JAZYKOM

POSSIBILITIES OF DEVELOPING PRELITERACY SKILLS IN PRESCHOOL AGE CHILDREN WITH A ROMANI MOTHER TONGUE

Marína Mikulajová & Jana Janec Tomašíková

Paneurópska vysoká škola, Fakulta psychológie

ABSTRAKT

Pregramotnostné schopnosti detí s rómskym materinským jazykom predurčujú, ako sú jazykovo a kognitívne pripravené na osvojovanie čítania a písania po nástupe do školy. Tieto schopnosti je možné cieľavedome rozvíjať, avšak mali by sme využívať metódy, založené na dôkazoch. Cieľom výskumu bolo overiť efektivitu intervencie prostredníctvom Tréningu fonematického uvedomovania podľa El'konina (Mikulajová et al., 2014) v skupine detí predškolského veku z rómskeho etnika v regióne Spiš. Učiteľky boli vyškolené v intervenčnom programe a fidelita intervencie bola monitorovaná prostredníctvom videonahrávok a online stretnutí s výskumníčkami. Výskumný súbor tvorilo 28 detí. Výskum mal longitudinálny dizajn bez kontrolnej skupiny s dvomi testovaniami. Intervencia prebiehala v malých skupinách počas 8 mesiacov. V pre- aj post-teste sme použili skriningový test Mini-MABEL (experim. verzia) a Test opakovania slov a pseudoslov (Mikulajová et al., 2018). Výsledky ukázali významný efekt intervencie v šiestich zo siedmich indikátoroch pregramotnosti. Výskum naznačuje možnosť efektívnej intervencie v predškolskom veku.

Kľúčové slová

prediktory ranej gramotnosti; rómsko-slovenský bilingvizmus; jazykové schopnosti; El'koninova metóda; intervencia

ABSTRACT

The preliteracy skills of children with Roma mother tongue determine how they are prepared for learning to read at school. These skills can be developed, but we should use evidence-based methods. The goal of the research was to verify the effectiveness of the intervention through Phonological Awareness Training according to Elkonin (Mikulajová et al., 2014) in a group of preschool children from the Roma ethnicity in the Spiš region. The teachers were trained in the intervention program and the fidelity was monitored by video recordings and online meetings with the researchers. The research sample consisted of 28 children. We used a longitudinal design without a control group with pre- and post tests. The intervention took place in small groups for 8 months. In both the pre-test and the post-test, we used the Mini-MABEL screening

test (experimental version) and the Word and Pseudoword Repetition Test (Mikulajová et al., 2018). The results showed a significant effect of the intervention in six of the seven indicators of preliteracy. Our pilot study indicates a possibility of effective preliteracy intervention.

Keywords

predictors of early literacy; Roma-Slovak bilingualism; language skills; Elkonin's method; intervention

Grantová podpora

Výskum bol riešený ako Projekt KEGA 001PEVŠ-4/2022 bez udelenia finančných prostriedkov súkromnej vysokej školy. Autorky ďakujú Paneurópskej vysokej škole za udelenie finančných prostriedkov na realizáciu tohto výskumu.

ÚVOD

K deťom z rómskeho etnika na Slovensku, ktoré doma komunikujú (prevažne) v rómskom jazyku, je treba pristupovať ako k deťom s odlišným materinským jazykom. Navyše pre podstatnú časť týchto detí platí, že vyrastajú v sociálne znevýhodnenom prostredí. Mnohé z nich neovládajú vyučovací jazyk, ale aj úroveň ovládania materinského jazyka je nedostačujúca. Na ranej jazykovej gramotnosti sa jednoznačne podieľa sociálne prostredie a celková jazyková podnetnosť tohto prostredia. Preto považujeme za kľúčové, aby vývinové stimuly v oblasti reči, komunikácie a pregramotnosti prichádzali z prostredia materských škôl. Povinné predprimárne vzdelávanie vytvára rámec, ktorý treba naplno využiť. Štátny vzdelávací program pre predprimárne vzdelávanie (2022) v časti Jazyk a komunikácia ako jeden z hlavných cieľov stanovuje rozvoj pregramotnostných schopností. „Najvýraznejším rozdielom oproti všetkým doterajším predškolským vzdelávacím programom je posilnenie významu písanej reči... s osobitným zreteľom na jej jazykové a kognitívne stimuly“ (Zápotočná, Petrová, 2017, s. 24). Zatiaľčo čítanie a písanie sa deti učia ťažiskovo v prvom ročníku základnej školy, ich vývinové predpoklady možno budovať už u predškolákov. Tento fakt reflektuje aj vyššie zmienený štátny vzdelávací program.

Podľa tzv. Jednoduchého modelu čítania (angl. The simple view of reading) (Gough & Tunmer, 1986; Hoover, 2023) čítanie tvoria dve základné schopnosti, a to dekodovanie (schopnosť prečítať reťazec písmen ako slovo) a porozumenie (pochopiť význam prečítaného slova). Ak jedna z nich alebo obe nie sú dostatočne funkčné, nenastane čítanie s porozumením. Každá z týchto schopností má svoje vývinové prediktory: prediktormi dekodovania sú fonemické uvedomovanie a poznanie písmen, prediktorom porozumenia čítaného je porozumenie hovorenej reči. Platnosť modelu sa potvrdila v mnohých jazykoch vrátane výskumu Caravolas et al. (2012), v ktorom boli zahrnuté aj slovensky hovoriace deti. Išlo o komparatívny longitudinálny výskum procesov utvárania ranej gramotnosti od materskej školy po koniec druhého ročníka ZŠ v štyroch jazykoch: angličtine, španielčine, češtine a slovenčine. Fonemické uvedomovanie predikovalo čítanie aj písanie slov vo všetkých skúmaných jazykoch.

Deťom hovoriacich iným jazykom na Slovensku pribúda. K možnostiam kompenzačnej podpory v predškolskom vzdelávaní vypracoval Štátny pedagogický ústav (2021) metodický dokument,

v ktorom tiež odporúča rozvíjať fonematické uvedomovanie v jazyku školy. V prípade detí s rómskym materinským jazykom je však situácia špecifickejšia, ako napr. u ukrajinských detí.

Kjeldsen et al. (2014) uverejnili výsledky 10-ročného longitudinálneho výskumu zo Švédska, v ktorom sledovali dlhodobý vplyv tréningu fonematického uvedomovania v predškolskom veku. Potvrdil sa vplyv tréningu na dekodovanie (v treťom ročníku) a na porozumenie čítaného (v 9. ročníku). Engel de Abreu et al. (2020) zisťovali efektivitu intervenčného programu pre inojazyčné deti predškolského veku. Jazykový program, zameraný na fonematické uvedomovanie a poznanie písmen trval 12 týždňov a deti sa učili v malých skupinkách štyrikrát týždenne cca 30 minút. Výsledky ukázali signifikantné zlepšenie ($d \geq 0,25$) trénovanej skupiny v porovnaní s kontrolnou v čítaní a písaní v prvom ročníku základnej školy. Autori štúdie na záver konštatujú, že podľa Promising Practices Network (2014) a What Works Clearinghouse (U.S. Department of Education, 2017) zlepšenie následkom intervencie s vecnou významnosťou $d \geq 0,25$ možno považovať za „významne dôležité“ a pedagogicky zmysluplné. a z hľadiska praxe užitočné.

Melby-Lervåg a Lervåg (2011) uskutočnili metaanalýzu 47 výskumov, ktoré sa týkali medzijazykového transferu jazykových schopností, dekodovania, fonologického uvedomovania a čítania s porozumením u bilingválnych detí. Zistili, že pre fonematické uvedomovanie a dekodovanie na rozdiel od ostatných skúmaných schopností platí, že ich nadobúdanie v jednom jazyku stredne až vysoko koreluje s ich rozvojom v druhom jazyku.

Tréning fonematického uvedomovania podľa D. B. El'konina (Mikulajová et al., 2014) je metóda, zameraná na rozvoj pregramotnostných schopností v slovenskom jazyku. Cieľom pregrafémovej časti, ktorá obsahuje 33 lekcií, je naučiť deti chápať hláskovú štruktúru slov. Metodika je založená na názornom modelovaní slov pomocou schém, žetónov, postavičiek, reprezentujúcich jazykové javy (Majster Slabika, Majster Dĺžeň, Hlásulienky a i.), čím rozvíja aj kognitívne schopnosti detí. Deti pracujú v malých skupinkách, čo má vplyv na rozvoj jazykových schopností. Efektivitu intervencie sme potvrdili u detí predškolského veku s typickým vývinom z bežnej populácie aj u detí s vývinovou jazykovou poruchou (Tokárová & Mikulajová, 2018).

Cieľom výskumu bolo zistiť efektivitu tejto intervencie v skupine detí s rómskym materinským jazykom. Intervencia aj metódy, použité na meranie jej efektivity, boli v slovenskom jazyku (s výnimkou opakovania pseudoslov).

METÓDY

Výberový súbor a intervencia

Výskumný súbor tvorilo 28 bilingválnych detí (13 chlapcov a 15 dievčat) s rómskym materinským jazykom vo veku 59-80 mesiacov v čase pretestu, ktoré navštevovali predškolský ročník bežnej materskej školy v regióne Spiša. Tréning fonematického uvedomovania prebiehal v mesiacoch november 2022 až máj 2023. Učiteľky boli zaškolené v intervencii na dvojdnovom vzdelávaní, fidelitu sme sledovali pomocou videonahrávok a online konzultácií s výskumníčkami.

Metódy zberu a analýzy dát v T1, T2

Pred zahájením (T1) a bezprostredne po ukončení tréningu (T2) sme vyšetrili jazykové a pregramotnostné schopnosti detí pomocou týchto metód: Test opakovania slov a pseudoslov (Mikulajová et al., 2017) a Skríning Mini MABEL (Caravolas et al., experiment. verzia).

Test opakovania slov a pseudoslov meria fonologickú pamäť a pozostáva zo 16 slov a z nich utvorených 16 pseudoslov. Reliabilita testu v tomto výskume je dobrá, Cronbachova alfa pre slová = 0,818 a pseudoslová 0,832.

Mini MABEL je nový skríning pregramotnostných schopností, utvorený autorkami batérie testov MABEL (Caravolas et al., 2019). Pozostáva z piatich subtestov: izolácia hlások, poznanie písmen, písanie písmen, rýchle automatické menovanie objektov (RAN) a čítanie slov. Reliabilita subtestov v tomto výskume je v rozpätí 0,775-0,841.

Metódy analýzy dát zodpovedajú rozloženiu dát v jednotlivých premenných; ukazovateľom štatistickej významnosti rozdielov medzi meraniami T1, T2 je párový t-test, resp. párový Wilcoxonov test, vecnú významnosť rozdielov vyjadruje koeficient Cohenovo d.

VÝSLEDKY

Opisnú štatistiku Testu opakovania slov a pseudoslov v oboch meraniach T1 a T2 uvádzame v tabuľke 1 a skríningu Mini MABEL v tabuľkách 2 a 3.

Ako vidno z dát, slová sú prirodzene ľahšie podnety na opakovanie; v pseudoslovách dosahovali deti nižšie a heterogénnejšie výkony v oboch meraniach. Kým v T1 sa vyskytovali aj nulové hodnoty, v T2 ich už nevidíme a obe maximálne skóre vzrástli na teoretické maximum 16 bodov.

Tabuľka 1. Test opakovania slov a pseudoslov - opisná štatistika v T1 a T2

	Slová T1	Pseudoslová T1	Slová T2	Pseudoslová T2
Priemer	11,79	8,14	13,32	10,46
Medián	12,00	9,00	14,00	11,00
SD	3,46	3,12	2,68	3,61
Minimum	,00	,00	6,00	1,00
Maximum	16,00	12,00	16,00	16,00

Poznámka. Teoretické min./max. bodov pre Slová aj Pseudoslová je 0-16.

V Mini MABEL v T1 (tabuľka 2) všetky deti nedokázali prečítať ani jedno slovo, v T2 (tabuľka 3) to už neplatí. V ostatných štyroch subtestoch sú heterogénne výkony v oboch meraniach T1, T2, avšak s normálnou distribúciou. V poznaní písmen a písaní písmen v T2 niektoré deti dosiahli maximálne teoretické skóre.

Tabuľka 2. Mini MABEL - opisná štatistika v T1

	IH T1	PozPís T1	PísPís T1	RAN T1	ČítSlov T1
Priemer	2,25	2,36	3,32	74,73	0,00
Medián	1,00	2,00	1,00	69,50	0,00
SD	2,90	2,18	4,36	24,68	
Minimum	,00	,00	,00	39,50	0,00
Maximum	12,00	9,00	14,00	137,00	0,00

Poznámka. Názvy premenných uvádzame s teoretickým min./max. bodov. IH = Izolácia hlások 0/20, PozPís = Poznanie písmen 0/10, PísPís = Písanie písmen 0/16, RAN = Rýchle automat. menovanie (čas v sek.), ČítSlov = Čítanie slov 0/11.

Tabuľka 3. Mini MABEL - opisná štatistika v T2

	IH T2	PozPís T2	PísPís T2	RAN T2	ČítSlov T2
Priemer	6,93	4,29	5,89	71,66	,86
Medián	6,00	4,00	6,00	67,75	,00
SD	5,12	3,39	5,51	30,68	1,82
Minimum	,00	,00	,00	35,00	,00
Maximum	17,00	10,00	16,00	204,00	7,00

Poznámka. Ako v tabuľke 2.

Tabuľka 4 ilustruje rozdiely medzi dvomi meraniami T1, T2. Vo všetkých sledovaných premenných okrem RAN sú prítomné štatisticky aj vecne významné rozdiely v smere nárastu schopností. Najvýznamnejšie zlepšenie pozorujeme v izolácii hlások ($d = 0,914$) a stredne veľký efekt v opakovaní slov, pseudoslov, poznaní písmen a písaní písmen ($d = 0,494 - 0,688$). V RAN je nárast schopnosti zanedbateľný. Výkony v rýchlosti pomenovania sa v čase významne nezmenili.

Tabuľka 4. Rozdiely v opakovaní slov, pseudoslov a subtestoch Mini MABEL v T1-T2

	Slová	PseudoS	IH	PozPís	PísPís	RAN	ČítSlov
Štat.	-4,288	-3,760	-5,662	-4,303	-5,834	0,575	-2,555
signif.	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	0,570	0,011
d	0,494	0,688	0,914	0,677	0,517	0,110	

Poznámky: PseudoS = pseudoslová. Metódy analýzy dát zodpovedajú rozloženiu dát v jednotlivých premenných; ukazovateľom štatistickej významnosti rozdielov medzi meraniami T1, T2 je párový t-test, resp. párový Wilcoxonov test, vecnú významnosť rozdielov vyjadruje koeficient Cohenovo d (nedá sa vypočítať pre ČítSlov, nakoľko v T1 hodnota SD=0).

DISKUSIA

Cieľom výskumu bolo zistiť, či Tréning fonematického uvedomovania podľa El'konina (Mikulajová et al., 2014) vedie k významnému zlepšeniu pregramotnostných schopností v predškolskom veku u detí s rómskym materinským jazykom v regióne Spiša. Naše výsledky ukázali, že štatisticky aj vecne významné zlepšenie nastalo vo všetkých indikátoroch okrem jedného, ktoré sme použili v pre- a postteste. V prípade rýchleho automatického menovania (RAN) nie je jednoznačné, nakoľko je táto schopnosť stimulabilná. A to ani nebolo cieľom intervencie, ktorá bola zameraná na fonologické schopnosti v zmysle Jednoduchého modelu čítania. V tomto smere zlepšenie v izolácii hlások a ďalších pregramotnostných schopnostiach, zisťovaných skríningom Mini-MABEL považujeme za sľubný výsledok.

Je to v súlade s konštatovaním, ktoré uvádzajú Engel de Abreu et al. (2020), že zlepšenie následkom intervencie s vecnou významnosťou $d \geq 0,25$ možno považovať za významne dôležité a pre prax užitočné.

Limitom našej štúdie bola skutočnosť, že sa nám nepodarilo dodržať pôvodný dizajn výskumu, ktorý počítal s kontrolnou skupinou detí. Stalo sa tak z dôvodu organizačných zmien v materskej škole, kde výskum prebiehal. Musíme spomenúť aj problémy s dochádzkou detí do materskej školy. Avšak podobné výsledky sme zistili pri meraní efektivity El'koninovej intervencie u detí predškolského veku s typickým vývinom z bežnej populácie, aj u detí s vývinovou jazykovou poruchou (Tokárová & Mikulajová, 2018). Tento výskum mal aj dve kontrolné skupiny (deti s typickým vývinom bez špecifickej intervencie a deti s jazykovou poruchou so zvyčajnou logopedickou intervenciou). U oboch skupín detí, ktoré absolvovali El'koninovu intervenciu, sa preukázal jej významný vplyv na úroveň čitateľských schopností a písania o rok neskôr na konci prvého ročníka.

Keďže na Slovensku ani v okolitých krajinách sme nenašli výskum podobného zamerania, s ktorým by sme porovnali naše výsledky, môžeme len konštatovať, že vo výskume pregramotnosti bilingválnych detí z rómskeho etnika a v hľadaní možností jej rozvíjania treba výskumne pokračovať a dodržiavať vyšší metodologický štandard výskumného plánu. Preto sme sa rozhodli, že od nasledujúceho roka ponúkneme intervenciu prostredníctvom komunitných centier, kam tieto deti často a rady dochádzajú.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Caravolas, M., Lervåg, A., Defior, S., Seidlová Málková, G., & Hulme, C. (2013). Different Patterns, but Equivalent Predictors, of Growth in Reading in Consistent and Inconsistent Orthographies. *Psychological Science*, 24(8), 1398-1407. <https://doi.org/10.1177/0956797612473122>
- Caravolas, M., Mikulajová, M., Defior, S. & Málková, G. (2019). Mini MABEL – Classroom Screener @ Multilanguage Assessment Battery of Early Literacy.
- Caravolas, M., Mikulajová, M., Defior, S., & Seidlová Málková, G. (2019). Multilanguage Assessment Battery of Early Literacy. MABEL. <https://www.eldel-mabel.net/>
- [Engel de Abreu, P. M. J., Fricke, S. & Wealer, C. \(2020\). Effects of an early literacy intervention for linguistically diverse children: a quasi-experimental study. *Frontiers in Psychology*, 1:569854. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.569854>](#)

- Gough, P. B. & Tunmer, W. E. (1986). Decoding, reading, and reading disability. *Remedial and Special Education*, 7(1), 6-10.
- Hoover, W. A. (2023). The simple view of reading and its broad types of reading difficulties. *Reading and Writing: An Interdisciplinary Journal*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11145-023-10471-x>
- Kjeldsen, A. Ch., Kärna, A., Niemi, P., Oloffson, Å. & Witting, K. (2014). Gains from training in phonological awareness in kindergarten predicts reading comprehension in grade 9. *Scientific Studies of Reading*, 18:452-467.
- Melby-Lervåg, M. & Lervåg, Å. (2011). Cross-linguistic transfer of oral language, decoding, phonological awareness and reading comprehension: a meta-analysis of the correlational evidence. *Journal of Research in Reading*, 34(1), 114-135.
- Mikulajová, M. Bónová, I., Ritomský, A., Boleková, V. (2018). Opakovanie slov a pseudoslov ako nástroj hodnotenia jazykového vývinu v predškolskom veku. In: *Sociální procesy a osobnost 2017*. Sborník příspěvků mezinárodní konference 18.-20.9.2017. Akademie věd ČR, 2018, 240-246.
- Mikulajová, M., Tokárová, O. & Sümegiová, Z. (2014). *Tréning fonematického uvedomovania podľa D. B. Elkonina*. Dialóg, spol. s r. o.
- Štátny pedagogický ústav (2021). *Dieťa hovoriace iným jazykom: možnosti kompenzačnej podpory v predškolskom vzdelávaní*. Dostupné z: <https://www.statpedu.sk/files/sk/metodicky-portal/metodicke-podnety/predprimar/dieta-hovoriace-inym-jazykom-moznosti-kompenzacnej-podpory-predskolskom-vzdelavani.pdf>
- Štátny vzdelávací program pre predprimárne vzdelávanie v materských školách. Konsolidované znenie. (2022). Dostupné z: <https://www.minedu.sk/data/att/96d/24534.b6f65c.pdf>
- Tokárová, O. & Mikulajová, M. (2018). *Vplyv tréningu fonematického uvedomovania v predškolskom veku na osvojovanie čítania a písania*. In: M. Mikulajová (Ed.). *Utváranie ranej gramotnosti v norme a patológii*. Institut vzdelávania Sokrates, 137-190.
- Zápotočná, O. & Petrová, Z. (2017). *Indikátory ranej jazykovej gramotnosti u detí zo sociálne znevýhodňujúceho prostredia*. In: O. Zápotočná & Z. Petrova (eds.). *Raná sociálna gramotnosť u detí zo sociálno-ekonomicky znevýhodňujúceho prostredia*. Typi Universitatis Tyrnaviensis, s. 24.

ROZDIELY V SCHOPNOSTI MENTALIZÁCIE U PACIENTOV SO SCHIZOFRÉNIOU A BIPOLÁRNOU AFEKTÍVNOU PORUCHOU

DIFFERENCES IN MENTALIZING ABILITY BETWEEN PATIENTS WITH SCHIZOPHRENIA AND BIPOLAR AFFECTIVE DISORDER

Ivana Mirdalíková

Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave, Filozofická fakulta, Katedra psychológie

Nemocnica sv. Lukáša v Galante, Psychiatrické oddelenie

E-mail: ivana.mirdalikova@ucm.sk

ABSTRAKT

Ľudskí jedinci sa líšia v miere, v akej sú schopní teóriu mysle uplatňovať. Výsledky doterajších výskumov poukazujú na to, že práve schopnosť mentalizácie je narušená tak ako u pacientov so schizofréniou (Mazza et al., 2001; Kohler et al., 2010; Csukly et al., 2013), tak aj u pacientov s bipolárnou afektívnou poruchou (Kerr et al., 2003; Bora et al. 2005), čo bolo hlavným cieľom výskumu a ich porovnanie so zdravou populáciou. Výskumný súbor tvorili 3 skupiny: pacienti zo sch. spektra, pacienti s bipolárnou afektívnou poruchou (N=30) pre každú skupinu. Zdravú populáciu, kontrolnú skupinu, tvorilo 34 respondentov. Na meranie schopnosti rozpoznávať mentálne stavy sme zvolili Faux Pas test. Klinická populácia mala v porovnaní so zdravou populáciou výraznejšie problémy s používaním teórie mysle (U=469; p<.01; d=1,00) a táto schopnosť bola menej adekvátne u pacientov so schizofréniou.

Kľúčové slová

mentalizácia; schizofrénia; bipolárne afektívna porucha

ABSTRACT

Human individuals differ in the extent to which they are able to apply theory of mind. The results of previous research suggest that it is the ability to mentalize that is impaired in both schizophrenia patients (Mazza et al., 2001; Kohler et al., 2010; Csukly et al., 2013) and patients with bipolar affective disorder (Kerr et al., 2003; Bora et al. 2005), which has been the main focus of the research, and comparing them to a healthy population. The research population consisted of 3 groups: sch. spectrum patients, patients with bipolar affective disorder (N=30) for each group. The healthy population, the control group, consisted of 34 respondents. We chose the Faux Pas test to measure the ability to recognize mental states. The clinical population had significantly more difficulty using theory of mind (U=469; p<.01; d=1.00) compared to the healthy population, and this ability was less adequate in patients with schizophrenia.

Keywords

mentalisation; schizophrenia; bipolar affective disorder

Grantová podpora

Výskum bol podporený grantom PO plán obnovy FPPV-64-2024.

ÚVOD

Jedinec si v priebehu života vytvára predstavy o fungovaní ľudskej psychiky. Na základe svojich predstáv je schopný porozumieť tomu, čo sa asi deje v mysli druhých ľudí. Táto schopnosť sa používa pri odhade skrytých úmyslov, ktoré nie su v reči priamo vyjadrené. Taktiež je používaná pri posudzovaní falošných presvedčení a predpovedí následkov správania. Klamanie, spriadanie príbehov, podvádzanie, predstavovanie či zdieľanie humoru a používanie neverbálnych gest môže byť dosiahnuté iba ak je prítomná teória mysle (skrátene ToM) (Corcoran, In Penn a Corrigan, 2001, Corcoran, 1997). Doherty (2008) to ilustruje tak, že porozumenie presvedčeniam je pre ľudí mimoriadne dôležité, preto umožňuje predikovať správanie - ak poznáme presvedčenia a túžby druhého človeka, sme schopní predpovedať aj jeho správanie. Teória mysle nie je len o porozumení presvedčeniam, ale aj o pochopení iných duševných stavov a emócií, ktoré sú pre pochopenie problematiky teórie mysle minimálne rovnako dôležité. Ľudia konajú v súlade s realitou - skutočnosťou. Tu sa však naskytá otázka, či je táto schopnosť univerzálna. Odpoveď je kladná, avšak ľudskí jedinci sa líšia v miere, v akej sú schopní ju uplatňovať (School, Leslie, 1999, Baron-Cohen, 2012). Narušená schopnosť uplatňovať teóriu mysle sa spája najmä s poruchami autistického spektra - ten kto má poškodený modul teórie mysle, je slepý voči existencií ostatných myslí, uvádza Baron - Cohen (2012). Výskumy však odkazujú na to, že deficit nemusí byť nutne špecifický len pre autizmus (Frith, Corcoran, 1997, Pickup, 2001). Výsledky doterajších výskumov poukazujú na to, že práve schopnosť rozpoznávať emócie a mentálne stavy je narušená tak ako aj u pacientov so schizofréniou (Mazza et al., 2001, Kohler et al., 2010, Csuklye t al. 2013) tak aj u pacientov s bipolárnou afektívnou poruchou (Kerr et al., 2003, Bora et al. 2005, Kohler et al., 2010).

Vo výskume zameriame na skúmanie rozdielov medzi klinickou populáciou, a teda medzi pacientmi so schizofréniou a s bipolárnou afektívnou poruchou, a zdravou populáciou na úrovni rozpoznávať a identifikovať mentálne stavy, a ktorá časť klinickej populácie bude vykazovať výraznejší deficit v schopnosti rozpoznávať mentálne stavy. Goghari (2010) a ďalší tvrdia, že u pacientov s bipolárnou afektívnou poruchou je prítomný deficit rozpoznávania emócií a mentálnych stavov, ale táto schopnosť je adekvátnejšia, než u pacientov so schizofréniou.

METÓDY

Výskumná vzorka

Výskumný súbor pozostával celkovo z 94 participantov. Zdravú populáciu, nazývanú aj kontroly, tvorilo 34 participantov. Klinická populácia, nazývaná pacienti, bola tvorená 60 participantmi, z toho 30 boli pacienti z okruhu schizofrenického spektra a 30 pacientov s bipolárnou afektívnou poruchou. Priemerný vek u kontrol bol $M= 38,17$, u schizofrenikov $M= 34,96$ a u bipolárných pacientov $M= 39,30$.

Metódy merania

Faux pas recognition test FP

Na meranie schopnosti rozpoznávať mentálne stavy sme si zvolili Faux Pas test (FP). Autormi metódy sú Stone a Baron-Cohen (1998). Zrealizovali sme preklad z viacerých dostupných jazykov prostredníctvom multilingválneho overenia. Test pozostáva z 20 príbehov, z toho 10 príbehov tvorí Faux Pas Stories a 10 príbehov je kontrolných. Ich poradie je vybrané náhodne. FP príbeh hodnotí schopnosť rozpoznáť a pochopiť, keď niekto neúmyselne povie alebo urobí niečo, čo zraňuje alebo uráža inú osobu. Správne identifikovať FP situáciu si vyžaduje pochopenie perspektívy vedomostí a pocitov protagonistov príbehu.

Po každom príbehu vo FP teste nasledovali otázky, ktoré boli zamerané na:

1. Detekciu Faux Pas - Povedal niekto niečo nevhodné/ či trápne ?
2. Pochopenie Faux Pas - Kto povedal niečo, čo nemal povedať alebo niečo nevhodné?
3. Pochopenia nevhodnosti - Prečo to nemal/a povedať alebo prečo je to nevhodné/neprimerané ?
4. Zámery/motivácie protagonistu príbehu - Prečo si myslíte, že to on/ona povedali?
5. Falošné, alebo pravé presvedčenie, ktoré má protagonista príbehu - Vedel / zistil X že Y?
6. Empatia - vie respondent ako by sa protagonisti cítili - Ako sa podľa Vás X cítil?

Kontrolné otázky - overujú porozumenie príbehu

7. Prvá otázka, týkajúca všeobecnému pochopenia príbehu.
8. Druhá otázka venujúca sa všeobecnému pochopenia príbehu.

Vo FP teste je možné vypočítať podľa uvádzaných pravidiel vyhodnocovania aj čiastkové skóre, ktoré vedú dobre identifikovať, kde má respondent ťažkosti. Pre účely experimentu sa pracovalo len s celkovým skóre. Administrácia príbehov prebiehala pomocou zvukovej nahrávky, kde si participant príbeh vypočul. Pred sebou mal k nahliadnutiu skice a kópie príbehov.

Procedúra a analýza dát

Údaje boli spracovávané v programe SPSS a R verzia 3.6.3 a následne ďalej analyzované. Distribúcie skúmaných premenných boli najskôr vizuálne analyzované graficky - prostredníctvom krabičkových grafov, histogramov a Q-Q grafov, s cieľom identifikovať narušenia normality. Na testovanie normality dát bol použitý Shapiro-Wilkov test a použili sme aj Levenov test homogenity. Z dôvodu non-normálneho rozloženia dát sme použili neparametrické metódy. Nakoľko sme pracovali s viac ako dvomi výbermi a dáta nepreukázali normálne rozloženie, zvolili sme neparametrický variant ANOVA pre nezávislé merania a to Kruskal-Wallisov neparametrický test. Rozdiely medzi dvomi skupinami sme analyzovali prostredníctvom Mann-Whitneyho U testu. Ako mieru vecnej signifikancie sme používali Cohenovo d a Eta squared. Reliabilita použitých metód bola zhodnotená prostredníctvom Cronbachovej α .

VÝSLEDKY A DISKUSIA

Tabuľka 1. Deskriptívna štatistika pre rozpoznávanie mentálnych stavov

	Celý súbor	Kontroly	Sch	BAP
N	94	34	30	30
M	0,69	0,84	0,51	0,70
Mdn	0,78	0,83	0,57	0,77
SD	0,26	0,08	0,29	0,26
1.kvartil	0,63	0,79	0,36	0,64
3.kvartil	0,86	0,91	0,74	0,91
Min	0,00	0,61	0,00	0,00
Max	1,00	1,00	0,98	1,00
Rozpätie	1,00	0,38	0,98	1,00

Poznámka. N - počet; M - priemer; Mdn - medián, SD - štandardná odchýlka; min - minimum; max - maximum; kontroly-zdravá populácia; sch-pac.so schizofréniou; BAP- pacienti s bipolárnou afektívnou poruchou.

Maximálna možná nadobudnutá hodnota skóre pri FP teste bola 1. Výsledky deskriptívnej analýzy pre Faux pas test uvádzame v Tabuľke 1. Priemerné skóre vo FP teste pre celý súbor bolo $M=0,69$ ($SD=0,26$). V skupine kontrol dosiahlo priemerné skóre hodnotu $M=0,84$ ($SD=0,08$), schizofrenici priemerne skórovali $M=0,51$ ($SD=0,29$) a pacienti s bipolárne afektívnou poruchou priemerne v hodnote $M=0,70$ ($SD=0,26$). Medián pre kontroly je 0,83, pre schizofrenikov 0,57 a pre pacientov s BAP 0,77. Už podľa priemerných skóre a mediánových hodnôt môžeme vidieť, že kontroly skórovali oproti klinickej populácií vyššie. V klinickej populácií skórovali lepšie pacienti s BAP.

Tabuľka 2. Inferenčná štatistika pre rozpoznávanie mentálnych stavov

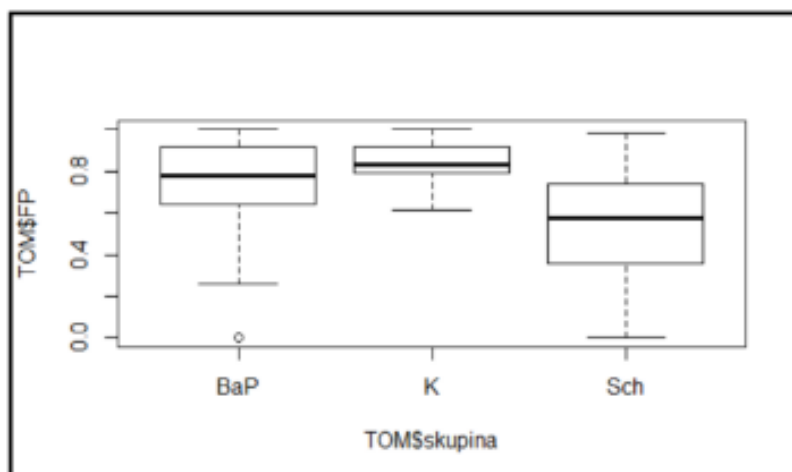
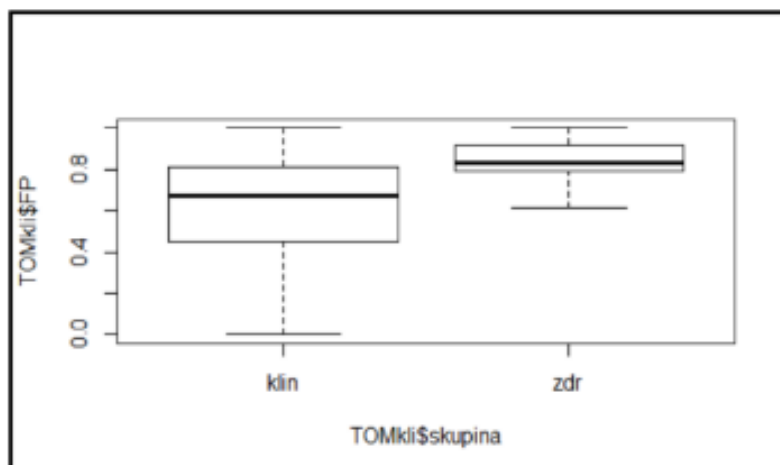
<i>Rozpoznávanie mentálnych stavov</i>			
<i>Levenov test</i>		<i>df</i>	<i>p</i>
		2	< ,01**
	<i>Faux pas test</i>	<i>W</i>	<i>p</i>
<i>Shapiro - Wilk normality test</i>	<i>Kontroly</i>	0,976	0,651
	<i>Sch</i>	0,917	< ,05*
	<i>BaP</i>	0,845	< ,01**
<i>Kruskal - Wallis test</i>	<i>H</i>	<i>Cohen d</i>	<i>p</i>
	27,139	1,236	< ,05*
	<i>df</i>	<i>Eta squared</i>	
	2	0,279	
<i>Post Hoc Holm method</i>		<i>Z</i>	<i>p</i>
	<i>Kontroly - BaP</i>	-2,23	< ,05*
	<i>Sch - BaP</i>	2,88	< ,01**
	<i>Kontroly - Sch</i>	5,2	< ,01**
<i>Mann-Whitney U test</i>	<i>U</i>	<i>Cohen d</i>	<i>p</i>
	469	1	< ,01**

Poznámka. * $p < ,05$; ** $p < ,01$.

Levenov test ($p < ,01$) poukazuje na nehomogenitu variancie dát. Okrem grafického hodnotenia normality, sme použili aj Shapiro-Wilkov test normality, ktorý síce v skupine kontrol ($W=0,976$; $p=0,651$) poukazuje na normálne rozloženie, ale v klinickej skupine dáta v oboch skupinách nespĺňajú predpoklad normálneho rozloženia (Tabuľka 2). Obe zvolené varianty poukázali na narušenie normality.

Rozdiely medzi zdravými kontrolami a klinickou populáciou v schopnosti rozpoznávať mentálne stavy sme porovnali prostredníctvom Mann-Whitneyho U testu ($U=469$; $p < ,01$), ktorý nám odhalil signifikantný rozdiel medzi skupinami s veľmi veľkým efektom ($d=1,00$). Pomocou Kruskal-Wallisovho neparametrického testu sme zisťovali, či sa medzi skupinami nachádza významný rozdiel. Test signifikantne ukázal, že skóre FP v skupinách sa líšilo $H(2)=27,139$, $p < ,05$. Vyjadrené v Cohenovom d , dosiahla veľkosť rozdielu veľmi veľký efekt ($d=1,23$) a v Eta squared ($\eta^2=0,276$). Nasledovne bolo v Post Hoc analýze zisťované smerovanie rozdielu, kde sme zaznamenali štatisticky významné rozdiely vo všetkých skupinách. Medzi kontrolnou skupinou a pacientmi s BAP na hladine významnosti $Z=-2,23$ ($p < ,05$), medzi kontrolami a schizofrenikmi na hladine významnosti $Z=5,20$ ($p < ,01$) a takisto medzi klinickou populáciou navzájom $Z=2,88$ ($p < ,01$). Hodnoty nadobudnuté vo Faux pas teste sa výrazne líšili medzi skupinami (Obrázok 1).

Obrázok 1. FP test: Boxplot pre klinickú a zdravú populáciu a boxplot pre všetky skupiny



Pri porovnávaní skupín vo FP teste sme pri schopnosti rozpoznávať mentálne stavy zistili signifikantné rozdiely. Naše zistenia podporujú výsledky viacerých dostupných metaanalýz (Bora et al., 2009; Sprong et al., 2007). Ukazuje sa, že sociálna kognícia ako schopnosť je zhoršená u mnohých psychických porúch, predovšetkým u porúch autistického spektra (Baron-Cohen, 2012) a schizofrénie (Billeke et al., 2013; Brune, 2006). Výskumy, ktoré skúmajú teóriu mysle u BAP je zatiaľ málo (napr. Lee et al., 2005, Kettle et al., 2007) aj keď sa o pri tomto ochorení často skloňuje podobný mechanizmus ako u schizofrénie. Do nášho experimentu sme práve z týchto dôvodov už v počiatočných úvahách počítali so zaradeným pacientov s bipolárne afektívnou poruchou. Významné rozdiely sme zaznamenali aj v porovnaní medzi oboma skupinami pacientov. Výrazne horšie na tom boli pacienti so schizofróniou oproti bipolárnym pacientom. Mediánová úspešnosť bola medzi skupinami pacientov rozdielná až o 0,20b v prospech pacientov s BAP (rozdiel medzi pacientmi s BAP a kontrolami bol v hodnote mediánu len 0,06b), čo tvorí 20% rozdiel (FPmax=1). Rossel et al. (2009) hovorí, že manickí pacienti nevykazujú poruchy myslenia, ale ich potiaže sa prejavujú najmä v oblasti afektivity. V projektívnych metódach boli u nich spozorované zmeny v kognitívnej sfére, obzvlášť konfabulácie. Tie prejavy sú napriek tomu veľmi odlišné od prejavov typicky schizofrénnych. Rossel et al. (2009) takisto poukazuje na definíciu mánie v širšom zmysle slova, tzn. že sa jedná o osobnostné usporiadanie jedinca, organizovaného mániodepresívne. U bipolárnej organizácia absentuje typicky psychotické nerozlišovanie medzi interným a externým, ktoré je typické pre schizofrónnu organizáciu. To by vysvetlovalo lepšie výsledky bipolárných pacientov v schopnosti mentalizovať a aj nižšiu variáciu dát oproti pacientom so schizofróniou, kde bola variácia dát naopak väčšia. Pri určitých, pre pacienta možno zvláštnych požiadavkách, na jeho výkonnosť, rozhodnosť a prispôsobivosť vidíme prepuknutie psychotických symptómov, pri ktorej autistické a roztrieštené predstavy o jeho postavení vo svete nadobudnú hodnotu reality. Jedinec s BAP nie je symbioticky na rovine myslenia, ako to je napr. u paranoidných psychóz. Pacient s BAP symbioticky splýva s okolím len v rovine afektov a zmyslových dojmov, ktoré zdôrazňuje a eskaluje, čo môže odpovedať zisteniam o prítomnosti kognitívnych skóre v protokoloch manických pacientov. Pri úvahách, prichádzame k hypotetickému predpokladu, že prejav pacienta s BAP v projektívnych metódach, môže byť prítomný aj vo Faux pas teste. Pacienti so schizofróniou dopadli v porovnávaných skupinách najhoršie. Za jednu z možných príčin môžeme považovať narušené exekutívne funkcie u klinickej populácie, ktoré dokážu negatívne ovplyvňovať výkon. Preto sa výsledky vo Faux pas teste nemusia javiť ako prekvapujúce, nakoľko pri príbehoch bolo potrebné uchovať v pamäti informácie a zároveň venovať pozornosť zadaniu. Exekutívne funkcie sú veľmi potrebné pre využívanie teórie mysle (Doherty, 2008; Apperly, 2010). V predošlom skúmaní sa nám podarilo zistiť pozitívny vzťah medzi exekutívnymi funkciami a teóriou mysle a takisto veľmi pozitívny vzťah medzi závažnosťou ochorenia a stavom exekutívnych funkcií (Mirdalíková, 2019).

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Apperly, I. (2010). *Mindreaders: The Cognitive Basis of "Theory of Mind"* (1st ed.). Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203833926>
- Baron-Cohen, Simon. (2012). Evolution of a theory of mind?. *The Descent of Mind: Psychological Perspectives on Hominid Evolution*. 10.1093/acprof:oso/9780192632593.003.0013.
- Billeke P, Aboitiz F. Social cognition in schizophrenia: from social stimuli processing to social engagement. *Front Psychiatry*. 2013 Feb 25;4:4. doi: 10.3389/fpsy.2013.00004. PMID: 23444313; PMCID: PMC3580762.

- Bora E, Vahip S, Gonul AS, Akdeniz F, Alkan M, Ogut M, Eryavuz A. Evidence for theory of mind deficits in euthymic patients with bipolar disorder. *Acta Psychiatr Scand.* 2005 Aug;112(2):110-6. doi: 10.1111/j.1600-0447.2005.00570.x. PMID: 15992392.
- Bora E, Yucel M, Pantelis C. Cognitive functioning in schizophrenia, schizoaffective disorder and affective psychoses: meta-analytic study. *Br J Psychiatry.* 2009 Dec;195(6):475-82. doi: 10.1192/bjp.bp.108.055731. PMID: 19949193.
- Brune, M., & Brune-Cohrs, U. (2006). Theory of mind—Evolution, ontogeny, brain mechanisms and psychopathology. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 30(4), 437–455. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2005.08.001>
- Corcoran, R., Cahill, C., & Frith, C. D. (1997). The appreciation of visual jokes in people with schizophrenia: A study of 'mentalizing' ability. *Schizophrenia Research*, 24(3), 319–327. [https://doi.org/10.1016/S0920-9964\(96\)00117-X](https://doi.org/10.1016/S0920-9964(96)00117-X)
- Penn, D. L., & Corrigan, P. W. (2001). Social cognition in schizophrenia: Answered and unanswered questions. In P. W. Corrigan & D. L. Penn (Eds.), *Social cognition and schizophrenia* (pp. 315–326). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10407-011>
- Csukly G, Stefanics G, Komlósi S, Czigler I, Czobor P (2013) Emotion-Related Visual Mismatch Responses in Schizophrenia: Impairments and Correlations with Emotion Recognition. *PLOS ONE* 8(10): e75444. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0075444>
- Doherty, M. (2008). *Theory of Mind: How Children Understand Others' Thoughts and Feelings* (1st ed.). Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203929902>
- Frith, U., & Frith, C. (2001). The biological basis of social interaction. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 151–155. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00137>
- Goghari VM, Macdonald AW 3rd, Sponheim SR. Temporal lobe structures and facial emotion recognition in schizophrenia patients and nonpsychotic relatives. *Schizophr Bull.* 2011 Nov;37(6):1281-94. doi: 10.1093/schbul/sbq046. Epub 2010 May 19. PMID: 20484523; PMCID: PMC3196942.
- Kerr N, Dunbar RI, Bentall RP. Theory of mind deficits in bipolar affective disorder. *J Affect Disord.* 2003 Feb;73(3):253-9. doi: 10.1016/s0165-0327(02)00008-3. PMID: 12547294.
- Kettle JW, O'Brien-Simpson L, Allen NB. Impaired theory of mind in first-episode schizophrenia: comparison with community, university and depressed controls. *Schizophr Res.* 2008 Feb;99(1-3):96-102. doi: 10.1016/j.schres.2007.11.011. Epub 2007 Dec 21. PMID: 18155447.
- Kohler CG, Walker JB, Martin EA, Healey KM, Moberg PJ. Facial emotion perception in schizophrenia: a meta-analytic review. *Schizophr Bull.* 2010 Sep;36(5):1009-19. doi: 10.1093/schbul/sbn192. Epub 2009 Mar 27. PMID: 19329561; PMCID: PMC2930336.
- Lee, L., Harkness, K. L., Sabbagh, M. A., & Jacobson, J. A. (2005). Mental state decoding abilities in clinical depression. *Journal of Affective Disorders*, 86(2-3), 247–258. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2005.02.007>
- Mazza M, De Risio A, Surian L, Roncone R, Casacchia M. Selective impairments of theory of mind in people with schizophrenia. *Schizophr Res.* 2001 Mar 1;47(2-3):299-308. doi: 10.1016/s0920-9964(00)00157-2. PMID: 11278148.

Mirdalíková, M. (2019). Teória mysle u pacientov s psychotickým ochorením a jej vzťah k vybraným exekutívnym funkciám (Diplomová práca, Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave).

Joshua N, Rossell S. Configural face processing in schizophrenia. *Schizophr Res.* 2009 Jul;112(1-3):99-103. doi: 10.1016/j.schres.2009.03.033. Epub 2009 May 6. PMID: 19419842.

Leslie, Alan M. & Scholl, Brian J. (1999). Modularity, development and "theory of mind". *Mind and Language* 14 (1):131-153.

Sprong M, Schothorst P, Vos E, Hox J, van Engeland H. Theory of mind in schizophrenia: meta-analysis. *Br J Psychiatry.* 2007 Jul;191:5-13. doi: 10.1192/bjp.bp.107.035899. PMID: 17602119.

VÝVOJ A OVERENIE PSYCHOMETRICKÝCH VLASTNOSTÍ SITUAČNÉHO TESTU EMOČNEJ FLEXIBILITY (STEF)

DEVELOPMENT AND VALIDATION OF PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE SITUATIONAL TEST OF EMOTIONAL FLEXIBILITY (STEF)

Eva Virostková Nábělková, Natália Balciráková, Ľubor Pilárik, Lada Kaliská & Zuzana Heinzová

Pedagogická fakulta, Univerzita Mateja Bela

E-mail: eva.nabelkova@umb.sk

ABSTRAKT

Emočná flexibilita (EF) zahŕňa flexibilné reakcie na meniace sa podmienky, resp. flexibilnú reguláciu emócií situačne adekvátnym spôsobom. Pre potreby vývoja testu STEF autori vychádzali z 2 kľúčových zložiek EF: citlivosti na situačný kontext (situačne vhodné vyjadrenie/nevyjadrenie emócie) a repertoáru stratégií emočnej regulácie (ER). Cieľom výskumu bolo overiť psychometrické vlastnosti STEF pozostávajúceho z 18 situácií evokujúcich určitú negatívnu emóciu, pričom ide o dvojice navzájom podobných situácií s malou obmenou kontextu. Pri každej situácii je ponúknutých 6 stratégií ER, ktoré respondent posudzuje: prehodnotenie, akceptácia, ruminácia, expresia, ignorácia a sebasúcit. STEF umožňuje výpočet skóre pre preferenciu týchto stratégií, ako aj pre flexibilitu expresie emócií a adaptívny repertoár stratégií. Vzorka pozostávala zo 151 VŠ študentov (109 žien), pričom 68 z nich sa zúčastnilo aj retestu s 1-mesačným odstupom. Overovanie reliability (split-half, test-retest) a validity voči relevantným konštruktom meraným sebahovpoved'ovými metodikami (FREE, EFS, CERQ, DERS) prinieslo uspokojivé výsledky a inšpiráciu pre drobné korekcie testu STEF.

Kľúčové slová

emočná flexibilita; emočná regulácia; stratégie emočnej regulácie; vývoj testu, reliabilita; validita

ABSTRACT

Emotional flexibility (EF) implies flexible reactions to changing contexts or flexible emotion regulation in a situationally appropriate manner. For developing the STEF test, authors relied on 2 key components of EF: sensitivity to situational context (situationally appropriate emotion expression/non-expression) and a repertoire of emotion regulation (ER) strategies. The aim of

the research was to verify the psychometric properties of the STEF consisting of 18 situations evoking a specific negative emotion, being pairs of situations similar to each other with little variation in context. For each situation, 6 ER strategies are offered for the respondent's consideration: reappraisal, acceptance, rumination, expression, ignoring, and self-compassion. The STEF provides the scoring for preference of these strategies, as well as for flexibility of emotion expression and adaptive repertoire of strategies. The sample included 151 university students (109 female), 68 of whom also participated in the retest with a 1-month interval. Verification of reliability (split-half, test-retest) and validity against relevant constructs measured by self-report measures (FREE, EFS, CERQ, DERS) yielded satisfactory results and inspired minor corrections of the STEF.

Keywords

emotional flexibility; emotion regulation; emotion regulation strategies; test development, reliability; validity

Grantová podpora

Grantová podpora: VEGA č. 1/0569/22 Emočná flexibilita: stratégie regulácie emócií v meniacich sa podmienkach ako protektívne faktory psychického zdravia.

ÚVOD

Vo všeobecnosti sa najmä v klinickej sfére preukazuje adaptívny efekt regulačných stratégií kognitívne prehodnotenie, akceptácia a (relatívne nového konštrukt) súcitu so sebou samým, kým stratégie ako ruminácia, potlačenie expresie a vytesnenie sa javia ako maladaptívne (Aldao et al., 2010; Sloan et al., 2017; Diedrich et al., 2014). Nemusí to však byť naprieč všetkými typmi emócií a situácií, a práve to súvisí so vznikom konceptu flexibility emočnej regulácie, ako tendencie či schopnosti flexibilne používať rôzne stratégie regulácie emócií v závislosti od situačného kontextu. Flexibilná regulácia emócií umožňuje splniť regulačné ciele v konkrétnych situáciách (napríklad znížiť silu negatívnych emócií, zachovať pokoj pri rozhovore s dôležitou osobou) a podporuje psychické zdravie a dlhodobú pohodu (Kobylińska & Kusev, 2019).

Bonanno a Burton (2013) konceptualizovali flexibilitu emočnej regulácie ako viaczložkový konštrukt a vymedzili jej tri zložky: citlivosť na situačný kontext (zahŕňa posúdenie požiadaviek a možností danej situácie), šírku repertoáru stratégií emočnej regulácie a schopnosť reagovať na spätnú väzbu. Vzhľadom na nedostatok vhodných meracích nástrojov je meranie flexibility emočnej regulácie odbornou výzvou. Preto sme vytvorili Situačný test emočnej flexibility (STEF), ktorý zohľadňuje dve z vyššie uvedených zložiek flexibility: citlivosť na kontext a repertoár regulačných stratégií.

VÝVOJ TESTU STEF

Pre účely testu STEF sme zvolili formát položiek v podobe stručného opisu situácií evokujúcich negatívne emócie: hnev, smútok, alebo strach. Položky v podobe konkrétnej podnetovej

situácie môžu prekonať prípadné skreslenia, ktoré by vyplynuli zo spoliehania sa na všeobecné retrospektívne posúdenie vlastnej regulácie emócií respondentom (Burton & Bonanno, 2016).

Tvorbe testu predchádzalo kvalitatívne mapovanie spúšťačov negatívnych emócií, teda rôznych situácií, ktoré majú potenciál vyvolať niektorú z vyššie uvedených negatívnych emócií (zber informácií sa uskutočnil prostredníctvom analýzy denníkov, ktoré si viedli vysokoškolskí študenti – dobrovoľníci počas 5 po sebe idúcich dní). Na základe toho sme vybrali, resp. vytvorili prvých 36 podnetových situácií, ktoré sme neskôr na základe predvýskumu zrozumiteľnosti a relevantnosti pre respondentov v období vynárajúcej sa dospelosti (N=12), ako aj expertného konsenzu autorov zredukovali na 24 podnetových situácií (8 pre každú z emócií: hnev, smútok a strach).

Aby sme mohli zachytiť flexibilné prispôsobenie emočnej regulácie kontextuálnym informáciám, 24 situačných scenárov je tvorených 12 dvojicami, pričom každá dvojica predstavuje veľmi podobné situácie, s malými, ale zásadnými, obmenami kontextu (napríklad prítomnosť inej osoby, formálnosť/neformálnosť kontextu). Práve vďaka zahrnutiu týchto dvojíc situácií líšiacich sa detailmi sa môže prejaviť respondentova schopnosť flexibilne prispôbiť svoju emočnú reguláciu aktuálnej situácii.

Ku každej podnetovej situácii v teste STEF je vždy priradených šesť vybraných regulačných stratégií: akceptácia, prehodnotenie, ruminácia, expresia emócie a sebasúcit. Tieto majú respondenti posúdiť z hľadiska toho, s akou pravdepodobnosťou by danú stratégiu použili. Uvedené stratégie sme zvolili na základe teoretickej analýzy a predvýskumu na vzorke mladých dospelých. V ďalšej fáze tvorby testu STEF sme realizovali výskum na vzorke psychológov z praxe (N=19), ktorých sme požiadali, aby posúdili efektívnosť týchto stratégií ER v podnetových situáciách testu (Pilárik et al., 2024). Na základe výskumných zistení sme jednak zredukovali počet podnetových situácií na 18, a jednak sme empiricky doložili naše teoretické očakávania o efektívite/neefektívite jednotlivých stratégií v konkrétnych situáciách.

Cieľom aktuálneho výskumu bolo overiť reliabilitu v zmysle vnútornej konzistencie a stability v čase a súbežnú kritériálnu validitu testu STEF na vzorke slovenských vysokoškolákov.

METÓDY

Zber údajov prebehol prostredníctvom osobnej a online administrácie výskumnej batérie pozostávajúcej z nasledujúcich metódik.

Overovaný nástroj – *Situačný test emočnej flexibility.01* (STEF.01; Pilárik et al., 2024) pozostával z 18 položiek (9 dvojíc situácií) evokujúcich negatívne emócie: hnev, strach, smútok (každú 3 dvojice). Pri každej situácii respondenti posudzovali 6 stratégií ER (prehodnotenie, akceptáciu, rumináciu, expresiu emócie, ignoráciu emócie a sebasúcit) prostredníctvom 4-stupňovej škály z hľadiska pravdepodobnosti ich použitia. Vyhodnotenie testu STEF.01 umožnilo stanoviť skóre jednak pre mieru preferencie 6 stratégií ER (na základe sebahodnotenia), a jednak objektívne zhodnotiť 2 zložky emočnej flexibility: úroveň flexibility expresie (či jedinec adekvátne vyjadruje alebo nevyjadruje svoje negatívne emócie v závislosti od situácie) a úroveň adaptívneho repertoáru stratégií ER.

Flexibilitu expresie emócií sme vypočítali ako rozdiel medzi bodmi za efektívne vyjadrenie alebo nevyjadrenie emócie, pričom v rámci dvojíc situácií v teste STEF je vždy v jednej situácii efektívne emóciu vyjadriť a druhej nevyjadriť a bodmi za disproporciu medzi tendenciou vyjadrovať a nevyjadrovať emócie (napr. ak by u respondenta prevládala len tendencie emócie vyjadrovať bez ohľadu na kontext). Ak je disproporcija príliš veľká, znižuje to výslednú mieru

flexibility expresie. Skóre flexibility sa pohybovalo od 0 do 18 bodov. Skóre adaptívneho repertoáru odzrkadľuje to, do akej miery respondent využíva rôzne typy adaptívnych stratégií ER (kognitívne prehodnotenie, akceptáciu a sebasúcit) v rámci všetkých troch zahrnutých negatívnych emócií, teda respondent získal bod za každú z 3 adaptívnych stratégií, pri ktorej označil vysokú pravdepodobnosť použitia aspoň pri jednej zo situácií evokujúcich hnev, aspoň pri jednej zo situácií evokujúcich strach a aspoň pri jednej zo situácií evokujúcich smútok. Skóre adaptívneho repertoáru sa pohybovalo od 0 do 9 bodov.

Ako validizačné metodiky sme použili:

- *Škálu flexibilnej regulácie expresie emócií* (FREE; Burton & Bonanno, 2016), ktorá hodnotí do akej miery sú účastníci schopní posilniť alebo potlačiť svoj emočný prejav (pozitívny alebo negatívny) v porovnaní s tým, ako sa skutočne cítia v hypotetickej sociálnej situácii. FREE pozostáva zo 16 položiek (scenárov). V rámci našej štúdie sa rozdelenie premennej meranej škálou FREE významne nelíšilo od normálneho.
- *Škálu emocionálnej flexibility* (EFS; Fu et al., 2018) určenú na hodnotenie tendencie jednotlivca regulovať pozitívne a negatívne emócie v závislosti od kontextových požiadaviek a komunikácie emócií založenej na interakcii medzi jednotlivcami. V našom výskume sme použili modifikovanú slovenskú 7-položkovú verziu. Rozdelenie premennej meranej EFS sa významne nelíšilo od normálneho a vnútorná konzistencia na úrovni položiek bola akceptovateľná ($\alpha=0.60$).
- *Dotazník kognitívnej regulácie emócií* (CERQ; Garnefski et al., 2001) určený na meranie preferencie kognitívnych stratégií ER. Má 36-položiek a zahŕňa 9 stratégií: sebaobviňovanie, obviňovanie iných, ruminácia, katastrofizáciu, nadhľad, pozitívne preorientovanie, pozitívne prehodnotenie, akceptáciu a plánovanie. V rámci našej štúdie sa rozdelenie väčšiny stratégií ER meraných CERQ významne líšilo od normálneho a koeficienty vnútornej konzistencie sa pohybovali od 0.62 do 0.71.
- *Škálu ťažkostí v regulácii emócií* (DERS-SF; Kaufman et al., 2015), ktorá je skrátenou 18-položkovou verziou pôvodného nástroja DERS. Položky sýtia 6 subškál – oblastí problémov, ktoré zahŕňajú: neakceptovanie vlastných emócií, ťažkosti s dosahovaním cieľov, nedostatočné uvedomenie si emócií, problémy s porozumením vlastným emóciám, obmedzený prístup k stratégiám emočnej regulácie a ťažkosti spojené s kontrolou impulzov. V rámci našej štúdie sa rozdelenie celkových ťažkostí s ER významne nelíšilo od normálneho, avšak rozdelenie niektorých subškál áno. Koeficienty vnútornej konzistencie pre subškály boli od 0.57 do 0.84 a pre celkové skóre DERS 0.71.

Výskumná vzorka

Výskumný súbor tvorilo 151 slovenských vysokoškolských študentov, z čoho žien bolo 110 (72,8%). 123 uviedlo humanitný odbor štúdia a 28 technický. Priemerný vek v rámci vzorky bol 22 rokov ($SD = 2,7$). Prvá fáza zberu údajov prebehla vo februári 2024 a fáza retestu, ktorej sa zúčastnilo 68 študentov, začiatkom marca 2024. Údaje boli spárované na základe špecifického kódu uvedeného respondentami.

VÝSLEDKY

Na základe hodnôt koeficientov šikmosti (od -0,45 do 0,07) a špicatosti (od -0,95 do 0,26) možno stratégie ER a zložky emočnej flexibility adaptívny repertoár a flexibilita expresie považovať za približne normálne rozdelené.

Pre posúdenie reliability testu STEF sme vyčíslili Pearsonove korelačné koeficienty – jednak v zmysle vnútornej konzistencie na úrovni 2 častí testu (vzhľadom na cieľový konštrukt flexibility sme očakávali prispôsobenie voľby stratégií ER situačnému kontextu, preto sme test v rámci možností rozdelili tak, aby boli v oboch častiach zastúpené dvojice situácií evokujúce všetky 3 emócie: hnev, smútok a strach), a jednak v zmysle stability dvoch opakovaných meraní s odstupom času (test-retest).

Vnútoraná konzistencia STEF sa pre stratégie ER akceptácia, ruminácia, sebasúcit a zložku adaptívny repertoár javí ako dostatočná ($r > 0.7$), pre stratégie ER prehodnotenie a ignorácia ako hranične akceptovateľná (r cca. 0.6). Nižšiu vnútornú konzistenciu vykazuje stratégia expresie emócií (r cca. 0.5) a zložka flexibilita expresie emócií (r cca. 0.4). Koeficienty prezentujeme v Tabuľke 1.

Tabuľka 1. Ukazovatele vnútornej konzistencie stratégií ER a zložiek emočnej flexibility (N=151)

STEF	r (split-half)
Akceptácia	,77***
Prehodnotenie	,59***
Ruminácia	,86***
Expresia	,48***
Ignorácia	,63***
Sebasúcit	,87***
Adaptívny repertoár	,71***
Flexibilita expresie	,39***

Poznámka. *** $p < ,001$, r – Pearsonov koeficient.

Stabilita STEF v čase sa pre stratégie ER akceptácia, ruminácia, expresia emócií a sebasúcit javí ako dostatočná (r cca. 0,7 a viac), pre stratégie ER prehodnotenie, ignorácia a zložku adaptívny repertoár ako hranične akceptovateľná (r 0,6-0,7). Nižšiu stabilitu v čase opäť vykazuje zložka flexibilita expresie emócií (r cca. 0,5). Koeficienty prezentujeme v Tabuľke 2.

Tabuľka 2. Ukazovatele stability stratégií ER a zložiek emočnej flexibility v čase (N=68)

STEF	r (test-retest)
Akceptácia	,72 ^{***}
Prehodnotenie	,69 ^{***}
Ruminácia	,76 ^{***}
Expresia	,70 ^{***}
Ignorácia	,64 ^{***}
Sebasúcit	,83 ^{***}
Adaptívny repertoár	,61 ^{***}
Flexibilita expresie	,48 ^{***}

Poznámka. ^{***}p<,001, r – Pearsonov koeficient.

Kriteriálnu validitu testu STEF sme posudzovali vo vzťahu k zvoleným validizačným metodikám. Vyčíslené Pearsonove (Tabuľka 3) a Spearmanove koeficienty (Tabuľka 4) dosiahli štatistickú významnosť pri väčšine očakávaných vzťahov. Vecne ide o slabé až stredne tesné vzťahy so smerom zodpovedajúcim teoretickým očakávaniam.

Tabuľka 3. Ukazovatele validity – vzťahy medzi zložkami emočnej flexibility a relevantnými konštruktami (N=151)

STEF – zložky flexibility		r
<i>Flexibilita expresie</i>	FREE	,17 [*]
	EFS	-,01
	DERS	-,31 ^{***}
<i>Adaptívny repertoár</i>	FREE	,06
	EFS	,29 ^{***}
	DERS	-,20 ^{**}

Poznámka. ^{***}p<,001, ^{**}p<,01, ^{*}p<,05, r – Pearsonov koeficient, FREE – Škála flexibilnej regulácie expresie emócií, EFS – Škála emocionálnej flexibility, DERS – Škála ťažkostí v emočnej regulácii.

Tabuľka 4. Ukazovatele validity – vzťahy medzi stratégiami ER a relevantnými konštruktami (N=151)

STEF – stratégie ER		R
<i>Prehodnotenie</i>	Pozitívne prehodnotenie CERQ	,29 ^{***}
	Pozitívne preorientovanie CERQ	,20 ^{**}
	Nadhľad CERQ	,06
<i>Akceptácia</i>	Akceptácia CERQ	,18 [*]
	Neakceptácia DERS	-,18 [*]
<i>Ruminácia</i>	Ruminácia CERQ	,31 ^{***}
<i>Ignorácia</i>	Neuvedomenie DERS	,08

Poznámka. ^{***}p<,001, ^{**}p<,01, ^{*}p<,05, R – Spearmanov koeficient, CERQ – Dotazník kognitívnej regulácie emócií, DERS – Škála ťažkostí v emočnej regulácii.

ZÁVERY

Na základe realizovaného výskumu možno konštatovať, že test STEF má potenciál ako výskumná metodika. Pre diagnostické účely sa javia ako potrebné určité úpravy a ďalšie overovania. Čo sa týka reliability v zmysle vnútornej konzistencie a stability v čase, STEF vykázal pre svoje jednotlivé súčasti akceptovateľné ukazovatele. Určitými výnimkami sú stratégia expresia emócií a zložka flexibilita expresie emócií, pri ktorých sme to však do určitej miery očakávali, nakoľko expresia emócií je zo stratégií ER najviac ovplyvnená kontextom. Zistené korelačné vzťahy očakávateľného smeru medzi súvisiacimi (resp. opačnými) konštruktami meranými testom STEF, resp. validizačnými metodikami podľa nás dostatočne podporujú kritériálnu validitu STEF.

Najväčším limitom nášho výskumu je malá a rodovo nevyvážená vzorka, validizačné metodiky, ktoré sú samotné zatiaľ len v procese overovania a časová náročnosť respondentmi vyplňanej výskumnej batérie, ktorá mohla viesť k recesistickému vyplňaniu súčastí zaradených ako posledné.

S nárastom záujmu o problematiku flexibilnej regulácie emócií vzniká aj potreba hodnoverného merania tohto konštruktu. V našom kultúrno-jazykovom prostredí zatiaľ taký nástroj chýba. Túto medzeru by mohol vyplniť test STEF, pričom autori článku ďalej pokračujú v jeho doladovaní a overovaní.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory flexibility. *Perspectives on Psychological Science, 8*(6), 591–612. <https://doi.org/10.1177/1745691613504116>
- Burton, C. L., & Bonanno, G. A. (2016). Measuring ability to enhance and suppress emotional expression: The Flexible Regulation of Emotional Expression (FREE) Scale. *Psychological Assessment, 28*(8), 929–941. <https://doi.org/10.1037/pas0000231>
- Diedrich, A., Grant, M., Hofmann, S., Hiller, W., & Berking, M. (2014). Self-compassion as an emotion regulation strategy in major depressive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 58*, 43–51. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2014.05.006>
- Fu, F., Chow, A., Li, J., & Cong, Z. (2018). Emotional flexibility: Development and application of a scale in adolescent earthquake survivors. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 10*(2), 246–252. <https://doi.org/10.1037/tra0000278>
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences, 30*(8), 1311–1327. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(00)00113-6)
- Gross, J.J. (1999). Emotion regulation: Past, present, future. *Cognition & Emotion, 13*(5), 551–573. <http://dx.doi.org/10.1080/026999399379186>

- Kaufman, E. A., Xia, M., Fosco, G. M., Yaptangco, M., Skidmore, C. R., & Crowell, S. E. (2015). The Difficulties in Emotion Regulation Scale Short Form (DERS-SF): validation and replication in adolescent and adult samples. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(3), 443–455. <https://doi.org/10.1007/s10862-015-9529-3>
- Kobylińska, D., & Kusev, P. (2019). Flexible Emotion Regulation: How Situational Demands and Individual Differences Influence the Effectiveness of Regulatory Strategies. *Frontiers in Psychology*, 10(72). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00072>
- Pilárik, L., Virostková Nábělková, E., Heinzová, Z., & Kaliská, L. (2024). The situational test of emotional flexibility: The expert's consensus on the emotion regulation strategy effectiveness. In *Psychological Applications and Trends 2024* (pp. 377–379). <https://doi.org/10.36315/2024inpact080>
- Sloan, E., Hall, K., Moulding, R., Bryce, S., Mildred, H., & Staiger, P. K. (2017). Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 57, 141–163. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.09.002>

OVERENIE SÚVISLOSTI MEDZI ZVLÁDANÍM ZÁŤAŽE A ŽIVOTNOU SPOKOJNOSŤOU DOSPELÝCH

VERIFICATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN COPING AND LIFE SATISFACTION OF ADULTS

Michaela Pariláková, Ivana Magáčová Žilková & Jaroslava Babjaková

Prešovská univerzita v Prešove, Filozofická fakulta, Inštitút psychológie

E-mail: michaela.parilakova@unipo.sk

ABSTRAKT

Predkladaný príspevok sa zaoberá zvládaním záťaže a životnou spokojnosťou dospelých. Cieľom štúdie bolo zistiť do akej miery používanie zvládacích stratégií predikuje životnú spokojnosť osôb v období strednej a neskorej dospelosti. Výskumný súbor tvorilo 157 respondentov (M = 43,63; 29,9 % mužov). Na zisťovanie miery životnej spokojnosti bol použitý dotazník SWLS a na hodnotenie zvládania záťaže dotazník Stratégií zvládania SVF 78. Regresnou analýzou boli ako významné prediktory podieľajúce sa na životnej spokojnosti dospelých potvrdené pozitívne stratégie: kontrola reakcií, náhradné uspokojenie a negatívna stratégia: úniková tendencia.

Kľúčové slová

životná spokojnosť; zvládanie záťaže; zvládacie stratégie

ABSTRACT

The presented paper deals with coping and life satisfaction of adults. The aim of the study was to find out to what extent the use of coping strategies predicts the life satisfaction of people in middle and late adulthood. The research sample consisted of 157 respondents (M = 43.63; 29.9% men). The SWLS questionnaire was used to determine the level of life satisfaction, and the SVF 78 Coping Strategies questionnaire was used to assess coping. Positive strategies: control of reactions, vicarious satisfaction and negative strategy: escape tendency were confirmed by regression analysis as significant predictors involved in adult life satisfaction.

Keywords

life satisfaction; coping; coping strategies

ÚVOD

Životnej spokojnosti ako indikátora a dôležitej kognitívnej zložky subjektívnej pohody (Diener et al., 1999) je v posledných rokoch venovaná čoraz väčšia výskumná pozornosť. Predstavuje samostatný konštrukt, ktorý možno definovať ako individuálne a globálne hodnotenie kvality všetkých aspektov života vrátane štúdia, práce, spoločenského života, vzťahov s ostatnými, životného prostredia a pod. na základe vlastných hodnotiacich štandardov, ktoré jedinec považuje za primerané (Diener & Diener, 1995). Počas života môže úroveň životnej spokojnosti zostať konštantná alebo sa pod vplyvom niektorých faktorov a životných udalostí môže meniť, prípadne byť nestabilná počas celého života (Deniz, 2006; Xu et al. 2017). Výskum preukázal, že k faktorom, ktoré ovplyvňujú životnú spokojnosť jedinca patrí osobnosť (James et al., 2012,) sebaúcta (Szcześniak et al. 2021,), sebapoňatie (Bahar et al. 2024), vzťahy s ostatnými (Lowenstein et al., 2007), rôzne kontextové premenné ako napr. životné udalosti (Krämer et al., 2024) a zvládanie záťaže (Tamini & Ansari, 2014).

Zvládanie záťaže zohráva dôležitú úlohu pri hodnotení životnej spokojnosti. Hoci každodenné situácie a udalosti môžu byť pre rôznych jedincov podobné, zvládanie týchto udalostí býva odlišné. Zvládanie možno definovať ako neustále sa meniacu kognitívnu a behaviorálnu snahu jedincov zvládnuť náročné situácie (Lazarus & Folkman, 1984). Zvládanie záťaže závisí od intenzity stresu, charakteru stresujúcich životných udalostí a osobných charakteristík (vek, pohlavie, inteligencia, osobnosť a jej zdroje) (Holubová et al., 2018). Spôsob akým jedinci reagujú na stresové situácie označujeme ako stratégie zvládania, ktoré jedinec používa na vedomú reguláciu svojich emócií a správania v prípade vystavenia náročným alebo stresovým situáciám (Compas et al. 2001; Skinner et al., 2003). Ide o stabilizačný faktor, ktorý prispieva k psychickej adaptácii v priebehu záťažových situácií (Zvauya et al., 2017). Preferované stratégie zvládania sú do istej miery stabilné v čase a používajú sa na širokom spektre stresových situácií (Marquez-Arrico et al., 2015). Existujú dva typy stratégií zvládania, a to stratégie zvládania zamerané na problém a stratégie zamerané na emócie. Zvládanie zamerané na problém zahŕňa všetky aktívne snahy s cieľom modifikovať alebo eliminovať zdroje stresu prostredníctvom individuálneho správania. Zvládanie zamerané na emócie zahŕňa všetky regulačné snahy o zmiernenie emocionálnych následkov stresujúcich udalostí (Schoenmakers et al., 2015). Compas a ďalší (2001) rozlišovali medzi aktívnymi a vyhýbavými stratégiami zvládania. Ďalší autori (Chen et al., 2000; Janke & Erdmann, 2002) neskôr doplnili stratégie pozitívneho zvládania napr. hľadanie sociálnej podpory, a zároveň stratégie negatívneho zvládania napr. únik pred riešením.

Dubey a Agarwal (2007) zistili, že používanie stratégií aktívneho zvládania súvisí s vyššou mierou spokojnosti. Deniz (2006) vo svojej štúdií poukázal nato, že životná spokojnosť pozitívne koreluje so zvládaním zameraným na problém a stratégiou hľadania sociálnej opory. K podobným záverom dospeli aj Tamini a Ansari (2014), ktorých výsledky ukázali, že spokojnosť so životom je vo vzťahu so stratégiami zvládania zameraným na riešenie a stratégiou vyhýbania sa. Medzi stratégiami zameranými na emócie a životnou spokojnosťou autori nepotvrdili žiadne významné vzťahy. Taktiež bolo zistené, že stratégie zvládania zamerané na riešenie a stratégie vyhýbania sa častejšie využívajú dospelí muži ako ženy (Veisani et al., 2021). V prípade rozdielov z hľadiska veku Janke a Erdmannová (2002) zistili, že mladší dospelí v porovnaní osobami v období strednej a neskorej dospelosti dosahujú vyššie hodnoty pri používaní stratégií náhradné uspokojenie, potreba sociálnej opory, rezignácia, a sebaobviňovanie. V prípade negatívnych stratégií starší dospelí častejšie využívajú stratégiu vyhýbanie ako mladší dospelí.

Vzhľadom k uvedenému cieľom tejto štúdie je zistiť do akej miery stratégie zvládania predikujú životnú spokojnosť osôb v období strednej a neskorej dospelosti pri kontrole sociodemografických premenných (rod a vek).

METÓDY

Výskumný súbor

Výskumný súbor tvorilo 157 respondentov, z toho 110 žien a 47 mužov. Vek respondentov sa pohyboval v rozmedzí od 30 do 62 rokov, pričom priemerný vek bol 43,63 rokov; z toho 78 respondentov bolo v období strednej dospelosti a 79 respondentov bolo v období neskorej dospelosti. Pri vymedzení obdobia strednej a neskorej dospelosti sme vychádzali z delenia podľa Končekovej (2010), v rámci ktorého je stredná dospelosť vymedzená 30 až 45 rokom a neskorá dospelosť 45 až 65 rokom. Čo sa týka vzdelania vo výskumnom súbore bolo 12 respondentov so stredoškolským vzdelaním bez maturity, 68 respondentov s maturitou, 10 respondentov s vysokoškolským vzdelaním 1. stupňa, 57 respondentov s vysokoškolským vzdelaním 2. stupňa a 10 respondentov s vysokoškolským vzdelaním 3. stupňa. Z hľadiska rodinného stavu 108 respondentov uviedlo, že žije v manželskom zväzku, 30 respondentov bolo slobodných, 15 rozvedených, 3 respondenti neboli rozvedení ale žili bez manžela/manželky a 1 respondentov bol v kategórii vdovec/vdova.

Zber údajov bol realizovaný príležitostným, lavínovým výberom a prebiehal prostredníctvom online zberu v mesiacoch apríl a máj 2024. Vytvorený formulár bol rozposlaný prostredníctvom sociálnych sietí do skupín s väčším množstvom vyhovujúcich respondentov s požiadavkou o vyplnenie formulára a zároveň prosbou o jeho preposlanie ďalším vhodným respondentom. Respondenti boli v úvode oboznámení s cieľom zberu dát, dobrovoľnou účasťou, dôvernosťou a anonymitou získaných údajov.

Výskumné nástroje

Dotazník Stratégie zvládania stresu SVF 78 autorov Janke a Erdmannovej (2003) predstavuje viacdimenzionálny sebaopisovací inventár, ktorý sa zameriava na zachytenie individuálnych tendencií k využívaniu rôznych spôsobov reagovania na záťaž v záťažových situáciách. Tvorí ho 78 položiek, na ktoré respondenti odpovedajú na 5-bodovej škále. Jednotlivé položky zároveň tvoria 13 škál, ktoré tvoria pozitívne a negatívne stratégie. Hodnoty reliability pre jednotlivé škály uvádzame v tabuľke 1.

Škála životnej spokojnosti – SWLS (Pavot & Diener, 1993) meria životnú spokojnosť ako celkovú, globálnu. Úlohou respondentov je odpovedať na päť jednoduchých tvrdení na 7bodovej škále. Výhodou tejto škály je jej zrozumiteľnosť, stručnosť a dobrá reliabilita. Hodnoty reliability sú uvedené v tabuľke 1.

VÝSLEDKY

Deskriptívne údaje týkajúce sa skúmaných premenných uvádzame v tabuľke 1.

Tabuľka 1. Deskriptívna štatistika meraných premenných

<i>N=157</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Skewness</i>	<i>α</i>
Vek	30	62	43,63	9,05	-,55	-
Podhodnotenie	6	30	18,06	4,97	,00	,83
Odmietanie viny	6	30	18,66	4,31	-,07	,75
Odklon	6	30	19,56	4,03	-,41	,70
Náhradné uspokojenie	6	30	17,82	5,03	,08	,77
Kontrola situácie	6	30	22,29	4,09	-,75	,78
Kontrola reakcií	6	29	21,54	3,96	-,71	,71
Pozitívna sebainštrukcia	6	30	21,65	4,06	-,73	,72
Potreba sociálnej opory	6	30	20,26	5,17	-,29	,86
Vyhýbanie	6	30	21,47	4,71	-,47	,84
Úniková tendencia	6	28	16,63	4,69	,20	,77
Perseverácia	6	30	19,50	5,35	-,00	,86
Rezignácia	6	28	14,82	4,59	,09	,78
Sebaobviňovanie	6	30	16,08	5,26	,12	,83
Životná spokojnosť	5	35	23,52	5,83	-,48	,86

V prvom kroku bola za účelom zisťovania vzťahu medzi jednotlivými stratégiami zvládania a životnou spokojnosťou realizovaná korelačná analýza. V druhom kroku bol realizovaný výpočet kolinearit. Medzi premennými nebola detekovaná multikolinearita. V treťom kroku bola použitá regresná analýza, metóda stepwise pomocou programu SPSS. Boli vytvorené dva bloky prediktorov: 1. blok = rod a vek a 2. blok = stratégie zvládania. Výsledky sú uvedené v tabuľke 2.

Tabuľka 2. Regresné modely pre rod, vek, stratégie zvládania ako prediktory a životnú spokojnosť ako kritérium (akceptované modely; $p < ,05$)

Prediktor	R	R ² - change	B	T	p
Životná spokojnosť (F_{total} (3, 153) = 17,01; $p < ,001$)					
Kontrola reakcií	,289	,083**	,425	3,895	,000
Náhradné uspokojenie	,289	,010*	,196	2,112	,036
Úniková tendencia	,50	,17**	-,55	-5,83	,000
(Constant)			20,059		

Poznámka: * znamená $p < ,05$; ** znamená $p < ,01$; *** znamená $p < ,001$. Stratégie zvládania (kontrola reakcií, náhradné uspokojenie, úniková tendencia) nadobúdajú hodnoty 0 až 4, vysoká hodnota indikuje silnú mieru konštruktu a nízka hodnota slabú mieru konštruktu. Životná spokojnosť nadobúda hodnoty 1 až 5, vysoká hodnota indikuje silnú mieru konštruktu, nízka hodnota slabú mieru konštruktu.

V prípade životnej spokojnosti bolo zistené, že z testovaných prediktorov sa ako významné preukázali 3 prediktory, a to pozitívne stratégie kontrola reakcií (8 % variancie) a náhradné uspokojenie (1 % variancie), ktoré boli so životnou spokojnosťou v pozitívnom vzťahu a negatívna stratégia úniková tendencia (17 % variancie), ktorá bola so životnou spokojnosťou v negatívnom vzťahu.

DISKUSIA

V predkladanej štúdií sa ako významné prediktory podieľajúce sa na ovplyvňovaní životnej spokojnosti potvrdili stratégie kontrola reakcií, náhradné uspokojenie a úniková tendencia.

Stratégia kontrola reakcií predstavuje pozitívnu stratégiu zameranú na aktívne zvládanie, ktorá v sebe odráža tendenciu kontrolovať vlastné reakcie pri záťaži na základe dvoch aspektov, kedy môže vzniknutej záťaži čeliť alebo nedovoliť, aby k vzrušeniu vôbec došlo, prípadne ho nedať na seba vedieť (napr. zachovať pokoj) (Janke & Erdmann, 2003). V našom prípade táto stratégia vysvetlila 8 % variancie životnej spokojnosti. Stratégiu náhradné uspokojenie Janke a Erdmannová (2002) radia k pozitívnym stratégiám odklonu, ktoré zahŕňajú konanie orientované na odklon od stresovej situácie a zároveň príklon k alternatívnym situáciám alebo aktivitám. V prípade náhradného uspokojenie ide o konanie zamerané na kladné emócie, ktoré nie sú kompatibilné so stresom a vzťahujú sa k sebaopisovaniu prostredníctvom vonkajších odmiern napr. kúpiť si niečo, zjesť niečo dobré a pod. Táto stratégia vysvetlila 1% variancie. Platí, že dospelé osoby, ktoré častejšie využívajú stratégiu kontrola reakcií a stratégiu náhradné uspokojenie majú vyššiu úroveň životnej spokojnosti. Naše výsledky sú v zhode s viacerými autormi (Dubey & Agarwal, 2004; 2007; Tamini & Ansari, 2014), ktorí potvrdili, že používanie stratégie aktívneho zvládania zameraných na riešenie problému, t. j. pozitívnym stratégií súvisí s vyššou mierou životnej spokojnosti. Do istej miery môžeme vnímať aj určitú zhodu s výsledkami autorov Janke a Erdmannovej (2003), ktorí potvrdili, že osoby v strednej a neskorej dospelosti využívajú stratégiu náhradné uspokojenie k navodeniu menej ohrozujúceho a zvládnuteľného stavu napr. upriamením pozornosti na iné pozitívne aktivity, a tým zvyšujú ich spokojnosť so životom. Avšak v prípade náhradného uspokojenia je potrebná opatrná interpretácia z dôvodu veľmi nízkeho percenta variancie, ktorá otvára priestor pre hľadanie ďalších stratégií zvládania ovplyvňujúcich životnú spokojnosť vo väčšej miere.

Z oblasti negatívnych stratégií sa ako jediná stratégia presadila úniková tendencia, ktorá bola v negatívnom vzťahu. Negatívne stratégie vo všeobecnosti zahŕňajú tendenciu k využívaniu nepriaznivých skôr stres posilňujúcich spôsobov spracovania a zároveň reflektujú chýbajúce kompetencie zvládania. Podstata stratégie úniková tendencia spočíva v neschopnosťou čeliť záťažovej situácii (Janke & Erdmann, 2003). V prípade, že dospelé osoby rezignujú na riešenie svojich stresových životných situácií a snažia sa z nich uniknúť, má to nepriaznivý vplyv na celkové vnímanie ich spokojnosti so životom. Táto stratégia vysvetlila 17% variancie životnej spokojnosti. V tomto prípade možno uvažovať, že platí, že dospelé osoby, u ktorých je prítomná nižšia úroveň spokojnosti so životom častejšie využívajú negatívnu stratégiu únikovej tendencie. K podobným výsledkom dospeli aj iní autori (Holubová et al., 2018; Lewinshon, Render & Seely, 1991).

Nepotvrdenie sociodemografických premenných, konkrétne rodu a veku, môže byť dôsledkom nerovnomerného zastúpenia respondentov, pričom vo výskumnom súbore bola prevaha žien, ktoré podľa predchádzajúceho výskumu menej často siahajú po stratégiách zameraných na riešenie (Veisani et al., 2021). Z hľadiska veku to môže súvisieť s nezaraďením osôb aj v období mladšej dospelosti. V rámci výskumu je nevyhnutné poukázať aj na niekoľko obmedzení štúdie.

Účastníci výskumu primárne vyplňali sebahodnotiace dotazníky, kde ich odpovede môžu byť ovplyvnené aktuálnym stavom a ich ochotou spolupracovať. Zároveň za limitujúci možno považovať zber údajov, ktorý prebiehal online formou, kedy nebolo možné zabezpečiť rovnaké podmienky pre všetkých účastníkov. Za limit výskumu tiež považujeme nerovnomerné zastúpenie respondentov z hľadiska pohlavia. V rámci výskumu neboli kontrolované ďalšie vonkajšie premenné napr. osobnostné charakteristiky, demografické faktory a ostatné kontextové premenné. V budúcom výskume preto odporúčame zamerať sa na tieto premenné, prípadne overovanie ďalších mediujúcich premenných, ktoré sa podieľajú na vysvetlení vzťahu medzi zvládaním záťaže a životnou spokojnosťou. Hlbšie preskúmanie tohto vzťahu by mohlo prispieť k vypracovaniu efektívnych nástrojov na podporu životnej spokojnosti, ako aj na prevenciu a zvládanie súvisiacich problémov.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., & Saltzman, H. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127, 87–127. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.127.1.87>
- Deniz, M. (2006). The relationships among coping with stress, life satisfaction, decision-making styles and decision self-esteem: An investigation with Turkish university students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 34(9), 1161–1170. <https://doi.org/10.2224/sbp.2006.34.9.1161>
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653–663. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.68.4.653>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Dubey, A., & Agarwal, A. (2004). Feeling well inspite of chronic illness. *Psychological Studies*, 49(1), 65–68.
- Dubey, A., & Agarwal, A. (2007). Coping strategies and life satisfaction: Chronically ill patients' perspectives. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(2), 161–168.
- Holubova, M., Prasko, J., Ociskova, M., Grambal, A., Slepecky, M., Marackova, M., Kamaradova, D., & Zatkova, M. (2017). Quality of life and coping strategies of outpatients with a depressive disorder in maintenance therapy - a cross-sectional study. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 14, 73–82. <https://doi.org/10.2147/NDT.S153115>
- Chen, S., Zheng, Q., Pan, J., & Zheng, S. (2000). Preliminary development of coping style scale for middle school students. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 8, 211–237.
- James, C., Bore, M., & Zito, S. (2012). Emotional intelligence and personality as predictors of psychological well-being. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 30, 425–438. <https://doi.org/10.1177/00734282912449448>
- Končeková, L. (2010). *Vývinová psychológia 3*. Prešov: Vydavateľstvo Michala Vaška.
- Janke, W., & Erdmanová, G. (2003). *Strategie zvládání stresu – SVF 78*. Praha: Testcentrum.

- Krämer, M. D., Rohrer, J. M., Lucas, R. E., & Richter, D. (2024). Life events and life satisfaction: Estimating effects of multiple life events in combined models. *European Journal of Personality, 39*(1), 3-23. <https://doi.org/10.1177/08902070241231017>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company
- Lewinshon, P. M., Render, J. E., & Seely, J. R. (1991). *The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New Perspectives*. In F. Strack, Micheal Argyle and Norbert Schwartz (Eds.) *Subjective well being: An Interdisciplinary Perspective* (pp. 143-169)
- England: Pergamon Press Lowenstein, A., Katz, R., & Gur-Yaish, N. (2007). Reciprocity in parent-child exchange and life satisfaction among the elderly: a cross-national perspective. *Journal of Social Issue, 63*, 865–883. <https://doi: 10.1111/j.1540-4560.2007.00541.x>
- Marquez-Arrico, J. E., Benaiges, I., & Adan, A. (2015). Strategies to cope with treatment in substance use disorder male patients with and without schizophrenia. *Psychiatry research, 228*(3), 752–759. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.05.028>
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with Life scale. *Psychological Assessment, 5*(2), 164–172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Sensoy Bahar, O., Byansi, W., Nartey, P. B., Ibrahim, A., Boateng, A., Kumbelim, K., Nabunya, P., McKay, M. M., & Ssewamala, F. M. (2024). Self-esteem and self-concept as correlates of life satisfaction and attitudes toward school among Ghanaian girls. *Journal of research on adolescence, 34*(1), 185–191. <https://doi.org/10.1111/jora.12910>
- Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2015). Problem-focused and emotion-focused coping options and loneliness: how are they related? *European journal of ageing, 12*(2), 153–161. <https://doi.org/10.1007/s10433-015-0336-1>
- Skinner, E., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin, 129*(2), 216–269.
- Szcześniak, M., Mazur, P., Rodzeń, W., & Szpunar, K. (2021). Influence of life satisfaction on self-esteem among young adults: The mediating role of self-presentation. *Psychology Research and Behavior Management, 14*, 1473-1482. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S322788>
- Tamini, B. K., & Ansari, A. (2014). Relationship of stress coping strategies and life satisfaction among students. *International Journal of Psychology, 8*(1), 156-165.
- Veisani, Y., Jalilian, Z., Sadeghifard, Y. Z., & Mohamadian, F. (2021). Association between common stressful life events and coping strategies in adults. *Journal of education and health promotion, 10*, 307. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_519_20
- Xu, L., Liu, R. D., Ding, Y., Mou, X., Wang, J., & Liu, Y. (2017). The Mediation Effect of Coping Style on the Relations between Personality and Life Satisfaction in Chinese Adolescents. *Frontiers in Psychology, 8*(1076), 1-13. <https://doi: 10.3389/fpsyg.2017.01076>

Zvauya, R., Oyebode, F., Day, E. J., Thomas, C. P., & Jones, L. A. (2017). A comparison of stress levels, coping styles and psychological morbidity between graduate-entry and traditional undergraduate medical students during the first 2 years at a UK medical school. *BMC research notes*, *10*(1), 93. <https://doi.org/10.1186/s13104-017-2395-1>

***SITUAČNÝ TEST EMOČNEJ FLEXIBILITY (STEF): PILOTNÉ
OVEROVANIE KRITERIÁLNEJ VALIDITY V OBLASTI DUŠEVNEJ
POHODY A SEBAHODNOTENIA***

***THE SITUATIONAL TEST OF EMOTION FLEXIBILITY (STEF):
CRITERION VALIDITY PILOT VERIFICATION IN RELATION TO
WELL-BEING AND SELF-ESTEEM***

*Lubor Pilárik, Viktória Pšiteková, Simona Glázerová, Eva Virostková Nábělková, Lada
Kaliská & Zuzana Heinzová*

Department of Psychology, Matej Bel University in Banská Bystrica

E-mail: lubor.pilarik@umb.sk

ABSTRAKT

Stratégie regulácie emócií sú overované z hľadiska ich adaptívnej a maladaptívnej roly v psychickom zdraví. V poslednej dekáde sa časť záujmu presúva k skúmaniu flexibility používania rôznych stratégií regulácie emócií. Možnosti merania flexibility emočnej regulácie sú výrazne obmedzené vzhľadom na absenciu nástrojov, prípadne ich dotazníkový charakter. Situačný test emočnej flexibility (STEF) je novovytváraný merací nástroj zameriavajúci sa na meranie šiestich stratégií emočnej regulácie, situačnej flexibility expresie emócií a adaptívneho repertoáru stratégií pri regulácii negatívnych emócií. Príspevok prezentuje výsledky overovania kritériálnej validity STEF na dvoch vzorkách vysokoškolských študentov (N = 340) vo vzťahu k sebaúčinnosti, sebaúcte, psychologickú a subjektívnej pohode. Korelačnou analýzou bolo zistené, že stratégie kognitívneho prehodnocovania ako i adaptívny repertoár stratégií pozitívne súviseli so sebaúčinnosťou, sebaúctou, určitými aspektami psychologickú pohody a prežívaním pozitívnych emócií. Naopak, stratégie ruminácie negatívne súvisela so sebaúctou, niektorými aspektami psychologickú pohody a pozitívne s prežívaním negatívnych emócií. Výsledky podporujú kritériálnu validitu STEF.

Kľúčové slová

stratégie regulácie emócií; emočná flexibilita; kritériálna validita; duševná pohoda; sebaúcta

ABSTRACT

Emotion regulation strategies have been verified in terms of their adaptive and maladaptive roles in mental health. In last decade the focus has changed to examine the flexibility of different emotion regulation strategies usage. Opportunities to measure flexibility in emotion regulation are limited due to the absence of instruments, especially their questionnaire nature. The

Situational Test of Emotion Flexibility (STEF) is a newly developed instrument measuring six emotion regulation strategies, situational flexibility of emotion expression, and the adaptive repertoire of strategies for regulating negative emotions. This article presents the results of the STEF criterion validation with two samples of undergraduate students ($N = 340$) in relation to self-efficacy, self-esteem, psychological and subjective well-being. Correlation analyses revealed the cognitive reappraisal strategy and the adaptive repertoire of strategies were positively related to self-efficacy, self-esteem, certain aspects of psychological well-being, and the experience of positive emotions. In contrast, the rumination strategy was negatively associated with self-esteem and some aspects of psychological well-being and positively related to experiencing negative emotions. The results support the criterion validity of the STEF.

Keywords

emotion regulation strategies; emotion flexibility; criterion validity; well-being; self-esteem

Funding

VEGA No. 1/0569/22 Emotion flexibility - emotion regulation strategies in changing conditions as mental health protective factors.

INTRODUCTION

Emotions are crucial for human experience and behaviour, shaping mental health and social interactions. Over the last two decades, research has demonstrated that difficulties in emotion regulation (ER) are essential to both the development and maintenance of well-being and psychopathology (Aldao et al., 2010; Kraiss et al., 2020). A broad spectrum of ER strategies has been identified, and researchers have aimed to validate their adaptive potential. For example, cognitive reappraisal, acceptance and self-compassion have been shown to have positive mental health outcomes (Aldao et al., 2015).

In contrast, strategies such as rumination, suppression, and avoidance are considered less adaptive (e.g., Aldao et al., 2010; Sloan et al., 2017; Dietrich et al., 2014). However, introducing ER flexibility concept has challenged the strict distinction between adaptive and maladaptive strategies. The *Three Sequential Components of Regulatory Flexibility Model* posits that ER flexibility is guided by three sequential components: context sensitivity, repertoire, and feedback responsiveness. Repertoire, as the flexibility of ER strategies, refers to the use of a variety of regulatory strategies (Bonanno & Burton, 2013). Nonetheless, assessing the flexibility of ER strategies remains challenging due to the absence of standardised instruments.

The Situational Test of Emotion Flexibility (STEF) is a newly developed measurement instrument that measures six ER strategies, situational flexibility of emotion expression, and the adaptive repertoire of techniques for regulating negative emotions (Pílárik et al., 2024). This study aimed to assess the criterion validity of the STEF with indicators of subjective and psychological well-being and two aspects of self-concept, namely self-esteem and self-efficacy.

METHODS

The research was conducted in two studies that had a cross-sectional correlational design.

Sample

The data were collected between February and April 2024 online using social media and face-to-face paper-pencil method. Study 1 involved 162 undergraduate students (128 females). The sample 1 age mean was 21.5 (SD=1.8) ranging between 18-29 years. Study 2 involved 178 undergraduate students (130 females). The sample 2 age mean was 20.9 (SD=1.9) ranging between 18-26 years. Participation was anonymous, and participants gave informed consent before participating in the research.

Instruments

Study 1

The Subjective Emotional Habitual Well-being Scale (SEHP; Džuka & Dalbert) contains ten items in the form of specific emotions, including four positive emotion items and six negative emotion items rated on a six-point scale. Internal consistency of both scales demonstrated acceptable levels (Cronbach $\alpha = .78$ - both scales).

The PERMA-Profiler (Butler & Kern) is based on Seligman's model, measuring five pillars of flourishing: positive emotions (P), engagement (E), positive relationships (R), meaning (M), and accomplishment (A). The questionnaire consists of 15 items (3 items for each pillar), rated on a five-point scale. The PERMA pillars' internal consistency (Cronbach α) was as follows: P = .88; E = .72; R = .54; M = .73; A = .74).

Study 2

The Rosenberg's Self-Esteem Scale (RSES; Rosenberg) is a 10-item scale measuring self-esteem, with items answered on a four-point scale. Internal consistency of the scale demonstrated an acceptable level (Cronbach $\alpha = .84$).

The Generalized Self-Efficacy Scale (GSES; Schwarzer & Jerusalem) measures an individual's general beliefs about their abilities, regardless of the situation in which they find themselves. GSES is a 10-item scale, with items answered on a four-point scale. Internal consistency of the scale demonstrated an acceptable level (Cronbach $\alpha = .89$).

Study 1 and 2

The Situational Test of Emotion Flexibility.01 (STEF.01; Pilárik et al., 2024) encompasses nine pairs of scenarios (18 scenarios in total). Scenarios were used to evoke three negative emotions (three scenarios for each emotion of fear, sadness and anger). The pairs of scenarios have the same content but are different in the context in which they are set (e.g., the presence of another person). The following six ER strategies were analyzed being the same for each scenario: a) I accept my emotion and have no need to change it (acceptation); b) I decide to see the situation from a broader perspective (cognitive reappraisal); c) I think over and over about my emotion and its causes (rumination); d) I openly express my emotion. (express it) (expression of emotion); e) I ignore my emotion (push it out) (ignoring); f) I have a kind understanding of my emotion (self-compassion). Participants rated the likelihood of their response on the following four-point scale (0 - "definitely no", 3 - "definitely yes"). The summary score for each ER strategy was calculated as the average of the responses across all 18 scenarios. *Emotion expression flexibility* was calculated as the difference between the score for adaptive expression or non-expression of emotion and the disproportion between the tendency to express and not express emotion. *The adaptive repertoire of RE strategies* score reflects the extent to which the respondent uses different types of adaptive ER strategies (cognitive reappraisal, acceptance,

and self-compassion) across the three included negative emotions (see Virostková Nábělková et al., 2025).

Statistical analysis

The normality of the data distribution was assessed before analysis using Kolmogorov-Smirnov test. The test results did not support the normality of the distribution of the variables. Data were analysed using Spearman correlation coefficients with JASP statistical software. The effect size of the correlation coefficients was assessed as follows: .2, .3, and .5 (weak, moderate, strong, respectively).

RESULTS

The results of the correlation analysis showed that flexibility in expressing emotions was not related to subjective or psychological well-being, self-efficacy, or self-esteem. On the other hand, the repertoire of adaptive emotion regulation strategies was weakly positively related to positive emotions (as a factor of subjective well-being), meanings and accomplishment (as factors of psychological well-being), as well as self-efficacy and self-esteem (Table 1).

Table 1. Spearman correlations between emotional flexibility (STEF), subjective well-being (SEHP), psychological well-being (PERMA), self-efficacy (GSES), and self-esteem (RSES)

		STEF	
		Flex_expr	Adap_rep
SEHP	positive emotions	.08	.24**
	negative emotions	.04	-.04
PERMA	positive emotions	-.08	.15
	engagement	-.09	.09
	positive relationships	.00	.08
	meaning	-.06	.28***
	accomplishment	-.08	.23**
GSES	self-efficacy	-.09	.25***
RSES	self-esteem	.00	.20*

Note. STEF - The Situational Test of Emotion Flexibility; SEHP - The Subjective Emotional Habitual Well-being Scale; PERMA - The PERMA-Profiler; GSES - The Generalised Self-Efficacy Scale; RSES - The Rosenberg's Self-Esteem Scale; Exp_Flex –emotion expression flexibility; Adapt_rep –adaptive emotion regulation strategies repertoire; *** p < .001; ** p < .01; * p < .05.

Among the ER strategies, cognitive reappraisal revealed weak to moderate positive relationships with subjective and psychological well-being, self-efficacy, and self-esteem factors. Similarly, self-compassion was weakly positively related to some subjective and psychological well-being factors but unrelated to self-efficacy and self-esteem. Contrary to our expectations, acceptance was not related to any of the well-being and self-concept factors examined. Rumination, as a predicted less adaptive strategy, was weakly negatively related to

psychological well-being factors and positively related to negative emotions (subjective well-being factor). Expressing and ignoring emotions were weakly positively only related to the psychological well-being factor of positive relationships (Table 2).

Table 2. Spearman's correlations between emotion regulation strategies (STEF), subjective well-being (SEHP), psychological well-being (PERMA), self-efficacy (GSES), and self-esteem (RSES)

		STEF					
		Acc	Reapp	Rum	Expr	Ign	Comp
SEHP	positive emotions	-.02	.28***	-.04	.08	.04	.25***
	negative emotions	.01	-.11	.19*	.07	.02	.05
PERMA	positive emotions	.002	.20*	-.10	.09	-.07	.09
	engagement	.12	.26***	-.08	.08	.04	.06
	positive relationships	.07	.14	.07	.20*	-.17*	.19
	meaning	.07	.30***	-.18*	-.02	-.08	.25***
	accomplishment	.07	.26***	-.23**	.00	-.08	.17*
GSES	self-efficacy	.08	.32***	-.03	.06	-.05	.07
RSES	self-esteem	.05	.24**	-.16	.04	-.09	.09

Note. STEF - The Situational Test of Emotion Flexibility; SEHP - The Subjective Emotional Habitual Well-being Scale; PERMA - The PERMA-Profiler; GSES - The Generalised Self-Efficacy Scale; RSES - The Rosenberg's Self-Esteem Scale; Acc – acceptance; Reapp – cognitive reappraisal; Rum – rumination; Expr – emotion expression; Ign – ignoring; Comp – self-compassion; *** $p < .001$; ** $p < .01$; * $p < .05$.

DISCUSSION

The study provides the first empirical findings on selected psychometric properties of the STEF instrument. It also contributes to understanding ER flexibility and its relations to well-being and self-concept. It highlights the value of ER strategies while challenging some assumptions about their links with subjective and psychological well-being, self-esteem, and self-efficacy.

Unexpectedly, flexibility in emotion expression was not significantly related to subjective or psychological well-being, self-esteem, or self-efficacy. That suggests that flexible emotion expression may not directly increase well-being. Ladecký and Pilárik (2024) came to a similar conclusion where flexibility in emotion expression was only marginally related to symptoms of anxiety and depression in adolescents. However, an adaptive repertoire of ER strategies was positively related to subjective well-being (positive emotions), psychological well-being (meaning, accomplishment), self-esteem, and self-efficacy, supporting the assumption that a wide range of ER strategies fosters resilience and well-being (Aldao et al., 2015).

Cognitive reappraisal was consistently related to positive well-being and self-concept outcomes. That is consistent with research showing that reappraising negative situations positively increases emotion resilience (Gross & John, 2003). Self-compassion also correlated positively with subjective and psychological well-being but was not related to self-efficacy or

self-esteem. While self-compassion promotes emotion resilience (Zessin et al., 2015), it may not directly influence perceptions of personal competence.

As predicted, rumination was negatively related to psychological well-being and was associated with increased negative emotions, reinforcing its role in perpetuating emotion distress (Nolen-Hoeksema et al., 2008). Ignoring emotions was associated with weaker positive relationships, reflecting how emotion suppression can impair interpersonal functioning and overall well-being (Gross & Levenson, 1997). Surprisingly, acceptance was not significantly related to well-being or self-concept factors. Although often considered more adaptive (Stenhoff et al., 2020), the passive nature of acceptance may not yield immediate benefits, suggesting that further research is needed to understand its long-term effects and contextual appropriateness.

Future research should examine other aspects of STEF validity (e.g., in relation to emotion disorder symptoms) and the long-term effects of strategies such as acceptance. Longitudinal studies may also clarify how ER flexibility develops across life span and its role in well-being. Last but not least, test methods can help overcome the limits of self-report measurement.

CONCLUSION

This study highlights the value of ER strategy flexibility, as measured by the STEF.01, in promoting well-being and self-concepts. While emotion flexibility in expression was not directly related to well-being, a broad range of adaptive ER strategies was positively correlated with psychological and subjective well-being, self-esteem, and self-efficacy. On the other hand, the concept of ER flexibility itself turns out to be multidimensional, which may lead to the development of different approaches for its assessment.

REFERENCES

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Aldao, A., Sheppes, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation flexibility. *Cognitive Therapy and Research, 39*(3), 263–278. <https://doi.org/10.1007/s10608-014-9662-4>
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory flexibility: An individual differences perspective on coping and emotion regulation. *Perspectives on psychological science, 8*(6), 591–612. <https://doi.org/10.1177/1745691613504116>
- Diedrich, A., Grant, M., Hofmann, S., Hiller, W., & Berking, M. (2014). Self-compassion as an emotion regulation strategy in major depressive disorder. *Behaviour Research and Therapy, 58*, 43–51. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2014.05.006>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology, 106*(1), 95–103. <https://doi.org/10.1037/0021-843x.106.1.95>

- Kraiss, J. T., Klooster, P. M. T., Moskowitz, J. T., & Bohlmeijer, E. T. (2020). The relationship between emotion regulation and well-being in patients with mental disorders: A meta-analysis. *Comprehensive Psychiatry*, *102*, 152189. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152189>
- Ladecký, J., & Pilárik, L. (2024). Flexible expression of emotions in relation to symptoms of depression and anxiety in emerging adulthood. In *Psychological Applications and Trends 2024* (pp. 369–371). <https://doi.org/10.36315/2024inpact077>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, *3*(5), 400–424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Pilárik, L., Virostková Nábělková, E., Heinzová, Z., & Kaliská, L. (2024). The situational test of emotional flexibility: The expert's consensus on the emotion regulation strategy effectiveness. In *Psychological Applications and Trends 2024* (pp. 377–379). <https://doi.org/10.36315/2024inpact080>
- Sloan, E., Hall, K., Moulding, R., Bryce, S., Mildred, H., & Staiger, P. K. (2017). Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, *57*, 141–163. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.09.002>
- Stenhoff, A., Steadman, L., Nevitt, S., Benson, L., & White, R. G. (2020). Acceptance and commitment therapy and subjective well-being: A systematic review and meta-analyses of randomised controlled trials in adults. *Journal of Contextual Behavioral Science*, *18*, 256–272. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.08.008>
- Virostková Nábělková, E., Balciráková, N., Pilárik, L., Kaliská, L., & Heinzová, Z. (2025 in press). Vývoj a overenie psychometrických vlastností Situačného testu emočnej flexibility. In *Zborník príspevkov z konferencie Sociálne procesy a osobnosť 2024*.
- Zessin, U., Dickhäuser, O., & Garbade, S. (2015). The Relationship Between Self-Compassion and Well-Being: A Meta-Analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, *7*(3), 340–364. <https://doi.org/10.1111/aphw.12051>

OD TRAUMY K OSAMELOSTI: VÝZNAM TRAUMATICKÝCH SKÚSENOSTÍ A VZŤAHOVEJ VÄZBY PRE PREŽÍVANIE OSAMELOSTI

FROM TRAUMA TO LONELINESS: THE IMPORTANCE OF TRAUMATIC EXPERIENCES AND ATTACHMENT FOR THE EXPERIENCE OF LONELINESS

Lenka Selecká & Ivana Václaviková

Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave, Katedra psychológie

E-mail: lenka.selecka@ucm.sk

ABSTRAKT

Príspevok sa sústreďí na prežívanie osamelosti v kontexte traumatických skúseností a vzťahovej väzby. Cieľom je identifikovať v slovenskej populácii (N=3073; M=33,03, SD=11,69) mieru traumatizácie a zastúpenie jednotlivých foriem vzťahovej väzby, vrátane overenia prediktívneho významu sledovaných premenných pre pocit osamelosti. Metódy: 1. Dotazník vzťahu (The Relationship Questionnaire – RQ, Bartholomew & Horowitz, 1991); 2. Škála prežívania v blízkych vzťahoch (The Experiences in Close Relationships Revised – ECR-R-SK-14, Fraley, Waller, & Brennan, 2000); 3. Dotazník Trauma z detstva (Childhood Trauma Questionnaire – CTQ, Bernstein, Fink, 1998); 4. Škála osamelosti UCLA (UCLA Loneliness Scale, Russell, 1996). Výsledky: Z hľadiska prevalencie, najčastejšou klinicky významnou traumatizáciou z detstva je fyzické zanedbávanie (28,3%), nasleduje emocionálne týranie (26,3%), emocionálne zanedbávanie (20,9%), fyzické týranie (12,7%) a sexuálne zneužívanie (8,6%). Prediktívny význam ($R^2=0,414$) pre mieru osamelosti vykazujú emocionálne a fyzické týranie, emocionálne zanedbávanie, vzťahová úzkosť a vyhýbavosť. Bezpečný vzťahový štýl má protektívny význam voči pocitu osamelosti.

Kľúčové slová

trauma; osamelosť; vzťahová väzba

ABSTRACT

The article deals with the experience of loneliness in the context of traumatic experiences and attachment. In the Slovak population (N=3073; M=33.03, SD=11.69), the occurrence of traumatization and attachment styles is determined, including the examination of the predictive significance of the observed variables for the feeling of loneliness. Methods: 1. Relationship Questionnaire (RQ, Bartholomew & Horowitz, 1991); 2. Experiences in Close Relationships Revised (ECR-R, Fraley, Waller, & Brennan, 2000); 3. Childhood Trauma Questionnaire (CTQ, Bernstein, Fink, 1998); 4. UCLA Loneliness Scale (Russell, 1996). Results: In terms of

prevalence, the most common clinically significant childhood trauma is physical neglect (28.3%), followed by emotional abuse (26.3%), emotional neglect (20.9%), physical abuse (12.7%), and sexual abuse (8.6%). Emotional and physical abuse, emotional neglect, relationship anxiety and avoidance behavior have a predictive significance ($R^2=0.414$) for the degree of loneliness. A secure relationship style has a protective effect against feelings of loneliness.

Keywords

trauma; loneliness; attachment

ÚVOD

Trauma je dôsledkom udalosti, ktorá presahuje aktuálnu schopnosť jedinca zvládať záťaž z nej plynúcu a možno o nej hovoriť ako o univerzálnej ľudskej skúsenosti s častým začiatkom už v detstve (Kaščáková a kol., 2020). Najväčšie riziko z hľadiska budúcich ťažkostí predstavujú nepriaznivé skúsenosti so vzťahovými osobami (Breidenstine et al., 2011). Aj mnohé prejavy netypického správania a prežívania vyplývajú z traumatických skúseností (Klepáčková a kol., 2020). Aká je ich miera a formy vzťahovej väzby v slovenskej populácii? Predikujú prežívanie osamelosti v dospelom živote?

Podľa štúdie WHO, 70,4% z takmer 70 000 osôb z 24 krajín sveta počas života zažilo traumatickú udalosť (Kessler et al., 2017). Stoltenborgh et al. (2015) uvádzajú celosvetovú prevalenciu detských traumatických skúseností: 36,3% pre emocionálne zneužívanie; 22,6% pre fyzické násilie; 7,6% pre sexuálne zneužívanie chlapcov a 18% pre sexuálne zneužívanie dievčat; 18,4% pre emocionálne zanedbávanie a 16,3% pre fyzické zanedbávanie. Výskyt traumatizácie v detstve v slovenských podmienkach skúmala Kaščáková a kol. (2020). Podľa klinického cut-skóre, najčastejšie je fyzické a emočné zanedbávanie (35,7% a 17,1%), emočné týranie (11,7 %), fyzické týranie (11%) a sexuálne zneužívanie (5,7%). V prípade použitia cut-skóre s nižšími prahovými hodnotami bolo emočné týranie zistené u 15,8% a emočné zanedbávanie až u 48% obyvateľov SR. Viac ako tri typy zlého zaobchádzania zažívalo v detstve 10,9%, resp. 14,7% obyvateľstva.

Pripútanie je systém správania a motivácie, ktorého vonkajším cieľom je udržať fyzickú blízkosť dieťaťa k opatrovateľskej osobe a vnútorným cieľom je dosiahnuť pocit bezpečia (Bowlby in Hašto, 2005). Reakcie dospelého na potreby dieťaťa, vyjadrené v štyroch typoch vzťahovej väzby (bezpečná, vyhýbavá, úzkostná a dezorganizovaná), ovplyvňujú skúsenosti v blízkych vzťahoch naprieč celým životom. Skúsenosti, charakterizované vnímavosťou, citlivosťou a dostupnosťou, podporujú vývin pozitívnych reprezentácií seba a iných. Negatívne skúsenosti zvyčajne vedú k vzťahovej úzkostnosti a/alebo vyhýbavosti (Mikulincer & Shaver, 2018), ktoré potom predstavujú problémy v sociálnych vzťahoch (Nagyová, 2022).

Traumatické skúsenosti z detstva vychylujú normálny vývin a dôveru človeka v medziľudské vzťahy (Breidenstine et al., 2011). Kreujú pocit, že svet nie je bezpečný (Klepáčková a kol., 2020) a vedú k neistej forme vzťahovej väzby, pretože trauma 1. odpája od vzťahových zdrojov, 2. spôsobuje ťažkosti s pripútaním, 3. ovplyvňuje vnútorný pracovný model (dieťaťa) a rozvoj sociálnych zručností (Tomlinson et al., 2011). Ďalej vedú k potláčaniu vlastných pocitov, predstieraniu absencie potreby náklonnosti (Stien & Kendall, 2014), oslabujú schopnosť porozumieť sociálnym podnetom, čím spôsobujú problémy s vytváraním väzieb. U ľudí

s dezorganizovanou vzťahovou väzbou sú významne viac zastúpené rôzne typy traumatizácie v detstve (Kaščáková a kol., 2020).

Osamelosť je vzťahový aj emocionálny zážitok, v ktorom pocit izolácie sprevádzajú pocity bolesti bez ohľadu na realitu samoty (Landry et al., 2022). Nezáhŕňa len sociálnu izoláciu, ale aj psychické trápenie plynúce z nedostatku zmysluplných vzťahov. Ľudia s ťažkosťami vytvárať vzťahy a s náročným prežívaním vzťahovosti sa môžu cítiť osamelejšie – trauma v detstve aj v dospelosti predikuje pocity osamelosti (Kearney et al., 2018; Hyland et al., 2019). Ťažkosti pri zdieľaní traumatických zážitkov môžu viesť k pocitom odcudzenia a osamelosti (Stein & Tuval-Mashiach, 2015).

Výskumným cieľom je identifikovať v slovenskej populácii mieru traumatizácie a zastúpenie jednotlivých foriem vzťahovej väzby, vrátane overenia ich prediktívneho významu pre pocit osamelosti.

METÓDY

Výskumná vzorka

Dáta boli získané od reprezentatívnej vzorky mužov a žien (N=3073; M=33,03, SD=11,69) vo veku 18 až 70 rokov. Toto kritérium bolo zvolené z dôvodu identifikácie miery a foriem traumatizácie, ktoré sa vyskytujú v detstve a zastúpenia jednotlivých foriem vzťahovej väzby u dospelaj slovenskej populácie.

Metódy

Dotazník vzťahu (Bartholomew & Horowitz, 1991; autorský preklad) na Likertovej škále sleduje bezpečný, vyhýbavý, dezorganizovaný a úzkostný vzťahový štýl. Je možné vypočítať skóre modelu self, ktorého negatívna hodnota zodpovedá úzkostnosti, a modelu ostatných, ktorého negatívna hodnota zodpovedá vyhýbavosti.

Škála prežívania v blízkych vzťahoch (Fralely et al., 2000, slov.: Švecová, a kol., 2021) na Likertovej škále zisťuje prežívanie vzťahu s partnerom/partnerkou v zmysle dvoch dimenzií: úzkostnosť („Často sa trápim tým, že partner/ka nebude chcieť so mnou zostať“) a vyhýbavosť („Je pre mňa pomerne jednoduché zblížiť sa s partnerom/kou“).

Dotazník Trauma z detstva (Bernstein & Fink, 1998; slov.: Petriková a kol., 2021) mapuje retrospektívne spomienky na udalosti. Obsahuje päť škál: emocionálne týranie v podobe verbálnej agresie („Ľudia v mojej rodine vraveli, že som hlúpy(-a), lenivý(-á), alebo škaredý(-á)“), fyzické týranie s následkami („Nieкто v mojej rodine ma bil tak veľmi, že som musel(-a) ísť k lekárovi alebo do nemocnice“), sexuálne zneužívanie („...mi ublíži alebo bude o mne klamať, ak s ním (ňou) nebudem robiť niečo sexuálne“), emocionálne zanedbávanie („Ľudia v mojej rodine boli k sebe pozorní“ – reverzná položka), fyzické zanedbávanie („Nemal(-a) som dostatok jedla“).

Škála osamelosti UCLA 3 (Russell, 1996; autorský preklad) obsahuje 20 položiek. Príklady: “Ako často máte pocit, že Vám chýba spoločnosť?”, “Ako často sa cítite byť súčasťou skupiny priateľov?”. Participant vyjadruje svoj súhlas s tvrdeniami na 4 stupňovej škále.

VÝSLEDKY

Walker a kol. (1999) pomocou klinického rozhovoru vytvorili hraničné skóre klinicky významného zneužívania a zanedbávania strednej až závažnej úrovne. Z hľadiska prevalencie, najčastejšou klinicky významnou traumatizáciou z detstva je fyzické zanedbávanie (28,3 %), nasleduje emocionálne týranie (26,3 %), emocionálne zanedbávanie (20,9 %), fyzické týranie (12,7 %) a sexuálne zneužívanie (8,6 %, vid' tab. 1).

Tabuľka 1. Prevalencia klinickej traumatizácie

	Počet	Percentuálne zastúpenie
Fyzické zanedbávanie	869	28,3 %
Emocionálne týranie	808	26,3 %
Emocionálne zanedbávanie	642	20,9 %
Fyzické týranie	390	12,7 %
Sexuálne zneužívanie	264	8,6 %

Ohľadom identifikácie zastúpenia vzťahovej väzby (zist'ované prostredníctvom ECR-R-SK 14) v sledovanej výskumnej vzorke sme zistili nasledujúce výsledky (tab. 2).

Tabuľka 2. Prevalencia vzťahovej väzby

	Počet	Percentuálne zastúpenie
Bezpečná	1162	39,3 %
Úzkostná	1029	34,8 %
Dezorganizovaná	565	19,1 %
Vyhýbavá	204	6,9 %

Prediktívne ($R^2=0,414$) pre mieru osamelosti sú: vzťahová úzkostnosť a vyhýbavosť, emocionálne týranie a emocionálne zanedbávanie, ako aj dezorganizovaná a úzkostná vzťahová väzba. Bezpečný vzťahový štýl a fyzické týranie majú protektívny význam voči pocitu osamelosti (tab. 3).

Tabuľka 3. Predikcia osamelosti prostredníctvom viacnásobnej regresnej analýzy

	B	95% CI	β	t	p
Konštanta	22,009	[20,458; 23,559]		27,828	0,001
Úzkostnosť	1,899	[1,663; 2,134]	0,255	15,828	0,001
Vyhýbavosť	1,623	[1,375; 1,872]	0,196	12,814	0,001
Emocionálne týranie	0,312	[0,210; 0,415]	0,130	5,985	0,001
Fyzické týranie	-0,257	[-0,395; -0,120]	-0,067	-3,670	0,001
Sexuálne týranie	0,090	[-0,043; 0,224]	0,022	1,326	0,185

	B	95% CI	β	t	p
Emocionálne zanedbávanie	0,394	[0,307; 0,482]	0,181	8,864	0,001
Bezpečná vzťahová väzba	-0,836	[-1,014; -0,659]	-0,138	-9,251	0,001
Dezorganizovaná vzťahová väzba	0,993	[0,817; 1,169]	0,175	11,079	0,001
Úzkostná vzťahová väzba	0,624	[0,446; 0,802]	0,104	6,884	0,001
Vyhýbavá vzťahová väzba	0,145	[-0,017; 0,308]	0,025	1,753	0,080

Poznámka: Štandardná metóda; CI=intervaly istoty pre B; DW=1,983.

DISKUSIA

Miera výskytu traumatických zážitkov v detskom veku sa blíži zisteniam ohľadom celosvetovej prevalencie (Stoltenborgh et al., 2015; Kessler et al., 2017). Je však možné, že naše zistenia sú podhodnotené, pretože 1. pre človeka je náročné vybavovať si traumatické skúsenosti a 2. sledujeme klinicky významný výskyt traumatizácie. Kaščáková a kol. (2020) konštatuje možnosť pracovať s cut-skóre s nižšími hodnotami (v SR zisťuje až 48% výskyt emočného zanedbávania oproti klinickému výskytu 17,1%, resp. 20,9% v našom výskume).

V oblasti vzťahovej väzby zisťujeme najčastejší výskyt bezpečného pripútania. Úzkostná vzťahová väzba je však zastúpená podobne, nehovoriac o alarmujúcom výskyte dezorganizovanej vzťahovej väzby, ktorá je z hľadiska neskoršieho výskytu psychopatológie najrizikovejšia (Kaščáková a kol., 2020). Traumatické zážitky z detstva ohrozujú vzťah s primárnym opatrovateľom, čo mení spôsob pripútania ku ostatným (Breidenstine et al., 2011) v zmysle rozvoja nejstej vzťahovej väzby (Hašto, 2005). Neistota vo vzťahoch – v podobe zvýšenej vzťahovej úzkostnosti a/alebo vyhýbavosti – predstavuje neustálu obavu, že vzťahová osoba nebude k dispozícii a/alebo nedôveru v podporu a lásku, nasledovanú snahou zachovať si nezávislosť od ostatných. Ľudia potom používajú hyperaktívne (nutkavé hľadanie blízkosti a ochrany) vs. deaktivované stratégie pripútania, ako je stiahnutie a emocionálny odstup (Mikulincer & Shaver, 2018).

Vzťahová úzkostnosť a vyhýbavosť v aktuálnom vzťahu s partnerom, spoločne s úzkostnou a dezorganizovanou vzťahovou väzbou predikujú mieru osamelosti. Rolu zohrávajú i emocionálne týranie a zanedbávanie (tiež Kearney et al., 2018; Hyland et al., 2019). Absencia bezpečného vzťahu zanecháva dieťa osamelé a jeho vnútorný model pripútania je charakteristický nedôverčivosťou a negativitou (Tomlinson et al., 2011), čo sa prenáša do ďalších vzťahov. Obranné mechanizmy, vytvorené na zvládnutie negatívneho presvedčenia o svete a ľuďoch v ňom, sú zakorenené veľmi hlboko a odolávajú zmene.

Bezpečný vzťahový štýl prispieva k nižšiemu pocitu osamelosti. Stabilný a dôverný vzťah aspoň s jednou osobou pôsobí z hľadiska psychického zdravia ako protektívny faktor (Hašto, 2005). Zároveň, kvalita vzťahovej väzby je významným prediktorom ďalšieho sociálneho a emocionálneho vývinu (Nagyová, 2022). I fyzické týranie znižuje pocit osamelosti. Môžeme uvažovať, že bazálne narušenie dôvery formuje model blízkych vzťahov do podoby natoľko ohrozujúcich, že si človek prestane pripúšťať potrebu blízkosti (Stien & Kendall, 2014). Opakované fyzické ohrozenie od blízkych ľudí učí odvrátiť sa od vzťahov a nehľadať útechu (Tomlinson et al., 2011). Pokiaľ blízke osoby v detstve predstavovali zdroj opatery a (fyzického) nebezpečia zároveň, ostáva nevyriešený konflikt, ktorý sa pri snahe o vytvorenie blízkeho vzťahu opätovne aktivuje (Hašto, 2005). To môže viesť k potlačeniu potreby mať blízke vzťahy i k nepripusteniu si pocitu osamelosti. Niekedy je totiž bezpečnejšie držať sa toho, čo je známe, než riskovať ochotu naviazať sa a zažiť ďalšie sklamanie.

Výsledky potvrdzujú význam traumatizácie prameniacej z detstva a vzťahového pripútania ako faktorov prispievajúcich pozitívne alebo negatívne k pocitu osamelosti. Aj zahraničný výskum potvrdzuje (1) význam traumatizácie pre pocit osamelosti v živote (napr. Kearney et al., 2018; Hyland et al., 2019) a tiež (2) význam bezpečnej vzťahovej väzby pre zníženie pocitu osamelosti (DiTommaso, et al. 2003). Zneužívanie v detstve súvisí s výraznejším prežívaním osamelosti mladých dospelých, najmä prostredníctvom pocitu človeka, že na ňom nezáleží (Flett et al., 2016). Fyzické a emocionálne týranie v detstve predikujú pocit odmietania v dospelosti (Lev-Wiesel & Sternberg, 2012). Na holandskej reprezentatívnej vzorke bolo zisťované, ako skúsenosti z detstva a blízke vzťahy ovplyvnili osamelosť počas celého života - konflikty medzi rodičmi a fyzické týranie detí boli významne spojené s osamelosťou v dospelosti (Merz & Jak, 2013). Navyše, sexuálne zneužívanie taktiež súvisí s prežívaním osamelosti a menšou schopnosťou získať podporu v sociálnej oblasti (Gibson & Hartshorne, 1996).

Zistenia sú prínosné ako z hľadiska smerovania k riešeniu problémových úrovní osamelosti, zažívaných podstatnou časťou populácie (Surkalim a kol., 2021), tak aj z hľadiska zvyšovania informovanosti traumatizáciou priamo alebo nepriamo ovplyvnených ľudí a odbornej verejnosti. Totiž, osoby zasiahnuté traumou si často svoje aktuálne problémy neprepoja so zážitkami z detstva, čo znižuje šancu na riešenie dôsledkov – napríklad i ťažkostí v sociálnych vzťahoch (Nagyová, 2022) a pocitov odcudzenia a osamelosti (Stein & Tuval-Mashiach, 2015). V odbornej práci s klientom je preto vhodné sústrediť sa na zvyšovanie bezpečia, umožniť zážitok starostlivosti, budovania dôvery, pravdivosti, rešpektu a emocionálne-korektívnej skúsenosti. Zážitok rešpektujúceho autentického vzťahu má potenciál pre posun osoby smerom k dôvere vo vzťahy ako také. Zároveň, postupné uvedomenie si vzťahu skúseností z detstva a ich aktuálnych dôsledkov môže viesť k porozumeniu a súcitu so sebou a vlastným prežívaním (Klepáčková a kol., 2020). Medzi najprirodzenejšie spôsoby emočnej regulácie patrí vzťah s osobou, ktorá dokáže emócie a fantázie spojené s traumatickými zážitkami oddeľovať a zaradiť do vedomého a časového kontextu (Pöethe, 2022). Bezpečný vzťah pomáha s reguláciou traumatického zážitku a nepríjemných spomienok, čo uľahčuje s dôverou vstupovať do ďalších vzťahov. Túžba po medziľudskej intimitate totiž zostáva v každej ľudskej bytosti po celý život a neexistuje človek, ktorý by nebol ohrozený jej stratou (Heinrich & Gullone, 2006).

Nakoľko k problematickej miere osamelosti prispieva práve prítomnosť traumatizácie, je viac ako na mieste venovať jej nielen výskumnú pozornosť. Navyše, napriek známemu prepojeniu emocionálnej pripútanosti a traumy, stále sa treba veľa naučiť o tom, ako traumatické skúsenosti ovplyvňujú vzťahovú väzbu človeka a ako môžu pozitívne zážitky vzťahu zmierňovať účinky traumy (Breidenstine, et al, 2011). K pozornejšiemu skúmaniu sledovaných fenoménov môže prispieť ako kvalitatívny výskumný dizajn, zameraný na individuálne prežívanie a spomienky na traumatické skúsenosti z detstva v kontexte vzťahovej väzby, tak i rozšírenie výskumných snáh v zmysle sledovania ďalších premenných, napr. somatických symptómov, sebasúcitu či existenciálnych otázok.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Amir, M. et al., (1999). Suicide risk and coping styles in posttraumatic stress disorder patients. *Psychotherapy and psychosomatics*, 68(2), 76-81.
<https://doi.org/10.1159/000012316>
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bernstein, D. (1998). *Childhood Trauma Questionnaire*. A Retrospective Self-Report. Manual/The Psychological Corporation, Harcourt Brace & Company.
- Breidenstine, A. S., et al. (2011). Attachment and trauma in early childhood: A review. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 4: 274-290.
<https://doi.org/10.1080/19361521.2011.609155>
- DiTommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and individual differences*, 35(2), 303-312. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00190-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00190-3)
- Flett, G. L., Goldstein, A. L., Pechenkov, I. G., Nepon, T., & Wekerle, C. (2016). Antecedents, correlates, and consequences of feeling like you don't matter: Associations with maltreatment, loneliness, social anxiety, and the five-factor model. *Personality and Individual Differences*, 92, 52-56. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.12.014>
- Fraley, R. C. et al. (2000). Experiences in close relationships questionnaire-Revised. *Journal of Personality and Social Psychology*. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t03763-000>
- Gibson, R. L., & Hartshorne, T. S. (1996). Childhood sexual abuse and adult loneliness and network orientation. *Child abuse & neglect*, 20(11), 1087-1093.
[https://doi.org/10.1016/0145-2134\(96\)00097-X](https://doi.org/10.1016/0145-2134(96)00097-X)
- Hašto, J. (2005). *Vzťahová väzba: Ku koreňom lásky a úzkosti*. Vydavateľstvo F.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>
- Hyland, P. et al. (2019). Quality not quantity: loneliness subtypes, psychological trauma, and mental health in the US adult population. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 54, 1089-1099. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1597-8>
- Kaščáková, N. a kol. (2020). Traumatizácia v detstve a zdravie v dospelosti. *Psychiatria-psychoterapia-psychosomatika*, 27(2), 6-15.
- Kearney, M. A. et al. (2018). Trauma and dissociation: Predictors of loneliness in students at an urban university. *Journal of College Counseling*, 21(2), 165-179.
<https://doi.org/10.1002/jocc.12095>
- Kessler, R. C. et al. (2017). Trauma and PTSD in the WHO world mental health surveys. *European journal of psychotraumatology*, 8(sup5), 1353383.
<https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1353383>

- Klepáčková, O. a kol. (2020). *Trauma-informovaný přístup v sociální práci*. Grada Publishing.
- Landry, J. et al. (2022). Early life adverse experiences and loneliness among young adults: The mediating role of social processes. *Frontiers in Psychology*, 13, 968383. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.968383>
- Lev-Wiesel, R., & Sternberg, R. (2012). Victimized at home revictimized by peers: Domestic child abuse a risk factor for social rejection. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 29, 203-220. <https://doi.org/10.1007/s10560-012-0258-0>
- Merz, E. M., & Jak, S. (2013). The long reach of childhood. Childhood experiences influence close relationships and loneliness across life. *Advances in life course research*, 18(3), 212-222. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2013.05.002>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2018). *Attachment theory as a framework for studying relationship dynamics and functioning*. The Cambridge handbook of personal relationships (2nd ed., 175–185). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316417867.015>
- Nagyová, A. (2022). *Vztahová väzba*. Sociálna prevencia, 17(1), 5-7.
- Petrikova, M. et al. (2021). Validation and adaptation of the Slovak version of the Childhood Trauma Questionnaire (CTQ). *International journal of environmental research and public health*, 18(5), 2440. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052440>
- Pöthe, P. (2022). *Vývojová a vztahová terapie dětí*. Portál.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 66(1), 20-40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Stoltenborgh, M. et al. (2015). The prevalence of child maltreatment across the globe: Review of a series of meta-analyses. *Child Abuse Review*, 24(1), 37-50. <https://doi.org/10.1002/car.2353>
- Stein, J. Y., & Tuval-Mashiach, R. (2015). Loneliness and isolation in life-stories of Israeli veterans of combat and captivity. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(2), 122. <https://doi.org/10.1037/a0036936>
- Stien, P., & Kendall, J. C. (2014). *Psychological trauma and the developing brain: Neurologically based interventions for troubled children*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315808888>
- Surkalim, D. L. et al. (2022). The prevalence of loneliness across 113 countries: systematic review and meta-analysis. *BMJ* 376. <https://doi.org/10.1136/bmj-2021-067068>
- Švecová, J. et al. (2021). Validation of the 14-item short form of the Slovak version of the Experiences in Close Relationships Revised Questionnaire. *Československá psychologie*, 65(2), 146-162. <https://doi.org/10.51561/cspsych.65.2.146>
- Tomlinson, P., et al. (2011). *Therapeutic residential care for children and young people: An attachment and trauma-informed model for practice*. Jessica Kingsley Publishers.
- Walker, E. A. et al. (1999). Adult health status of women with histories of childhood abuse and neglect. *The American journal of medicine*, 107(4), 332-339. [https://doi.org/10.1016/S0002-9343\(99\)00235-1](https://doi.org/10.1016/S0002-9343(99)00235-1)

SOCIÁLNO AVERZÍVNE ČRTY OSOBNOSTI AKO PREDIKTORY GENDER KONŠPIRAČNÝCH PRESVEDČENÍ

SOCIALLY AVERSIVE PERSONALITY TRAITS AS PREDICTORS OF GENDER CONSPIRACY BELIEFS

Peter Teličák^a, Radoslav Merva^b & Nikola Slichová

^a Institute of Experimental Psychology, Centre of Social and Psychological Sciences, Slovak Academy of Sciences

^b Institute of Applied Psychology, Faculty of Social and Economic Sciences, Comenius University Bratislava

E-mail: peter.telicak@savba.sk

ABSTRAKT

Cieľom štúdie bolo preskúmať či sociálno averzívne črty osobnosti reprezentované konštruktom Temnej triády predikujú vieru v Gender konšpiračné presvedčenia (ďalej GKP). Výskumný súbor tvorilo 331 mladých dospelých z čoho bolo 58 % žien vekového rozsahu od 18 do 29 rokov ($M = 22,50$, $SD = 2,80$). Na meranie GKP sme použili upravenú škálu Gender konšpiračných presvedčení (Marchlewka et al., 2019). Sociálno averzívne črty osobnosti boli merané skrátenou verziou dotazníka Temnej triády (Jones & Paulhus, 2014). Dáta boli analyzované lineárnou regresnou analýzou, kde GKP boli definované ako závislá premenná a sociálno averzívne črty osobnosti ako prediktory. Ako kontrolné premenné boli zahrnuté vzdelanie, vek, pohlavie a religiozita. Výsledky ukázali, že GKP sú kladne predikované psychopatiou, religiozitou a viac im podliehajú muži. Celý model premenných vysvetlil 18 % variability hodnôt GKP z čoho demografické premenné vysvetlili 15 %, sociálno averzívne črty osobnosti 3 %.

Kľúčové slová

temná triáda, gender konšpiračné presvedčenia, religiozita

ABSTRACT

The aim of the study was to analyze whether socially aversive personality traits, represented by the construct of the Dark Triad, predict belief in Gender Conspiracy Theories (GCT). The research sample consisted of 331 young adults, 58% of whom were women, ranging in age from 18 to 29 years ($M = 22.50$, $SD = 2.80$). To measure GCT, we used a modified Gender Conspiracy Beliefs scale (Marchlewka et al., 2019). Socially aversive personality traits were measured using the short version of the Dark Triad questionnaire (Jones & Paulhus, 2014). Data were analyzed using linear regression analysis, where GCT was defined as the dependent variable and socially aversive personality traits as predictors. Education, age, gender, and

religiosity were included as control variables. The results showed that GCT was positively predicted by psychopathy, religiosity, and were more prevalent among men. The overall model explained 18 % of the variability in GCT scores, with demographic variables accounting for 15 % and socially aversive personality traits accounting for 3 %.

Keywords

dark triad, gender conspiracy beliefs, religiosity

Grantová podpora

APVV-23-0127; VEGA 2/0020/25

ÚVOD

Konšpiračné presvedčenia predstavujú negatívny fenomén ovplyvňujúci správanie na úrovni skupinovej dynamiky (napr. polarizácia spoločnosti), politického a zdravotného správania (McKee et al., 2020; van Mulukom et al., 2022). Samotné konšpirácie presvedčenia môžeme definovať ako neoverené tvrdenia, ktoré pracujú s existenciou rôznych zoskupení alebo jednotlivcov, pracujúcich v tajnosti na dosiahnutie nezákonných alebo inak škodlivých cieľov (Brotherton & French, 2014; Lobato et al., 2014). Obdobie pandémie Covid-19, ale aj vojenský konflikt na Ukrajine, bolo charakteristické pre zrod mnohých z nich (Teličák & Halama, 2022; Šrol & Čavojová, 2024). V našom kontexte sa rovnako začali šíriť Gender konšpiračné presvedčenia namierené proti LGBTQ komunite (napr. „*Gender [ideológia] je zámerne namierená najmä proti katolíckej cirkvi*“) (Marchlewska et al., 2019), čo môže viesť k predsudkom a diskriminácii (Jolley et al., 2019) prípadne až k agresii voči osobám, ktoré sú predmetom konšpiračných presvedčení (Swami et al., 2012). Pri skúmaní zdrojov konšpiračných presvedčení sa významne ukazujú byť kognitívne premenné (Ballová Mikušková, 2018), osobnostné premenné Big Five a psychopatologické premenné PID-5 (Halama & Teličák, 2024; Teličák & Halama, 2021) a rovnako socio demografické premenné (van Prooijen & Douglas, 2017).

Ďalším z ich zdrojov sa ukazujú byť sociálno averzívne črty osobnosti reprezentované konceptom temnej triády (i.e Kay, 2021; Halama & Teličák, 2022; Teličák et al., 2023). Temná triáda je charakterizovaná narcizmom pre ktoré je charakteristické neustále vyhľadávanie pozornosti, zameranie na seba a vykorisťovanie v interpersonálnych vzťahoch; subklinickou psychopatiou charakterizovanou nízkou empatiou a vysokou impulzívnosťou a machiavelizmom, pre ktorého je charakteristická tendencia manipulovať, klamať a zavádzať (Ackerman et al., 2011; Sellbom, 2011; Jones & Paulhus, 2014). V našom príspevku sa zameriavame na populáciu mladých dospelých nachádzajúcich sa v období dynamických zmien, pre ktoré je typické časté experimentovanie, nestabilita, preskúvanie identity a rovnako tendencia byť ovplyvňovaný na poli postojov a názorov (Côté, 2007; NG et al., 2024)

V predkladanej štúdií sme sa zamerali na preskúmanie súvislosti Temnej triády a Gender konšpiračnými presvedčeniami na slovenskej populácii mladých dospelých. Cieľom bolo preskúmať, či dimenzie Temnej triády predikujú Gender konšpiračné presvedčenia nezávisle od socio demografických premenných (vek, pohlavie, vzdelanie a religiozita).

METÓDY

Výskumná vzorka

Výskumu sa zúčastnilo 331 respondentov (58,3% žien), vo vekovom rozpätí od 18 do 29 rokov ($M = 22,5$; $SD = 2,80$). Dáta boli zbierané od konca júla do konca novembra 2023. Respondenti boli oslovení skrz sociálne siete ako Facebook a Instagram. Podmienka účasti bola veková hranica 18 až 29 rokov.

Použité metódy

Črty temnej triády boli merané prostredníctvom 28 – položkového *Krátkeho dotazníka temnej tetrády [The Short Dark Tetrad - SD4]* (Neumann et al., 2021). Škála obsahuje dimenzie: Machiavelizmus, Narcizmus, Psychopatia, Sadizmus (táto dimenzia nebola do analýzy zahrnutá). Položky boli hodnotené na 5 – bodovej škále od 1 (rozhodne nesúhlasím) po 5 (silno súhlasím).

Na meranie gender konšpiračných presvedčení sme použili škálu Gender conspiracy beliefs scale (Marchlewska et al., 2019). Obsahuje 7 položiek na škále od 1 – vôbec nesúhlasím po 5 – úplne súhlasím.

Demografické premenné ako rod, vek, úroveň vzdelania a religiozitu (meranú pomocou 1 položky kde sa respondenti mohli vyjadriť na škále od 1 – silne nenáboženský po 7 – silne náboženský).

VÝSLEDKY

V tabuľke 1 uvádzame základné deskriptívne ukazovatele meraných premenných spolu s koreláciami a cronbachovou alfou použitých meradiel.

Tabuľka 1. Deskriptívna štatistika, cronbachova alfa a interkorelácie meraných premenných

Premenné	M	Med.	SD	α	1	2	3	4
1. Gender konšpiračné presvedčenia	2,01	1,43	1,15	0,96	—			
2. Machiavelizmus	3,58	3,57	0,64	0,68	0,11	—		
3. Narcizmus	2,70	2,71	0,82	0,80	0,12*	0,19***	—	
4. Psychopatia	2,23	2,14	0,85	0,78	0,20***	0,18***	0,29***	—

Poznámka. Med. – medián; α = koeficient vnútornej konzistencie; * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Následne uvádzame Tabuľku 2. regresnej analýzy pre gender konšpiračné presvedčenia ako závislú premennú.

Tabuľka 2. Výsledky regresnej analýzy

Model	Prediktory	Gender konšpiračné presvedčenia	
		β	95% KI
1	Rod	0,12*	0,02 ~ 0,23
	Vek	-0,06	-0,18 ~ 0,06
	Vzdelanie	-0,06	-0,18 ~ 0,06
	Religiozita	0,36***	0,26 ~ 0,46
	Adj. R ²	0,15***	
2	Rod	0,09	-0,02 ~ 0,16
	Vek	-0,02	-0,14 ~ 0,11
	Vzdelanie	-0,05	-0,17 ~ 0,07
	Religiozita	0,36***	0,27 ~ 0,47
	Machiavelizmus	0,03	-0,07 ~ 0,14
	Narcizmus	0,02	-0,09 ~ 0,13
	Psychopatia	0,17**	0,07 ~ 0,28
	Adj. R ²	0,18***	
ΔR^2	0,03**		

Poznámka. Rod – žena = 1, muž = 2; β – štandardizovaná beta koeficient; Adj. R² – adjustované R²; 95% KI – konfidenčný interval; * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Výsledky hierarchickej regresnej analýzy v prvom bloku socio-demografických prediktorov ukázali, že signifikantnými pozitívnymi prediktormi bolo pohlavie a religiozita. Vek a vzdelanie neboli štatisticky významné prediktory. Prvý model dokopy vysvetľoval 15% variability hodnôt gender konšpiračných presvedčení a bol štatisticky významný ($F(4, 326) = 15,70, p < 0,001$). Po pridaní druhého bloku prediktorov sa ako štatisticky významné pozitívne prediktory ukázali znova religiozita a psychopatia. Dokopy druhý model vysvetľoval 18% (prídavok oproti predchádzajúcemu modelu $\Delta R^2 = 3\%$) variability hodnôt gender konšpiračných presvedčení a bol štatisticky významný ($F(7, 323) = 11,10, p < 0,001$). Koeficienty multikolinearity prediktorov VIF sa pohybovali v akceptovateľnom rozmedzí (1,07 – 1,50) (Johnson et al., 2018).

DISKUSIA

Cieľom štúdie bolo preskúmať či dimenzie Temnej triády predikujú Gender konšpiračné presvedčenia nezávisle od sociodemografických premenných na slovenskej populácii mladých dospelých. Výsledky prvého bloku hierarchickej regresnej analýzy naznačujú, že Gender konšpiračným presvedčeniam viac podliehajú muži a viac religiózni ľudia. Výskumy naznačujú, že náboženský jedinci môžu byť náchylnejší ku konšpiračnému mysleniu. Napríklad, teória kompenzačnej kontroly vysvetľuje, že náboženské aj konšpiračné presvedčenia naplňajú psychologickú potrebu kontroly v neistých situáciách (Robertson & Dyrendal, 2018; Friedman,

2021). Náboženstvo zdôrazňuje mocné vonkajšie entity (napr. Boha), čo môže pripomínať konšpiračné teórie o skrytých silách formujúcich svet (Rabinovitch et al., 2024). Je však potrebné reflektovať, že vzťah medzi religiozitou a konšpiráciami môže byť ovplyvnený faktormi - ktoré sme však nemerali, ako národný kontext či dôvera v inštitúcie – nižšia dôvera často koreluje s vyšším konšpiračným myslením (Ladini, 2022). Výsledky druhého bloku hierarchickej analýzy naznačujú, že len psychopatia pozitívne predikuje Gender konšpiračné presvedčeniam, čo môže byť vysvetlené cynickým a vykorisťovateľským pohľadom na svet (Hughes & Machan, 2021). Jednotlivci, ktorí skórujú vyššie v psychopatii majú tendenciu viac šíriť konšpiračné presvedčenia či už pre potešenie, ale aj pre posilnenie postavenia a rovnako ich šíriť ako informácie ako spôsob ochrany v rámci svojej skupine (Lyons & Hughes, 2015). Aj napriek našim predpokladom a iným výskumným zisteniam z predchádzajúcich štúdií (i.e. Cichocka et al., 2016; Teličák et al., 2023) sa ako prediktory Gender konšpiračných presvedčení nepreukázali narcizmus a machiavelizmus. Rozdielnosť výsledkov naprieč štúdiami môže byť zapríčinená špecifickosťou výskumného súboru (Teličák et al., 2023). Táto špecifickosť môže byť spoluurčená ďalšími sociodemografickými premennými ako sú napríklad politická príslušnosť a orientácia, socioekonomický status a rovnako kolektívny narcizmus, premenné ktoré by bolo potrebné zohľadniť v ďalšom výskume (Marchlewska et al., 2019).

Za limitáciu štúdie môžeme považovať jej korelačný charakter, ktorý má svoje obmedzenia pri snahe identifikovať kauzálny efekt, čo by mohlo byť čiastočne sanované budúcimi longitudinálnymi výskumami. Rovnako je limitujúce použitie jednej položky na meranie religiozity, čo by mohlo byť v budúcich výskumoch riešené použitím viacdimenzionálnych dotazníkov (Adamovová, 2013).

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Ackerman, R. A., Witt, E. A., Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., & Kashy, D. A. (2011). What does the Narcissistic personality inventory really measure? *Assessment, 18*(1). <https://doi.org/10.1177/1073191110382845>
- Adamovová, L. (2013). Wise religiosity: The relationship between religiosity and wisdom moderated by personality traits. *Studia Psychologica, 55*(3). <https://doi.org/10.21909/sp.2013.03.634>
- Ballová Mikušková, E. (2018). Conspiracy Beliefs of Future Teachers. *Current Psychology, 37*(3). <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9561-4>
- Brotherton, R., & French, C. C. (2014). Belief in Conspiracy Theories and Susceptibility to the Conjunction Fallacy. *Applied Cognitive Psychology, 28*(2), 238–248. <https://doi.org/10.1002/acp.2995>
- Cichocka, A., Marchlewska, M., & de Zavala, A. G. (2016). Does Self-Love or Self-Hate Predict Conspiracy Beliefs? Narcissism, Self-Esteem, and the Endorsement of Conspiracy Theories. *Social Psychological and Personality Science, 7*(2), 157–166. <https://doi.org/10.1177/1948550615616170>
- Côté, J. E. (2007). Emerging Adulthood as an Institutionalized Moratorium: Risks and Benefits to Identity Formation. In *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. <https://doi.org/10.1037/11381-004>

- Halama, P., & Teličák, P. (2022). Dimensions of Dark Tetrad as Predictors of Conspiracy Beliefs Related to COVID-19. *Prežívania a Dôsledky Pandémie COVID-19 Na Slovensku Pohľad Sociálnych Vied*, 54–60.
- Halama, P., & Teličák, P. (2024). General and maladaptive traits as predictors of specific conspiracy beliefs related to COVID-19 and Russian-Ukrainian war: three-wave longitudinal study. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06647-5>
- Hughes, S., & Machan, L. (2021). It's a conspiracy: Covid-19 conspiracies link to psychopathy, Machiavellianism and collective narcissism. *Personality and Individual Differences*, 171. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110559>
- Johnston R, Jones K, Manley D. (2018). Confounding and collinearity in regression analysis: a cautionary tale and an alternative procedure, illustrated by studies of British voting behaviour. *Qual Quant*, 52(4):1957-1976. doi:10.1007/s11135-017-0584-6
- Jolley, D., Meleady, R., & Douglas, K. M. (2019). Exposure to intergroup conspiracy theories promotes prejudice which spreads across groups. *British Journal of Psychology*, 111(1), 17–35. <https://doi.org/10.1111/bjop.12385>
- Jones, D. N., & Paulhus, D. L. (2014). Introducing the Short Dark Triad (SD3): A Brief Measure of Dark Personality Traits. *Assessment*. <https://doi.org/10.1177/1073191113514105>
- Kay, C. S. (2021). Actors of the most fiendish character: Explaining the associations between the Dark Tetrad and conspiracist ideation. *Personality and Individual Differences*, 171. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110543>
- Lobato, E., Mendoza, J., Sims, V., & Chin, M. (2014). Examining the relationship between conspiracy theories, paranormal beliefs, and pseudoscience acceptance among a university population. *Applied Cognitive Psychology*, 28(5), 617–625. <https://doi.org/10.1002/acp.3042>
- Lyons, M. T., & Hughes, S. (2015). Malicious mouths? The Dark Triad and motivations for gossip. *Personality and Individual Differences*, 78. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.01.009>
- Marchlewska, M., Cichočka, A., Łozowski, F., Górska, P., & Winiewski, M. (2019). In search of an imaginary enemy: Catholic collective narcissism and the endorsement of gender conspiracy beliefs. *Journal of Social Psychology*, 159(6), 766–779. <https://doi.org/10.1080/00224545.2019.1586637>
- Neumann, C. S., Jones, D. N., & Paulhus, D. L. (2021). Examining the Short Dark Tetrad (SD4) Across Models, Correlates, and Gender. *Assessment*, 1073191120986624.
- NG, P. Y. nam, Yang, S., & Chiu, R. (2024). Features of emerging adulthood, perceived stress and life satisfaction in Hong Kong emerging adults. *Current Psychology*, 43(23). <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05811-1>
- Rabinovitch, A., Bliuc, A. M., Strani, K., Łycyniak, E., & Cristea, M. (2024). “God is my vaccine”: the role of religion, conspiracy beliefs, and threat perception in relation to COVID-19 vaccination. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06475-7>

- Robertson, D. G., & Dyrendal, A. (2018). *Conspiracy theories and religion: Superstition, seekership, and salvation*. In *Conspiracy Theories and the People Who Believe them*. <https://doi.org/10.1093/oso/9780190844073.003.0028>
- Sellbom, M. (2011). Elaborating on the construct validity of the levenson self-report psychopathy scale in incarcerated and non-incarcerated samples. *Law and Human Behavior*, 35(6). <https://doi.org/10.1007/s10979-010-9249-x>
- Šrol, J., & Čavojová, V. (2024). Symbolic threat from the West, belief in pro-Kremlin conspiracy theories, and attribution of blame for the war in Ukraine: A two-wave longitudinal study. *Political Psychology*. <https://doi.org/10.1111/pops.12975>
- Swami, V., Nader, I. W., Pietschnig, J., Stieger, S., Tran, U. S., & Voracek, M. (2012). Personality and individual difference correlates of attitudes toward human rights and civil liberties. *Personality and Individual Differences*, 53(4), 449–447. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.04.015>
- Teličák, P., & Halama, P. (2021). Maladaptive personality traits, religiosity and spirituality as predictors of epistemically unfounded beliefs. *Studia Psychologica*, 63(2). <https://doi.org/10.31577/sp.2021.02.820>
- Teličák, P., & Halama, P. (2022). Konštrukcia a psychometrická analýza vlastností škály COVID-19 nepodložených presvedčení (C19-NP) / Construction and psychometric analysis of properties of the COVID-19 Unfounded Beliefs Scale (C19-NP). *Prežívanie a Dôsledky Pandémie COVID-19 Na Slovensku: Pohľad Sociálnych Vied*, 37–44. https://psychologia.sav.sk/upload/COVID_soc_sci.pdf
- Teličák, P., Halama, P., & Kohút, M. (2023). The relationship between dark tetrad and conspiracy beliefs. No consistent results across three different samples from Slovakia. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05171-2>
- van Mulukom, V., Pummerer, L. J., Alper, S., Bai, H., Čavojová, V., Farias, J., Kay, C. S., Lazarevic, L. B., Lobato, E. J. C., Marinthe, G., Pavela Banai, I., Šrol, J., & Žeželj, I. (2022). *Antecedents and consequences of COVID-19 conspiracy beliefs: A systematic review*. In *Social Science and Medicine* (Vol. 301). <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.114912>
- van Prooijen, J. W., & Douglas, K. M. (2017). Conspiracy theories as part of history: The role of societal crisis situations. *Memory Studies*, 10(3). <https://doi.org/10.1177/1750698017701615>

VÝZVY V HODNOTENÍ TEMPERAMENTU: POTENCIÁL FYZIOLOGICKÝCH MERANÍ A HODNOTENIA POZORNOSTI

CHALLENGES IN ASSESSING TEMPERAMENT: THE POTENTIAL OF PHYSIOLOGICAL MEASUREMENTS AND ATTENTION ASSESSMENT

Daniela Turoňová, Margaréta Hapčová, Diana Demkaninová, Hana Celušáková, Silvia Harvanová, Eva Košíková & Barbora Mesárošová

Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Univerzita Komenského v Bratislave

E-mail: daniela.turonova@uniba.sk

ABSTRAKT

Temperament, definovaný Rothbartovou ako biologicky podmienené individuálne rozdiely v reaktivite a seba-regulácii formuje vývin detí po emocionálnej a aj behaviorálnej stránke. Seba-regulácia a reaktivita ovplyvňujú spôsob, akým deti vnímajú a reagujú na svoje okolie a ako sú s ním v interakcii. Hodnotiť temperament je však jednou z najväčších výziev. Problematická sa zdá byť závislosť na hodnoteniach rodičov, ktoré prinášajú cenné informácie o typickom správaní detí, no zároveň sú limitujúce validitou hodnotení. Riešením problému by mohla byť integrácia viacerých zdrojov informácií, v podobe tradičných hodnotení rodičmi, fyziologických meraní a testov pozornosti. Kombinácia týchto metód sprostredkuje viacdimeznionálny pohľad na to, ako sa dimenzie reaktivity a seba-regulácie v správaní manifestujú a v akej sú interakcii. Sprostredkuje náhľad do toho, ako exekutívna pozornosť a nabudenie prispievajú k individuálnym rozdielom. Tento prístup zároveň demonštruje ako komplexné testovanie temperamentu je. Príspevok sa zameriava na výzvy spojené s testovaním temperamentu s dôrazom na fyziologické merania a pozornosť.

Kľúčové slová

temperament; pozornosť; nabudenie; reaktivita; seba-regulácia vyžadujúca kontrolu a úsilie

ABSTRACT

Temperament, defined by Rothbart as biologically based individual differences in reactivity and self-regulation, shapes children's development both emotionally and behaviorally. These early-emerging traits influence how children perceive, respond to, and interact with their environment. However, assessing temperament is one of the greatest challenges. One of the primary challenges is the reliance on parental reports, which, while offering valuable insights into children's typical behaviors, are often limited by subjective biases. The integration of multi-method approaches, combining physiological, attentional, and parental report measures,

has shown potential in addressing these limitations. Combining these methods provides a richer, multidimensional view of how temperamental traits manifest and interact, offering insights into how attentional control and physiological arousal contribute to individual differences in children. However, these approaches also underscore the complexity of temperament assessment. This approach also demonstrates the complexity of temperament testing. The paper focuses on the challenges associated with testing temperament, with an emphasis on physiological measurements and attention.

Keywords

temperament; attention; arousal; reactivity; effortful control

Grantová podpora

Príspevok bol podporený grantom/ The paper was supported by grant VEGA 1/0640/22.

ÚVOD

Temperament je komplexný, biologicky podmienený konštrukt, ktorý sa dynamicky vyvíja počas ontogenézy. Jeho komplexnosť sa odráža v teoretických prístupoch. Goldsmith et al. (1987) zdôrazňujú jeho neurálne a genetické základy, kým Rothbart (Rothbart, et al., 2011) sa zameriava na reaktivitu a sebareguláciu ako kľúčové mechanizmy. K temperamentu pristupuje skôr ako kontinuálnym dimenziám než diskretným kategóriám. Hoci sa prístupy k temperamentu rozchádzajú, biologický rozmer je kľúčový vo väčšine z nich, čo sa odráža aj v práci Chess a Thomasa (Thomas & Chess, 1977), ktorí navrhli tri s temperamentom previazané vzorce správania. Nenáročný/mierny typ, spojený s pozitívnym prežívaním a adaptabilitou, náročný/reaktívnejší typ, spojený s negatívnejšími prejavmi správania a zdržanlivý/váhavý temperament. Ten sa prejavuje počiatočnou opatrnosťou, hanblivosťou a dlhšou adaptáciou (Henderson & Wachs, 2007).

S opatrnosťou k novým situáciám pracuje aj Kaganov (Kagan et al., 1988) konštrukt Behaviorálnej inhibície (BI), ktorý spája túto tendenciu s reakciami detí ako strach, plachosť a stiahnutie sa. Fyziologicky sa BI prejavuje podobne „zdržanlivý temperament“ - vyššou reaktivitou autonómneho nervového systému (ANS), nižšou variabilitou srdcového tepu (HRV), vyššou produkciou kortizolu a zmenami v elektrodermálnej aktivite (EDA) (Gunnar et al., 2003). Aj keď sú si oba konštrukty podobné, reaktivita pri BI je zrejme vyššia (Gunnar & Quevedo, 2007). Kagan svojim prístupom spojil temperament s prežívaním úzkosti, s reaktivitou ANS, hyperaktivitou amygdaly (Fox et al., 2005, Clauss & Blackford, 2012) a nižším stupňom konektivity medzi amygdálou a prefrontálnym kortexom (PFC) (Buzzell et al., 2018). Tendenciu detí správať sa behaviorálne inhibované, považoval za stabilnú črtu, ktorá často predikuje úzkostné poruchy v dospelosti (Kagan et al., 1988, Clauss & Blackford, 2012).

Model temperamentu podľa Mary K. Rothbart

Na prístup Kagana, Chess a Thomasa nadviazala Mary K. Rothbart, ktorá k temperamentu pristupuje ako k dimenziám spájajúcim biologické, emocionálne a sociálne faktory. Definuje ho ako individuálne rozdiely v konštitučnej reaktivite a seba-regulácii (Rothbart & Derryberry, 1981). Dôraz kladie na úlohu seba-regulácie a exekutívnej pozornosti v emocionálnom a sociálnom vývine detí (Posner et al., 2007). Ako kľúčové dimenzie temperamentu identifikovala negatívnu reaktivitu (NA), surgenciu/extraverziu (SA) a sebareguláciu

vyžadujúcu kontrolu a úsilie (EC)/ exekutívnu kontrolu, ktorá je kľúčová pre seba-reguláciu (Rothbart et al., 2011). Dimenzia NA je v prejavoch podobná BI, spojená so sklonom k prežívaniu hnevu, strachu, smútku, nižšou frustračnou toleranciou, silnejšou stresovou odpoveďou (Eisenberg et al., 2010) a nižšou emocionálnou reguláciou. Tieto tendencie sú do značnej miery vrodené a stabilné, podľa Rothbart (Rothbart & Bates, 2006) je však o nich dôležité uvažovať v súvislosti so seba-reguláciou. Ak je seba-regulácia efektívna, tieto faktory nemusia viesť k maladaptívnemu správaniu, ale môžu podporovať vyššiu rezilienciu a empatiu (Lonigan & Vasey, 2009).

Aj z pohľadu neurálnej aktivity je NA podobná BI. Spája sa s vyššou reaktivitou amygdály v situácii distressu (Fox & Pine, 2012), vyššou produkciou kortizolu (Shirtcliff et al., 2005) a celkovo vyššiu fyziologickou reakciou na stres (Fox et al., 2005; Rothbart & Bates, 2006). No kým Kagan (1997) kladie deterministicky dôraz na biologicky ukotvené predispozície odpovedať na nové situácie a ľudí vyhýbavo a s obavami, Rothbart opäť zdôrazňuje, že zrenie mozgových štruktúr príslušných pre reguláciu amygdály (predovšetkým PFC) môže vo vývine facilitovať schopnosť detí adaptívne regulovať vlastné emócie (Posner et al., 2007).

Druhú dimenziu - surgenciu/extraverziu spája s aktiváciou dopaminového systému a citlivosťou k odmene a trestu. S predpokladom, že vyššia produkcia dopamínu zvyšuje motiváciu vyhľadávať nové a stimulujúce skúsenosti, čím facilituje sociálne priblíženie a prejavy správania spájané s extroverziou. Táto dimenzia sa prejavuje prevládajúco pozitívnym afektom, vysokou aktivitou a vyššiu citlivosťou k odmene (Rothbart, et al., 2011).

O vplyve neurotransmiterov uvažuje aj pri dimenzii EC – seba-regulácie . Tá reprezentuje schopnosť úmyselne regulovať vlastné emócie a správanie (Rothbart, 2011). Cielene zameriavať a udržiavať pozornosť a potláčať nevhodné odpovede (Tangney et al., 2004). Spája ju so serotóninom. Predpokladá, že jeho vyššia hladina je spojená s lepšou exekutívnou pozornosťou a vyššou kontrolou negatívnej reaktivity - presúvaním pozornosti z negatívnych podnetov na pozitívne, alebo neutrálne (Posner et al., 2007). Dimenzia EC reprezentuje rovnováhu medzi kognitívnymi a emocionálnymi procesmi a cez kontrolu pozornosti umožňuje deťom odpovedať na prostredie adaptívne (Eisenberg et al., 2010). Aj keď je tento prístup k temperamentu aktuálny, možno mu vytknúť niekoľko nedostatkov. najmä podceňovanie vplyvu prostredia (Fox et al., 2008), čo sa prejavuje aj v prediktívnej validite. Temperament pravdepodobne nepredikuje budúce správanie, pretože podľa kritikov zohrávajú významnú úlohu aj faktory ako rodičovský štýl, socio-ekonomické podmienky a životné skúsenosti (Eisenberg et al., 2005).

Problém hodnotenia temperamentu – otázka seba-regulácie vyžadujúcej kontrolu, úsilie a pozornosti

Dôraz Rothbart na pozornosťi v kontexte temperamentu, otvára otázku ako pristúpiť k jeho hodnoteniu. Tradičné - dotazníkové metódy ktorými operacionalizovala svoj prístup, totiž vykazujú rozporuplné psychometrické výsledky (Kozlowski et al., 2022). Tieto problémy sú čiastočne spojené s vekom detí, keď dotazníky pre deti predškolského veku, ako je napríklad „Child Behavior Questionnaire“ (Rothbart et al., 2001), prinášajú lepšie výsledky (Putnam & Rothbart, 2006) než dotazníky pre staršie deti. Príkladom je „Temperament in Middle Childhood Questionnaire“ (Simonds & Rothbart, 2004), kde je opakovane problematická replikovateľnosť troj-faktorovej štruktúry (Kozlowski et. al., 2022, Nystrom & Bengtsson, 2017, Lipska et al., 2021). Efekt veku však môže byť do určitej miery prirodzený - keďže deti v školskom veku prechádzajú zložitejšími a diferencovanejšími vývinovými zmenami, čo sa zrejme odráža na validite rodičovských odpovedí (Simonds & Rothbart, 2004). Vysvetlením

však môžu byť nedostatky pri formovaní škál (Kozłowski et. al., 2022), nadhodnocovanie problémov pri klinických skupinách, kultúrne normy týkajúce sa seba-kontroly a v kontexte pozornosti aj problémy so vzorkovaním komplexných a dynamických procesov, medzi ktoré patrí (Bezdzian et. al., 2009). Dynamika pozornosti totiž spôsobuje, že sa môže manifestovať rozdielne v závislosti od prostredia v ktorom sa dieťa nachádza. A ak rodičia odpovedajú na základe typických prejavov, vytratí sa z ich odpovedí variabilita, s ktorou je dieťa schopné prispôbiť svoju pozornosť situácii (Putnam & Rothbart, 2006).

Riešením tohto problému by mohol byť prístup založený na viacerých zdrojoch informácií. Vráťane výkonových testov pozornosti a/alebo fyziológie. Testovanie výkonu ako štruktúry chybovosti, fluktuácie pozornosti a i. môžu priniesť presnejšie informácie v dimenzii EC a toho, ako tá reguluje/nereguluje zvýšenú reaktivitu. Medzi konkrétne metódy aplikovateľné pre zvýšenie presnosti hodnotenia EC patria Go/No-Go testy, v ktorých impulzivita (znížená EC) vedie k vyššiemu počtu falošných poplachov na No-Go stimuly a zlyhávanie v zameraní pozornosti k vyššiemu počtu Go chýb (Bezdzian et. al., 2009). Test sa tradične používa na hodnotenie exekutívnych funkcií, najmä inhibície a presúvania pozornosti, no má aj široké využitie v súvislosti s pracovnou pamäťou a fluktuáciou pozornosti. Úlohou participanta je inhibovať odpovede na častejšie podnety a reagovať iba na podnety určené kľúčom, ktorých výskyt je od 5 do 30 %, v závislosti od úlohy. Zameranie pozornosti testuje aj Continuous Performance Task – CPT (Rosvold et al., 1956), kde konzistentnosť výkonu a jeho nízke fluktuácie indikujú schopnosť zameriavať pozornosť po relatívne dlhú dobu (Egeland et al., 2010), čím môže zachytávať aspekt dlhodobého zamerania pozornosti v rámci EC. Potenciál pre presnejšie vymedzenie individuálnych rozdielov v EC má aj Attentional Network Test (Fan, et al., 2002). Ten vďaka svojej komplexnosti poskytuje údaje týkajúce sa nabudenia, selektivity/zameranosti ale aj exekutívnej pozornosti (Samyn et al., 2017). Oba testy hodnotia pozornosť a exekutívnu kontrolu, ale zameriavajú sa na rôzne aspekty pozornosti: CPT sa sústreďuje na impulzivnosť a udržiavanie pozornosti po dobu minimálne 10 minút, zatiaľ čo ANT na viacdimenzionálne aspekty pozornosti, ako orientácia, nabudenie a zameranie. V oboch testoch participant sleduje podnety, ktoré sa objavujú v rôznych lokalitách, za/alebo bez distraktorov, v rýchlom/pomalom tempe. Nastavenie testov je variabilné v závislosti od testovanej vzorky a cieľov.. Testy pozornosti majú potenciál poskytnúť objektívne a detailnejšie meranie EC bez skreslenia typického pre hodnotenie rodičom.

Problém hodnotenia temperamentu – otázka reaktivity, seba-regulácie (EC) a fyziologických metód

Vzhľadom na význam biologických faktorov, najmä nabudenia a reaktivity, je opodstatnené predpokladať, že fyziologické merania môžu zvýšiť validitu hodnotenia temperamentu. Tieto merania poskytujú priame informácie o zmenách v nabudení a reaktivite, ktoré sú ťažko hodnotiteľné dotazníkmi alebo nepozorovateľné (Calkins & Marcovitch, 2010). Príkladom sú deti s vysokou autonómnou reaktivitou, ktorá sa nemusí prejavovať v správaní. Medzi tradičné fyziologické metódy ktoré možno interpretovať ako index nabudenia a ANS reaktivity patrí EDA. EDA, poskytujúca informácie o aktivite sympatika sprostredkúva informácie týkajúce sa reaktivity, keďže sa vyššia EDA u detí spája s vyššou reaktivitou k emocionálne nabitým podnetom (Tumanova et al., 2020) a s negatívnou afektivitou (Kochanska et al., 2015).

Relevantné informácie v súvislosti s impulzivitou zasa poskytuje snímanie pohybov očí. Impulzivita sa prejavuje typickými vzorcami správania v oblasti pozornosti, charakteristickými napríklad hyper-skenovaním (Nigg, 2017). Pri ňom je pozornosť neustále presúvaná ako dôsledok vyhľadávania nových stimulov, na úkor zamerania, udržiavania a v konečnom dôsledku kontroly pozornosti (Hessels & Hooge, 2020). Snímanie očí poskytuje aj relevantné informácie v súvislosti s dilatáciou pupily. Tá je dominantne kontrolovaná sympatikom a

predstavuje fyziologický marker reaktivity a nabudenia. Výsledky štúdií (napr. Kleberg et al., 2020) indikujú, že impulzívnejšie deti vykazujú väčšie dilatácie pupily pri podnetoch ktoré sú emocionálne nabité, čo možno interpretovať ako zvýšenú úroveň nabudenia a zamerania pozornosti voči potencionálne ohrozujúcim podnetom.

Komplexné informácie vo vzťahu k reaktivite, seba-regulácii a EC poskytuje aj HRV. HRV odráža rovnováhu kontroly ANS, špecificky reguláciu prostredníctvom parasympatika a vyššie HRV sa spája s lepšou reguláciou emócií (De Witte et al., 2016) a adaptabilitou na stres. Nižšie HRV s vyššou reaktivitou a zvýšenou aktiváciou sympatika (Conrad et al., 2016). Iné fyziologické merania, ako ERP, môžu byť citlivejšie na situačné faktory počas testovania (Myruski & Dennis-Tiwary, 2021). Okrem toho je potrebné zohľadniť aj faktory ako vek detí, nestabilitu fyziologických reakcií u detí ako aj špecifickosť navodenej testovej situácie, ktoré môžu ovplyvniť výsledky a ich interpretáciu.

ZÁVER

Záverom, výskum temperamentu je kľúčový pre pochopenie vývinových zmien, pretože ovplyvňuje mnohé oblasti prežívania a správania detí (Rothbart & Bates, 2006). Jeho najväčším problémom je však konštruktová validita metód, ktoré majú – pri selektívnom použití mnohé limity. Dotazníky sú často skreslené validitou odpovedí rodičov a možnosťami vzorkovať prejavy správania pri dynamických konštruktoch ako pozornosť.

Pre riešenie tohto problému sa však ponúka cesta v podobe kombinácie viacerých typov metód. Kým dotazníky ponúkajú cenné informácie týkajúce sa správania detí v bežných podmienkach, fyziologické metódy a pozornosťné testy zachytávajú regulačné mechanizmy dieťaťa a jeho autonómnou reaktivitu. Ani fyziologické metódy, ani testy pozornosti izolovane nie sú riešením. Fyziologické metódy trpia nejednoznačnou interpretáciou a ovplyvňujú ich nielen temperament, ale aj situačné a biologické faktory (Beauchaine & Thayer, 2015). Výsledky pozornosťných testov môžu byť ovplyvnené faktormi ako motivácia, únava alebo prostredie (Anderson, 2002), preto neposkytujú komplexný obraz o temperamente dieťaťa. Pre spoľahlivejšie mapovanie individuálnych rozdielov v temperamente bude potrebné kombinovať dotazníky s fyziologickými metódami a hodnotením pozornosti. Cieľom príspevku bolo zdôrazniť význam integrovaného prístupu k testovaniu temperamentu.

ZOZNAM REFERENCIÍ

- Anderson, P. (2002). Assessment and development of executive function (EF) during childhood. *Child Neuropsychology*, 8(2), 71–82.
<https://doi.org/10.1076/chin.8.2.71.8724>
- Beauchaine, T. P., & Thayer, J. F. (2015). Heart rate variability as a transdiagnostic biomarker of psychopathology. *International Journal of Psychophysiology*, 98(2), 338–350. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2015.08.004>
- Bezdjian, S., Baker, L. A., Lozano, D. I., & Raine, A. (2009). Assessing inattention and impulsivity in children during the Go/NoGo task. *British Journal of Developmental Psychology*, 27(2), 365–383. <https://doi.org/10.1348/026151008X314919>
- Calkins, S. D., & Marcovitch, S. (2010). *Emotion regulation and executive functioning in early development: Mechanisms of control supporting adaptive functioning*. In S. D. Calkins & M. A. Bell (Eds.), *Child development at the intersection of emotion and cognition* (pp. 37–58). APA Books.
- Clauss, J. A., & Blackford, J. U. (2012). Behavioral inhibition and risk for developing social anxiety disorder: A meta-analytic study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 51(10), 1066–1075. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2012.08.002>
- Conradt, E., Beauchaine, T., Abar, B., Lagasse, L., Shankaran, S., Bada, H., Bauer, C., Whitaker, T., Hammond, J., & Lester, B. (2016). Early caregiving stress exposure moderates the relation between respiratory sinus arrhythmia reactivity at 1 month and biobehavioral outcomes at age 3. *Psychophysiology*, 53(1), 83–96.
<https://doi.org/10.1111/psyp.12569>
- De Witte, N. A., Sütterlin, S., Braet, C., & Mueller, S. C. (2016). Getting to the heart of emotion regulation in youth: The role of interoceptive sensitivity, heart rate variability, and parental psychopathology. *PLOS One*, 11(10), e0164615.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0164615>
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 495–525.
<https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131208>
- Egeland, J., & Kovalik-Gran, I. (2010). Measuring attention in children with attentional deficit hyperactivity disorder using the Continuous Performance Test. *Journal of Neuropsychology*, 4(1), 12–25. <https://doi.org/10.1177/1087054708323019>
- Fan, J., McCandliss, B. D., Sommer, T., Raz, A., & Posner, M. I. (2002). Testing the efficiency and independence of attentional networks. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 14(3), 340–347. <https://doi.org/10.1162/089892902317361886>
- Fox, N. A., Henderson, H. A., Marshall, P. J., Nichols, K. E., & Ghera, M. M. (2005). Behavioral inhibition: Linking biology and behavior within a developmental framework. *Annual Review of Psychology*, 56(1), 235–262.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141532>
- Fox, N. A., & Pine, D. S. (2012). Temperament and the emergence of anxiety disorders. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(5), 566–577.
<https://doi.org/10.1016/j.jaac.2011.10.006>

- Goldsmith, H. H., Buss, A. H., Plomin, R., Rothbart, M. K., Thomas, A., Chess, S., Hinde, R. A., & McCall, R. B. (1987). Roundtable: What is temperament? Four approaches. *Child Development, 58*(2), 505-529. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1987.tb03909.x>
- Gunnar, M. R., Seabanc, A. M., Tout, K., Donzella, B., & van Dulmen, M. H. (2003). Peer rejection, temperament, and cortisol activity in preschoolers. *Developmental Psychobiology, 43*(4), 346-358. <https://doi.org/10.1002/dev.10144>
- Gunnar, M., & Quevedo, K. (2007). The neurobiology of stress and development. *Annual Review of Psychology, 58*, 145-173. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085605>
- Henderson, H. A., & Wachs, T. D. (2007). Temperament theory and the study of cognition-emotion interactions across development. *Developmental Review, 27*(3), 396-427. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2007.06.004>
- Hessels, R. S., & Hooge, I. T. C. (2020). Eye tracking in developmental research: A tutorial on data collection and analysis. *Developmental Review, 57*, 100874. <https://doi.org/10.1016/j.dcn.2019.100710>
- Kagan, J., Reznick, J. S., & Snidman, N. (1988). Biological bases of childhood shyness. *Science, 240*(4849), 167-171. <https://doi.org/10.1126/science.3353713>
- Kagan, J. (1997). Temperament and the reactions to unfamiliarity. *Child Development, 68*(1), 139-143.
- Kleberg, J. L., Frick, M. A., & Brocki, K. C. (2021). Increased pupil dilation to happy faces in children with hyperactive/impulsive symptoms of ADHD. *Development and Psychopathology, 33*(3), 767-777. <https://doi.org/10.1017/S0954579420000036>
- Kochanska, G., Brock, R. L., Chen, K. H., Aksan, N., & Anderson, S. W. (2015). Paths from mother-child and father-child relationships to externalizing behavior problems in children differing in electrodermal reactivity: A longitudinal study from infancy to age 10. *Journal of Abnormal Child Psychology, 43*(4), 721-734. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9938-x>
- Kozłowski, M. B., Antovich, D., Karalunas, S. L., & Nigg, J. T. (2022). Temperament in middle childhood questionnaire: New data on factor structure and applicability in a child clinical sample. *Psychological Assessment, 34*(12), 1081-1092. <https://doi.org/10.1037/pas0001180>
- Lipska, A., Rogoza, R., Dębska, E., Ponikiewska, K., Putnam, S., & Ciecuch, J. (2021). The structure of child temperament as measured by the Polish versions of the Children's Behavior Questionnaire and the Temperament in Middle Childhood Questionnaire: Insight from the network psychometrics approach. *Current Issues in Personality Psychology, 9*(1). <https://doi.org/10.5114/cipp.2021.108826>
- Lonigan, C. J., & Vasey, M. W. (2009). Negative affectivity, effortful control, and attention to threat-relevant stimuli. *Journal of Abnormal Child Psychology, 37*(3), 387-399. <https://doi.org/10.1007/s10802-008-9284-y>
- Myruski, S., & Dennis-Tiwary, T. A. (2021). Biological signatures of emotion regulation flexibility in children: Parenting context and links with child adjustment. *Cognitive, Affective, & Behavioral Neuroscience, 21*(2), 312-324. <https://doi.org/10.3758/s13415-021-00888-8>

- Nigg, J. T. (2017). On the relations among self-regulation, self-control, executive functioning, and effortful control: A developmental psychopathology perspective. *Development and Psychopathology*, 29(5), 1365-1370. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12675>
- Nystrom, B., & Bengtsson, H. (2017). A psychometric evaluation of the Temperament in Middle Childhood Questionnaire (TMCQ) in a Swedish sample. *Scandinavian Journal of Psychology*, 58(6), 477-484. <https://doi.org/10.1111/sjop.12393>
- Posner, M. I., Rothbart, M. K., Sheese, B. E., & Tang, Y. (2007). The anterior cingulate gyrus and the mechanism of self-regulation. *Cognition and Emotion*, 7(4), 391-395. <https://doi.org/10.3758/cabn.7.4.391>. PMID: 18189012
- Posner, M. I., Rothbart, M. K., Sheese, B. E., & Voelker, P. (2012). Control networks and neuromodulators of early development. *Developmental Psychology*, 48(3), 827-835. <https://doi.org/10.1037/a0025530>
- Putnam, S. P., & Rothbart, M. K. (2006). Development of short and very short forms of the Children's Behavior Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 87(1), 102-112. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8701_09
- Rosvold, H. E., Mirsky, A. F., Sarason, I., Bransome, E. D., Jr., & Beck, L. H. (1956). A continuous performance test of brain damage. *Journal of Consulting Psychology*, 20(5), 343-350. <https://doi.org/10.1037/h0043220>
- Rothbart, M. K., & Derryberry, D. (1981). *Development of individual differences in temperament*. In M. E. Lamb, & A. L. Brown (Eds.), *Advances in Developmental Psychology* (pp. 37-86). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Rothbart, M. K., Ahadi, S. A., Hershey, K. L., & Fisher, P. (2001). Investigations of temperament at three to seven years: The Children's Behavior Questionnaire. *Child Development*, 72(5), 1394-1408. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00355>
- Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). *Temperament*. In N. Eisenberg, W. Damon, & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of Child Psychology: Vol. 3. Social, Emotional, and Personality Development* (6th ed., pp. 99-166). John Wiley & Sons.
- Rothbart, M. K., Sheese, B. E., Rueda, M. R., & Posner, M. I. (2011). Developing mechanisms of self-regulation in early life. *Emotion Review*, 3(2), 207-213. <https://doi.org/10.1177/1754073910387943>
- Simonds, J., & Rothbart, M. K. (2004). *The Temperament in Middle Childhood Questionnaire (TMCQ): A computerized self-report measure of temperament for ages 7-10*. Paper presented at the Occasional Temperament Conference, Athens, GA.
- Shirtcliff, E. A., Granger, D. A., Booth, A., & Johnson, D. (2005). Low salivary cortisol levels and externalizing behavior problems in youth. *Development and Psychopathology*, 17(1), 167-184. <https://doi.org/10.1017/s0954579405050091>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Thomas, A., & Chess, S. (1977). *Temperament and development*. Brunner/Mazel.

Tumanova, V., Wilder, B., Gregoire, J., Baratta, M., & Razza, R. (2020). Emotional reactivity and regulation in preschool-age children who do and do not stutter: Evidence from autonomic nervous system measures. *Frontiers in Human Neuroscience, 14*, 600790. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2020.600790>

VLIV MEDITACE MINDFULNESS NA EMOČNÍ REGULACI A SPÁNEK U STUDENTŮ PSYCHOLOGIE

THE EFFECT OF IMPLEMENTING A MINDFULNESS PROGRAM ON EMOTIONAL REGULATION AND SLEEP QUALITY IN PSYCHOLOGY STUDENTS

Zuzana Zimová

Masarykova univerzita, Filozofická fakulta, Psychologický ústav

E-mail: zuzanazimova@mail.muni.cz

ABSTRAKT

Východiska: Cílem studie bylo prostřednictvím série opakovaných měření prozkoumat efekt realizace osmitýdenního programu mindfulness MFPPW na strategie emoční regulace, kvalitu spánku a všímavost u studentů psychologie. *Metoda:* Výzkumný soubor tvořilo 65 studentů (M = 16,9 %, F = 83,1 %). Využity byly spánkové deníky a dotazníkové nástroje Pittsburský index kvality spánku (PSQI), Dotazník emoční regulace (ERQ), Dotazník pěti aspektů všímavosti (FFMQ-15-CZ), administrované před započítím programu, v polovině, na konci a po šesti týdnech od ukončení. *Výsledky:* MFPPW má pozitivní vliv na kvalitu spánku, všímavost a kognitivní přehodnocení a negativní vliv na emoční supresi. Mezi prvním a druhým měření se objevily významné rozdíly ve všech sledovaných proměnných. Během posledních čtyř týdnů programu došlo k významným pozitivním změnám jen u všímavosti. Data, která byla sbírána s šestitýdenním odstupem od ukončení programu ukázala signifikantní změny pouze v emoční supresi. *Závěr:* MFPPW může představovat vhodný program pro běžnou populaci díky své dostupnosti a benefitům, jež přináší.

Klíčová slova

Program MFPPW, všímavost, emoční regulace, kvalita spánku

ABSTRACT

Background: The aim of this study was to examine the effect of implementing an eight-week mindfulness MFPPW program on emotion regulation strategies, sleep quality, and mindfulness in psychology students through a series of repeated measures. *Method:* The research sample consisted of 65 students (M = 16.9%, F = 83.1%). Sleep diaries and questionnaire instruments, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), and Five Facets of Mindfulness Questionnaire (FFMQ-15-CZ), administered before the program began, at midpoint, at the end, and six weeks after

completion, were used. *Results:* The FFMQ had a positive effect on sleep quality, mindfulness and cognitive reappraisal and a negative effect on emotional suppression. There were significant differences between the first and second measurements in all variables studied. Only mindfulness showed significant positive changes during the last four weeks of the program. Data collected six weeks apart from the end of the program showed significant changes only in emotional suppression. *Conclusion:* the MFPPW may represent a suitable program for the general population due to its accessibility and the benefits it brings.

Keywords

Mindfulness, emotional regulation, sleep quality, psychology students, MFPPW

Grantová podpora

Příspěvek vznikl díky podpoře projektu MUNI/A/1519/2023 Možnosti aplikačního využití poznatků základního psychologického výzkumu.

ÚVOD

Praktikování všímavosti vede k řadě pozitivních změn u klinické (Boyle et al., 2017) i neklinické populace (Benham et al., 2022), a to například v oblastech deprese (Boyle et al., 2017), Well-beingu (Jones et al., 2020), emoční regulace (Zhou et al., 2023) a spánku (Fu et al., 2022). Zhou et al. (2023) našli u studentů vysoké školy pozitivní vztah mezi všímavostí a schopností adaptivní regulace emocí. U vysokoškolských studentů bez předchozí zkušenosti s mindfulness se po patnáctiminutové soustředěné indukci všímavosti objevila nižší intenzita a negativita emocionálních reakcí (Arch & Craske, 2006). K podobným výsledkům došli i Erisman a Roemer (2010), v jejichž studii se u všímavých jedinců objevila adaptivnější emoční regulace a významně nižší negativní afekt. Všímavost dokáže vytvořit vyrovnanější psychické prostředí s oslabenou reaktivitou (Li et al., 2018), což přispívá k přirozenému nástupu spánku (Orzech & Moorcroft, 2019). Pozitivní vliv mindfulness na kvalitu spánku byl zachycen u vysokoškolské populace ve studii Fu et al. (2022), ve které intervence všímavosti vedla ke snížení denní dysfunkce a ke zlepšení celkového stavu spánku, což doložila i studie Benhama et al. (2022).

Ukazuje se, že meditace všímavosti má pozitivní efekty na kvalitu spánku a emoční regulaci. Neexistují však studie, které by tento pozitivní dopad naznačovaly u mindfulness programu MFPPW (*Mindfulness: Finding Peace in a Frantic World*; Williams & Penman, 2011), a proto je cílem této studie prozkoumat, zda má tento konkrétní program pozitivní efekt na spánkovou kvalitu, strategie emoční regulace a rozvoj všímavosti u vysokoškolských studentů psychologie.

METODA

Výzkumný design

Explorativně evaluační studie byla realizována v rámci širšího výzkumného záměru týkajícího se odolnosti, jenž probíhal pod vedením Univerzity obrany v Hradci Králové ve spolupráci s Psychologickým ústavem FF MU. S ohledem na stanovené výzkumné cíle byl zvolen kvantitativně-kvalitativní výzkumný design realizovaný prostřednictvím série opakovaných šetření, s využitím průběžného vyplňování spánkového deníku.

Výzkumný soubor a způsob sběru dat

Výzkumný soubor tvořilo 65 studentů psychologie (M = 11; 16,9 %, F = 54; 83,1 %), přičemž 61,5 % participantů studovalo bakalářský studijní program a 38,5 % navazující magisterský. Sběr dat probíhal od října 2022 do ledna 2023. Respondenti byli k účasti na výzkumu získávání samovýběrem.

Osmítýdenní program MFPPFW skupina absolvovala v podobě osmi setkání, na kterých probíhaly řízené meditace s lektorem. Zbylé dny v týdnu participantů praktikovali meditace podle nahrávek, které jim byly k dispozici společně s podrobnějším popisem dané meditace podle knihy *Všímavost: Jak najít klid v uspěchaném světě* (Williams & Penman, 2014). Respondenti vyplňovali dotazníkovou baterii v následujícím pořadí: před započtím samotného programu, v polovině programu, na jeho konci a po šesti týdnech od jeho ukončení. Každý den po dobu osmi týdnů probandi vypisovali spánkové deníky, které odevzdali na konci programu..

Nástroje

Dotazník pěti aspektů všímavosti (FFMQ-15-CZ; Kořínek a kol., 2019) obsahuje 15 položek rozložených v pěti dimenzích: nereagování, vědomé jednání, popisování, pozorování, nehodnocení. Metoda využívá Likertovy pětibodové škály. Vyšší skór odkazuje na vyšší úroveň všímavosti. Reliabilitu typu vnitřní konzistence ověřil Kořínek a kol. (2019).

Dotazník emoční regulace (ERQ; Ptáček, 2022) obsahuje osm položek rozdělených mezi dvě subškály: emoční suprese a kognitivní přehodnocení. Na jednotlivé položky respondenti odpovídali pomocí sedmibodové Likertovy škály. Reliabilitu jednotlivých subškál ověřoval Ptáček (2022) pomocí McDonaldovi omegy, která vyšla, jak pro kognitivní přehodnocení ($\omega = 0.83$), tak pro emoční supresi ($\omega = 0.79$).

Pittsburský index kvality spánku (PSQI; Novák, 2016) je devatenácti položkový nástroj hodnotící sedm složek spánku: subjektivní kvalita spánku, spánková latence, délka spánku, efektivita spánku, narušení spánku, medikace, narušení bdělosti. Nižší celkový skór odráží lepší spánkovou kvalitu. Novák (2016) uvádí vysokou reliabilitu škály (Cronbachova $\alpha = 0,83$).

Spánkový deník využívaný pro sběr dat v této práci byl vytvořen spoluparticipací s Univerzitou obrany v Hradci Králové. Respondenti vyplňovali délku spánku, subjektivní kvalitu spánku, zda se v jejich dni objevilo něco, co by spánek nějak ovlivňovalo (pohyb, kofein, alkohol, nikotin, meditace).

Analýza dat

Normalita jednotlivých proměnných byla testována Shapiro-Wilk testem. K ověření efektivity programu na základě rozdílu mezi měření před programem a měření na jeho konci byl využit párový t-test a jeho neparametrický ekvivalent Wilcoxon test. Tyto testy byly použity i pro prozkoumání možných změn mezi prvním a druhým měřením, druhým a třetím měřením, třetím a čtvrtým měřením.

VÝSLEDKY

Normalita rozložení proměnných byla zjišťována Shapiro-Wilk testem. Kromě FFMQ-15-CZ nebylo u žádné jiné škály normální rozdělení nalezeno.

Reliabilita jednotlivých škál byla testována pomocí Cronbachovy α . Byla zjištěna relativně vysoká vnitřní konzistence FFMQ-15-CZ (Cronbachova $\alpha = ,84$). Subškály kognitivní přehodnocení (Cronbachova $\alpha = ,73$) a emoční suprese (Cronbachova $\alpha = ,80$) měly též relativně vysokou vnitřní konzistenci. Cronbachova alfa PSQI ve studii je těsně pod hranicí pro splnění podmínky reliability vnitřní konzistence, což je 0,7. PSQI (Cronbachova $\alpha = ,67$) tak v této práci nemá dostatečnou spolehlivost.

Výsledky Wilcoxon testu a t-testu pro závislé výběry ukázaly signifikantní rozdíly mezi měření před programem ($m = 47,48$; $sd = 7,99$) a měření po programu ($m = 54,57$; $sd = 7,31$) u všímavosti ($t(64) = 10,031$; $p < ,001$), u spánkové kvality ($W = 283,0$; $p < ,001$), i v datech u kognitivního přehodnocení ($W = 1313,5$; $p < ,001$) a emoční suprese ($W = 405,0$; $p < ,001$).

T-testem pro závislé výběry byly nalezeny významné rozdíly v měření všímavosti ($t(64) = -6,769$; $p < ,001$) před programem ($m = 47,48$; $sd = 7,99$) a v polovině programu ($m = 52,48$; $sd = 7,07$). Wilcoxon testem byly objeveny rozdíly v datech kognitivního přehodnocení ($W = 1065,0$; $p = ,002$), emoční suprese ($W = 445,0$; $p = ,006$) a spánkové kvalitě ($W = 264,0$; $p < ,001$).

Mezi druhým ($m = 52,48$; $sd = 7,07$) a třetím ($m = 54,57$; $sd = 7,31$) měření byly nalezeny statisticky významné rozdíly pouze u škály všímavosti ($t(64) = -3,462$; $p < ,001$). V emoční supresi ($W = 504,0$; $p = ,275$), kognitivním přehodnocení ($W = 583,0$; $p = ,167$) a spánkové kvalitě ($W = 576,5$; $p = ,905$) mezi těmito měřeními Wilcoxon testem rozdíly objeveny nebyly.

Deskriptivní statistiky pro jednotlivá měření jsou uvedeny v Tabulce 1.

Tabulka 1. Deskriptivní statistiky jednotlivých měření

		M	Md	Mod	Min	Max
FFMQ-15-CZ	Měření 1	47,48	48,00	45	29	64
	Měření 2	52,48	52,00	51	29	64
	Měření 3	54,57	55,00	54	31	69
	Měření 4	54,37	55,00	57	36	70
PSQI	Měření 1	7,31	7,00	5	2	16
	Měření 2	6,14	6,00	5	2	15
	Měření 3	6,18	6,00	5	2	17
	Měření 4	6,15	5,00	5	1	15
Kog. přehodnocení	Měření 1	18,12	19,00	20	10	25
	Měření 2	19,31	20,00	20	7	28
	Měření 3	20,06	20,00	20	9	27
	Měření 4	19,83	20,00	20	12	28
Emoční suprese	Měření 1	12,32	12,00	9	5	21
	Měření 2	11,49	11,00	12	4	23
	Měření 3	11,00	10,00	8	4	20
	Měření 4	10,38	9,00	7	4	20

DISKUZE

Absolvování programu MFPPW vedlo ke zlepšení kvality spánku, ke zvýšení úrovně všímavosti, k častějšímu využívání adaptivní strategie regulace emocí a k nižšímu užívání neadaptivní strategie emoční regulace. Tato zjištění jsou v souladu s výsledky dalších studií (např. Benham et al., 2022), které tyto efekty prozkoumávaly u jiných meditačních programů. Je přirozené, že program, který se zabývá kultivací všímavosti, bude mít za následek i její zvýšení, jelikož v jeho průběhu dochází k jejímu tréninku (Benda, 2007). Meditace všímavosti vede ke zvýšené aktivitě v oblastech mozku, jež souvisí s emoční regulací a konkrétně při kognitivním přehodnocení dochází k aktivitě stejných mozkových struktur jako při meditaci mindfulness (Lutz et al., 2014). Jelikož emoce akceptujeme takové, jaké jsou, nemůžeme je potlačovat, což vede k přirozeně menšímu zapojování emoční suprese. Meditace všímavosti nemusí ovlivňovat spánek přímo, ale může ho významně podpořit nepřímým způsobem, a to například rychlejší aktivací parasympatického autonomního systému nebo zastavením či utlumením negativních myšlenek (Orzech & Moorcroft, 2019), ruminací nebo nedostatečnou emoční regulací (Lutz et al., 2014). Ve spánku, emoční supresi, všímavosti i kognitivním přehodnocení byly nalezeny změny i v jednoměsíčním měření. Některé studie však zmiňují, že rozdíly se objevují až po dokončení programu (např. Roy et al., 2021). Mezi druhým a třetím měřením byly zaznamenány rozdíly pouze u všímavosti. Od poloviny programu do jeho konce

nedošlo k významnému zvýšení spánkové kvality, kognitivního přehodnocení nebo snížení emoční suprese. Co se týče rozdílů mezi předposledním a posledním měřením, v kvalitě spánku, všímavosti a kognitivním přehodnocení nebyly nalezeny statisticky významné rozdíly, což koresponduje s výsledky studií, které nezaznamenaly žádné změny v měřeních po jednom měsíci (Fu et al., 2022) i více měsících od ukončení programu (Boyle et al., 2017). Ve strategii emoční suprese byly objeveny významné rozdíly mezi měřeními, přičemž výsledky naznačují, že nejvíce osob začalo využívat emoční supresi ještě v menší míře než ve třetím měření. Mezi první limity bychom zařadili velikost vzorku a získávání participantů samovýběrem. Nedostatečná reliabilita PSQI mohla ovlivnit spolehlivost našich zjištění. Ve výzkumu nebyla přítomna kontrolní skupina, která by mohla potvrdit skutečný efekt programu MFPPFW na námi zvolené proměnné. Veškeré nástroje byly postavené na subjektivitě respondentů, což značně mohlo výsledky zkreslit. Jelikož respondenty byli studenti psychologie, kteří mohou být otevřenější mindfulness přístupům, nemůžeme říci, zda by se tyto efekty objevily i u jiných skupin. Rovněž průběh studia může hrát roli ve výsledcích, které jsme získali. V průběhu osmi týdnů, ve kterých program probíhal, se střídala klidnější a náročnější období semestru. Program MFPPFW může představovat významnou intervenci, jež může podporovat duševní zdraví jedinců a je důležité, aby se dostal do pozornosti výzkumníků. Tím, že MFPPFW vyžaduje nižší časovou náročnost a má větší dostupnost než řada jiných programů postavených na mindfulness, může být lehce aplikovatelný do praxe. Vhodná by byla iniciativa univerzit začlenit program do systému péče o duševní zdraví studentů

ZÁVĚR

MFPPFW v české adaptaci představuje vhodný intervenční nástroj pro zlepšení kvality spánku, zvýšení všímavosti a efektivnější využití strategií emoční regulace. Oproti jiným mindfulness programům disponuje větší dostupností a menší časovou náročností. Jelikož se jedná o relativně neprozkoumaný program, a to i ve svém anglickém originále, dovolíme si tvrdit, že je tato studie jednou z prvních, jež se zabývá českou adaptací tohoto programu a jeho možnými efekty na spánek a emoční regulaci.

REFERENCE

- Arch, J. J., & Craske, M. G. (2006). Mechanisms of mindfulness: Emotion regulation following a focused breathing induction. *Behaviour research and therapy*, 44(12), 1849-1858. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.12.007>
- Benda, J. (2007). Všímavost v psychologickém výzkumu a v klinické praxi. *Československá psychologie*, 51(2), 129-140. <https://www.psychoterapeut.net/downloads/benda2007.pdf>
- Benham, S., Nabila, E., & Samanvita, I. (2022). A mindfulness program addressing sleep quality and stress: Transition to a telehealth format for higher education students during covid-19. *International Journal of Telerehabilitation*, 14(1), 1-10. <https://doi.org/10.5195/ijt.2022.6439>
- Boyle, C. C., Stanton, A. L., Ganz, P. A., Crespi, C. M., & Bower, J. E. (2017). Improvements in emotion regulation following mindfulness meditation: Effects on depressive symptoms and perceived stress in younger breast cancer survivors. *Journal of consulting and clinical psychology*, 85(4), 397. <https://doi.org/10.1037/ccp0000186>

- Erisman, S. M., & Roemer, L. (2010). A preliminary investigation of the effects of experimentally induced mindfulness on emotional responding to film clips. *Emotion*, 10(1), 72–82. <https://doi.org/10.1037/a0017162>
- Fu, L., Wei, S., Cheng, J., Wang, X., Zhou, Y., Li, Y., & Zheng, H. (2022). Effectiveness of a Mindfulness-Based Group Intervention for Chinese University Students with Sleep Problems. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 755. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020755>
- Jones, B. J., Kaur, S., Miller, M., & Spencer, R. M. (2020). Mindfulness-based stress reduction benefits psychological well-being, sleep quality, and athletic performance in female collegiate rowers. *Frontiers in psychology*, 11, 572980. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.572980>
- Kořínek, D., Benda, J., & Žitník, J. (2019). Psychometrické charakteristiky krátké české verze dotazníku Pěti aspektů všímavosti (FFMQ-15-CZ). *Ceskoslovenska Psychologie*, 63(1), 55-70. https://www.academia.edu/38388935/Psychometrick%C3%ADku_p%C3%ADti_aspekt%C3%ADmavosti_FFMQ_15_CZ?auto=citations&from=cover_page
- Lutz, J., Herwig, U., Opialla, S., Hittmeyer, A., Jäncke, L., Rüfer, M., Holtforth, M. G., & Brühl, A. B. (2014). Mindfulness and emotion regulation-an fMRI study. *Social cognitive and affective neuroscience*, 9(6), 776-785 <https://doi.org/10.1093/scan/nst043>
- Montero-Marin, J., Taylor, L., Crane, C., Greenberg, M. T., Ford, T. J., Williams, J. M. G., García-Campayo, J., Sonley, A., Lord, L., Dalgleish, T., Blakemore, S. J., MYRIAD team, & Kuyken, W. (2021). Teachers “finding peace in a frantic world”: An experimental study of self-taught and instructor-led mindfulness program formats on acceptability, effectiveness, and mechanisms. *Journal of Educational Psychology*, 113(8), 1689–1708. <https://doi.org/10.1037/edu0000542>
- Novák, J. (2016). *Metody hodnocení kvality spánku: Pittsburský index kvality spánku a Manningův index*. [Diplomová práce]. Univerzita Karlova. <http://hdl.handle.net/20.500.11956/74526>
- Orzech, C. P., & Moorcroft, W. H. (2019). *Mindfulness for Insomnia: A Four-Week Guided Program to Relax Your Body, Calm Your Mind, and Get the Sleep You Need*. New Harbinger Publications.
- Ptáček, M. (2022). *Posouzení efektivity Mindfulness-Acceptance-Commitment přístupu ve sportu*. [Diplomová práce]. Masarykova univerzita. https://is.muni.cz/auth/th/qyx1b/Diplomova_prace_Ptacek.pdf
- Roy, A., Hoge, E. A., Abrante, P., Druker, S., Liu, T., & Brewer, J. A. (2021). Clinical Efficacy and Psychological Mechanisms of an App-Based Digital Therapeutic for Generalized Anxiety Disorder: Randomized Controlled Trial. *Journal of medical Internet research*, 23(12), e26987. <https://doi.org/10.2196/26987>
- Segal, Z.V., Williams, J. M. G., & Teasdale, J. D. (2002). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression: a new approach to preventing relapse*. Guilford Press.
- Williams, M., & Penman, D. (2011). *Mindfulness: a practical guide to finding peace in a frantic world*. Piatkus Books.

- Williams, M., & Penman, D. (2014). *Všímavost: Jak najít klid v uspěchaném světě* (J. Burian, Trans.). ANAG.
- Zhou, S., Wu, Y., & Xu, X. (2023). Linking Cognitive Reappraisal and Expressive Suppression to Mindfulness: A Three-Level Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1241.
<https://doi.org/10.3390/ijerph20021241>

Social processes and personality /// Sociální procesy a osobnost 2024

*Sborník příspěvků z 24. mezinárodní konference
Proceedings of the 24th international conference*

Editors /// Editoři / Editorky

Martina Hřebíčková /// martina@psu.cas.cz

Martin Jelínek /// jelinek@psu.cas.cz

Petr Květon /// kveton@psu.cas.cz

Technical editor /// Technická redakce

Dalibor Vobořil

Cover design /// Grafické spracovanie obálky

Ján Kurinec

Publikace neprošla jazykovou úpravou. Za jazykovou úpravu a obsah příspěvků jsou zodpovědní jejich autoři. /// The publication has not been proofread. The authors of the articles are responsible for the proofreading and the content.

Published by /// Vydal

*Psychologický ústav Akademie věd ČR, v.v.i. /// Institute of Psychology, Czech Academy of Sciences, p.r.i.
Veveří 97, 602 00 Brno, Česká republika*

First edition /// První vydání

Praha 2025

ISBN 978-80-86174-25-9

© 2025 Institute of Psychology, Czech Academy of Sciences, p.r.i. and the authors of the contributions

© 2025 Psychologický ústav Akademie věd ČR, v.v.i. a autoři příspěvků

First Edition /// První vydání, Praha 2025

ISBN 978 - 80 - 86174 - 25 - 9