

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

Impostor syndrom a převod Clance IP škály do českého
prostředí

Impostor syndrome and the application of Clance IP
Scale to the Czech environment



Bakalářská diplomová práce

Autor: Kristýna Vrabcová

Vedoucí práce: PhDr. Matúš Šucha, Ph.D.

Olomouc

2016

Poděkování

Tímto bych ráda poděkovala vedoucímu své práce PhDr. Matúši Šuchovi, Ph.D. za odborné vedení bakalářské diplomové práce, Veronice Juhasové za pomoc s překladovou činností týkající se Clane IP škály a mé rodině za trpělivost, kterou se mnou měli.

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma: „Impostor syndrom a převod Clance IP škály do českého prostředí“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci

dne

Podpis

.

Obsah

Úvod	5
Teoretická část	6
1. Impostor syndrom a jeho definice	6
1.1. Pauline R. Clance	7
1.2. Joan C. Harvey a Cynthia Katz	7
1.3. John Kolligian Jr. a Robert J. Sternberg	8
1.4. Manfred F. R. Kets de Vries.....	8
2. Impostor syndrom a hlediska pohlaví, etnické menšiny, kultury .	9
2.1. Pohlaví	9
2.2. Etnické menšiny	10
2.3. Kultura	10
3. Rodina impostora.....	12
3.1. Rodinné prostředí	12
3.2. Rodičovské výchovné styly.....	12
3.3. Matoucí sdělení a jiné informace	13
4. Osobnostní rysy impostorů a jejich typické chování	14
4.1. Neuroticismus a svědomitost.....	14
4.2. Perfekcionismus	14
4.4. Chování, kterým se impostor znevýhodňuje.....	15
4.5. Impostor cyklus	15
5. Následky Impostor syndromu a terapie.....	17
5.1. Úzkost a Depresivita.....	17
5.2. Psychické zdraví a stres.....	18
5.3. Terapie	18
6. Testové metody a validita.....	21
6.1. „ <i>Harvey Impostor Phenomenon Scale</i> “	21
6.2. „ <i>Clance IP Scale</i> “	21
6.3. „ <i>Perceived Fraudulence Scale</i> “	22

6.4. „Leary Impostor Scale“	22
6.5. Validita škál a konstruktů.....	23
Empirická část	25
1. Výzkumný problém, cíle práce a hypotézy.....	25
2. Popis zvoleného metodologického rámce a metod.....	26
2.1. Sociodemografické proměnné a otázky k vytvoření anonymního kódu	26
2.2. Clance IP škála	26
2.3. Použité statistické metody	27
2.4. Etické problémy a způsob jejich řešení.....	27
3. Výzkumný soubor a postup získání dat	28
4. Výsledky.....	30
4.1. Překlad Clance IP škály.....	30
4.2 Deskriptivní statistika.....	31
4.3. K hypotézám číslo 1 a 2	33
4.4. K hypotéze číslo 3	35
4.5. K hypotézám číslo 4, 5 a 6 a stanovení konfidenčního intervalu	38
4.6. K hypotéze číslo 7	41
5. Diskuze	42
6. Závěry	46
Souhrn.....	47
Seznam použitých zdrojů a literatury.....	51
Seznam použitých tabulek a grafů	
Seznam příloh bakalářské diplomové práce	

Úvod

S pojmem Impostor syndrom jsem se poprvé setkala v roce 2012, tehdy se jednalo o krátkou zmínku v nějakém rozhovoru. V období, ve kterém jsem hledala téma k mé bakalářské práci, mi tento pojem byl připomenut. Zjistila jsem, že i když se jednalo o „žhavé“ téma v prostředí nejmenované IT firmy, mnoho lidí na moji mateřské katedře psychologie o něm neslyšelo. Jak jsem zjišťovala více a více informací o Impostor syndromu, shledala jsem, že symptomy, které popisují P. R. Clance a S. Imes (1978) ve svém článku „*The Imposter Phenomenon in High Achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention*“, zažívám také. Začalo mě zajímat, jak je to u ostatních lidí. V České republice jsem nenašla žádný dotazník, který by zjišťoval, zda člověk projevy Impostor syndromu trpí či ne. Proto jsem se rozhodla přeložit Clance IP škálu a převést ji do českého prostředí. Zaměřila jsem se na populaci studentů, jelikož mnoho studií zabývajících se Impostor syndromem právě se studenty jako jejich výběrovým vzorkem pracovalo a to mi umožňuje z části očekávat a porovnávat určité výsledky mé výzkumné práce. Práce na převodu Clance IP škály do českého prostředí ještě zdaleka není hotová, ale prvních pár kroků na cestě standardizace metody jsem již udělala a v empirické části této práce je budu prezentovat.

Zjištění, zda jeden zažívá či nezažívá projevy Impostor syndromu není nejdůležitější. To nejdůležitější je, aby člověk, který tyto projevy prožívá, pochopil, že není sám, stačí navázat upřímné konverzace s pár lidmi, tak jak jsem to udělala na začátku i já, a zjistíte, že nás „*impostorů*“ neboli „*podvodníků*“ je mnoho. Proto kromě toho, že se teoretická část mé práce zabývá přehledným zpracováním dostupné literatury, jsem také založila internetový blog, na kterém lidé budou moci najít potřebné informace v českém jazyce, střetávat se a komunikovat.

Na závěr bych chtěla přehledně shrnout cíle této práce: stručně a jasně seznámit s problematikou Impostor syndromu čtenáře mé bakalářské práce a převést Clance IP škálu do českého prostředí se zaměřením na populaci studentů. Dalším cílem mé práce, i když ne zcela aktuálním, bylo připravit si materiál a získat potřebné zkušenosti k výzkumu pro svou budoucí magisterskou práci.

Teoretická část

1. Impostor syndrom a jeho definice

Pauline Rose Clance a Suzanne Imes v roce 1978 publikovaly v úvodu zmíněný článek. V tomto článku popisují fenomén, se kterým se setkaly u více jak 150 úspěšných žen (ženy s PhD, respektované v odborných kruzích, či studentky uznávané pro jejich akademické úspěchy) během jejich praxe, v období od roku 1973 do roku 1978, jak v individuální psychoterapii, tak na tematických mezinárodních skupinách i během univerzitních přednášek. Tyto ženy však i přes jejich zasloužené tituly, ocenění, vysokým skóre ve standardizovaných testech a další úspěchy nedokázaly internalizovat pocit úspěchu a popisovaly se jako „podvodnice“, v anglickém jazyce „*impostor*“.

Odtud tedy pochází název Impostor fenomén. Dále v práci budu mluvit o lidech zažívajících Impostor fenomén, nebudu je označovat jako podvodníky, ale použiji výraz impostor.

Pro impostory není jejich úspěch nikdy naplňující. Většinou se snaží zajistit, aby je nikdo neobjevil jako podvodníky/ce. Věří, že jejich úspěch, kterého dosáhli, ať už se jedná o přijetí do doktorského programu, povýšení v práci, či získání ocenění, je nezasloužený, že nejsou tak chytrí nebo talentovaní jako ostatní lidé. Jsou přesvědčeni o tom, že dosáhli svého úspěchu díky čemukoliv jinému, než své inteligenci a schopnostem. Popisují, že byli ve správný čas na správném místě, jejich známý je doporučil, tvrdě pracovali, měli štěstí, byli sympatičtí, nastala chyba a mnoho dalších ne zcela pravdivých tvrzení.

Jsem toho názoru, že v českém prostředí by se měl používat název „Impostor syndrom“. Slovo impostor neobsahuje negativní náboj, který nese pojem podvodník a spojením s výrazem syndrom tvoří pro Čecha spojení, které lze snadněji vyslovit a zapamatovat, než pojem vnímaná podvodnost. Souhlasím s Kolliagnem a Sternbergem (1991) v jejich názoru, že Impostor syndrom není patologický. Dle mého názoru, do určité míry, vlastnosti, které jsou charakteristické Impostor syndromu, zažila alespoň jednou v životě většina Čechů. Co je však nezdravé je vysoká míra Impostor syndromu, který pak negativně ovlivňuje jedincův život.

V následujících podkapitolách se můžete dočíst o různých definicích Impostor syndromu. I když se liší, lze s určitým zjednodušením prohlásit, že Impostor syndrom odkazuje na psychickou zkušenost jedince věřícího, že je intelektuální podvodník a bojí se, že bude jako podvodník objeven.

1.1. Pauline R. Clance

Impostor syndrom, jak ho chápe, Pauline R. Clance (Matthews & Clance, 1985), referuje k vnitřní zkušenosti intelektové podvodnosti u jedinců, kteří jsou velmi úspěšní, ale neschopni internalizovat svůj úspěch. Věřila, že Impostor syndrom není patologická nemoc, která ze své podstaty poškozuje či ničí já, ale spíše škodí jedincovu pocitu pohody (Clance, 1985).

Clance (1985) navrhla, že Impostor syndrom se vyznačuje šesti potencionálními charakteristikami:

1. impostor cyklem,
2. potřebou být výjimečný/á nebo ten/ta nejlepší,
3. aspekty superženy/supermuže,
4. strachu ze selhání,
5. popření kvalifikace a bagatelizování chvály jako poslední charakteristika,
6. strach a vina týkající se úspěchu.

Ne všichni impostoři splňují všechny charakteristiky, aby se dal někdo považovat za impostora musí se u něj projevovat alespoň 3 charakteristiky.

Lidé zažívající Impostor syndrom si obvykle vyvinou cyklus chování, o kterém jsou přesvědčeni, že je potřebný k jejich úspěchu. Ačkoliv by chtěli tento cyklus přerušit, přestat zažívat strach a úzkost při každém novém úkolu a tedy opravdu si užít jejich úspěch, bojí se, že toto přerušení by přineslo jisté selhání (Clance, 1985). Tomuto impostor cyklu je věnovaná samostatná podkapitola číslo 4.6.

1.2. Joan C. Harvey a Cynthia Katz

Harvey a Katz označují Impostor syndrom za psychický vzorec zakořeněný v intenzivních, skrytých pocitech podvodnosti projevujících se když je jedinec konfrontován s úkoly zahrnující výkon.

Celkově lze shrnout následující tři charakteristiky impostorů:

1. cítí se jako podvodník/ce (tento pocit však nemusí být zcela uvědomělý) a věří, že je ostatní vidí v lepším světle,
2. mají strach z odhalení,

3. nejsou schopni internalizovat svůj úspěch a jsou přesvědčeni o tom, že ho dosáhli díky nějakému jinému faktoru, než je jejich inteligence nebo schopnosti.

Všechny tři kritéria musí být splněny, aby se jedince dal označit za impostora (Harvey & Katz, 1985).

1.3. John Kolligian Jr. a Robert J. Sternberg

Kolligian a Sternberg (1991) argumentují proti používání pojmu Impostor syndrom jelikož indikuje patologii. Přicházejí s pojmem „*perceived fraudulence*“ (vnímaná podvodnost), který je slučitelný s jejich přesvědčením, že Impostor syndrom je součástí normálního vývoje mladých dospělých. Jsou přesvědčeni, že se jedná o myšlenkové tendence, které vznikají v dětství, nejsou patologické, avšak negativně ovlivňují život člověka. V jejich studii tato hypotéza byla přijata, ale se značným omezením, jelikož participanti byli studenti psychologie na Yaleské univerzitě. Tento vzorek není vhodný k zobecňování na celou populaci mladých dospělých a de facto ani studentů univerzit.

1.4. Manfred F. R. Kets de Vries

Kets de Vries (2005) zavedl širší koncept, který zahrnuje Impostor syndrom. Navrhl, že podvod, v jeho širším významu, může být uznaný jako přirozený aspekt sociálního chování. U lidí je očekáváno, že budou krýt své slabiny v rámci společensky uznávaných hranic. Takto definovaný podvod se pohybuje na škále s dvěma extrémními hodnotami. Pravý podvodník, na sebe bere falešnou identitu, aby oklamal ostatní. U neurotického podvodníka (naš impostor) leží problém v jejich subjektivním prožitku podvodnosti, cítí se neautenticky bez ohledu na to, jak je objektivně vidí ostatní. Mezi charakteristiky neurotického podvodníka patří:

1. strach ze selhání nebo úspěchu
2. perfekcionismus
3. prokrastinace
4. osobnost workoholika.

2. Impostor syndrom a hlediska pohlaví, etnické menšiny, kultury

Výzkumné studie se zaměřují i na možné rozdíly v prožívání Impostor syndromu mezi muži a ženami. Dále existují studie, které zkoumají konstrukt v jiném kulturním prostředí a v různých etnických skupinách.

2.1. Pohlaví

I muži zažívají Impostor syndrom. V původním článku Clance a Imes (1978) krátce shrnuly, že dle jejich zkušeností z klinické praxe, muži zažívají Impostor syndrom méně často a když už ho zažívají, tak s menší intenzitou. Syndrom se objevuje u mužů, kteří jsou více v kontaktu se svojí femininní stránkou.

V roce 1988, Clance a O'Toole napsaly článek „*The Imposter phenomenon: An internal barrier to empowerment and achievement*“. V tomto článku shrnují poznatky z různých studií (Imes, 1979, Harvey, 1981, Lawler, 1984, Flewelling, 1985, in Clance & O'Toole, 1988), které zjistily, že muži s velkou pravděpodobností zažívají impostor fenomén stejně často avšak nejsou tak sdílní jako ženy. Také citují Topping (1983, in Clance & O'Toole, 1988), která ve své studii z univerzitního prostředí zjistila, že u mužů bylo pravděpodobnější, že zažívají Impostor syndrom než u žen.

Cusack, Hughes, a Nuhu (2013) ve své studii našli signifikantní rozdíl mezi muži a ženami. Ženy skórovaly více body na impostor škále. I ve studii Cozzarelli a Major (1990) ženy dosahovaly vyšších skóru, ale tento rozdíl byl nepatrný.

Clance a O'Toole (1988) se domnívají, že silné zážitky impostoru fenoménu mají větší tendenci negativně ovlivnit spíše ženy než muže v šanci dosáhnout jejich plného potenciálu. Muži jsou, dle nich, společností a jejich sociálním prostředím více povzbuzováni k překonávání jejich strachu a usilovat o úspěch.

Sharon Fried-Buchalter (1997) zkoumala vliv pohlaví mezi muži a ženami manažery z hlediska strachu z úspěchu, strachu z neúspěchu a Impostoru syndromu. Potvrdila své očekávání, že ženy skórují signifikantně více na škále měřící strach z úspěchu, ale neobjevila žádnou souvislost pohlaví, strachu z neúspěchu a Impostor syndromu. Dále objevila silnou pozitivní korelaci ve vztahu strachu z neúspěchu a Impostor syndromu.

Leary, Patton, Orlando a Wagoner Funk (2000) nepozorovali žádné rozdíly ve skórování Impostor syndromu mezi muži a ženami vyjma jednoho. Jejich projevy chování jako impostorů, konkrétně v případě kdy participanti byli dotazováni, jak by se cítili, kdyby

se jim nedařilo dobře v testu ADI (pro účely studie vytvořený test a konstrukt). Ženy s vysokým skórem impostorismu vyjadřovaly více negativní pocity, než ženy s nízkým skórem v případě kdy jejich odpovědi byly anonymní, ale ne u veřejných odpovědí. Na víc v situaci veřejných odpovědí, ženy „větší“ impostoři bagatelizovaly své negativní pocity. U mužů v této situaci skóre Impostor syndromu nesouviselo s jejich odpověďmi.

2.2. Etnické menšiny

Pro americké prostředí je aktuální i téma, zda etnické menšiny zažívají Impostor syndrom stejně jako bělošská většina.

Peteet, Brown, Lige a Lanaway (2014) na základě jimi popsané mezery ve výzkumu Impostor syndromu zkoumaly Afroameričany, konkrétně studenty. Potvrdily se jim hypotézy, že vyšší impostor skóre predikuje vyšší hladiny psychického stresu a zároveň nízké sebevědomí.

Peteet, Montgomery a Weekes (2015) se zabývali americkými studenty černošského a hispánského původu. Zajímaly je prediktory Impostor syndromu. Komponenty etnické identity: pocit sounáležitost a blízkosti k dané etnické skupině založený na sociální identitě a vysoká zběhlost v životním prostředí dané etnické skupiny predikovaly nízké hodnoty impostor skóru.

Gao Nhia Moua (2015) se ve své magisterské práci zabývala revizi literatury týkající se Impostor syndromu a etnické skupiny Hmongů. Jedná se o asijské etnikum pocházející převážně z podhorských oblastí Laosu, Vietnamu a Thajska (Conroy, 2006).

Mezi další studie zabývající se etnickými menšinami patří: Irby (2014); Lin (2011) a Austin, Clark, Ross a Taylor (2009).

2.3. Kultura

Impostor syndrom je konstrukt, který vznikl ve Spojených státech amerických, řada studií ověřila jeho validitu i v jiných kulturních podmínkách. Za všechny lze jmenovat, Koreu, Japonsko, Rakousko a Německo.

Chae, Piedmont, Estadt, a Wicks (1995) zkoumali Impostor syndrom v kulturním prostředí Koreji na výběrovém vzorku 654 korejských katolíků. Očekávali, že Impostor syndrom bude rozšířenější než v USA, jelikož Korejci se nachází ve společnosti, kde je jasnější společenská hierarchie. Na rozdíl od očekávaného, v jejich výběrovém vzorku byl Impostor syndrom méně rozšířenější, než ve studiích, které probíhaly ve

Spojených státech amerických. Autoři se v diskuzi zamýšlí, zda spíše než podporování nesouladu mezi myšlenkami a činy, prostředí s jasně definovanými rolemi nezvětšují pocity úspěchu. Tento argument je podpořen výzkumem Impostor syndromu a role neznámého. Harvey (1981, in Chae et al., 1995) zjistila, že výše impostor skóre se snižuje s přibývajícím rokem studia na vysoké škole (studenti prvních ročníků skórují více, než studenti čtvrtých ročníků).

Rieko Fujie (2010) ve své studii uvádí příklad Okonogia a Ono (1988), kteří převáděli Clance IP škálu do japonského prostředí.

Gregor Jöstl, Evelyn Bergsmann, Marko Lüftenegger, Barbara Schober, a Christiane Spiel (2012) se zabývali Impostor syndromem v populaci rakouských studentů. Celá jedna třetina studentů v jejich vzorku skórovala od průměrných do silných projevů Impostor syndromu. Impostor syndrom se dále projevil jako psychická překážka pro ženy v pokračování jejich akademické profesní dráhy.

Clance IP škálu do německého prostředí převedly Monika Klinkhammer a Gunta Saul-Soprun (2009). Zabývaly se tím do jaké míry Impostor syndrom postihuje akademiky a výzkumné pracovníky a tím, jak těmto lidem pomoci prostřednictvím koučování.

3. Rodina impostora

Clance (1985; Clance & Imes, 1978) na základě svých klinických zkušeností popisuje, že Impostor syndrom pochází z určitých rodinných situací v raném dětství, které jsou posléze posíleny socializací v adolescenci a dospělosti.

Rodinné prostředí, dynamika a rodičovské výchovné styly mohou ovlivnit hodnoty a chování spojené s výkonem a úspěchy, dále ovlivnit to jak se dítě učí vyrovnat se s úspěchem a s nezdarem (Thompson, 2004).

3.1. Rodinné prostředí

Bussotti (1990, in Thompson, 2004) našel negativní korelaci mezi impostor skóre a skóry se ze subškál soudržnost (měřící soudržnost mezi členy rodiny) a expresivita (měřící vyjadřování citů v rodině) škály rodinného prostředí (Moos & Moos, 1986, in Thompson, 2004). Pozitivní korelace byla zjištěna mezi impostor skóre a skóry subškál konfliktnost (měřící expresi hněvu) a kontrola (měřící uplatňování pravidel, jimiž se řídí rodinné chování). Dohromady tyto škály byly zodpovědné za 12% celkového rozptylu impostor skóre, je tedy pravděpodobné, že impostoři vyrůstali v nepodporujícím konfliktním rodinném prostředí, kde komunikace a chování je omezováno a řízeno pravidly.

King a Cooley (1995) zkoumaly vztah mezi hladinou rodinné orientace na výkon a rozvinutím Impostor syndromu. Našly slabou kladnou korelaci mezi impostor skórem a vysokou úrovní orientace rodiny na výkon a také soutěživostí v rodině.

3.2. Rodičovské výchovné styly

Want a Kleitman (2006) se mimo jiného zabývaly tím, jaké je spojení mezi Impostor syndromem a výchovnými styly. Výsledky jejich studie ukazují jako nejsilnější prediktor Impostor syndromu přehnaně ochránářský styl nebo nedostatečnou péči ze strany otce. Vnímaný nedostatek mateřské péče neovlivňuje impostor pocity, ale přispívá k sebe-znevýhodňovacím tendencím.

Sonnak a Towell (2001) se ve své studii zabývali nejenom vnímanými rodičovskými výchovnými styly, ale i rodičovským zázemím, sebehodnocením (self-esteem) a mentálním zdravím. Regresní analýza ukázala jako signifikantní prediktory Impostor syndromu vnímanou rodičovskou kontrolu a sebehodnocení, dohromady ve výši 50 % variability impostor skóre. Skóre rodičovské péče, rodičovské vzdělání a jejich typu zaměstnání, dále

mentální zdraví participantů a jejich demografické údaje neukázaly signifikantní vztah s impostor skóre. Participantí klasifikovaní jako impostoři uváděli signifikantně horší psychické zdraví. Post-hoc regresní analýza však na víc indikovala rodičovskou kontrolu, nižší péči a horší psychické zdraví signifikantně související s vyšším impostor skórem. Participantí, kteří navštěvovali soukromou školu, uváděli nižší úroveň impostor pocitů.

3.3. Matoucí sdělení a jiné informace

Clance (1985) na základě svých klinických zkušeností popisuje typické sdělení, které si děti, „budoucí impostoři“, internalizují. Jako děti, impostoři věřili, že jejich schopnosti jsou výjimečné oproti jejich rodině, rase nebo pohlaví. Zpětná vazba, kterou dostávali od signifikantních osob mimo rodinu, nebyla korespondující s tím, co slyšeli doma. Těmto dětem se jen ojediněle dostávalo uznání za jejich úspěchy. Členové rodiny dávali najevo, že inteligence je nejvíce vidět, když dosáhnou úspěchu bez velké snahy.

4. Osobnostní rysy impostorů a jejich typické chování

Řada studií zkoumala, jak osobnost koreluje s Impostor syndromem aby určila validitu konstruktů a dokázala odlišit Impostor syndrom od jiných psychických fenoménů.

Mezi predisponující osobnostní rysy, které přispívají ke vzniku Impostor syndromu jsou mimo jiné, neuroticismus a perfekcionismus.

4.1. Neuroticismus a svědomitost

Bernard, Dollinger a Ramaniah (2002) zkoumali vztah Impostor syndromu a s osobnostními rysy popsány v Big five (otevřenost vůči zkušenosti, svědomitost, extraverte, přívětivost, neuroticismus). Objevili středně silnou pozitivní korelaci mezi škálami Impostor syndromu a neuroticismu. Dále slabou negativní korelaci mezi škálami Impostor syndromu a svědomitosti. Korelace na úrovni subškál ukázala, jako důležité charakteristiky impostorů vysokou depresivnost a úzkostnost, dále nízkou disciplinovanost a vnímanou způsobilost.

Úzkostnost jako rys osobnosti. Mnoho studií (Cusack et al., 2013; Oriol, Plane & Mundt, 2004; Cromwel, Brown, Sanchez-Huceles & Adair, 1990) ukazuje, že Impostor syndrom je spojený s vyššími hladinami úzkostnosti. I Topping (1983, in Sakulku & Alexander, 2011) našla středně silnou kladnou korelaci mezi Impostor syndromem a rysem úzkostnost.

Caselman (1991, in Chae et al., 1995) zkoumala vztah mezi Impostor syndromem a Eysenckovým osobnostním dotazníkem a jako signifikantní prediktor Impostor syndromu našla neuroticismus. Toto zjištění podpořili i Chae et al. (1995) pomocí NEO-PI-R.

4.2. Perfekcionismus

Perfekcionismus je napříč literaturou označován jako rys, který má silný dopad na rozvoj a udržování Impostor syndromu. Kets de Vries (2005) označila perfekcionismu za příčinu neurotického podvodu. Henning, Ey, & Shaw (1998) označili perfekcionismus za nejsilnější prediktor Impostor syndromu.

Thomson, Davis a Davidson (1988) objevili elementy perfekcionismu za signifikantní rozdíly mezi impostory a ne-impostory. Jedná se o elementy: tendenci nepřihlížení k pozitivní zpětné vazbě a udržování vysokých standardů pro osobní hodnocení zatímco jsou kritičtí ke své neschopnosti dosáhnout těchto standardů.

Cromwell, Brown, Sanchez-Huceles a Adair (1990, in Thompson, Foreman, & Martin, 2000) zjistily ve své studii, že impostoři více než ne-impostoři signifikantně spíše stanovují nepřiměřeně vysoká očekávání a skórují vysoko v jejich potřebě schválení ostatními. Zároveň mají tendenci své neúspěchy nadměrně zevšeobecňovat jako svoji neschopnost (Clance, 1985). Dále impostoři vykazují větší obavu z chyb a mají tendenci očekávat více chyb (Thompson et al., 2000).

Frost et al. (1990) pozorovali, že perfekcionisti mají tendenci k přesvědčení, že si měli vést lépe.

Impostoři také mají vyšší hladiny výkonové motivace, to značí, že se impostoři snaží dokázat jejich kompetenci, schopnosti a inteligenci tak aby vymýtili své pochybnosti o sobě (Topping, 1983, in Chae, Piedmont, Estadt, & Wicks, 1995). Na druhé straně, ti impostoři, kteří dosáhnou tvrdou prací nějakého úspěchu, mohou věřit, že tento úspěch není díky jejich schopnostem, ale jen díky tvrdé práci (Covington & Omelich, 1985) a tedy pochybnosti o svých kompetencích stále existují.

4.4. Chování, kterým se impostor znevýhodňuje

Několik studií (Cowman & Ferrari, 2002; Leary, Patton, Orlando, & Wagoner Funk, 2000; Want & Kleitman, 2006;) zkoumalo vztah Impostor syndromu a takzvaného sebe-znevýhodňovacího chování. Jedná se o jakékoliv chování nebo volbu, která zvyšuje možnost externalizace případného selhání a internalizování úspěchu (Berglas & Jones, 1978). Zjistili, že se jedná o jedno z typických chování, kterými se vyznačují impostoři (Cowman & Ferrari, 2002). Jedná se například o posouvání práce až na nejpozdější možný termín.

4.5. Impostor cyklus

Impostor cyklus začíná s přijutím výkonově orientovaného úkolu (napsat bakalářskou diplomovou práci, vytvořit a přednést přednášku na konferenci, zvládnout zkoušku, atd.). Poté co impostor přijme úkol, nastane období úzkosti, nedůvěry v sám sebe a strachu. Nyní následuje jedna z dvou možností. Buď se impostor rozhodne začít s přípravou, a nebo prokrastinuje. Mnozí impostoři se rozhodnou jít cestou přípravy, ale pracují daleko více než je nutné k úspěchu, zároveň daleko méně efektivně, protože jejich negativní pocity jim nedovolují, pracovat tak jak by bylo možné. Někteří si toto i uvědomují, ale bojí se, že kdyby nepracovali tolik jako vždy, tedy více jak ostatní a více než je nutné,

selhali by. Prokrastinátoři čekají s jejich činností do poslední chvíle a pak za krátkou dobu daný úkol splní. Oběma cestami dojdou impostoři k splnění úkolu a krátkodobému pocitu úlevy. Impostoři následně bagatelizují pozitivní zpětnou vazbu tím, že svedou jejich úspěch například na úsilí (v případě impostorů, kteří se přepracovávají) nebo na štěstí (v případě lidí, kteří prokrastinují) (Clance, 1985).

5. Následky Impostor syndromu a terapie

Člověk by si mohl říci, že Impostor syndrom není nic vážného, ale ten, kdo ho již někdy zažil, ví, jak moc ovlivňuje jedincův život. Úzkost, pochybování o sobě a strach zvyšují míru stresu a snižují pocit uspokojení, který by měl následovat po úspěšném zvládnutí nějakého úkolu. Jako výsledek toho to stresu, impostoři mohou zažívat noční můry a nespavost. Mohou se objevit také somatické symptomy například: bolest hlavy, žaludku či oční tiky. Mnozí také po svém úspěchu zažijí strach, zklamání či dokonce depresi. Vyhoření, emoční vyčerpání, ztráta vnitřní motivace, špatná výkonnost, vinna a hanba ohledně svého úspěchu, to vše je umocňováno neustálým opakováním impostor cyklu (Clance, 1985).

Následky Impostor syndromu mohou být i pozitivní, například pro akademickou obec. Joseph R. Ferrari (2005) ve svém výzkumu zjistil, že se impostoři s menší pravděpodobností než ne-impostoři angažují v akademické nepoctivosti jako je plagiátorství nebo podvádění. Zastávám názor, že každý člověk má právo na svůj úspěch.

Klinické pozorování (Clance, 1985) ukázalo na vysoké úrovně úzkosti, depresi a obecnou nespokojenost se svým životem jako, na nejčastější faktory, které motivují impostory vyhledat pomoc profesionála.

5.1. Úzkost a Depresivita

Nejenom míra úzkostnosti jako rys osobnosti je spojována s Impostor syndromem. Úzkost je řazena i mezi projevy Impostor syndromu. Impostoři obecně zažívají více projevů úzkosti (Thompson, Davis & Davidson, 1998; Oriel et al., 2004) a Clance & O'Toole (1988) řadí úzkost mezi základní charakteristiky Impostor syndromu.

Chrisman, Pieper, Clance, Holland a Glickauf-Hughes (1995) ve své studii objevili vysokou pozitivní korelaci mezi skóry CIPS a skóry z dotazníku depresivity (Depressive Experiences Questionnaire; Blatt, 1976, in Chrisman et al., 1995). Konkrétně, největší kladné hodnoty korelačního koeficientu dosahovala CIPS se subškálou sebe-kriticismus. I další studie zjistili, že když je identifikován Impostor syndromu, často ho doprovází projevy deprese (McGregor, Gee, & Posey, 2008; Oriel et al., 2004; Ross & Krukowski, 2003; Ross, Stewart, Mugge, & Fultz, 2001).

5.2. Psychické zdraví a stres

Sonnak a Towell (2001) v jejich studii mimo jiné využili Dotazník obecného zdraví v jeho dvanácti položkové podobě (General Health Questionnaire, GHQ-12; Goldberg, 1978) měřící psychické zdraví a emoční stabilitu jedince. Pomocí tohoto dotazníku zjistili, že vysoké hodnoty impostor skóre jsou spojovány se špatným psychickým zdravím. Dále impostoři měli signifikantně vyšší výsledky (horší psychické zdraví) v dotazníku obecného zdraví, než ne-impostoři.

Také Cucack et al. (2013) využili stejnou podobu Dotazníku obecného zdraví. I jim vyšla pozitivní korelace mezi impostor skóry a skóry z Dotazníku obecného zdraví.

Henning et al. (1998) zkoumali populaci studentů medicíny, zubního lékařství, ošetrovatelství a lékárnictví. Zjistili silný vztah mezi stávajícím psychickým stresem, perfekcionismem a Impostor syndromem.

5.3. Terapie

Harvey a Katz (1985) vytvořila jedenácti stupňový proces zbavení se pocitu, že jsem podvodník/ce a upozorňují, že Impostor syndrom zasahuje jak do pocitů, myšlení, tak chování, a ne vždy je možné se ho zbavit úplně. Měli byste se chválit i za malé úspěchy a uvědomit si, že se impostor pocitů nemusíte zbavit nikdy zcela.

1. Pojmenování - zjištění, že nejste sám/ama a že pro pocity, myšlenky a chování, které máte, existuje název – Impostor syndrom.
2. Každodenní řešení
 - a) napište si seznam, kdy impostor pocity s největší pravděpodobností udeří, budete je pak očekávat a nerozhodí Vás poté tolik
 - b) když se tyto pocity objeví, připomeňte si, že se jedná o projevy Impostor syndromu a ne pravdu
 - c) snažte se relaxovat
 - d) izolujte úkol, který Vás znepokojuje a rozdělte si ho na menší části.

3. Buďte od začátku otevření a upřímní ohledně věcí, které nevíte a také o Vašich pocitech. To ale neznamená, že máte všem říkat, že jste podvodník. Měli byste se vyhnout snaze jevit se jako dokonalý, schovávat známky nervozity nebo odmítat přiznání nevědomosti.
4. Vezměte kontrolu do vlastních rukou – hledejte co konkrétně byste měli vědět nebo umět aby se Vám dařilo dobře. Zjistěte to a pak se na to zaměřte.
5. Pokud máte obtíže s vyjádřením nesouhlasu s druhými lidmi, začněte s procvičováním sdělovat svůj názor. Můžete začít u svých přátel a postupně se dopracovat až k lidem, kteří Vás nejvíce znervózňují.
6. Změňte své impostor typické chování – pozorujte své chování a zjistěte, kdy ukazuje znaky Impostor syndromu, na nich pak postupně pracujte, můžete například
 - a) naučit se přijímat komplimenty
 - b) experimentovat se svými pracovními schémata
 - c) očekávat úspěch.
7. Podívejte se na své ideální já – je Vaše představa reálná, nebo pokaždé očekáváte perfektní výsledky.
8. Přijměte všechny aspekty Vaší osobnosti.
9. Mluvte s dalšími impostory – Impostor syndrom často způsobuje pocit izolace, mluvení s dalšími lidmi, kteří zažívají podobné pocity, jako Vy Vám může pomoci od této izolace. Můžete vytvořit skupinu impostorů, ve které se naučíte sdílet své strachy a zážitky, a budete si navzájem poskytovat podporu.
10. Můžete také využít možnost psychoterapie.
11. Pomáhejte ostatním – můžete kupříkladu očekávat, že někdo ve Vašem okolí může zažívat Impostor syndrom. Buďte chápaví a vyjádřete porozumění, vezměte na vědomí, že jeho pocity jsou reálné a doporučte mu nějakou literaturu. Můžete také sdílet své zážitky a nabyté znalosti.

Young (2011), ve své knize „*The Secret Thoughts of Successful Women*“, upozorňuje hlavně na důležitost uvědomění si, že mě Impostor syndrom trápí, ale že v tom nejsem sám/a a potřebuji o tom mluvit s lidmi.

Clance a O'Toole (1988) definují empatický, povzbuzující, neautoritářský terapeutický vztah jako základní předpoklad terapie Impostor syndromu a následně doporučují terapeutům techniky, které mohou využít.

6. Testové metody a validita

Projevy Impostor syndromu se měří pomocí sebe posuzovacích škál. Existují „Clance IP Scale“ (Clance, 1985), „Perceived Fraudulence Scale“ (PFS) (Kolligian & Sternberg, 1990, in Leary, Patton, Orlando, & Wagoner Funk, 2000), „Harvey Impostor Phenomenon Scale“ (Harvey, 1981, in Chrisman, Pieper, Clance, Holland, & Glickauf-Hughes, 1995) a „Leary Impostor Scale“ (LIS) (Leary et al., 2000; McElwee & Yurak, 2010).

Většina výzkumů provedená na téma Impostor syndrom s tímto konstruktem pracuje jako s rozdílnou stabilní individuální proměnnou, jako „impostorismus“ a měří ji pomocí osobnostních škál. Avšak některé studie zpochybňují validitu těchto škál i samotnou validitu konstruktu Impostor syndromu jako osobnostního rysu.

6.1. „*Harvey Impostor Phenomenon Scale*“

Jako první nástroj pro měření Impostor syndromu byla zkonstruována „*Harvey Impostor Phenomenon Scale*“ (HIPS) jedná se o čtrnácti položkovou sebe posuzovací škálu navrhnoutou pro měření kognitivních procesů a afektů spojovanými s Impostor syndromem. Harvey informovala o silné vnitřní konzistenci, cronbachova $\alpha=0,85$, a dobrou souběžnou i diskriminační validitu (Harvey, 1981, in Chrisman et al., 1995). Následující studie však konstatovaly nízkou vnitřní konzistenci, která není akceptovatelná. Edwards, Zeichner, Lawler, a Kowalski (1987) $\alpha=0,341$ a Kolligian a Sternberg (1991) $\alpha= 0,64$. Nejenom vnitřní konzistence není akceptovatelná, ale studie provedená Holmes, Kertay, Adamson, Holland a Clance (1993) neprokázala ani schopnost rozlišit impostory od ne-impostorů pomocí této škály. Vědci pracující s HIPS také nenacházeli signifikantní vztahy v oblastech, kde se očekávaly (Flewelling, 1985, in Chrisman et al., 1995; Lawler, 1984, in Chrisman et al., 1995; Topping, 1983, in Chrisman et al., 1995). Toto vedlo ke spekulaci, že formulace položek v HIPS může být participanty negativně vnímána a jako taková pak svádět ke zkreslování odpovědí (Chrisman et al., 1995).

6.2. „*Clance IP Scale*“

Jelikož se u HIPS zjistily výše zmíněné nesrovnalosti a problémy, Clance (1985) vyvinula „*Clance IP Scale*“ (CIPS). K atributům jichž se dotýkala HIPS byly do CIPS včleněni strach z hodnocení druhými, strach z neschopnosti zopakovat úspěch a strach býti

méně schopný/á než ostatní. Dvacet položek bylo konstruováno tak, aby neustále uznávaly úspěch jedince, za účelem minimalizování vlivu efektu sociální žádoucnosti. Tato škála spolehlivě odlišuje impostory od ne-impostorů (Campbell, 1986, in Chrisman et al., 1995; Holmes et al., 1993) s doporučeným cut-off skórem 62 bodů (Holmes et al., 1993). Má také vysoké hodnoty vnitřní konzistence Holmes et al. (1993) $\alpha=0,96$, Leary et al. (2000) $\alpha=0,72$, Prince (1989, in Chrisman et al., 1995) $\alpha=0,84$. V Clance IP škále byly objeveny tři primární faktory, podvod („*fake*“), redukce („*discount*“) a štěstí („*luck*“) (Kertay, Clance, & Holland, 1991, in Chrisman et al., 1995, 457).

6.3. „*Perceived Fraudulence Scale*“

Kolligian a Sternberg (1991) argumentovali proti používání pojmu „*impostor phenomenon*“ a navrhli svoji vlastní škálu měřící konstrukt „*perceived fraudulence*“. PFS je složeno z 51 prohlášení, s kterými probandi vyjadřují míru souhlasu či nesouhlasu. Pro tuto škálu autoři spočítali cronbachovu $\alpha=0,94$. Chrisman et al. (1995) ale uvádějí, že kdyby se PFS zkrátila na dvaceti položkovou škálu, reliabilita by klesla na $\alpha=0,57$.

Ve škále byly zjištěny dva faktory. První z nich je pojmenován jako faktor neautentičnosti („*inauthenticity*“), zodpovídá za 28% celkového rozptylu a skládá se z položek, které se nejvíce explicitně týkají podvodných myšlenek, pocitů a činů. Obsahuje takové tvrzení jako: snažím se chovat jako více kompetentní nebo inteligentní než doopravdy jsem. Nebo také: v některých situacích si připadám jako „podvodník“. Druhý faktor se týká sebe-odmítání („*self-deprecation*“), zodpovídá za 10% celkového rozptylu. Dotýká se obecných trendů k negativnímu sebehodnocení, s nastavením vysokých standardů na svůj výkon a externalizací pozitivních událostí. Obsahuje položky typu, a) když dostávám kompliment týkající se mých akademických úspěchů, občas vysvětluji, že tomu tak není b) mám tendenci snižovat hodnotu toho, co jsem udělal/a. PFS vysoce koreluje s HIPS $r=0,83$ (Kolligian Jr. & Sternberg, 1991, 314-316) a signifikantně koreluje také s CIPS $r=0,78$ (Chrisman, et al., 1995).

6.4. „*Leary Impostor Scale*“

Leary et al. (2000) vytvořil „*Leary Impostor Scale*“ (LIS) jenž se zaměřuje specificky na jeden z aspektů Impostor syndromu, neautentičnost. Jedná se o sedmi položkovou škálu, na které participanti hodnotí, jak moc charakteristické jsou pro ně dané tvrzení. Participanti

hodnotí na škále od 1 („*not at all characteristic*“) do 5 (extremely characteristic). Uváděná alfa hodnota je $\alpha=0,91$ (in McElwee & Yurak, 2007).

6.5. Validita škál a konstruktů

Rory O'Brien McElwee a Tricia J. Yurak (2007; 2010) nezpochybňují Impostor syndrom z hlediska jeho existence, ale nedoporučují ho chápat jako stabilní osobnostní rys, který variuje mezi lidmi v jeho míře. Argumentují, že impostor syndrom je vhodné považovat za negativní emoční stav, který může postihnout mnoho lidí v určitých situacích (McElwee & Yurak, 2010). Podobně argumentují i Kolligian & Sternberg (1991) a Leary, Patton, Orlando a Wagoner Funk (2000). McElwee a Yurak upozorňují na to, že i když škály měřící Impostor syndrom mají akceptovatelné charakteristiky, jakou jsou reliabilita, souběžná a diskriminační validita, ve výzkumech se objevují dvě sady problémů. Základním principem Impostor syndromu je, že impostoři jsou přesvědčeni, že je ostatní vidí více kompetentní, než doopravdy jsou. Pro tento předpoklad Leary et al. nenašli dostatečně přesvědčivé důkazy. Druhá sada problémů se dotýká zjištění, že impostoři používají sebedopceňující prohlášení jako sebezprezentující strategie (Leary et al., 2000; McElwee & Yurak, 2007). Podobně lze argumentovat se sebe-znevýhodňovacím chováním viz podkapitola 4.5. a studie Cowman & Ferrari (2002) nebo Ferrari & Thompson (2006).

Cozzarelli a Major (1990) se zabývaly validitou samotného konstruktů Impostor syndromu. Zkoumaly skupinu studentů před a po absolvování důležité zkoušky. Zjistily, že studenti identifikováni jako impostoři zažívali více úzkosti před zkouškou a očekávali horší výsledky než ne-impostoři, také měli nízké sebeocenění („*self-esteem*“). Dále, impostoři byli méně spokojeni s výsledky, cítili se hůře, měli nižší sebehodnocení po subjektivním neúspěchu. Po úspěchu, se skupiny emocionálně ani v míře sebehodnocení nelišily. Impostoři také hodnotili příčinu výsledku zkoušky častěji z hlediska nedostatečných schopností, ale zároveň vícekrát přisuzovali příčinu smůle. Tyto atribuce byly nezávislé na výsledku zkoušky. Impostoři uváděli v průměru méně času stráveným přípravou na zkoušku a v některých případech přípravu negovali zcela. Toto sebe-znevýhodňování by podle autorek mohla být sebeochranná tendence, impostoři pak mohou svést svůj neúspěch na nedostatek přípravy. Autorky na konci diskuze postulovaly nutnost dalšího studia impostor fenoménu, jelikož se do určité míry překrývali jedinci s nízkým sebeoceněním a impostoři.

Harvey a Katz (1985) stanovují, že nízké sebeocenění („*self-esteem*“) a impostor fenomén nejsou to samé. V její studii pouze pár jedinců s vysokým skórem impostor

fenoménu zažívá také nízké sebehodnocení a naopak (vyjádřeno 9%). Impostoři si totiž nevěří pouze v určité konkrétní oblasti například: v kreativě či v inteligenci, ale co se týče ostatních oblastí jejich sebehodnocení, je přiměřené, někdy dokonce vysoké.

Leary et al. (2000) provedli tři studie zaměřující se na téma validity konstruktů jako osobnostního rysu, impostorismu. První studie se zaměřila na to, zda lidé, kteří mají vysoké impostor skóre opravdu věří, že je ostatní hodnotí lépe, než se sami vnímají. Tento předpoklad se nepotvrdil. Impostoři vykazovali tendenci myslet si, že je druzí nevnímají lépe. Vlastně si mysleli, že ostatní lidé sdílí jejich nelichotiví názor o jejich nedostatečné kompetentnosti. Autoři tento trend dávali do spojitosti s vnímanou publicitou respondentových odpovědí. A jestli chování, které impostoři vykazují, není z části jen sebe-prezentující či se jedná opravdu o to jak se impostoři vnímají. Tímto se zabývala druhá studie spolu s očekávaným výsledkem v testu a vnímanou důležitostí dobrého výsledku. Výsledky druhé studie potvrzují hypotézu, že impostor fenomén zahrnuje sebe-prezentující komponentu. Když si účastníci studie mysleli, že jejich odpovědi jsou veřejné, „větší“ impostoři vyjadřovali nižší očekávání, co se týče jejich výsledků, nepřisuzovali velkou důležitost tomu, aby se jim v testu dařilo dobře, očekávali nízkou validitu testu a vyjadřovali menší uspokojení s možností, že se jim bude v testu dařit dobře. Studie číslo tři pracovala s myšlenkou, že existují dva druhy impostorů. „Pravý“ impostor, jedinec vnímající sám sebe méně pozitivně než věří, že ho vidí ostatní. A „strategický“ impostor zahrnující sebe-prezentující taktiky, které zahrnují výroky o tom, jak ho vidí ostatní lépe, než je skutečnost. Tyto taktiky používá k snižování očekávání od druhých, zprostředkovávají dojem skromnosti nebo pomáhají získat další výhody v mezilidských vztazích. Tato hypotéza se však nepotvrdila.

Na závěr své práce Leary et al. (2000) shrnují, že jejich výzkum nevyvracuje existenci konstruktů tzv. „impostor fenoménu“, ale ukazuje na přítomnost velké sebe-prezentující komponenty.

Empirická část

1. Výzkumný problém, cíle práce a hypotézy

V první části této bakalářské práce jsem se zabývala teoretickým ukotvením Impostor syndromu. Je to pojem pro veřejnost málo známý a jako takový jsem se snažila o co nejasnější a nejméně komplikované vysvětlení dané problematiky. Jelikož informace z teoretické části práce budou zveřejněny na blogu vytvořeném za účelem sdělování informací o dané problematice v českém jazyce a poskytnutí prostoru pro komunikaci o zážitcích Impostor syndromu, zařadila jsem i podkapitolu o možné terapii. Nyní se zaměřím na převod Clance IP škály do českého prostředí. V České republice neexistuje diagnostický nástroj, který by měřil jedincovu úroveň Impostor syndromu, proto jsem se zaměřila na převod Clance IP škály do českého prostředí. Druhým důvodem pro převod byla má plánovaná magisterská práce, jež tuto škálu bude využívat.

Výzkumný cíl práce: Převést Clance IP škálu do českého prostředí se zaměřením na populaci studentů starších 18ti let.

- a) Vytvořit kvalitní překlad škály Clance IP.
- b) Pomocí statistických metod popsat vlastnosti české verze Clance IP škály
- c) Naznačit vlastnosti impostor skóre v české populaci studentů starších 18ti let.

H 1: Reliabilita z hlediska vnitřní konzistence české verze Clance IP škály je větší než 0,75.

H 2: Cronbachova α české verze Clance IP škály je po rozdělení metodou split-half na sudé a liché položky větší než 0,75.

H 3: Jednotlivé položky pozitivně korelují s celkovým skóre testu více jak 0,40.

H 4: Celkové skóre v české verzi Clance IP škály u výběrového souboru studentů/tek starších 18ti let má normální rozložení.

H 5: Celkové skóre v české verzi Clance IP škály u výběrového souboru studentů starších 18ti let má normální rozložení.

H 6: Celkové skóre v české verzi Clance IP škále u výběrového souboru studentek starších 18ti let má normální rozložení.

H 7: Muži a ženy výběrového souboru se statisticky významně neliší v průměrné hodnotě impostor skóre měřeným českou verzí Clance IP škály

2. Popis zvoleného metodologického rámce a metod

Pro získání potřebných dat byl zvolen smíšený výzkum v rámci pilotní studie a kvantitativní přístup, v rámci kterého byl využit jeden dotazník skládající se ze sociodemografických proměnných, otázek sloužící k vytvoření jedincova kódu a Clance IP škály. Distribuován byl v elektronické podobě pomocí odkazu na Google formulář.

2.1. Sociodemografické proměnné a otázky k vytvoření anonymního kódu

Sociodemografické proměnné, které byly zjišťovány, jedná se o pohlaví, měsíc a rok narození, nejvyšší dosažené vzdělání, zaměstnání. Dále byly přidány otázky sloužící výhradně k vytvoření anonymního kódu pro každého účastníka, jednalo se o otázku kraje trvalého bydliště a prvního písmene jména matky. Sociodemografické proměnné sloužily k vyřazení účastníků, jenž nepatřili do cílové populace, k rozdělení účastníků do skupin a částečně, k vytvoření anonymního kódu. Dále byla zařazena jedna otázka s instrukcemi na zaučení odpovídání.

2.2. Clance IP škála

Dvaceti položková škála Likertova typu s možností odpovědi na škále od 1 do 5 (od vůbec nevystihuje, do úplně vystihuje). V originále v anglickém jazyce na škále od „*not at all true*“ do „*very true*“. Impostor skóre se počítá sečtením bodů odpovědí. Doporučené cutoff skóre je 62 bodů, přičemž ti co skórují více, jak 62 bodů jsou označováni jako impostoři (Holmes et al., 1993).

Holmes et al. (1993) uvádějí vnitřní konzistenci $\alpha = 0,96$, Leary et al. (2000) zjišťují $\alpha = 0,72$, Prince (1989, in Chrisman et al., 1995) uvádí $\alpha = 0,84$. V Clance IP škále byly objeveny tři faktory, podvod („*fake*“), redukce („*discount*“) a štěstí („*luck*“) (Kertay, Clance, & Holland, 1991, in Chrisman et al., 1995, 457). Brian F. French, Sarah C. Ullrich-French, Deborah Follman (2008) pomocí konfirmační faktorové analýzy ověřovali dříve zmíněný tří faktorový model. Faktory podvod a redukce spolu silně korelovaly. Proto autoři studie zkoumali model s dvěma latentními faktory, který na závěr určili za nejvhodnější.

2.3. Použité statistické metody

Data z dotazníku byla převedena z Google formulářů do Microsoft Office Excel, kde byla následně pročištěna a pro každého účastníka vytvořen jeho anonymní kód. K testovému zpracování byly použity programy Microsoft Office Excel a Statistica 12 CZ.

Základní charakteristiky souboru jsou popsány prostřednictvím deskriptivní statistiky a tabulek četností.

Výpočet reliability Clance IP škály byl proveden pomocí analýzy spolehlivosti položek v programu Statistica 12 CZ jak bez rozdělení, tak metodou split-half (položky byly rozděleny na první a druhou polovinu, ale i na sudé a liché pořadí položek).

Korelace jednotlivých položek s celkovým skóre testu byla zjišťována Spearmanovými korelacemi.

Normalita rozdělení celkových skóre dle pohlaví a pro celý výběrový soubor byla zjišťována pomocí Shapiro-Wilkova W testu. Stanovují také 95% dvoustranný konfidenční interval pro střední hodnotu celkového impostor skóre a jeho šikmost i špičatost.

Pro zjištění statistické významnosti rozdílů impostor skóre měřeným českou verzí Clance IP škály mezi muži a ženami výběrového souboru byl použit mediánový test.

2.4. Etické problémy a způsob jejich řešení

Aby byly zachovány etické zásady, bylo před dotazník včleněno úvodní sdělení informující probandy o účelu výzkumu, autoru výzkumu a možnostech odstoupení od studie. Celý výzkum byl anonymní. Také bylo zdůrazněno, že škála neurčuje diagnózu, ale měří to do jaké míry se projevy Impostor syndromu objevují v účastníkovi životě. Účastníkům nebylo sdělováno celkové skóre, právě z toho důvodu aby se nepovažovali za nemocné, když by jim vyšlo velké číslo, jedná se totiž o prvotní sbírání dat v České republice a jako takové není možnost srovnávat jedincovi výsledky s jakýmkoliv normami.

Na konci celého dotazníku byl poskytnut prostor pro komentář, kontaktní údaje na autora výzkumu a odkaz na informační zdroje jak v anglickém tak v českém jazyce. Přehledně bylo řečeno, že nyní účastníci odesílají odpovědi.

3. Výzkumný soubor a postup získání dat

Výzkumný soubor byl definován jako studenti starší 18ti let. Byl vybrán z toho důvodu, že velké množství studií zaměřující se na Impostor syndrom byla prováděna právě na studentech a to mi umožňuje z části porovnávat mé výsledky s výsledky již proběhlých studií a také některé výsledky očekávat. Na druhou stranu se jedná o zahraniční studie, a proto tato porovnání nebudou tak validní, jako kdyby se jednalo o studie prováděné na české populaci. Dalším důvodem pro zvolení dané populace bylo to, že studenti jsou spíše zvyklí na on-line prostředí. A tedy, internetová forma dotazníku by neměla signifikantně měnit výsledky, spíše by se dala očekávat větší upřímnost. Se sběrem dat jsem se neomezovala jen na moji zvolenou populaci. Dotazník jsem šířila i „ne-studentům“, zaměstnancům, lidem na rodičovské dovolené. Chtěla jsem využít možnosti snadného sdílení dotazníku a provést pilotní studii ke své plánované magisterské práci, která bude dále pracovat s Clance IP škálou, specifičtěji její validitou a také validitou samotného konstruktů Impostor syndromu v české populaci a to nejen mezi studenty.

Sběr dat probíhal od 12.02.2016 do 17.03.2016. Byla použita nepravděpodobnostní metoda výběru:

Metoda samovýběru: prostřednictvím facebookových profilů univerzit a středních škol byl sdílen odkaz na dotazník, který pak vyplnili ti participanti, kteří měli zájem. Dále využití i jiných facebookových profilů (vysokoškolské koleje) a internetových stránek (emimino.cz).

Metoda sněhové koule: zažádání o sdílení dotazníku studentů jiných univerzit a škol, kde jsem neměla přístup. Oslovení pracovníků s žádostí o přeoslání dotazníku mezi ostatní zaměstnance (Městský úřad Mnichovo Hradiště).

Příležitostný záměrný výběr: pro pilotní studii.

Testovaný soubor zahrnoval celkem 320 lidí, z toho 182 studentů/tek z nichž bylo 137 žen a 45 mužů. Převaha žen nad muži lze vysvětlit nepravděpodobnostním výběrem dat nebo možné neatraktivitu tématu pro muže. Z celkového souboru vyloučeno 13 participantů (6 studentů/tek) z důvodu podezření na nepravdivé vyhodnocení, špatně vyplněné odpovědi v sociodemografické části dotazníku, a shodného identifikačního kódu. Výzkumný soubor studentů/tek následně tvořil 176 participantů z toho 42 mužů, s průměrným rokem narození 1989, maximální hodnotu celkového skóre v Clance IP škále 95 a minimální 29.

Tab. 1: Základní údaje zkoumaného vzorku studentů/tek

testovaný vzorek	absolutní četnosti	průměrný rok narození	min celkového skóre	max celkového skóre
muži	42	1990	45	85
ženy	134	1989	29	95
celkem	176	1989	29	95

4. Výsledky

Druhý cíl mé práce, převést Clance IP škálu do českého prostředí je rozdělen na další, dílčí cíle. Jelikož se jedná o škálu originálně v anglickém jazyce, první na řadu přišel překlad. Dále proběhl zpětný překlad a pilotní studie zaměřená na pochopení položek a způsobu odpovídání probandy. Poté se vytvořila finální verze dotazníku, která byla použita pro sbírání dat.

4.1. Překlad Clance IP škály

Clance IP škála se skládá z dvaceti položek Likertova typu. Jsou ve formě větných tvrzení, se kterým participant vyjadřuje míru souhlasu či nesouhlasu na škále o pěti bodech. K práci se škálou a jejím překladem jsem získala povolení od autorky Pauline Rose Clance. Tuto škálu jsem vybrala kvůli jejím psychometrickým vlastnostem a přiměřenému rozsahu položek. Překlad jsem provedla sama. Jednu položku jsem přeložila orientačně pět až desetkrát v závislosti na složitosti větné stavby a slov.

Například položka číslo 1: „*I have often succeeded on a test or task even though I was afraid that I would not do well before I undertook the task.*“ (Clance, 1985, 20), po překladu vypadá takto: Často jsem uspěl/a v testu nebo úkolu, i když jsem se bál/a, že si nepovedu dobře.

Následně jsem nechala můj překlad přeložit do angličtiny a pak s překladatelkou konzultovala správnost a významové nuance v českém prostředí. Poté jsem vytvořila pilotní verzi dotazníku a distribuovala ho 10 lidem různého věku, vzdělání a zaměstnání, polovině žen a polovině mužů.

V rámci pilotní studie se neobjevily žádné marginální chyby. Respondenti ve věkové hranici více jak 62 let však ústně sdělovali nerozumění škály a tvrdili, že koncept Impostor syndromu není pro ně relevantní. I pro to jsem verzi škály použitou v této práci distribuovala převážně studentům a dospělým jedincům v produktivním věku.

Po proběhnuté pilotní studii byla vytvořena on-line verze škály, přičemž proběhla změna ve škále odpovědí. Stále se jedná o stejně velkou škálu o rovných intervalech, ale její slovní označení se změnilo na od vůbec nevystihuje do úplně vystihuje bez uváděných středních textových hodnot. Číselné označení zůstalo stejné.

4.2 Deskriptivní statistika

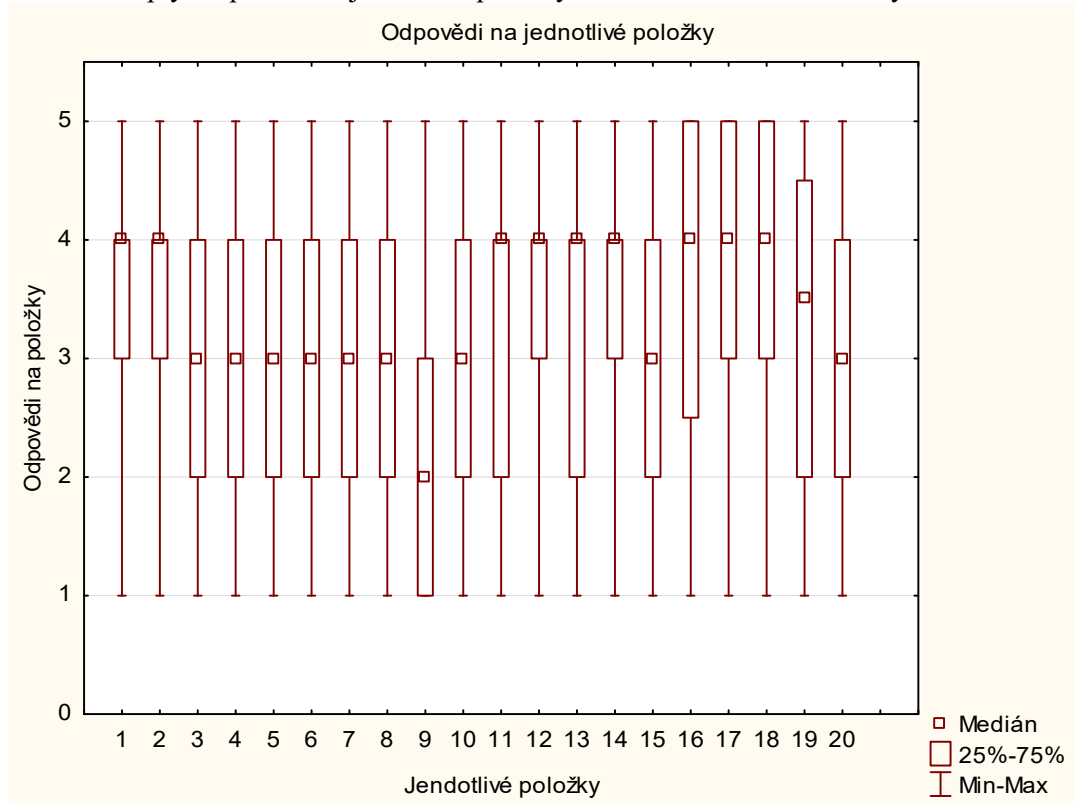
Clance IP škála se skládá z 20ti položek na které se odpovídá pomocí 5 bodové škály (mezi body škály jsou stejně velké intervaly), celkový impostor skór se získává součtem bodů ze všech položek. Ve vzorku studentů/tek se celkový skór pohyboval v rozmezí od 29 do 95 bodů, průměrná hodnota byla 64,45 bodů (zaokrouhleno na dvě desetinná místa), nejčastější celkové skóre 75 bodů a směrodatná odchylka 12,59. Průměr jednotlivých položek se pohyboval v rozmezí od 2,16 (položka číslo 9) do 3,85 (položka číslo 9), nejčastější odpovědi položek se pohybovali v rozsahu od 2 do 5 bodů (otázky číslo 16 a 17), směrodatná odchylka se pohybovala v rozmezí od 0,94 (položka číslo 1) do 1,41 (položka číslo 6).

Celkové impostor skóre studentů se pohybovalo v rozmezí od 45 do 85 bodů s průměrem 64,21 bodů, modem 75 a směrodatnou odchylkou 11,81. Celkové skóre studentek se vyskytovalo v rozmezí od 29 do 95 bodů s průměrnou hodnotou 64,53 bodů, modem 67 a směrodatnou odchylkou 12,86.

Tab. 2: Průměr, medián, modus a směrodatná odchylka jednotlivých položek a celkového skóru
Položky a

celkový skór	Průměr	Medián	Modus	Směrodatná odchylka
1	3,85	4	4	0,95
2	3,41	4	4	1,02
3	2,93	3	2	1,18
4	3,23	3	4	1,34
5	3,11	3	3	1,15
6	3,07	3	2	1,41
7	2,95	3	3	1,25
8	2,86	3	2	1,17
9	2,16	2	2	1,11
10	2,93	3	4	1,35
11	3,41	4	4	1,19
12	3,41	4	4	1,21
13	3,40	4	4	1,27
14	3,40	4	4	1,10
15	2,82	3	2	1,19
16	3,43	4	5	1,29
17	3,68	4	5	1,26
18	3,81	4	4	1,05
19	3,41	3,5	4	1,23
20	3,17	3	4	1,32
celkový skór	64,45	64,5	75	12,59

Graf 1: Rozptyl odpovědí na jednotlivé položky české verze Clance IP škály



Tab. 3: Průměr, medián, modus a směrodatná odchylka celkového skóru u podskupin mužů a žen výběrové souboru

	průměr celkového skóre	medián celkového skóre	modus celkového skóre	směrodatná odchylka celkového skóre
muži	64,21	63	49	11,81
ženy	64,53	65	67	12,86

4.3. K hypotézám číslo 1 a 2

Mezi základní charakteristiky psychodiagnostických metod patří reliabilita, uvádí relativní nepřítomnost proměnných chyb v měření a v podstatě se jedná o jiné označení pro přesnost metody měření (Urbánek, Denglerová & Širůček, 2011).

Pro odhad reliability české verze Clance IP škály byla vybrána cronbachova α , často používaná metoda hodnocení reliability dotazníků, měřící tzv.: vnitřní konzistenci, tedy to

jak jednotlivé položky „drží při sobě“ a jedná se v současnosti o jednu z nejvíce používaných metod odhadu reliability (Urbánek et al., 2011).

Výsledná reliabilita české verze Clance IP škály nabyła hodnoty: $\alpha = 0,859098$. Hypotéza číslo 1 se přijímá. Pomocí metody zjišťování reliability split-half dle pořadí položek, nabyła $\alpha = 0,818798$ dále po rozdělení na sudé a liché položky, nabyła $\alpha = 0,873254$. Hypotéza číslo 2 se přijímá. Alfa po odstranění se snížila u všech položek vyjma položky 1 ($\alpha = 0,859348$), 2 ($\alpha = 0,866084$) a 19 ($\alpha = 0,860353$).

Tab. 4: Průměr, rozptyl, směrodatná odchylka a alfa po odstranění jednotlivých položek

Položky	Prům. po odstr.	Rozptyl po odstr.	SmOdch po odstr.	Alfa po odstr.
1	60,60796	150,9997	12,28819	0,859348
2	61,03977	155,5495	12,47195	0,866084
3	61,52273	143,6358	11,98482	0,852977
4	61,22159	137,9679	11,74598	0,847622
5	61,34659	147,6015	12,14913	0,857923
6	61,38068	134,2926	11,58847	0,843566
7	61,5	140,5795	11,85662	0,849701
8	61,59091	145,7872	12,07424	0,855701
9	62,29546	141,9241	11,91319	0,849281
10	61,52273	140,3858	11,84845	0,851448
11	61,03977	146,7655	12,11468	0,85736
12	61,03977	145,6859	12,07004	0,856303
13	61,05682	136,5081	11,68367	0,844024
14	61,05682	141,4513	11,89333	0,848363
15	61,63636	137,9473	11,7451	0,844667
16	61,02273	139,8858	11,82733	0,849433
17	60,77841	139,3202	11,8034	0,848138
18	60,64773	144,0804	12,00335	0,851365
19	61,04546	148,407	12,18224	0,860353
20	61,28409	145,3511	12,05616	0,857748

4.4. K hypotéze číslo 3

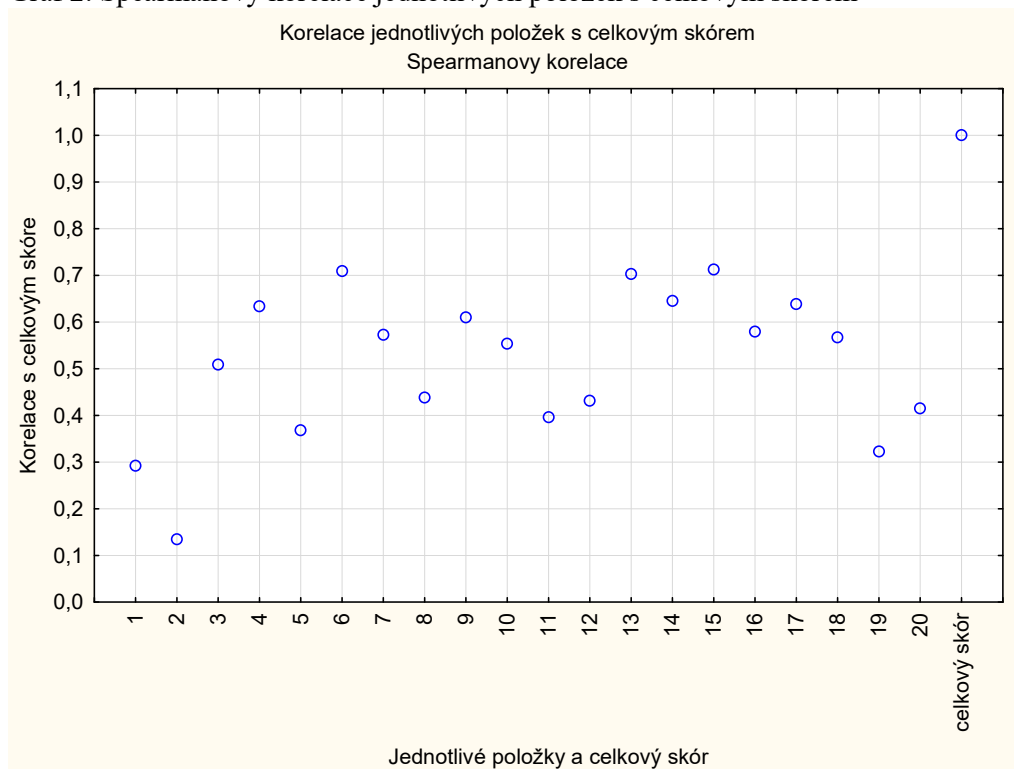
Hypotéza číslo 3 říká, že: jednotlivé položky pozitivně korelují s celkovým skóre testu více jak 0,40. Jedná se o hladinu, která byla určena na základě výsledků v Holmes et al. (1993, 52). Kdy nejnižší uvedenou korelaci, $r=0,41$, měla položka číslo 19.

K zjištění korelací jednotlivých položek s celkovým skórem české verze Clance IP škály byla použita Spearmanova korelace, jelikož ne všechny položky vykazovali normální rozložení. Celkově 5 položek korelovalo s celkovým skóre méně než 0,40 a proto hypotézu číslo 3 zamítáme. Konkrétně se jednalo o položky číslo: 1, 2, 5, 11 a 19.

Tab. 5: Spearmanovy korelace jednotlivých položek s celkovým skóre

	Korelace
Položky	s celkovým skóre
1	0,292118
2	0,134441
3	0,508824
4	0,633942
5	0,367989
6	0,708781
7	0,572439
8	0,437746
9	0,609802
10	0,553325
11	0,396134
12	0,431475
13	0,702876
14	0,645507
15	0,712849
16	0,579184
17	0,638356
18	0,567228
19	0,322484
20	0,415129

Graf 2: Spearmanovy korelace jednotlivých položek s celkovým skórem

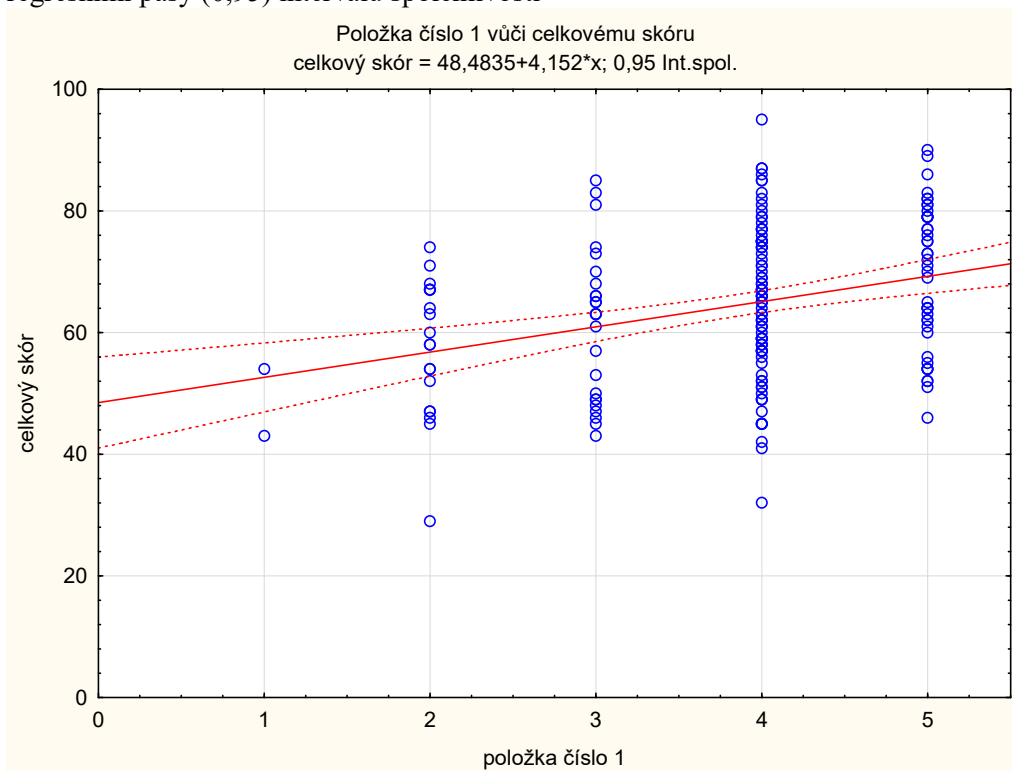


Na základě post-hoc popisné statistiky, aritmetické průměry položek číslo 1 a 2 jsou 3,85 a 3,41 (obě hodnoty zaokrouhleny na 2 desetinná místa) a 95% dvoustranné konfidenční intervaly (zaokrouhleno na 2 desetinná místa) jsou 3,71-3,99 pro položku číslo 1 a 3,26-3,57 pro položku číslo 2.

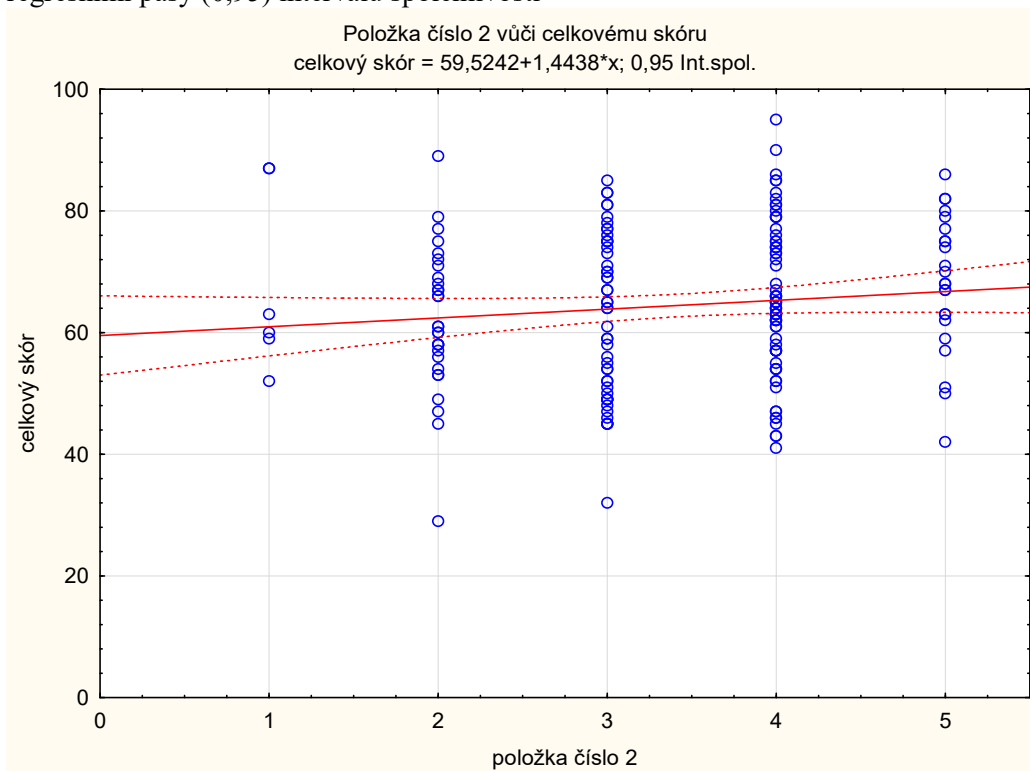
Tab. 6: Průměr, 95% dvoustranný konfidenční interval, směrodatná odchylka položek číslo 1 a 2

Položky	Průměr	Int.	Int.	Sm.odch.
		(-95%)	(95%)	
1	3,85	3,71	3,99	0,95
2	3,41	3,26	3,57	1,02

Graf 3: Bodový graf s vyznačením hodnoty položky číslo 1 a celkového skóru s vyznačením regresními pásy (0,95) intervalů spolehlivosti



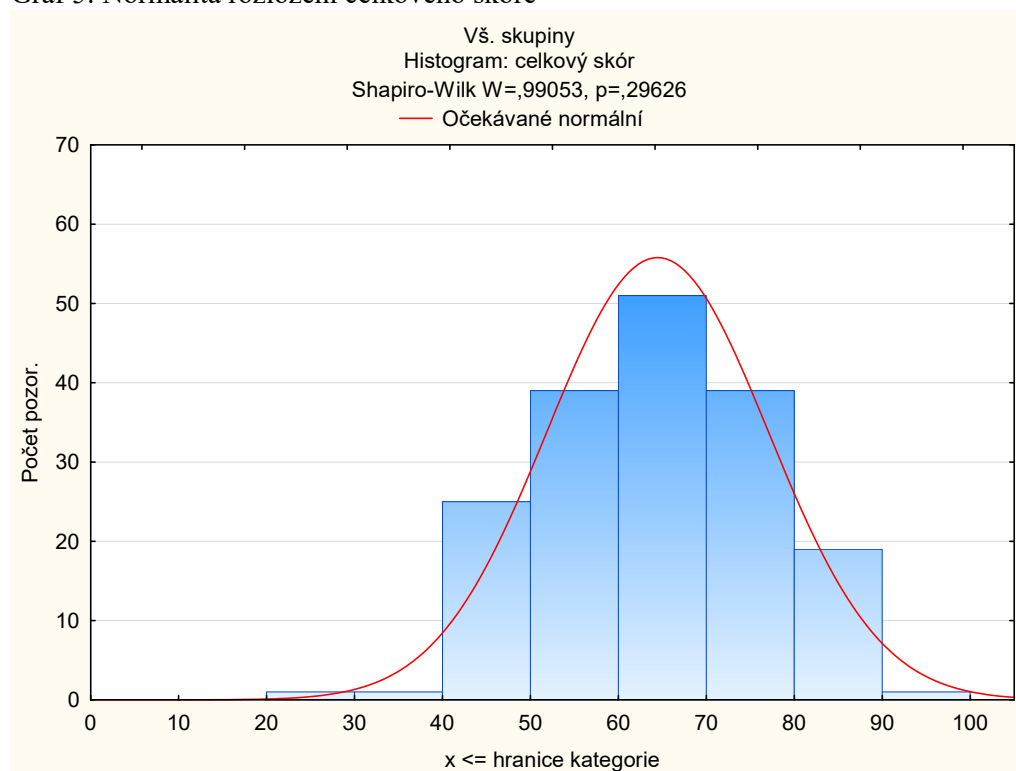
Graf 4: : Bodový graf s vyznačením hodnoty položky číslo 2 a celkového skóru s vyznačením regresními pásy (0,95) intervalů spolehlivosti



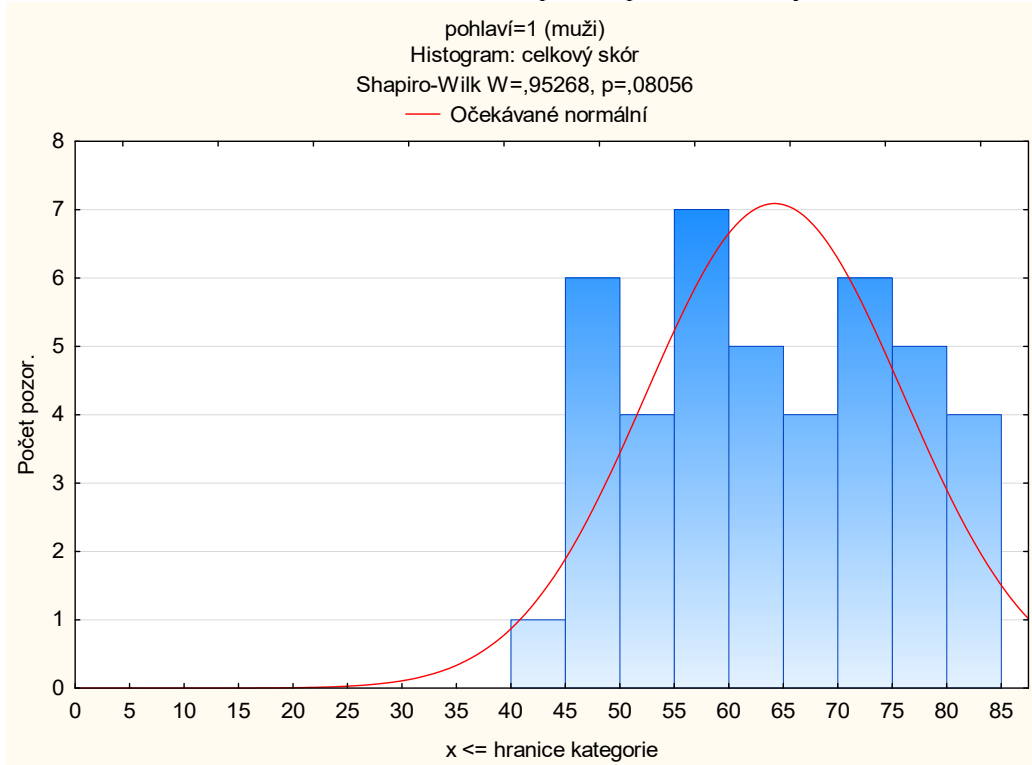
4.5. K hypotézám číslo 4, 5 a 6 a stanovení konfidenčního intervalu

Předpokladem bylo, že celkové skóre bude mít normální rozložení jak v celkovém výběrovém souboru, tak ve skupinách muži a ženy. Tento předpoklad se potvrdil. Za použití Shapiro-Wilkova W testu v programu STATISTICA 12 CZ se zjistilo následující: celkové impostor skóre výběrového souboru má normální rozložení, $p=0,29626$ a tedy platí $p>0,05$, celkové skóre mužů ($p=0,08056$ a tedy platí $p>0,05$) a žen ($p=0,72440$ a tedy platí $p>0,05$) mají normální rozložení. Hypotézy číslo 4,5 a 6 se přijímají.

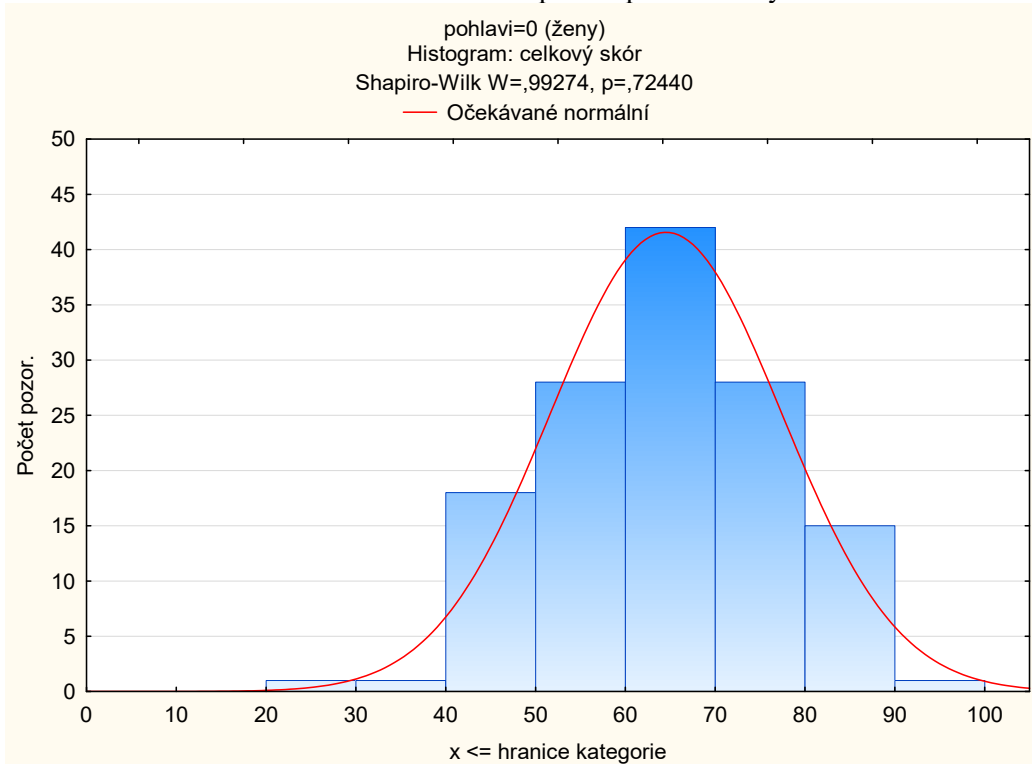
Graf 5: Normalita rozložení celkového skóre



Graf 6: Normalita rozložení celkového skóre pro skupinu mužů z výběrového souboru



Graf 7: Normalita rozložení celkového skóre pro skupinu žen z výběrového souboru



Stanovuji také 95% dvoustranný konfidenční interval pro střední hodnotu celkového impostor skóru, dále výběrovou šikmost a výběrovou špičatost celkového skóru. Jeho dolní hladina je 62,582157 a horní se rovná 66,3269339.

I když uvedená rozdělení vyšla jako normální, je vidět, že jsou nesignifikantně zešikmená a zašpičatělá. Šikmost nese hodnotu -0,0807 a špičatost -0,4789.

Uvedená výběrová šikmost je záporná (levostranná) a tedy říká nám, že hodnoty celkového skóre se spíše pohybují nad průměrem. Jelikož výběrová špičatost je také záporná, jedná se tedy o rozdělení platykurtické, plošší než normální.

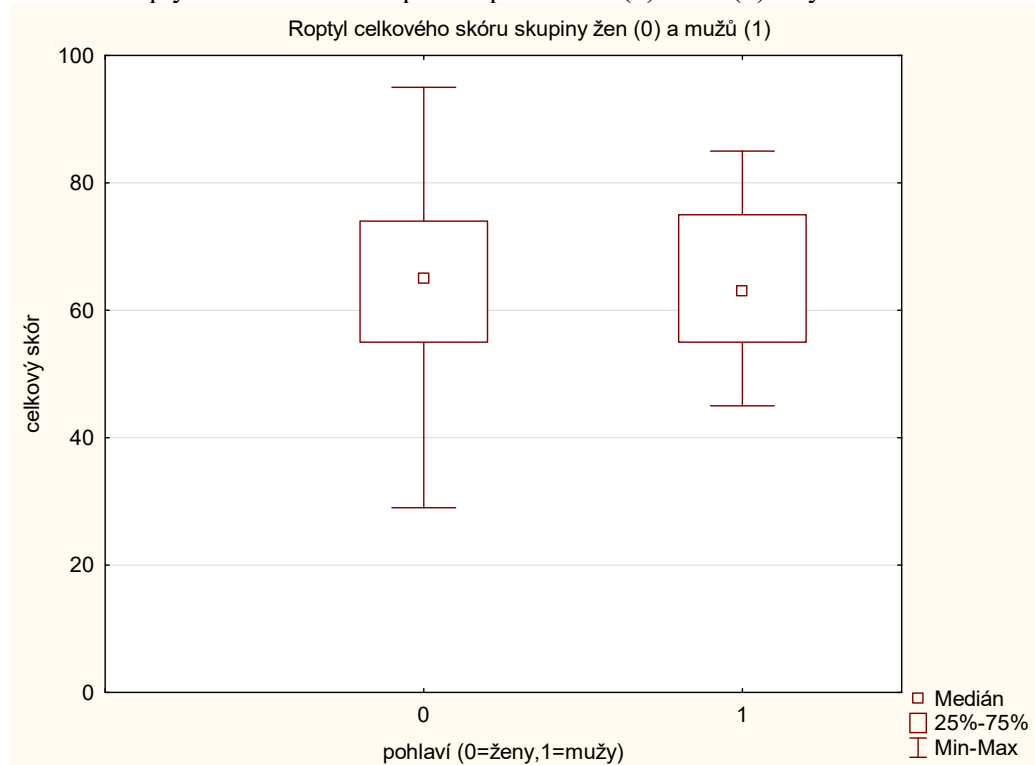
Tab. 6: Intervaly spolehlivosti střední hodnoty celkového skóru a jeho šikmost i špičatost

	N platných	Int. spolehl. -95%	Int. spolehl. 95%	Šikmost	Špičatost
celkový skór	176	62,5822	66,3269	-0,0807	-0,4789

4.6. K hypotéze číslo 7

Jelikož se velikost skupiny mužů a žen ve výběrovém souboru podstatně liší, pro testování hypotézy číslo 7 byl zvolen neparametrický test pro testování dvou nezávislých skupin a to konkrétně Mediánový test. Výsledná p-hodnota byla $p=0,72$ (zaokrouhleno na dvě desetinná místa), $p>0,05$ a tedy test nenašel statisticky významný rozdíl mezi skupinou mužů a žen ve výběrovém souboru. Hypotéza číslo 7 se přijímá.

Graf 8: Rozptyl celkového skóru pro skupinu mužů (1) a žen (0) z výběrového souboru



5. Diskuze

V pilotní studii se objevil komentář dvou respondentů (muž, 64 let, žena, 62 let,) nad nevhodností konstruktů syndromu pro populaci lidí v důchodovém věku. Žena také komentovala, že si nebyla jistá jak vyplnit škálu. Tyto komentáře mě vedou k přesvědčení, že je potřeba Impostor syndrom zkoumat více dle kulturního a dobového prostředí ve kterém jedinci vyrůstali. Bylo by vhodné ověřit, je-li daný konstrukt validní pro populaci Čechů důchodového věku a to spíše za využití i dalších metod než jen Clance IP škály, navrhovala bych použít spíše kvalitativních metod.

Na potřebu dalšího studia Impostor syndromu z hlediska kulturního prostředí České republiky ukazují i další výsledky mého výzkumu, například modus položek 16 a 17. Položka číslo 16 zní takto: Když dostanu velké ocenění a uznání za něco, čeho jsem dosáhl/a, mám tendenci snížit důležitost toho, co jsem udělal/a. Dále položka číslo 17 je v takovéto formě: Často porovnávám mé schopnosti s ostatními lidmi kolem mě a myslím si, že možná jsou více inteligentní, než jsem já.

Z výsledků deskriptivní statistiky je také zajímavá položka číslo 9, 50% všech odpovědí na tuto položku se nachází v intervalu od 1 do 3. Položka číslo 9 zní takto: Občas mám pocit nebo věřím, že úspěchy v mém životě nebo v práci jsou výsledkem nějaké chyby. Domnívám se, že za tento rozptyl odpovědí může slovo „chyby“. Předpokládám, že toto slovo nese dostatečný negativní význam, že lidé měli tendenci s tvrzením v položce nesouhlasit. Doporučuji proto, nahradit slovo „chyby“ slovem jiným, například slovem „omyl“. A následně statisticky ověřit vhodnost dané změny.

Problematicky se také jeví položka číslo 18: Často se bojím, že neuspěji v projektu nebo zkoušce, i když ostatní kolem mě jsou si celkem jistí, že se mi podaří dobře. Kdy 50% odpovědí se pohybuje v intervalu od 3 do 5 bodů. I zde je možné do nějaké míry soudit na kulturní podmíněnost. Tak jako u položek 9, 16 a 17 se mi jeví jako největší problém posunutí intervalu až k hraniční možné hodnotě, tedy u položky 9 se jedná o bod 1 na škále odpovědí a u položek 16, 17 a 18 o bod 5 na škále odpovědí. Proto považuji za nutné vytvořit další možné alternativní podoby daných položek a pomocí statistických metod najít jejich vhodnou podobu.

Zjištěná reliabilita $\alpha = 0,86$ (zaokrouhleno na 2 desetinná místa) se pohybuje mezi dříve zjištěnými hodnotami reliability originální verze Clance IP škály, ty se pohybovaly od $\alpha = 0,72$ (Leary et al., 2000) přes $\alpha = 0,84$ (Prince, 1989, in Chrisman et al., 1995) po $\alpha = 0,96$ (Holmes et al., 1993). Po rozdělení položek dle pořadí na sudé a liché, se alfa zvětšila na

$\alpha = 0,87$. Jedná se sice o zvětšení jen o jednu setinu, ale samotný fakt, že došlo ke zvětšení, ukazuje na problém s nějakými položkami. Pro konzistentní test by α měla nabývat hodnoty alespoň 0,8 (Meloun & Militký, 2002). Tuto hodnotu česká verze Clance IP škály překračuje a je ji tedy možné považovat za vnitřně konzistentní test. Problém nastává s validitou jednotlivých položek.

Alfa po odstranění položek vyšla větší než původní alfa u položek číslo 1, 2 a 19. Největší rozdíl je u položky číslo 2: Umím se tvářit jako více kompetentní než doopravdy jsem. Zvětšení reliability testu po odstranění položky nemusí být vždy nežádoucí. Jane Loevinger (1954) poukazuje na vztah vnitřní konzistence a validity položek. Čím větší reliability položek, tím může být jejich validita nižší. Domnívám se, že v tomto případě položky číslo 1, 2 a 19 jsou ve škále důležité, protože se dotýkají širšího spektra projevů Impostor syndromu.

K položkám číslo 1, 2 a 19 lze přiřadit ještě položky 5 a 11. Jedná se o tvrzení, které kladně korelují s celkovým skóre méně než 0,40. Hypotéza číslo 3 byla zamítnuta. V literatuře se však uvádí, že korelace položky a celkového skóre testu by měla být minimálně 0,30 (Everitt & Howell, 2005a). Tuto podmínku nesplňují položky číslo 1 a 2, jejich vztah s celkovým skórem testu lze označit za zanedbatelný. Položka číslo 1 hodnoty 0,30 nedosáhla o 0,008 bodu (zaokrouhлено na 3 desetinná místa). Největší problém proto vidím v položce číslo 2: Umím se tvářit jako více kompetentní než doopravdy jsem. Položka se zdá obsahově validní. Domnívám se, že hlavním důvodem proč položky číslo 1 a 2 tak málo korelují s celkovým skórem testu je jejich rozptyl odpovědí. Ze všech odpovědí na položky číslo 1 a 2, 50% se nachází mezi hodnotami 3 a 4 na škále odpovědí. Jejich střední hodnoty mají také podstatně menší směrodatnou odchylku. Post-hoc popisná statistika odhalila jejich průměrné hodnoty mezi body 3 a 4 na škále odpovědí, přičemž směrodatné odchylky jsou 0,95 a 1,02 bodu. Na bodových grafech je vidět rozdělení odpovědí vůči celkovému skóru a vyznačené regresní pásy 0,95 intervalů spolehlivosti. U položky číslo 1 je vidět určitý lineární vztah, předpokládám, že korelace nevyšla větší kvůli malému výběrovému souboru. Jsem toho názoru, že u položky číslo 2 je hlavní důvod dané korelace to, že má malý rozptyl, který se úzce pohybuje kolem středové hodnoty celkového skóre.

Předpoklad normality rozložení celkového skóre se potvrdil. Celkový skór vzniká součtem bodů z jednotlivých položek, to odpovídá procesu vzniku normálního rozložení. Gaussovo rozložení vzniká součtem velkého množství náhodných veličin s malými rozptyly (Urbánek et al., 2011). Jelikož celkové skóre výběrového souboru i jeho podskupin mužů a žen má normální rozložení, můžeme předpokládat i normální rozložení celkového skóre

v populaci českých studentů/tek starších 18ti let. S 95% pravděpodobností se celkové skóre v populaci bude pohybovat mezi 63 a 66 body. Holmes et al. (1992) však určují hladinu cut-off skóre na 62, kdyby byla tato hladina použita i u nás, pak by většina lidí skórovala jako impostoři. Je proto nutné vytvořit normy pro českou populaci a zaměřit se na validitu metody i samotného konstruktů.

Díky přijetí hypotézy číslo 7 i my můžeme předpokládat, že co se týče Impostor syndromu tak, jak ho měří Clance IP škála, není signifikantní rozdíl mezi muži a ženami v jeho míře. Lze tedy souhlasit s výzkumy citovanými v Clance a O'Toole (1988) Imes (1979,), Harvey (1981), Lawler (1984) a Flewelling (1985,) i s Leary et al. (2000), které také statisticky významný rozdíl v průměrné hodnotě impostor skóre nenašly.

Tento výzkum byl zaměřený na převod Clance IP škály do českého prostředí se zaměřením na populaci studentů/tek starších 18ti let. Byly zjištěny nedostatky ve formulování položek, konkrétně položek číslo 9, 16, 17 a 18. Položku číslo 9 vnímám jako nejpolemičtější. Je nutné vytvořit její alternativní verze a pomocí statistického testu určit tu nejhodnější. U položek číslo 16, 17 a 18 předpokládám spíše jejich kulturní podmíněnost. Je potřeba určit pomocí metod na zjišťování validity, zda je potřeba položky nechat ve škále, nebo je zaměnit za jiné, obsahově validní položky, či zda je nevynechat zcela. Toto se týká i položek číslo 1 a 2. Po určení adekvátní podoby položky číslo 9 by mělo tedy následovat ověření validity škály a to na adekvátně velikém výběrovém souboru. Dále je žádoucí pomocí konfirmační faktorové analýzy ověřit složení latentních faktorů v české verzi Clance IP škály. V této studii nebyly splněny požadavky pro její provedení, kromě malého množství participantů se jedná hlavně o nedosažení normálního rozložení u všech jednotlivých položek (Everitt & Howell, 2005b).

Nejdůležitější Clance otázka, která by se měla ověřit, je otázka validity samotného konstruktů Impostor syndromu. Nyní po rozsáhlém studiu literatury a provedení vlastního výzkumu se přikláním k názoru, který prezentovali McElwee a Yurak (2007; 2010). Impostor syndrom je validní konstrukt, ale nevhodně definován a zkoumán. Domnívám se, že se jedná o negativní emoční stav jedince vzniklý v určitých konkrétních situacích. Clance IP škála by neměla být používána k měření rysů impostorismu, ale raději k identifikování lidí, kteří zažívají impostor zážitky, přičemž, někteří je zažívají častěji a někteří vůbec ne. K dalším zkoumáním Impostor syndromu pak doporučuji nejenom použití české verze Clance IP škály (po úpravě položky 9 a případně i ostatních výše zmíněných), ale i metod zaměřených více na konkrétní zážitky Impostor syndromu. Dle mého názoru, rozhovorů s lidmi a prevalence vysokých skóre ve výběrovém souboru předpokládám, že se většina lidí

ve svém životě potká se situací, kdy jsou přesvědčeni o tom, že je druzí vnímají jako kompetentnější než doopravdy jsou a bojí se, že je někdo odhalí jako podvodníky, i když tento strach není opodstatněný.

6. Závěry

Prvotním účelem předkládané bakalářské diplomové práce bylo stručně a jasně nastínit problematiku Impostor syndromu. Druhým záměrem bylo převést Clance IP škálu do českého prostředí se zaměřením na populaci studentů starších 18ti let. Třetí cíl zněl, připravit si materiál a získat potřebné zkušenosti k výzkumu pro svou budoucí magisterskou práci.

První cíl je splněn prostřednictvím teoretické části mé bakalářské práce. Neomezila jsem se však pouze na toto rozhraní. Byl vytvořen internetový blog <http://impostorsyndrom.blogspot.cz/> na kterém budou, mimo jiného, zveřejněny informace týkající se Impostor syndromu.

Druhý cíl bych označila za částečně splněný. Byl vytvořen kvalitní překlad Clance IP škály, je potřeba vrátit se k položce číslo 9, případně i k položkám číslo 16, 17 a 18, vytvořit pro ně alternativní vhodnější verze a pomocí statistického testu najít nejlepší možnou podobu. V případě položek 16, 17 a 18 se nejedná o problém méně vhodného překladu určitého slova, ale spíše o kulturní podmíněnost tvrzení obsažených v daných položkách.

Zjištěná reliabilita, v podobě vnitřní konzistence, české verze Clance IP škály je $\alpha=0,86$.

Odhadovaný průměr celkového skóre populace se pohybuje v 95% dvoustranném konfidenčním intervalu 63-66 bodů s normálním rozdělením. Jedná se o interval, který se pohybuje nad zjištěnou cut-off hodnotu 62 bodů ve výzkumu „*Measuring the impostor phenomenon: A comparison of Clance's IP scale and Harvey's I-P scale.*“ (Holmes et al.) z roku 1993. Za hlavní poznatek empirické části tedy považuji další krok práce s Impostor syndromem. Tím je pomocí kvalitativního, nebo smíšeného designu výzkumu s využitím české verze Clance IP škály ověřit její validitu a zároveň se zabývat validitou samotného konstruktů Impostor syndromu pro české prostředí. Domnívám se, že Impostor syndrom nejčastěji zkoumaný jako rys osobnosti by se měl raději definovat jako negativní emoční stav, který může postihnout většinu lidí. Jako takto definován, by se mělo mimo Clance IP škály ve výzkumu používat i metod zaměřující se na konkrétní zážitky Impostor syndromu.

Třetí cíl považuji za splněný, potřebný materiál byl vytvořen a psaním této bakalářské diplomové práce jsem získala velké množství zkušeností, které mi poslouží v budoucí akademické činnosti.

Souhrn

Tato bakalářská diplomová práce měla tři cíle. První, stručně a jasně seznámit s problematikou Impostor syndromu čtenáře mé bakalářské práce byl splněn v rámci teoretické části. Nejenom to, také byl založen internetový blog <http://impostorsyndrom.blogspot.cz/> sloužící jako zdroj informací ohledně Impostor syndromu v českém jazyce a vytvoření prostoru pro komunikaci na ono téma. Druhý cíl bylo převést Clance IP škálu do českého prostředí. Tento cíl byl splněn jen částečně, viz potřeba změny položky a zamyšlení nad některými dalšími. Třetí cíl, připravit si materiál a získat potřebné zkušenosti k výzkumu pro svou budoucí magisterskou práci, byl splněn ve velké míře.

Impostor syndrom byl poprvé popsán v roce 1978 v článku „*The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention.*“ autorkami byly Pauline Rose Clance a Suzanne Imes. Na základě jejich klinických zkušeností popsaly tzv. „*Impostor phenomenon*“, lidé jím postihnuti nejsou schopni internalizovat svůj úspěch, označují se jako „podvodníci“ (v anglickém jazyce *impostor*, odtud pochází název fenoménu) a bojí se, že je někdo jako podvodníky odhalí.

V práci je používán název Impostor syndrom, pro tento psychologický konstrukt a označení impostor, pro člověka zažívající daný syndrom.

Impostor syndrom byl původně objeven na ženách, ale výzkumy potvrzují, že i muži trpí projevy impostor syndromu. Výzkumníci se neshodují, jestli a v čem se liší prožívání impostor syndromu ženami a muži.

Daný konstrukt je zkoumán také v různých etnických menšinách (Afroameričany, Američani hispánského původu, Hmongové) a kulturách (Korea, Japonsko, Rakousko, Německo).

Za původ impostor syndromu bývají označovány určité rodinné situace v raném dětství, které jsou posléze posíleny v rámci socializace v adolescenci a dospělosti. Impostoři pravděpodobně vyrůstají v nepodporujícím konfliktním rodinném prostředí, kde je komunikace a chování řízeno pravidly. Dále je rodina impostora zaměřena na výkon. Členové rodiny dávali budoucímu impostorovi na srozuměnou, že inteligence je nejlépe vidět, když člověk něčeho dosáhne bez velké snahy. Otec měl buď přehnaně ochrannářský výchovný styl, nebo neprojevoval dostatečnou péči. Nedostatek mateřské péče přispívá k sebe-znevýhodňovacím tendencím.

Skóre Impostor syndromu kladně koreluje se škálou neuroticismu a jeho větší hodnoty jsou spojovány s vyššími hladinami úzkostnosti. Skóre Impostor syndromu negativně koreluje se škálou svědomitosti. Impostoři jsou většinou perfekcionisti a často vykazují chování, které je znevýhodňuje.

Pro impostory je typický určitý cyklus chování, který začíná vždy s přijutím nového úkolu.

Mezi následky Impostor syndromu bývá mimo jiné řazena úzkost, depresivita, špatné celkové psychické zdraví a stres. Harvey a Katz (1985) vytvořily jedenácti stupňový proces terapie impostor syndromu začínající pojmenováním toho, co jedince trápí a končící pomáháním ostatním.

Impostor syndrom je nejčastěji měřen sebe posuzovacími osobnostními škálami pro tyto účely vytvořenými. V této práci byla použita Clance IP škála. Jedná se o 20ti položkovou škálu s tvrzeními na které probandi vyjadřují míru souhlasu od 1 (vůbec nevystihuje) do 5 (úplně vystihuje). V rámci smíšeného výzkumu byl proveden zpětný překlad a také pilotní studie. Na tomto základě pak byla vytvořena finální česká verze Clance IP škály, která byla včleněna do on-line dotazníku. Dotazník se skládal z úvodní informace (obsahující informace o účelu výzkumu, autoru výzkumu a možnostech odstoupení od studie), sociodemografických proměnných, položek sloužící čistě k vytvoření anonymního kódu pro každého z probandů, zaučující položky a české verze Clance IP škály. Celý výzkum byl anonymní. Populaci tvořili studenti starší 18ti let. Výběrový soubor činil 182 studentů/tek z nichž bylo 137 žen a 45 mužů. Sběr dat probíhal od 12.02.2016 do 17.03.2016 a byly použity nepravděpodobnostní metody výběru (samovýběr, sněhová koule a příležitostný záměrný výběr v rámci pilotní studie). Pomocí kvantitativního přístupu pak byly ověřeny níže uvedené hypotézy a zjištěno následující.

Ve výběrovém souboru se celkový skór pohyboval v rozmezí od 29 do 95 bodů, průměrná hodnota byla 64,45 bodů (zaokrouhleno na dvě desetinná místa), nejčastější celkové skóre 75 bodů a směrodatná odchylka 12,59. Průměr jednotlivých položek se pohyboval v rozmezí od 2,16 (položka číslo 9) do 3,85 (položka číslo 9), nejčastější odpovědi položek se pohybovali v rozsahu od 2 do 5 bodů (otázky číslo 16 a 17), směrodatná odchylka se pohybovala v rozmezí od 0,94 (položka číslo 1) do 1,41 (položka číslo 6).

Výzkum pracoval se sedmi hypotézami:

H 1: Reliabilita z hlediska vnitřní konzistence české verze Clance IP škály je větší než 0,75.

H 2: Cronbachova α české verze Clance IP škály je po rozdělení metodou split-half na sudé a liché položky větší než 0,75.

H 3: Jednotlivé položky pozitivně korelují s celkovým skóre testu více jak 0,40.

H 4: Celkové skóre v české verzi Clance IP škály u výběrového souboru studentů/tek starších 18ti let má normální rozložení.

H 5: Celkové skóre v české verzi Clance IP škály u výběrového souboru studentů starších 18ti let má normální rozložení.

H 6: Celkové skóre v české verzi Clance IP škále u výběrového souboru studentek starších 18ti let má normální rozložení.

H 7: Muži a ženy výběrového souboru se statisticky významně neliší v průměrné hodnotě impostor skóre měřeným českou verzí Clance IP škály

Hypotéza číslo 1, 2, 4, 5, 6 a 7 byly přijaty. Hypotéza číslo 3 byla zamítnuta.

Reliabilita (z hlediska vnitřní konzistence) české verze Clance IP škály nabyla hodnoty $\alpha=0,86$ (zaokrouhleno na 2 desetinná místa). Po rozdělení na sudé a liché položky $\alpha=0,87$ (zaokrouhleno na 2 desetinná místa).

K ověření druhé hypotézy byly použity Spearmanovy korelace. S celkovým skóre testu korelují všechny položky více jak 0,40 vyjma položek: 1, 2, 5, 11 a 19. Z nichž nedosahovaly hranice $r=0,30$ (Everitt & Howell, 2005a) položky 1 a 2.

K ověření normality rozdělení byl použit Shapiro-Wilkův W test. Impostor skóre výběrového souboru má normální rozložení, $p=0,29626$ a tedy platí $p>0,05$, celkové skóre mužů ($p=0,08056$ a tedy platí $p>0,05$) a žen ($p=0,72440$ a tedy platí $p>0,05$) mají normální rozložení.

Odhadovaný průměr celkového skóre v populaci se pohybuje v 95% dvoustranném konfidenční intervalu. Jeho dolní a horní hladina jsou, po zaokrouhlení, 63 a 66 bodů.

Mediánový test nenašel statisticky významný rozdíl mezi skupinou mužů a žen ve výběrovém souboru.

Je potřeba adekvátně změnit znění položky číslo 9. Také by bylo vhodné vrátit se k položkám číslo 16, 17 a 18. V případě těchto položek se nejedná o problém méně vhodného překladu určitého slova, ale spíše o kulturní podmíněnost tvrzení obsažených v daných položkách. Poté ověřit validitu škály a samotného konstruktů Impostor syndrom pro českou populaci. Doporučuji mimo jiného použít konfirmační faktorovou analýzu, kterou nebylo možné využít v této studii pro nesplnění požadavků k jejímu použití.

Po empirické úvaze souhlasím s McElwee a Yurak (2007; 2010) v tom, že Impostor syndrom nejčastěji zkoumaný jako rys osobnosti by se měl raději definovat jako negativní emoční stav, který může postihnout většinu lidí. Při takto definovaném konstrukt, by se měly mimo Clance IP škály ve výzkumu používat i metody zaměřující se na konkrétní zážitky Impostor syndromu.

Seznam použitých zdrojů a literatury

1. Austin, C. C., Clark, E. M., Ross, M. J., & Taylor, M. J. (2009). IMPOSTORISM AS A MEDIATOR BETWEEN SURVIVOR GUILT AND DEPRESSION IN A SAMPLE OF AFRICAN AMERICAN COLLEGE STUDENTS. *College Student Journal*, 43(4), 1094-1109. Získáno 20. ledna 2016 z <http://web.b.ebscohost.com/ehost/detail/detail?sid=bb42e964-e9fa-4f72-9c39-b82d9d5ff53e%40sessionmgr112&vid=19&hid=118&bdata=Jmxhbmc9Y3Mmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#AN=55492487&db=s3h>
2. Berglas, S., & Jones, E. E. (1978). Drug Choice as a Self-Handicapping Strategy in Response to Noncontingent Success. *Journal of Personality & Social Psychology*, 36(4), 407 – 417. Získáno 17. ledna 2016 z <https://shibboleth.ebscohost.com/Shibboleth.sso/Login?providerId=https://idp.upol.cz/idp/shibboleth&target=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=sih&AN=16690315&lang=cs&site=eds-live>
3. Bernard, N. S., Dollinger, S. J., & Ramaniah, N. V. (2002). Applying the Big Five Personality Factors to the Impostor Phenomenon. *Journal of Personality Assessment*, 78(2), 321 – 333. Získáno 17. ledna 2016 z <https://shibboleth.ebscohost.com/Shibboleth.sso/Login?providerId=https://idp.upol.cz/idp/shibboleth&target=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=bth&AN=6575716&lang=cs&site=eds-live>
4. Clance, P. R. (1985). *The impostor phenomenon: Overcoming the fear that haunts your success*. Atlanta, GA: Peachtree Publishers.
5. Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241-247. doi:10.1037/h0086006.
6. Clance, P. R., & O'Toole, M. A. (1987). The Imposter Phenomenon: An internal barrier to empowerment and achievement. *Women & Therapy*, 6(3), 51-64. doi:10.1300/J015V06N03_05.
7. Conroy, P. W. (2006). Hmong culture and visual impairment: Strategies for culturally sensitive practices. *RE:view: Rehabilitation and Education for Blindness and Visual Impairment*, 38(2), 55–64. doi:10.3200/revu.38.2.55-64

8. Covington, M. V., & Omelich, C. L. (1985). Ability and effort valuation among failure-avoiding and failure-accepting students. *Journal of Educational Psychology*, 77(4), 446–459. doi:10.1037/0022-0663.77.4.446
9. Cowman, S. E., & Ferrari, J. R. (2002). ‘AM I FOR REAL?’ PREDICTING IMPOSTOR TENDENCIES FROM SELF-HANDICAPPING AND AFFECTIVE COMPONENTS. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 30(2), 119–125. doi:10.2224/sbp.2002.30.2.119
10. Cozzarelli, C., & Major, B. (1990). Exploring the validity of the impostor phenomenon. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(4), 401–417. doi:10.1521/jscp.1990.9.4.401
11. Cromwell, B., Brown, N. W., Sanchez-Huceles, J., & Adair, F. L. (1990). The Impostor Phenomenon and personality characteristics of high school honor students. *Journal Of Social Behavior & Personality*, 5(6), 563-573. Získáno 8. srpna 2015 z <http://search.proquest.com/openview/9fc47ccf260a0b5d8c8d740f0d730dfd/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1819046>
12. Cusack, C. E., Hughes, J. L., & Nuhu, N. (2013). Connecting Gender and Mental Health to Imposter Phenomenon Feelings. *Psi Chi Journal Of Psychological Research*, 18(2), 74-81. Získáno 5. září 2015 z <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?sid=bcc5b99f-4983-4d75-be7a-db19c8df8268%40sessionmgr114&vid=0&hid=108&preview=false>
13. Edwards, P. W., Zeichner, A., Lawler, N., & Kowalski, R. (1987). A validation study of the Harvey impostor phenomenon scale. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 24(2), 256–259. doi:10.1037/h0085712
14. Everitt, B. S., & Howell, D. C. (Eds.). (2005a). *Encyclopedia of statistics in behavioral science* (Volume 1). United Kingdom: John Wiley & Sons.
15. Everitt, B. S., & Howell, D. C. (Eds.). (2005b). *Encyclopedia of statistics in behavioral science* (Volume 2). United Kingdom: John Wiley & Sons.
16. Ferrari, J. R. (2005). IMPOSTOR TENDENCIES AND ACADEMIC DISHONESTY: DO THEY CHEAT THEIR WAY TO SUCCESS?. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 33(1), 11–18. doi:10.2224/sbp.2005.33.1.11

17. Ferrari, J. R., & Thompson, T. (2006). Impostor fears: Links with self-presentational concerns and self-handicapping behaviours. *Personality and Individual Differences, 40*(2), 341–352. doi:10.1016/j.paid.2005.07.012
18. French, B. F., Ullrich-French, S. C., & Follman, D. (2008). The psychometric properties of the Clance impostor scale. *Personality and Individual Differences, 44*(5), 1270–1278. doi:10.1016/j.paid.2007.11.023
19. Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*(5), 449–468. doi:10.1007/bf01172967
20. Fried-Buchalter, S. (1997). Fear of success, fear of failure, and the impostor phenomenon among male and female marketing managers. *Sex Roles, 37*(11-12), 847–859. doi:10.1007/bf02936343
21. FUJIE, R. (2010). Development of the state impostor phenomenon scale. *Japanese Psychological Research, 52*(1), 1–11. doi:10.1111/j.1468-5884.2009.00417.x
22. Harvey, J. C., & Katz, C. (1985). *If I'm so successful, why do I feel like a fake? The impostor phenomenon*. New York: St. Martin's Press
23. Henning, K., Ey, S., & Shaw, D. (1998). Perfectionism, the impostor phenomenon and psychological adjustment in medical, dental, nursing and pharmacy students. *Medical Education, 32*(5), 456–464. doi:10.1046/j.1365-2923.1998.00234.x
24. Holmes, S. W., Kertay, L., Adamson, L. B., Holland, C. L., & Clance, P. R. (1993). Measuring the impostor phenomenon: A comparison of Clance's IP scale and Harvey's I-P scale. *Journal of Personality Assessment, 60*(1), 48–59. doi:10.1207/s15327752jpa6001_3
25. Chae, J.-H., Piedmont, R. L., Estadt, B. K., & Wicks, R. J. (1995). Personological evaluation of Clance's Imposter phenomenon scale in a Korean sample. *Journal of Personality Assessment, 65*(3), 468–485. doi:10.1207/s15327752jpa6503_7
26. Chrisman, S. M., Pieper, W. A., Clance, P. R., Holland, C. L., & Glickauf-Hughes, C. (1995). Validation of the Clance Imposter phenomenon scale. *Journal of Personality Assessment, 65*(3), 456–467. doi:10.1207/s15327752jpa6503_6
27. Irby, B. J. (2014). Advancing women of color in the academy: Research perspectives on Mentoring and strategies for success. *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning, 22*(4), 265–268. doi:10.1080/13611267.2014.946280

28. Jöstl, G., Bergsmann, E., Lüftenegger, M., Schober, B., & Spiel, C. (2012). When will they blow my cover?. *Zeitschrift für Psychologie*, 220(2), 109–120. doi:10.1027/2151-2604/a000102
29. Kets de Vries, M. (2005). The dangers of feeling like a fake. *Harvard Business Review*, 83(9), 110-116. Získáno 7. srpna 2015 z <https://hbr.org/2005/09/the-dangers-of-feeling-like-a-fake>
30. King, J. E., & Cooley, E. L. (1995). Achievement orientation and the impostor phenomenon among college students. *Contemporary Educational Psychology*, 20(3), 304–312. doi:10.1006/ceps.1995.1019
31. Kolligian Jr., J., & Sternberg, R. J. (1991). Perceived Fraudulence in young adults: Is there an ‘Imposter syndrome’? *Journal of Personality Assessment*, 56(2), 308–326. doi:10.1207/s15327752jpa5602_10
32. Leary, M. R., Patton, K. M., Orlando, A. E., & Wagoner Funk, W. (2000). The impostor phenomenon: Self-perceptions, reflected appraisals, and interpersonal strategies. *Journal of Personality*, 68(4), 725–756. doi:10.1111/1467-6494.00114
33. Lin, M. M. (2011). *Intersections of race, SES, and first-generation college student status in understanding the factors affecting undergraduate academic persistence: A psychosociocultural approach* (Order No. 3488638). . (910887412). Získáno 17. ledna 2016 z <http://search.proquest.com/docview/910887412?accountid=16730>
34. Loevinger, J. (1954). The attenuation paradox in test theory. *Psychological Bulletin*, 51(5), 493–504. doi:10.1037/h0058543
35. Matthews, G., & Clance, P. R. (1985). Treatment of the impostor phenomenon in psychotherapy clients. *Psychotherapy in Private Practice*, 3(1), 71–81. doi:10.1300/j294v03n01_09
36. McElwee, R. O., & Yurak, T. J. (2007). Feeling versus acting like an impostor: Real feelings of fraudulence or self-presentation?. *Individual Differences Research*, 5(3), 201-220. Získáno 17. ledna 2016 z <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=25&sid=bb42e964-e9fa-4f72-9c39-b82d9d5ff53e%40sessionmgr112&hid=118>
37. McElwee, R. O., & Yurak, T. J. (2010). The phenomenology of the impostor phenomenon. *Individual Differences Research*, 8(3), 184-197. Získáno 17. ledna 2016 z <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=27&sid=bb42e964-e9fa-4f72-9c39-b82d9d5ff53e%40sessionmgr112&hid=118>

38. McGregor, L. N., Gee, D. E., & Posey, K. E. (2008). I FEEL LIKE A FRAUD AND IT DEPRESSES ME: THE RELATION BETWEEN THE IMPOSTER PHENOMENON AND DEPRESSION. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 36(1), 43–48. doi:10.2224/sbp.2008.36.1.43
39. Meloun, M., & Militký, J. (2002). *Kompendium statistického zpracování dat: metody a řešené úlohy včetně CD [CD-ROM]* (Vyd. 1.). Praha: Academia.
40. Moua, G.N. (2015). Impostor Phenomenon Among Hmong College Students. Získáno 25. března 2016 z <http://www2.uwstout.edu/content/lib/thesis/2015/2015mouag.pdf>
- Oriel, K., Plane, M. B., & Mundt, M. (2004). Family medicine residents and the impostor phenomenon. *Family Medicine*, 36(4), 248-252. Získáno 17. ledna 2016 z <http://www.stfm.org/NewsJournals/FamilyMedicine/fm2004/April>
41. Peteet, B. J., Brown, C. M., Lige, Q. M., & Lanaway, D. A. (2014). Impostorism is associated with greater psychological distress and lower self-esteem for African American students. *Current Psychology*, 34(1), 154–163. doi:10.1007/s12144-014-9248-z
42. Peteet, B. J., Montgomery, L., & Weekes, J. C. (2015). Predictors of Imposter phenomenon among talented ethnic minority undergraduate students. *The Journal of Negro Education*, 84(2), 175. doi:10.7709/jnegroeducation.84.2.0175
43. Ross, S. R., & Krukowski, R. . (2003). The impostor phenomenon and maladaptive personality: Type and trait characteristics. *Personality and Individual Differences*, 34(3), 477–484. doi:10.1016/s0191-8869(02)00067-3
44. Ross, S. R., Stewart, J., Mugge, M., & Fultz, B. (2001). The impostor phenomenon, achievement dispositions, and the Five Factor Model. *Personality and individual Differences*, 57,1347-1355. doi:10.1016.S0191-8869(00)00228-2
45. Sonnak, C., & Towell, T. (2001). The impostor phenomenon in British university students: Relationships between self-esteem, mental health, parental rearing style and socioeconomic status. *Personality and Individual Differences*, 31(6), 863–874. doi:10.1016/s0191-8869(00)00184-7
46. Sakulku, J., & Alexander, J. (2011). The Impostor Phenomenon. *International Journal of Behavioral Science*, 6(1), 73-92. Získáno 17. ledna 2016 z <https://www.tci-thaijo.org/index.php/IJBS/article/view/521/pdf>

47. Thompson, T. (2004). Failure–avoidance: Parenting, the achievement environment of the home and strategies for reduction. *Learning and Instruction, 14*(1), 3–26. doi:10.1016/j.learninstruc.2003.10.005
48. Thompson, T., Davis, H., & Davidson, J. (1998). Attributional and affective responses of impostors to academic success and failure outcomes. *Personality and Individual Differences, 25*(2), 381–396. doi:10.1016/s0191-8869(98)00065-8
49. Thompson, T., Foreman, P., & Martin, F. (2000). Impostor fears and perfectionistic concern over mistakes. *Personality and Individual Differences, 29*(4), 629–647. doi:10.1016/s0191-8869(99)00218-4
50. Urbánek, T., Denglerová, D., & Širůček, J. (2011). *Psychometrika: měření v psychologii* (1. vyd.). Praha: Portál.
51. Want, J., & Kleitman, S. (2006). Imposter phenomenon and self-handicapping: Links with parenting styles and self-confidence. *Personality and Individual Differences, 40*(5), 961–971. doi:10.1016/j.paid.2005.10.005
52. Young, V. D. (2011). *The Secret Thoughts of Successful Women: Why Capable People Suffer from the Impostor Syndrome and How to Thrive in Spite of It*. New York: Crown Publishing Group, Division of Random House.

Seznam použitých tabulek a grafů

Tab. 1: Základní údaje zkoumaného vzorku studentů/tek

Tab. 2: Průměr, medián, modus a směrodatná odchylka jednotlivých položek a celkového skóru

Tab. 3: Průměr, medián, modu a směrodatná odchylka celkového skóru u podskupin mužů a žen výběrové souboru

Tab. 4: Průměr, rozptyl, směrodatná odchylka a alfa po odstranění jednotlivých položek

Tab. 5: Spearmanovy korelace jednotlivých položek s celkovým skóre

Tab. 6: Průměr, 95% dvoustranný konfidenční interval, směrodatná odchylka položek číslo 1 a 2

Tab. 6: Intervaly spolehlivosti střední hodnoty celkového skóru a jeho šikmost i špičatost

Graf 1: Rozptyl odpovědí na jednotlivé položky české verze Clance IP škály

Graf 2: Spearmanovy korelace jednotlivých položek s celkovým skórem

Graf 3: Bodový graf s vyznačeními hodnoty položky číslo 1 a celkového skóru s vyznačeními regresními pásy (0,95) intervalů spolehlivosti

Graf4: Bodový graf s vyznačeními hodnoty položky číslo 2 a celkového skóru s vyznačeními regresními pásy (0,95) intervalů spolehlivosti

Graf 5: Normalita rozložení celkového skóre

Graf 6: Normalita rozložení celkového skóre pro skupinu mužů z výběrového souboru

Graf 7: Normalita rozložení celkového skóre pro skupinu žen z výběrového souboru

Graf 8: Rozptyl celkového skóru pro skupinu mužů (1) a žen (0) z výběrového souboru

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Impostor syndrom a převod Clance IP škály do českého prostředí

Autor práce: Kristýna Vrabcová

Vedoucí práce: PhDr. Matúš Šucha, Ph.D.

Počet stran a znaků: 56, 73 278 (bez mezer)

Počet příloh: 4

Počet titulů použité literatury: 52

Abstrakt: Bakalářská práce se zabývá zpracováním informací o Impostor syndromu, jejich dalším šířením (<http://impostorsyndrom.blogspot.cz/>) a převodem Clance IP škály do českého prostředí. Škála byla pomocí zpětného překladu přeložena do českého jazyka. K ověření srozumitelnosti překladu byla využita pilotní studie (smíšený výzkum, N=10). Prostřednictvím on-line prostředí byl vytvořen a šířen dotazník obsahující dotazy na sociodemografické proměnné, otázky k vytvoření anonymního kódu, zaučovací položka a česká verze Clance IP škály. Cílová populace studie je studenti/ky starší 18ti let. K získání dat byl využit kvantitativní přístup. Výběrový soubor činil 182 osob (137 žen a 45 mužů). Data byla vhodně statisticky zpracována za účelem ověření hypotéz. Výsledná reliabilita z hlediska vnitřní konzistence činí $\alpha=0,86$. Je nutné vytvořit alternativní verzi položky číslo 9. Autorka práce postuluje, že Impostor syndrom (nejčastěji zkoumaný jako rys osobnosti) by se měl raději definovat jako negativní emoční stav, který může postihnout většinu lidí. Informace v empirické části práce popisují charakteristiky české verze Clance IP škály a lze je využít k dalšímu výzkumu v oblasti Impostor syndromu.

Klíčová slova: Impostor phenomenon, Impostor syndrom, perceived fraudulence, syndrom podvodníka/ce, Clance IP Scale

ABSTRACT OF THESIS

Title: Impostor syndrome and the application of Clance IP Scale to the Czech environment

Author: Kristýna Vrabcová

Supervisor: PhDr. Matúš Šucha, Ph.D.

Number of pages and characters: 56, 73 278 (without spaces)

Number of appendices: 4

Number of references: 52

Abstract: This thesis deals with the processing of information about the Impostor Syndrome, their further transmission (<http://impostorsyndrom.blogspot.cz/>) and the application of Clance IP Scale to the Czech environment. The scale has been adapted using reverse translation into the Czech language. A pilot study was used (mixed design, N=10) to verify the comprehensibility of the translation. A questionnaire has been created and distributed through an on-line environment. It contained questions on sociodemographic variables, items for creating an anonymous code, one trainee item and Czech version of Clance IP scale. Target population are students of 18 years and older. To obtain the data a quantitative approach was used. The sample contained 182 people (137 women and 45 men). Data were appropriately statistically processed in order to test the hypothesis. The reliability of internal consistency is $\alpha = 0.86$. It is necessary to create an alternative version of the item number 9. The author proposes that the Impostor Syndrome (most often studied as a personality trait) should be better defined as a negative affective state, which can affect a wide range of the population. The information in the empirical part describes the characteristics of the Czech version of the Clance IP Scale and can be used for further research in the field of Impostor Syndrome.

Key words: Impostor phenomenon, Impostor syndrome, perceived fraudulence, syndrom podvodníka/ce, Clance IP Scale

Seznam příloh bakalářské diplomové práce

Příloha číslo 1: Zadání bakalářské diplomové práce

Příloha číslo 2: Originální verze Clance IP škály

Příloha číslo 3: Česká verze Clance IP škály – pouze znění položek

Příloha číslo 4: Celá tabulka Spearmanových korelací všech položek a celkového skóru

Příloha číslo 1: Zadání bakalářské diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Akademický rok: 2014/2015

Podklad pro zadání BAKALÁŘSKÉ práce studenta

Studijní program: Psychologie

Forma: Prezenční

Obor/komb.: Psychologie (PCH)

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
VRABCOVÁ Kristýna	Studentská 933, Mnichovo Hradiště	F12613

TÉMA ČESKY:

Impostor syndrom

TÉMA ANGLICKY:

Impostor syndrome

VEDOUcí PRÁCE:

PhDr. Matúš Šucha, Ph.D. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Bakalářská práce se věnuje tématu impostor syndrom, jeho teoretickým a empirickým základem, jakožto jeho diagnostikou. Teoretická část práce poskytuje systematický přehled a analýzu dostupné odborné literatury. Dále se zabývá hypotetickými vztahy mezi impostor syndromem a jinými psychologickými konstrukty. Teoretická část také přináší nové hypotézy související s tématem. Empirická část se pomocí smíšeného designu (kvalitativního a kvantitativního) zabývá převedením sebehodnotící škály "Clance IP Scale" do českého prostředí. Pomocí sloučení několika překladů dané škály vznikne jediný překlad, který se předloží cca 80 respondentům. Následně proběhne interview zabývající se prožitky impostor syndromu u cca 10 respondentů. Výsledky Clance IP Scale by měli korelovat se zjištěním v rámci interview.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Clance, P. R. (1985). *The impostor phenomenon: Overcoming the fear that haunts your success*. Atlanta, Ga.: Peachtree Publishers.

Clance, P. R., Dingman, D., Reviere, S. L., & Stober, D. R. (1995). Impostor phenomenon in an interpersonal/social context: Origins and treatment. *Women & Therapy*, 16(4), 79-96.

Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241-247.

Chrisman, S. M., Pieper, W. A., Clance, P. R., & Holland, C. L. (1995). Validation of the Clance imposter phenomenon scale. *Journal of Personality Assessment*, 65(3), 456-467.

Kolligian Jr., J., & Sternberg, R. J. (1991). Perceived Fraudulence in Young Adults: Is There an 'Imposter Syndrome'? *Journal Of Personality Assessment*, 56(2), 308.

Young, V. (2011). *The Secret Thoughts of Successful Women: Why Capable People Suffer from the Impostor Syndrome and How to Thrive in Spite of It*. New York: Random House LLC

Příloha číslo 2: Originální verze Clance IP škály

Clance IP Scale

For each question, please circle the number that best indicates how true the statement is of you. It is best to give the first response that enters your mind rather than dwelling on each statement and thinking about it over and over.

1. I have often succeeded on a test or task even though I was afraid that I would not do well before I undertook the task.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

2. I can give the impression that I'm more competent than I really am.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

3. I avoid evaluations if possible and have a dread of others evaluating me.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

4. When people praise me for something I've accomplished, I'm afraid I won't be able to live up to their expectations of me in the future.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

5. I sometimes think I obtained my present position or gained my present success because I happened to be in the right place at the right time or knew the right people.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

6. I'm afraid people important to me may find out that I'm not as capable as they think I am.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

7. I tend to remember the incidents in which I have not done my best more than those times I have done my best.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

8. I rarely do a project or task as well as I'd like to do it.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

9. Sometimes I feel or believe that my success in my life or in my job has been the result of some kind of error.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

10. It's hard for me to accept compliments or praise about my intelligence or accomplishments.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

Note. From *The Impostor Phenomenon: When Success Makes You Feel Like A Fake* (pp. 20-22), by P.K. Clance, 1985, Toronto: Bantam Books. Copyright 1985 by Pauline Rose Clance, Ph.D., ABPP. Reprinted by permission. Do not reproduce without permission from Pauline Rose Clance, PaulineRoseClance@aol.com, www.paulineroseclance.com.

11. At times, I feel my success has been due to some kind of luck.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

12. I'm disappointed at times in my present accomplishments and think I should have accomplished much more.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

13. Sometimes I'm afraid others will discover how much knowledge or ability I really lack.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

14. I'm often afraid that I may fail at a new assignment or undertaking even though I generally do well at what I attempt.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

15. When I've succeeded at something and received recognition for my accomplishments, I have doubts that I can keep repeating that success.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

16. If I receive a great deal of praise and recognition for something I've accomplished, I tend to discount the importance of what I've done.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

17. I often compare my ability to those around me and think they may be more intelligent than I am.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

18. I often worry about not succeeding with a project or examination, even though others around me have considerable confidence that I will do well.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

19. If I'm going to receive a promotion or gain recognition of some kind, I hesitate to tell others until it is an accomplished fact.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

20. I feel bad and discouraged if I'm not "the best" or at least "very special" in situations that involve achievement.

1 2 3 4 5
(not at all true) (rarely) (sometimes) (often) (very true)

Note: From *The Impostor Phenomenon: When Success Makes You Feel Like A Fake* (pp. 20-22), by P.A. Clance, 1985, Toronto: Bantam Books. Copyright 1985 by Pauline Rose Clance, Ph.D., ABPP. Reprinted by permission. Do not reproduce without permission from Pauline Rose Clance, pauline@paulineclance.net, www.paulineroseclance.com.

Příloha číslo 3: Česká verze Clance IP škály – pouze znění položek

- 1) Často jsem uspěl/a v testu nebo úkolu, i když jsem se bál/a, že si nepovedu dobře.
- 2) Umím se tvářit jako více kompetentní než doopravdy jsem.
- 3) Pokud je to možné, vyhýbám se hodnocení a mám strach z hodnocení jinými lidmi.
- 4) Když mě lidé chválí za něco, co jsem dokázal/a, bojím se, že nebudu schopný/á vyplnit jejich očekávání v budoucnosti.
- 5) Občas si myslím, že pozici nebo úspěch, kterého jsem dosáhl/a, jsem získal/a díky tomu, že jsem byl/a ve správný čas na správném místě nebo jsem znal/a ty správné lidi.
- 6) Bojím se toho, že pro mě důležité lidé zjistí, že nejsem tak schopný/á jak si myslí.
- 7) Spíše si pamatuji události, ve kterých jsem si nevedl/a tak dobře, než ty, ve kterých jsem si vedl/a dobře.
- 8) Výjimečně se mi podaří zvládnout projekt nebo úkol tak dobře jak bych chtěl/a.
- 9) Občas mám pocit nebo věřím, že úspěchy v mém životě nebo v práci jsou výsledkem nějaké chyby.
- 10) Je pro mě těžké přijmout komplimenty nebo ocenění týkající se mé inteligence nebo úspěchů.
- 11) Chvillemi cítím, že jsem uspěla díky nějakému druhu štěstí.
- 12) Občas jsem zklamaný/á mými současnými úspěchy a myslím si, že jsem měl/a dosáhnout mnohem více.
- 13) Občas se bojím, že ostatní objeví jak hodně znalostí nebo schopností mi chybí.
- 14) Často se bojím, že neuspěji v novém úkolu nebo projektu i přesto, že obecně se mi daří dobře, když se o něco pokusím.
- 15) Když se mi něco podaří a dostane se mi ocenění za mé úspěchy, mám pochyby, že mohu tento úspěch zopakovat.
- 16) Když dostanu velké ocenění a uznání za něco, čeho jsem dosáhl/a, mám tendenci snížit důležitost toho, co jsem udělal/a.
- 17) Často porovnávám mé schopnosti s ostatními lidmi kolem mě a myslím si, že možná jsou více inteligentní, než jsem já.
- 18) Často se bojím, že neuspěji v projektu nebo zkoušce, i když ostatní kolem mě jsou si celkem jistí, že se mi podaří dobře.

19) Pokud se blíží povýšení nebo uznání nějakého druhu, váhám to říci ostatním, dokud to není jasný fakt.

20) Cítím se špatně a odrazeně pokud nejsem „ten/ta nejlepší“ nebo alespoň „ten/ta výjimečný/á“, v situacích, které zahrnují výkon.

