



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

Strategie zvládání zátěže v kontextu citové vazby v adolescenci

Vypracoval: Jan Chadt
Vedoucí práce: Mgr. Zuzana Štefánková, PH.D.

České Budějovice 2015

Prohlášení

Prohlašuji, že bakalářskou práci na téma strategie zvládnání zátěže v kontextu citové vazby v adolescenci jsem vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě, fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 5. 1. 2015

.....

Jan Chadt

Poděkování

Zde bych rád poděkoval své vedoucí bakalářské práce Mgr. Zuzaně Štefánkové Ph.D. za velice trpělivý a vstřícný přístup, za odborné náměty, rady a připomínky. Za citovou podporu, důvěru a trpělivost bych rád tímto poděkoval i své partnerce.

Abstrakt

Práce obecně vymezuje teoretické pozadí a problematiku strategií zvládnání, konkrétně nahlíží na období adolescence. Prezentuje poznatky z teorie citové vazby, které jsou charakteristické pro toto období. Dále se zaměřuje na citovou vazbu jako na relevantní prediktor specifických strategií zvládnání zátěže. Práce nabízí přehled výzkumů zabývajících se danou problematikou.

Výzkumu se zúčastnilo 152 adolescentů, kterým byly administrovány metody RQ, IPPA a CASQ. Výsledky ukázaly, že vazebné styly zjišťované metodami RQ a IPPA nemají vztah k využívání copingových strategií a stylů probandy ve vzorku. Potvrdily se rozdíly ve využívání konkrétních copingových strategií mezi pohlavími.

Klíčová slova:

Coping, strategie zvládnání zátěže, attachment, citová vazba, adolescence

Abstract

The thesis generally defines theoretical background of coping strategies, specifically it focuses on adolescence. It presents findings from attachment theory that are characteristic for this period.

It also focuses on the attachment as a relevant predictor of specific coping strategies. The theses also provides an overview of the research in the field of attachment and coping.

The research was conducted with 152 adolescents to whom were administered methods RQ, IPPA and CASQ. Results showed that attachment styles measured with RQ and IPPA do not have relation to using certain coping strategies and styles within the sample. Differences in using certain coping strategies were proved between gender.

Key words:

Coping, coping strategies, attachment, adolescence

Obsah

Úvod.....	8
Teoretická část	9
1. Adolescence	9
1.1 Vývoj kognice	9
1.2 Emocionální vývoj	10
1.3 Psychosociální vývoj.....	10
1.4 Vztahy k rodičům.....	11
1.5 Vrstevníci	12
2. Coping.....	12
2.1 Psychodynamický přístup	13
2.2 Kognitivně transakční přístup a teorie zachování zdrojů.....	15
2.3 Třetí generace: Konvergence pohledu na osobnost a coping.....	18
2.4 Coping v adolescenci	19
3. Citová vazba (<i>Attachment</i>).....	20
3.1 Citová vazba k otci.....	21
3.2 Vnitřní model fungování citové vazby.....	21
3.3 Typy citové vazby v dětství	23
3.4 Kategorizace citové vazby v adolescenci a dospělosti.....	24
3.5 Citová vazba v adolescenci	25
4. Coping v kontextu citové vazby	27
Empirická část.....	30
1. Cíl výzkumu.....	30
2. Výzkumný design	31
3. Charakteristiky výzkumného souboru	31
4. Použité metody	31

5. Výsledky	34
6. Diskuse.....	43
7. Závěr	47
Seznam literatury	48
Přílohy.....	54
Seznam obrázků.....	54
Seznam tabulek.....	54
Příloha č 1. Dotazník IPPA	55
Příloha č. 2 Dimenze po rozřazení položek IPPA.....	56
Příloha č 3. Dotazník RQ (<i>Relationship Questionnaire</i>)	57
Příloha č 4. Dotazník CASQ (Coping Across Situation Questionnaire).....	58

Úvod

Teorie citové vazby nám odpovídá na otázku, jakou roli hrají rané vztahy v dalším životě člověka, jak se projevují v prožívání, chování a vztahování se k druhým. I když se v minulosti mnoho autorů zabývalo rodinnými vztahy, teprve od 50. let 20. století byla citová vazba popsána a definována jako normativní fenomén, který je pozorovatelný u každého člověka. Tímto jevem se zabýval John Bowlby (2010) a zabýval se především otázkou kontinuity tohoto fenoménu v celoživotním kontextu jedince. Vyzdvihoval především potřebu jedince po kontaktu s lidmi, bezpečí a jistoty, která přetrvává po celý život.

Nemá však po celý život stejnou podobu, v dětství se držíme matčiny sukně, ve stáří se uchylujeme ke vzpomínkám a místům, která pro nás jsou významná. Kdy se ale tento přerod stane? Odpovědí na tuto otázku je právě období adolescence, které představuje přerod dítěte v dospělého. Je to období nekonečných možností, kdy je jedinec extrémně tvárný a ovlivnitelný pro další život. To platí pro citovou vazbu, která sice vzniká v dětství, ale v adolescenci se stabilizuje a vytvoří tak vzorec, podle kterého se bude jedinec vztahovat k sobě i k druhým po celý svůj život.

Toto období ovšem není jen o vztahování se, ale také o zvládání situací, které nám život připravuje, už bez štítu pečující osoby, která doposud v ideálním případě otupovala dopad veškerých těžkostí. Jak se s tímto novým konceptem dospívající popere, je záležitost jak citové vazby, tak naučených zvládacích strategií. Ty se v tomto kritickém období také postupně upevňují, i když se dál mohou v průběhu života měnit, období adolescence pokládá základ pro preferované styly a způsoby copingu.

Naléhavost na úspěšné završení tohoto vývojového období, dala vzniknout této práci, která má za cíl zmapovat styl citové vazby a copingových strategií. Dalším cílem je poukázat na citlivost a význam citové vazby a s ní související resilienci, která významně přispívá ke zdárnému zvládnutí vývojového mezníku i dalších úkolů, které před nás život klade.

Teoretická část

1. Adolescence

Adolescence je přechodné období fyzického a psychologického vývoje člověka, které zahrnuje časové období od puberty do dospělosti. Začátek tohoto období (11 - 15 let) je typický biologickým dospíváním jedince, dosahováním reprodukční zralosti, intenzivním duševním, sociálním a tělesným rozvojem jedince (Langmeier, Krejčířová, 2006). Vzhledem k povaze a množství změn, ať už biologických, psychologických, či sociálních, členíme období adolescence do tří fází: raná (časná) adolescence (11-13 let) střední adolescence (14-16 let), a pozdní adolescence 17-20, případně déle (Macek, 2003).

Dolní a horní věková hranice dospívání však bývá v našich kulturních podmínkách posouvána. Celkové urychlení růstu a vývoje v průběhu minulého a tohoto století se nazývá **sekulární akcelerace**. Toto zrychlené načasování nástupu do adolescence souvisí s mnoha faktory, ať už se zkvalitňováním zdravotní péče, stravy, životního stylu, změnou klimatických podmínek nebo socioekonomickým statutem. Posouvání horní věkové hranice adolescence souvisí hlavně s dobou formálního vzdělávání například oddalováním doby osamostatnění od rodičů u vysokoškolských studentů, což je jeden z vývojových úkolů na počátku období dospělosti. V této souvislosti popisuje E. H. Erikson (1968 in Macek, 2003) takzvané adolescentní moratorium, což je termín označující období kdy jedinec odkládá vlastní směřování respektive má potřebu oddalovat přechod do dospělosti.

1.1 Vývoj kognice

V této době se objevuje nové operační stadium, které Piaget (1999) charakterizuje jako stadium formálních operací. V časně adolescenci již jedinec získal základy pro schopnost abstraktního myšlení. Dovede kombinovat schopnosti, hledat alternativní řešení problémů, nebo pracovat s obecnými pojmy, jež nemají základ v bezprostřední zkušenosti. Pokud řeší problém, nespokojuje se s jediným řešením. Systematicky zkouší a hodnotí své možnosti (Langmeier, Krejčířová, 2006).

System formálních operací zahrnuje i nový způsob morálního hodnocení. Jedinec se dovede na situaci podívat i očima druhého, dokáže brát ohled při vynášení mravních soudů. Tato schopnost nutí i ke změně pohledu na sebe samého. Pozornost je snáze soustředěna na

vlastní pocity, myšlenky a ty může jedinec dále analyzovat a přehodnocovat. Odtud často pochází kritičnost, nespokojenost, zklamání a nejasné potřeby dospívajícího (Langmeier, Krejčířová, 2006). Schopnost reflektovat sebe jako subjekt vlastního myšlení vede mimo jiné i ke zvýšenému egocentrismu. Díky schopnosti formálních operací se rozšiřuje strukturální a funkcionální kapacita při zpracovávání informací. Dochází ke změně úhlu pohledu v přístupu k problému a uvažováním o něm. To vede k utváření sebehodnoty a pocitu autonomie. V adolescenci dochází i k rozšíření zkušeností v oblasti prožitků, vztahů a stále je aktuální potřeba jistoty, stability a ocenění (Macek, 2003).

1.2 Emocionální vývoj

Emocionální odezvy jsou u adolescence v různých etapách odlišné. Na časnou adolescenci se pohlíží, jako na čas zvýšené emoční labilitu, období krizí a prožívaných zvrátů, které souvisí s hormonálními změnami a potřebou sebehodnocení (Příhoda, 1967 in Macek, 2003). Výzkumy dle Petersenové (in Macek, 2003) ale nepotvrdily bouřlivost a dramatický průběh časně adolescence. Takový průběh se projevoval především u jedinců, kteří vykazovali emoční labilitu již v dětství.

Obecně je adolescence z pohledu emocionálního vývoje brána jako na období, kdy přibývají vyšší city a citové zážitky se diferencují. V pozdější etapě dospívání dochází k útlumu zvýšené labilitu a náladovosti. (Macek, 2003)

1.3 Psychosociální vývoj

Dospívání je procesem vytváření nového pojetí vlastní identity a v rámci tohoto procesu se snaží dospívající ujasnit si ucelenou představu, kým by chtěl být. Ve společnosti dochází ke změně postavení adolescenta. Ten přechází ze základní na střední školu či učební obor. Vzrůstá zájem o erotické vztahy a dochází ke změně sebepojetí (Langmeier, Krejčířová, 2006). Tento proces závisí na emoční zralosti, úrovni kognice, ale i socializaci a individuaci jedince (Macek, 1999, in Vágnerová 2002). Hledání vlastní identity umožňuje jednak rozvinutá schopnost introspekce a jednak zpětná vazba vrstevníků, rodičů a významných dospělých (učitelé, trenéři, a podobně). Nezávisle na své vůli je jedinec postaven do situace postupné proměny a nejistoty, s níž se musí postupně vyrovnat a akceptovat se v nové nehotové podobě (Vágnerová, 2002).

Dle Eriksonova epigenetického modelu (Erikson, 1999) je hledání vlastní identity hlavním vývojovým úkolem v adolescenci. Teorie uvádí, že jedinec musí na každém stupni

vývoje vyřešit psychosociální konflikt, ten může být završen pozitivním nebo negativním výsledkem. V této souvislosti používá pojem krize. To, jak jedinec vyřeší tento konflikt je do jisté míry dáno zvládnutím úkolů souvisejících s předchozími vývojovými obdobími.

Pregnantně popisuje Chodura (2010) Eriksonova vývojová stadia na modelu panelového domu, kdy je nejdříve budováno přízemí, pak první patro, druhé patro a tak dále. Není možné přeskočit například druhé patro a budovat sedmé. V rámci vývojových stadií je důležité úspěšně zakončit psychosociální konflikt mezi určitými pocity (viz níže). Pokud k tomu však nedojde, je potřeba „vrátit“ se zpět a tento konflikt vyřešit. Těmto „navracením“ se dnes věnuje psychoterapie. Pochopitelně psychosociálních konfliktů zažíváme během let mnoho. Pro danou etapu je však významný a klíčový jen jeden z nich. Adolescence je páté z devíti ontogenetických stadií. Jedinec se musí vyrovnávat s pochybnostmi o sobě, hledá svoje místo ve světě a společnosti. Konflikt je charakterizován jako „identita versus zmatek“ a úspěšné zvládnutí vývojového úkolu je utvoření vlastní identity (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Na Eriksonovo pojetí identity navázal James E. Marcia (1980 in Macek 2003). Základní kameny jeho teorie jsou pojmy závazek a explorační proces. Explorační proces je aktivní proces, v rámci kterého jedinec zkoumá, objevuje. Závazek souvisí s přijetím zodpovědnosti v životě. Na základě přítomnosti těchto podmínek, byly klasifikovány stavy identity: (1) rozptýlená identita (*identity diffusion*) - jedinec neprožívá explorační ani závazek, žije v přítomnosti, odmítá se vymezit, jeho postoje jsou proměnlivé; (2) dosažená identita (*identity achievement*) - jedinec přijal závazek a explorační proces, integruje vlastní individualitu v souladu s představami o sobě a druhých; (3) předčasně uzavřená identita (*foreclosure*) - jedinec nezažívá mnoho osobních krizí a preferuje „osvědčený“ konvenční styl života a (4) status moratoria (*moratorium*) - jedinec je uprostřed krize, závazek chybí nebo je definován pouze vágně, ale aktivně explorační proces.

1.4 Vztahy k rodičům

Vztahy v rodině dále ovlivňují adolescenta v socializaci a individuaci po celé období i přesto, že je akcentován význam a vliv vrstevníků (Macek, 2003). Rodiče, jako referenční osoby, mají stále vysoký vliv na sebehodnocení dospívajícího (Macek, Osecká, 1996 in Štefánková, 2011). Nicméně, dochází k úpravě rovnováhy ve vztazích v rodině. Vágnerová (2005) popisuje takzvaný adolescentní proces emancipace, který vyjadřuje vymezování se vůči rodičovské autoritě. Dospívající se mohou vyhraňovat vůči rodičovskému zacházení, a

interpretovat ho jako manipulaci, chtějí se vazby s rodičem zbavit, aby je neomezovala a mohli o sobě rozhodovat samostatně.

Adolescence není ovšem obdobím, kdy potřeby citové vazby a vazebného chování opadají. Spíše jsou postupně převáděny na vrstevníky, což je výhodné pro budování autonomie. Allen a Land (1999) tento převod zahrnují do pojmu transformace (*transformation*) z hierarchické citové vazby rodič-dítě (jeden nabízí péči a podporu a druhý ji přijímá) na citovou vazbu vrstevnickou (oba účastníci vztahu nabízí podporu a péči a oba ji přijímají). Přeměna citové vazby k rodičům většinou nevede k její destrukci (Vágnerová, 2005), přesouvá se do symbolické roviny a funguje stejně účelně, i když jen na úrovni vědomí.

1.5 Vrstevníci

Nová kvalita interpersonálních vztahů, je další z charakteristik adolescence. Od období střední adolescence nabývají vztahy s vrstevníky na vyšší intenzitě. Krom toho tyto vztahy poskytují různé funkce od intimity, až po zisk zpětné vazby a sociální učení či chování v sociálních vztazích. (Allen, Land, 1999)

Důležitým aspektem vztahů je zdokonalování komunikačních dovedností, čemuž napomáhá zapojování se do různých vrstevnických skupin, spolků či oddílů. To dále podporuje vlastní sebehodnotu. (Langmajer, Krejčířová, 2006)

Blízké přátelství mezi děvčaty je v adolescenci častější a důležitější než přátelství mezi chlapci. Převažuje zde otevřená komunikace a sdílení emocí. Přátelství chlapců je více kolektivní, zpočátku je založené především na společných aktivitách a zájmech. Identifikace se skupinou má větší váhu než u dívek. Hodnota vztahu je více zaměřena na výkon, sociální dovednosti, respekt a pevnost postojů a názorů. (Macek, 2003)

2. Coping

Pojem coping, přestože je anglického původu, dnes již většinou nepřekládáme vzhledem k tomu, že je v psychologické obci poměrně rozšířený. Do českého jazyka bývá volně překládán ve smyslu zvládání, či překonávání zátěže.

Lazarus a Folkmanová (1984, in Baumgartner, 2001) považují coping za neustále se měnící kognitivní a behaviorální snahu o zvládání určitých vnějších i/nebo vnitřních potřeb, které člověk vnímá jako přesahující jeho vlastní zdroje. Blatný a Osecká (1998) jej například

prezentují jako tendenci k určitému chování a prožívání. Specifické chování je aktivováno především v situacích, které kladou vyšší nároky na adaptaci.

Z důvodu dynamického vývoje pojetí copingu v minulém století, se v odborné literatuře hovoří, že na poli teoretickém figurují tři proudy, které se tímto tématem zabývají (Balaščíková, Blatný, 2003). První z proudů spadá historicky do počátků psychoanalýzy. Copingové strategie jsou v podstatě obranné mechanismy ega a je akcentován význam osobnostních dispozic. Tyto dispozice mají vliv na chování jedince v zátěžové situaci. Druhý proud, který vznikl v druhé polovině 20. století, souvisí s pojmem transakce. Důraz je kladen na kognitivní složku jedince a vliv situace, v níž se nachází. Osobnostní rysy ustupují do pozadí a nejsou vnímány jako rozhodující činitel v chování. Další z teoretických přístupů, který nastupuje po transakčním modelu je tzv. interakční model. Zde je brán zřetel jak na osobnostní charakteristiky jedince, tak na situační proměnné.

Medvěďová (1999a) sumarizuje výzkumy, které se týkají nadměrné či intenzivní zátěže. Jsou v nich zdůrazňovány charakteristiky a individuální dispozice jedince a jeho subjektivní hodnocení obtížné situace. Z toho logicky vyplývá, že nelze definovat obecně platnou definici zátěže. Co se jednomu jeví jako běžná situace, může být pro druhého situace ohrožující či jinak zátěžová.

Blíže se na jednotlivé přístupy ke zvládnání zátěže zaměřujeme v následující kapitole. Ještě předtím je ale na místě upřesnění, že překonávání zátěže někteří autoři rozlišují od termínu adaptace. Za adaptaci považují (Křivohlavý, 1994; Baumgartner 2001) zátěž, která představuje relativně běžně zvládnutelnou situaci. Zvládnání ve smyslu copingu, dle autorů výše, již souvisí s nadměrnou intenzivní zátěží. Může se jednat o tíživou situaci, krizi či mimořádně náročnou zátěž a jedinec tedy musí zkoušet nebo nalézat jiné možnosti.

2.1 Psychodynamický přístup

Tento přístup vychází z psychoanalytického pohledu, kdy dnešní pojem coping byl definován jako obranný mechanismus, který se na nevědomé úrovni zapojuje ve chvílích distresu. Obranné mechanismy byly dalšími autory dále rozpracovávány a přerodělovány. Autorkou, která významně přispěla k tomuto tématu, byla Norma Haanová. Ta již v roce 1963 (Haan, 1963) uveřejnila článek, ve kterém se zabývá rozlišením obranných strategií a copingových mechanismů. Obranné mechanismy jsou dle ní v chování patologické, kdežto copingové strategie představují zdravou reakci.

Tab. 1 Vlastnosti obranných mechanismů a copingových strategií podle Haanové, 1963, volně přeloženo autorem

Vlastnosti obranného mechanismu	Vlastnosti copingového mechanismu
<ol style="list-style-type: none"> 1. Chování je rigidní, automatizované a vázané na podnět. 2. Chování je převzato z minulosti a minulost naplňuje požadavky přítomnosti 3. Chování v základu narušuje současnou situaci. 4. Chování zahrnuje velké množství myšlení v primárních procesech, majících nádech nevědomých částí a tudíž je nediferencované pro danou situaci. 5. Chování je prováděno za předpokladu, že je možné magicky odstranit rozrušující afekty. 6. Chování umožňuje uspokojení impulsu díky lsti. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chování zahrnuje volbu a tudíž je flexibilní a účelné. 2. Chování je směřování k budoucnosti s ohledem na potřeby současnosti 3. Chování je orientováno na požadavky reality v současné situaci. 4. Chování zahrnuje myšlení v sekundárních procesech, vědomé a předvědomé prvky a velmi odlišné pro danou situaci. 5. Chování je prováděno v rámci potřeby organismu ke “změření” zažívaných rozrušujících afektů. 6. Chování dovoluje formy uspokojení impulsu otevřeným, uspořádaným a vyváženým způsobem.

Autorka dále rozpracovává teorii copingových strategií v rámci obranných mechanismů. Existují obranné mechanismy, které jsou pojímány jako “nezdravé” a k nim existují ekvivalenty “zdravých” obranných mechanismů. Navrhuje teoretický koncept copingových a obranných mechanismů jako kognitivních procesů ega, které řídí chování. Jedná se o deset druhů těchto procesů, z nichž každý má jak zralý projev, tak nezralý projev (Diehl, Chui, Hay, Lumley, Grün, Labouvie-Vief, 2014). Haanová (1963) definovala 10 kategorií obecných ego mechanismů, které nejsou zatíženy ostatními částmi psyché podle Freuda, lze je tedy označit jako kognitivní mechanismy. Ty pak mohou nabývat podoby obrany nebo copingu, v některých situacích i obojího. Tento pohled vnáší do teorie zajímavý integrativní prvek, proto jsme níže uvedli seznam kategorií ego mechanismů i s jejich deriváty obou druhů (A = obranný mechanismus, B = copingový mechanismus, volně přeloženo autorem podle Haanové (1963):

- I.
 - Rozlišení:** subjekt musí oddělit myšlenku od pocitu, myšlenku od myšlenky a pocit od pocitu
 - A. **Izolace:** subjekt drží oddělené myšlenky, které spolu souvisejí na emoční rovině a odděluje myšlenky a k nim korespondující afekty.
 - B. **Objektivita:** subjekt dokáže oddělit myšlenky a pocity, takže dosáhne objektivního zhodnocení nebo úsudku, když to situace vyžaduje. Je schopen oddělit city od myšlenek, když je rozpolcený.
- II.
 - Odcizení:** subjekt nechává svou mysl volně plout a spekuluje a analyzuje bez restrikce podnětu
 - Intelektualizace** (podkategorie izolace): subjekt se odvrací od impulsu a afektu a zaobírá se slovy a abstrakcemi
 - A. **Intelektualita:** subjekt je schopný oddělit se od situace zatížené afektem, což vyžaduje částečnou analýzu a uvědomění, nebo je jinak oddělený od omezení okolí, zkušenosti, nebo self, aby zajistil svým myšlenkám volnost
- III.
 - Symbolizace způsobů konce:** subjekt analyzuje kauzální texturu zkušenosti a očekává výstupy.
 - Racionalizace:** subjekt nabízí zřejmý uspokojivý kontext, aby vysvětlil chování a/nebo záměr, který dovoluje uspokojení impulsu tajně, ale pomíjí zásadní aspekty situace, nebo je jinak nepřesný.
 - A. **Logická analýza:** subjekt je zaujat promyšlenou, opatrnou a pádnou analýzou kauzálních aspektů situace, osobní či jiné. Postupuje systematicky ve svém odhalování, nebo zpětně jde po svých stopách, je schopen reorganizovat svá zdůvodnění.
- IV.
 - Odložená odpověď:** subjekt zdržuje rozhodnutí a váže nápovědy o napětí, které se vztahují k času, ke komplexitě situace, nedostatek přehledu a příliš osobní angažovanosti
 - Pochyby a nerozhodnost:** subjekt je neschopný rozklíčovat rozporuplnost. Pochybuje o správnosti vlastního vnímání a úsudku a je neschopný zavázat se k nějakému směřovatnému chování. Doufá, že se problémy vyřeší samy a že je někdo vyřeší za něj. Subjekt definuje situaci nebo pocity, pak je ale kvalifikuje jako nevýznamné.

- A. **Tolerance rozporuplnosti:** subjekt vytrvá v kognitivní a afektivní složitosti a disonanci. Je schopen kvalitních úsudků, je schopen nepřemýšlet pouze černobíle. Nepotřebuje se zavázat k nějakému jednoznačnému řešení ve složitých situacích, kde je volba nemožná.
- V. **Selektivní uvědomování si:** subjekt je schopen zaměřit svou pozornost.
 . **Odmítnutí:** subjekt odmítá fakta a pocity, současné i minulé, které by mohly být bolestivé. Může mít přehnaně optimistický pohled, nebo netečný postoj.
 A. **Koncentrace:** subjekt je schopen odsunout stranou jednoznačně rušivé nebo atraktivní pocity či myšlenky, aby se mohl soustředit na úkol.
- VI. **Citlivost:** subjekt se obává a je si vědom nevyjádřených pocitů a myšlenek ostatních.
 . **Projekce:** subjekt připisuje objektivizovatelné interní tendence jiným osobám v prostředí, kde nerozpoznává sebe jako zdroj. Tyto objektivizující tendence, které jsou projekovány, mohou být buď impulsem Id a všech jeho derivátů, nebo Superega a všech jeho derivátů.
 A. **Empatie:** subjekt se citlivě vcítuje do druhého člověka, je schopný představit si, jak se cítí a prožívat to v umění sebe sama. Jeho vztahy zohledňují pocity ostatních.
- VII. **Obrácení času:** subjekt si přehrává nebo zpětně vybavuje zkušenosti, pocity, postoje a myšlenky z minulosti.
 . **Regrese:** subjekt se uchyluje k vyhýbavému, tesklivému, lichotivému a věkově nevhodnému chování, aby se vyhnul odpovědnosti, agresi a obecně nepříjemným požadavkům ostatních i svých vlastních a aby si dovolil průvodní prožitky.
 A. **Regrese ve službách ega (hravost):** subjekt zužitkuje minulé pocity a nápady, které nejsou přímo nařízené, nebo vyžadované praktickými, okamžitými prvky situace, imaginativním způsobem, aby obohatil své řešení problému, zacházení se situací a užívání si života. Jeho regrese je adaptovaná a odpovídá dané situaci.
- VIII. **Odvrácení impulsu:** subjekt si upravuje nebo mění objekt impulsu.
 . **Přemístění:** subjekt dočasně a neúspěšně odvrátí nepřijatelné impulsy, nebo afekty od jejich původních objektů nebo situací a pak si dovolí jejich ventilaci v situaci s větší interní nebo externí připustností. To se může stát jako dočasné přemístění (např. odnášení si frustrace z práce domů), nebo jako přemístění objektu (např. rozhořčení nad rodiči nebo autoritami je vyjádřeno jako hostilita ke slabým nebo bezbranným - děti nebo členové menšin).
 A. **Sublimace:** subjekt nachází alternativní kanály a způsoby, které jsou sociálně přijatelné, vyvážené a uspokojující pro otevřené vyjádření základního impulsu. Vyjádření impulsu je tak evidentní a pozorovatelné, ale je dočasné a vyjádření objektu je více odměňující než produkování rozšiřujících se obtíží.
- IX. **Transformace impulsu:** subjekt obrátí význam impulsu, takže jsou vyjádřeny jako opak.
 . **Reaktivní výtvor:** zamýšlené vyjádření impulsu subjektu nepovoluje možnost nebo částečnou přítomnost sociálně nepřijatelných tendencí (hostilita, závislost, identifikace s opačným pohlavím, chamtivost, nečistota atd.) Výsledkem je, že subjekt je neustále ve střehu a často vyjadřuje, že jeho chování je příkladné v mezích sociálních norem. Monolitické a příliš determinované aspekty této obrany mohou produkovat obrannou nestabilitu, v níž jsou odmítané impulsy sporadicky a nevypočítatelně vyjádřeny.
 A. **Substituace:** chování subjektu neukazuje sociálně nepřijatelné impulsy. Zdají se být neutralizovány (Hartmann, 1955), nebo bylo dosaženo "funkční autonomie" (Allport, 1937), takže je potřeba velmi málo energie oddané k udržování sociálního chování.
- X. **Restrikce impulsu:** subjekt kontroluje impulsy znemožněním jejich vyjádření.
 . **Vytěsnění:** subjekt se pokouší kontrolovat impulsy. Přitom nerozlišuje mezi myšlenkou a akcí, vytvoření reprezentací těchto impulsů je ohrožující stejně jako chování samotné, proto tento výtvor vyloučí ze svých myšlenek a úspěch tohoto vyloučení se mění mezi subjekty a dočasně i v rámci jednoho subjektu. Rozsáhlé vytěsnění může být manifestováno jako omezení ideace a naivní zapomnětlivost.
 A. **Potlačení:** subjekt udržuje neproveditelné a nevhodné impulsy pozastavené, dokud nenastane vhodný čas na správném místě k jejich vyjevení. Činí rozdíl mezi myšlením a akcí, takže vytvořené reprezentace impulsu nejsou o sobě ohrožující a proto nejsou odstraněny z vědomí.

Na tomto modelu byl vystavěn i dnes používaný z dotazníků v Kalifornském inventáři osobnosti (CPI) (Diehl, Chui, Hay, Lumley, Grün & Labouvie-Vief, 2014). Jedná se o model, který sice vychází z historických teorií, ale je dobře uplatnitelný i v současném výzkumu. Lze říci, že existuje s menší popularitou vedle transakčního modelu Richarda Lazaruse, který je popsán v následující kapitole.

2.2 Kognitivně transakční přístup a teorie zachování zdrojů

Koncept copingu, který vzniká v průběhu 60-70. let minulého století, vnáší do popředí zájmu více než ego mechanismy a nevědomé obrany, kognitivní složku jedince a zabývá se situačními proměnnými. Jinými slovy, specifické vnímání jedince dané situace má vliv na to, jaké strategie zvládnání využije k řešení zátěžové situace.

Koncept zvaný jako kognitivně transakční je spjat s autorem Richardem Lazarusem (Lazarus 1966, in Lazarus 1993). Jeho koncept zahrnuje fáze, které vedou k volbě zvládací strategie, jíž jedinec využije. V první fázi zvané **primární hodnocení** (*primary appraisal*) jedinec subjektivně zhodnotí a zmapuje situaci, nakolik je pro něj ohrožující či jaký dopad na něj může mít. Kognitivní zhodnocení situace může mít zpětnou emocionální vazbu a jedinec se dále rozhoduje, zda může tuto situaci ovlivnit (*changable*) či nikoliv (*unchangable*). V **sekundární fázi** (*secondary appraisal*) procesu je především kognitivní zhodnocení vlastních zdrojů a sumarizování možností, jak se zachovat v té dané situaci. Ve **třetí fázi** (*reappraisal*) dochází k reflexi předchozích úkonů, a zpětná emocionální vazba i zkušenost z nich mohou mít do budoucna vliv k aktualizaci inventáře copingových strategií jedince. Tyto procesy v podstatě zahrnují jedincovy předchozí zdroje, které ve stresové situaci procházejí mediačním procesem, a chování pak přináší okamžité a dlouhodobé efekty (Lazarus 1966, in Lazarus 1993).

Jak v primárním tak v sekundárním zhodnocení jedinec využívá strategie vhodné dané situaci a provedenému zhodnocení. Autor tyto strategie rozdělil do typů - prvním je **coping zaměřený na řešení** (*problem-focused coping*). Styl zvládnání tohoto druhu bývá aktivován v situacích, které jedinec hodnotí tak, že je má možnost ovlivnit. Může aktivně působit na dané prostředí, či se zachovat ve smyslu změny nebo volby, anebo působit ve vztahu k jiné osobě. V případě, že je situace zhodnocena jako nemožná změny jeho aktivním působením, jedná se o druhý typ: **coping zaměřený na emoce** (*emotion-focused coping*). Efektivita této strategie záleží na stresoru, konkrétním jedinci a okolnostech. Na emoce zaměřený coping zahrnuje snahy, vedoucí ke snížení neřezné emocionální odezvy jako je například stud, strach, úzkost, deprese, vzrušení či frustrace. Dle McLeoda (2009) zahrnuje tento typ copingu i tyto strategie:

- snahu udržet se zaměstnaným, abych nemusel myslet na nepříjemnou situaci
- vybíjení si zlosti na jiných lidech
- ignorování problému, víru, že zmizí
- modlení se za vedení a sílu
- účelné rozptylování sebe (jídlem, sledováním TV, apod.)
- jednání jako bychom očekávali jen to nejhorší

Tento druh strategií je častěji posuzován jako méně efektivní než na řešení zaměřený coping. Podporuje jej například studie (Epping-Jordan et al, 1994, in McLeod, 2009) zabývající se pacienty trpícími rakovinou, kteří využívali vyhýbavé strategie, jako například

popírání, že jsou vážně nemocní. Zdravotní stav se jim zhoršoval rychleji, než těm, kteří čelili realitě, postavili se tváří v tvář zdravotnímu problému a bojovali s ním. McLeod (2009) uvádí, že podobné vzorce existují například i ve vztahu k zubní hygieně anebo finančním potížím. Dále poukazuje na fakt, že ačkoliv na emoce zaměřený coping nenabízí dlouhodobé řešení situace, je zajedno s autory teorie, že může přinést úlevu od stresu, pokud je zdroj řešení mimo kontrolu daného jedince (například jedná-li se o teroristický útok). Další autoři jako např. Carver, Scheier. Weintraub (1989, in Paulík, 2010) rozlišují podobně coping zaměřený na problém, na emoce a přidávají třetí skupinu dysfunkčních způsobů zvládnání (*avoidance-oriented coping*), které jsou charakterizovány jako:

- projevy negativních emocí
- mentální a behaviorální oddálení (snaha odpoutat se od problému projevy pasivity, bezmoci a rezignací na cíl)
- snaha o únik z obtížné situace a vyhnout se jejímu řešení pomocí drog či alkoholu

Zhodnocení dle Lazaruse (*appraisals*) lze také pojmout jako poptávku (situace) a nabídku (okolí), kde jsou výstupy rozděleny do tří kategorií: výzva, hrozba a poškození/ztráta (Schwarzer, 2001). Podle toho, s jakým výsledkem jedinec situaci zhodnotí, aktivuje se určité chování. Seiffge-Krenke a Beyers (2005) navazují na práci Lazaruse a toto chování rozděluje do tří copingových stylů: (a) aktivní coping (to je přímá akce nebo vyhledávání podpory a řešení problému s angažovanými osobami, (b) vnitřní coping (to jsou kognitivní aktivity jako reflexe nad možnými řešeními a (c) stažení se (to je vyhýbavé chování a odvádění pozornosti jinam). Konkrétní copingové chování v situacích každodenního stresu je pak možné přiřadit do jedné z předchozích kategorií. Tento model dal vzniknout i metodě CASQ autorky Inge Seiffge-Krenke, která je využita i v praktické části této práce.

Další z autorů, kteří navazují na Lazaruse je Stevan Hobföll, který přichází s teorií zachování zdrojů (*conservation of resources*). Pracuje hlavně s Lazarusem opomíjenými předchozími zdroji, které považuje za základ toho, kdy se situace stane pro jedince stresová, proto je možné nazvat tuto teorii spíše na zdroje zaměřenou teorii copingu. Dále pak na základě Lazarusovi a Hobföllovi teorie Schwarzer (2001) předkládá svou na čase založenou teorii proaktivního copingu, která je zde zmíněna jako součást představení vývoje druhé generace pohledu na coping. Tato teorie v zásadě tvrdí, že zvolené copingové mechanismy spočívají na časové perspektivě poptávky a na subjektivně vnímané jistotě událostí. Odklon od pohledu zaměřeného na situaci pak představuje třetí generace pohledu na coping představená v následující kapitole.

2.3 Třetí generace: Konvergence pohledu na osobnost a coping

Od 80. let minulého století začali psychologové uvažovat nad osobností jako proměnnou, která významně vstupuje do copingových strategií. Zkoumání pouze situace přestávalo k vysvětlení mnoha chování stačit a zapojení osobnostního faktoru posunulo chápání zvládacích mechanismů opět o další kus dále. Přispěl k tomu vznik tzv. velké pětky osobnostních rysů (a jejich derivátů), které umožnily jasnější přehled v psychických procesech jedince a lepší kvantifikovatelnost. (Suls, David, Harvey, 1996)

Osobnost byla autory předchozí generace odmítána například i samotným Lazarusem jako proměnná v aktivaci copingového chování, ale výzkumy ukazují, že jednotlivé osobnostní rysy je možné spojit s určitými strategiemi zvládnání zátěže. Souhrnný výzkum pětifaktorového modelu provedli Watson a Hubbrad (1996) a prokázali, že neuroticismus je spojen s pasivními a neefektivními copingovými mechanismy, podobně jako Özdemir et al. (2014) ve svém výzkumu pacientů trpících migrénou a tenzními bolestmi hlavy. Svědomitost je spojována s aktivním, na problém orientovaným copingem. Extraverze je ke copingu méně vázána, ale koreluje s vyhledáváním sociální podpory, pozitivním přehodnocením a zaměřením na problém. Otevřenost není spojena s žádnou tradiční copingovou strategií, ale zřejmě odráží více flexibilní, imaginativní a intelektuálně zajímavé postupy k řešení problému. Jediná přívětivost je pouze mírně spojena s copingovými strategiemi. (Suls, David, Harvey, 1996)

Další novou dimenzí copingu, která se v této třetí generaci objevuje je rozlišení zvládacích strategií podle orientace na problém nebo na vztah. Podle toho také autoři O'Brien a DeLongis (1996) přistupují k situacím podle toho, zda obsahují stresor pracovní (*agentic*) nebo mezilidský (*interpersonal*). Navrhují model, který zdůrazňuje kumulativní i znásobující účinky situačního a osobního faktoru. Vycházejí z Lazarusova transakčního modelu, který dále rozpracovávají s hypotézou, že osobnostní rys se může podle typu situace a podle sociálního kontextu manifestovat různě. Ve svém výzkumu se zaměřili na dimenzi vztahu v situaci stresu a význam osobnostních faktorů v adaptaci na stresovou situaci, ale význam osobnostních rysů může mít mnohem větší potenciál, než ukazuje studie, mohou například ovlivňovat pořadí copingových strategií, které jedinec v situaci vyzkouší nebo dobu jejich trvání před přistoupením k jiné strategii (O'Brien, DeLongis, 1996). Tuto další cestu nám tedy představuje současná větev výzkumu této oblasti.

2.4 Coping v adolescenci

V rozsáhlé studii sedmi národů (A seven-nation study, Gelhaar, Seiffge-Krenke, 2007) bylo provedeno porovnání využívání strategií zátěže a copingových stylů u specifických problémů (v 8 oblastech) v adolescenci. Vzorek zahrnoval 3031 participantů od 11 do 20 let, z Řecka, České republiky, Německa, Itálie, Norska, Portugalska a Švýcarska. Jedinci byli dotazováni na využívané strategie (vybírali z 20 alternativ) pomocí dotazníkové metody Coping Across Situation Questionnaire (CASQ). Výsledky ukázaly, že mladiství ze všech zemí převážně využívají funkční formy copingu, jako je aktivní coping a interní coping. Frekvence využití těchto strategií napříč oblastmi byla u evropských adolescentů podobná. Nejvíce kulturně ovlivněná volba copingu byla zjištěna v oblastech, které souvisely se specifickými problémy v zaměstnání, v oblast sebe (*self related problems*), a problémy ohledně budoucnosti. Drog a pití alkoholu využívali jedinci jako copingovou strategii hlavně v pozdní adolescenci. Výsledky potvrzují i teorii, že starší adolescenti jsou méně závislí na komunikaci o problémech se svými rodiči (Seiffge-Krenke, 1995). Co se týče genderových rozdílů, tak výše zmíněná studie dokazuje, že muži častěji volí strategii odstupu (*withdrawal*) oproti dívkám, které volí častěji aktivní coping. V souladu s literaturou a výzkumy genderový rozdíl v copingu se projevuje u žen, jejichž strategie jsou ve vyšší míře zaměřeny na sociální podporu ze strany rodičů či vrstevníků. V našich podmínkách se podobným souhrnným výzkumem copingových stylů v adolescenci zabývali Martina Hanžlová a Petr Macek (2008).

Podle některých autorů jsou rozdíly v copingu charakteristické i mezi ranou a pozdní adolescencí. Mladší dospívající častěji využívají strategie zaměřené na řešení problému oproti starším, kteří užívají strategie zaměřené na emoce (Gelhaar, Seiffge-Krenke, 2007) Macek a Hanžlová (2008) tuto situaci nepotvrdili, naopak dle jejich výsledků, hraje věk méně významnou roli. Mladší adolescenti využívají podobný počet různých postupů stejně jako starší. Dívky o problémech častěji přemýšlejí a přehrávají si různé scénáře a obecně využívají strategie vedoucí k častější komunikaci a vyhledávání sociální podpory. Chlapci častěji využívají vyhýbavého stylu copingu, nedávají na sobě nic znát, častěji si se situací nedělají starosti, popřípadě se snaží na problémy zapomenout užíváním drog, alkoholu a podobně.

K podobným závěrům se přiklání i Medved'ová (2004), která ukazuje, že rodinné strategie slouží pro adolescenty jako určitý vzor řešení pro osvojení konkrétních strategií zvládnání stresu. Stejně jako v předchozích výzkumech zjistila, že chlapci si osvojovali spíše

interní strategie (řešení problému a pasivní strategie) a dívky naopak externí strategie (vyhledávání sociální opory a komunikace s rodiči).

3. Citová vazba (*Attachment*)

Citovou vazbu definuje Bowlby jako „trvalé emoční pouto“, které je specifické silnou tendencí vyhledávat a udržet blízkost s konkrétní osobou, především v podmínkách stresu (Bowlby, 2010). Bowlbyho teorie citové vazby pohlíží na matku a kojence jako na účastníky seberegulačního systému, jehož části jsou vzájemně podmiňovány. Citová vazba neboli *attachment* je základním pojmem teorie. V české literatuře se setkáme u různých autorů s různými pojmy z důvodů snahy o co nejuvěstičnější překlad, jedná se například: vztahová vazba, citové pouto, přilnutí, přimknutí nebo připoutání. V této práci využíváme pojmu citová vazba, který se v již vydaných studiích na toto téma ujal.

Britský psychiatr a psychoanalytik John Bowlby vycházel z pozorování deprivovaných dětí, které byly odloučeny od matky i od otce. Základy jeho práce vychází z etologie a psychoanalýzy. Etologické hledisko John Bowlby vyzdvihuje nejen kvůli metodě přímého pozorování, ale i kvůli podmíněnosti některých vrozených vzorců chování. Jeho práce je ovlivněna etologickými výzkumy u zvířat, především subhumáních primátů jako je makak rhesus. Zde měly na Bowlbyho zásadní vliv známé práce Harryho Harlowa a Roberta Hinde (in Cassidy, Shaver 1999) a jejich kolegů, kteří sledovali vytváření vazby a vazebného chování u mláďat makaků. Mláďata jednak preferovala věrnější nápodobu matky oproti nápodobě matky drátěné, která poskytovala potravu v podobě lahve s mlékem. Dalším ze zjištění například bylo, že odloučení od matky v raném věku mláďate makaka, mělo za efekt emocionální a sociální problémy v dospělosti jedince. Výše zmíněné výzkumy byly pro Bowlbyho důkazem jeho předpokladů a vyvodil z nich hypotézy, že pro vytvoření citového pouta je důležitá přítomnost a dostupnost pečující osoby, oproti pouhému uspokojování biologických potřeb objektem (Kulíšek, 2000). Brisch (2011) citovou vazbu mezi matkou a dítětem se odlišuje od běžného „vztahu“ tím, že „citová vazba“ je součástí komplexnějšího systému vztahu, který má především zajišťovat přežití jedince.

Důležitost přímého pozorování malých dětí a jejich chování k matce v její přítomnosti, ale hlavně v její nepřítomnosti, spočívá v tom, že toto pozorování nám může přispět k porozumění osobnostního vývoje jedince (Kulíšek, 2000). Víme také, že narušení tohoto

specifického vztahu matky a dítěte má vliv na současné chování a prožívání dítěte a vede k patologii (Cassidy, 1999).

3.1 Citová vazba k otci

V našich kulturních podmínkách je nejčastěji primární pečující osobou (*attachment figure*) matka (Kulísek, 2010). Primární pečující osoba slouží jako bezpečná základna (*secure base*), která podporuje dítě v exploraci okolí, pokud mu nehrozí žádné nebezpečí (necítí se ohroženo). V případě ohrožení se naopak stahuje k primární osobě, u které je předpoklad adekvátní reakce na distress dítěte a výběr přiléhavého chování, které slouží k externí regulaci emocí dítěte.

Nabízí se zde otázka, jak je to s rolí otce jako pečující osoby. Vzhledem k tomu, že v teorii není shrnuto konkrétní chování otce, vedoucí k emocionální jistotě dítěte. Bowlby (2010) nastiňuje ideální vývoj osobnosti dítěte. Na jedné straně je podporující, povzbuzující a spolupracující matka a v o něco pozdějším věku podporujícím otcem (Bowlby, 2010 s. 323). Vědci zjistili, že děti, které v sociálních situacích reagovaly jako mladí dospělí, měly matky, které jim poskytly stabilní bezpečnou základnu a pozitivní vzor pro intimní vztahy v rodině a zároveň měly otce, kteří poskytovali dítěti hru podporující napětí, vzrušení a interaktivní výzvy (Grosman et al., 2002). Z toho lze usoudit, že se zde vyskytují dvě odlišné attachmentové role. Jedna z nich poskytuje lásku a bezpečí a druhá zajišťuje zkušenosti z překonávání výzev a zážitky. Otec tudíž v tomto ohledu hraje jinou, ale neméně významnou, roli v socioemocionálním vývoji dítěte než matka. (Newland, Coyl, 2010).

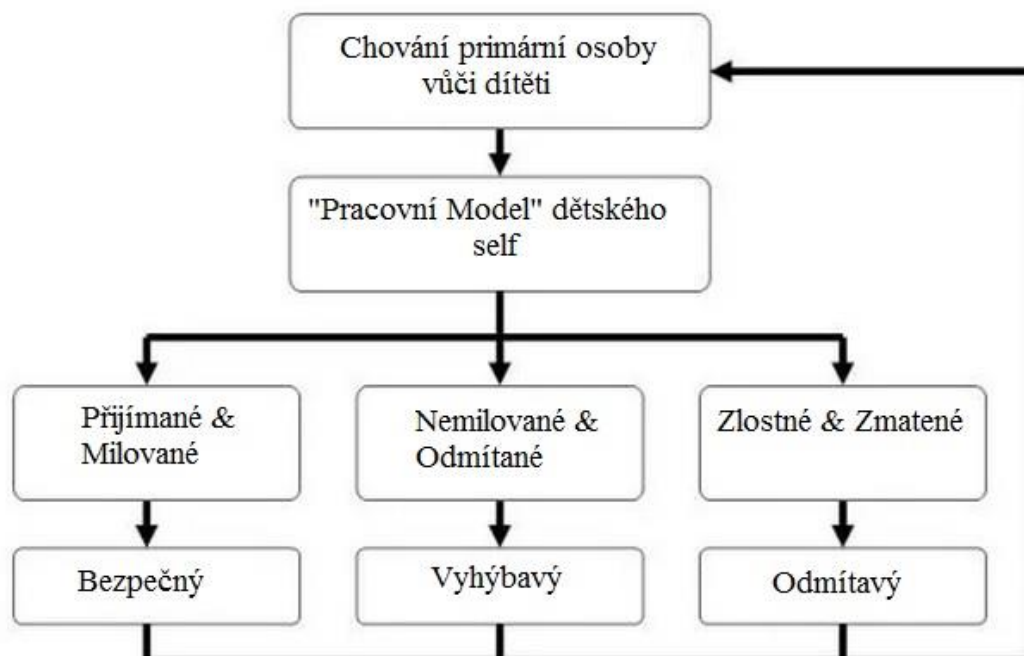
3.2 Vnitřní model fungování citové vazby

Na základě vazebného systému si dítě vytváří reprezentace sebe (*self*) a druhých a to již v prvních letech života. Tyto modely *self* v principu odráží to, do jaké míry jedinec věří, že je hoden podpory a lásky od druhých. Modely druhých pak reflektují to, do jaké míry může druhým důvěřovat a spolehnout se na ně (Saffrey & Ehrenberg, 2007). Bowlby přichází s konceptem vnitřního modelu fungování citové vazby (*internal working model of attachment*) (Bowlby 1973, in Štefánková, 2011), který je součástí obecných vnitřních modelů sebe a druhých. Důležitými faktory při tvorbě vnitřního modelu fungování citové vazby (dále jen vnitřní model) jsou: zkušenosti s citlivostí vztahové osoby k potřebám dítěte (*responsiveness*), dále zkušenosti s útěchou od matky, s uspokojováním potřeb, citlivostí nebo odmítáním, ignorací či nedostupností matky. Dítě si vytváří představy a očekávání o

reakcích vztahové osoby, které integruje do vnitřních modelů. Ty se projevují navenek v podobě chování podmíněného citovou vazbou. Modely ovlivňují jak kontakt s druhými, tak i zhodnocení situace či interpretace informací a mají dopad na regulaci chování i emocí. (Bretheron, Munholland, 1999, Zimmermann, 1999b). U týraných či traumatizovaných dětí vzniká často více vnitřních modelů, který bývají v protikladu, a to jak v nevědomé tak vědomé rovině. Z důvodu obrany před traumatizující realitou se tedy mohou vytvářet protichůdné modely rodičovských postav. Na vědomé rovině se projeví jeden model jako dobrý a starostlivý rodič, na nevědomé rovině to pak může být model týrajícího, špatného rodiče. Nevědomý model má tendenci přetrvávat do dospělosti a působit problematicky ve vztazích a v dalších oblastech života (Kulisek, 2000).

Malé dítě má přirozenou potřebu se vztahovat k primární osobě a hledat u ní pomoc. V adolescenci a pozdějším věku tento proces probíhá v úrovni mentálních reprezentací. Součástí pracovního modelu je reprezentace primární osoby, která napomáhá dospívajícímu se se situací vyrovnat, díky ní si může být jistý podporou této osoby. Většinou proto ani nepotřebuje její skutečnou přítomnost (Mikulincer, 1990).

Obrázek 1. Teorie vlivu chování primární osoby na vnitřní pracovní model dítěte (Bretheron, Munholland, 1999), volně přeloženo autorem



3.3 Typy citové vazby v dětství

Velmi významný vliv v oblasti citové vazby si získala za svá dlouhodobá a systematická pozorování dětí a matek kolegyně Johna Bowlbyho Mary Ainsworthová. Povaha a efektivita emocionální vazby se u různých jedinců liší, to znamená, že každý využívá "svou" vztahovou osobu trochu jiným způsobem za účelem uspokojení svých emocionálních potřeb (Weinfield, Sroufe, Egeland, Carlson, 1999). Tyto odlišnosti v kvalitě citových vazeb zkoumala právě Mary Ainsworthová. S jejími kolegy vytvořila metodu zvanou The Strange Situation Test (Ainsworth, 1978, in Cassidy, 1999), při které jsou v laboratorních podmínkách sledovány interakce a vztah dítěte s pečující osobou. Citová vazba je zjišťována v experimentu ve věku od 12-18 měsíců a jsou sledovány reakce dítěte na odloučení matky a její návrat. Z projevů vazbového chování u dítěte byly popsány tři základní typy citové vazby k primární osobě a později byla Mary Mainovou přidána čtvrtá kategorie:

- Kategorie A: Vyhybavý typ citové vazby (*Insecure Avoidant*)

Děti s **úzkostně vyhybavým typem vazby** své úzkosti potlačují, aby získaly ochranu před vnitřním (emočním) a vnějším ohrožením. Na podněty kojence či batolete neodpovídá vztahová osoba včas ani adekvátně k jeho momentálním potřebám. (Ainsworth et al., 1978). Vyhybavý typ citové vazby, respektive jeho vnější projevy, indikují nedostatečnou důvěru dítěte v dostupnost matky, což vede ke strategii, kdy se snaží kontrolovat, potlačit nebo snížit emoční vzrušení. Z pozorování vyplynulo, že matky těchto dětí se samy necítí dobře v blízkém tělesném kontaktu. Jak pro matky, tak pro jejich ratolesti je problematické vyhledávání péče (Cassidy, 1999).

- Kategorie B: Jistý typ citové vazby (*Secure*)

Jistý typ citové vazby se projevuje v úzkostech, negativních emocích během separace. V průběhu opětovného setkání s matkou se dítě nechá utišit a obnoví svojí hravou aktivitu (explorace) (Kulísek, 2000). Vnitřní pracovní model je charakterizovaný důvěrou v to, že matka bude dostupná a utěšující (Fonagy, 2001). Chování dítěte s jistou citovou vazbou ve vztahu k pečující osobě je označováno jako „přiměřené vazbové chování“. Díky převládajícímu vzorci přesvědčení o matčině dostupnosti a citlivosti je schopné tuto situaci relativně bez obtíží zvládnout a po matčině návratu je schopné pokračovat v předchozí činnosti (Ainsworth et al., 1979).

- Kategorie C: Úzkostně-ambivalentní typ citové vazby (*Insecure ambivalent*)

Děti s **úzkostně ambivalentním typem nejisté vazby** dávají oproti obranné strategii dětí s vazbou typu A své negativní emoce výrazně najevo, častěji nepřiměřeným způsobem. Tyto projevy úzkosti a frustrace vznikají z nepředvídatelných a nepravidelných matčiných reakcí na potřeby dítěte. Můžeme říci, že v podstatě podle toho, jak se to matce zrovna zamlouvá. Jedinec si pak není svou matkou jistý, a proto více prosazuje své potřeby. Typický je dlouhý a hlasitý nářek při situacích oddělení od matky (Ainsworth et al., 1978). Tyto děti si utvořily strategii, kdy přehánějí či zveličují emoční rozrušení, aby si zajistily matčinu pozornost (Fonagy, 2001). Tento vzorec byl popsán také termínem „hyperaktivace vazbového systému“, která je zapříčiněna nedostatkem důvěry v dostupnost pečovatele.

- Kategorie D: Dezorganizovaný, dezorientovaný typ (*desorganisation*)

Čtvrtá kategorie **dezorganizovaný, dezorientovaný typ** (Main, Kaplan, Cassidy, 1985 in Štefánková 2011) je obecně provázen snahou dítěte dosáhnout blízkosti s matkou neobvyklým, zmateným způsobem (Fonagy, 2001). Tyto děti se chovají nekonzistentně, lze u nich pozorovat protichůdné prvky v chování, rychle střídají afiliativní a vyhýbavé projevy vůči matce nebo je podivně kombinují, projevují otevřený strach z pečující osoby a po návratu matky se někdy poutají na cizí osobu (Kulísek, 2000). Tyto děti mají s mateřským chováním tak děsivé a nepředvídatelné zkušenosti, že nemohou rozvíjet organizované, strategické reakce a systém citové vazby je behaviorálně dezorganizován.

3.4 Kategorizace citové vazby v adolescenci a dospělosti

Bowlby (1973 in Mikulincer, Shaver, 2007) upozorňuje, že bychom neměli vývoj attachmentu v dospělosti chápat jako pevně daný vzorec i přes to, že koresponduje se zkušenostmi z interakcí s rodičem v dětském věku. Mikulincer a Shaver (2007) vzor attachmentu popisují jako komplexní složku, do které zahrnují: 1) specifické vnitřní pracovní modely utvořené v dětství, 2) reprezentace citových vazeb, které byly přetvořeny změnami v sociálním vývoji a dalšími faktory, které nastaly v jeho průběhu, 3) současnou zkušenost spojenou s citovou vazbou nebo reprezentacemi citových vazeb.

U adolescentů a dospělých se o jejich citové vazbě dozvídáme z popisu a hodnocení zkušeností, jaký význam pro ně mají a jak zapadají do jejich životního příběhu. Prostřednictvím metody Adult Attachment interview.(AAI) autorů George, Kaplana a Mainové (Mikulincer, Shaver, 2007; Main, Kaplan, Cassidy, 1985 in Štefánková, 2011) je možné tyto aspekty zkoumat. Autoři tyto reprezentace nazývají stavy mysli s respektem k citové vazbě. Z AAI je možné odvodit jednotlivé typy reprezentací citové vazby:

1. Jistá / autonomní mentální reprezentace citové vazby (F, *secure/autonomous*)
2. Odmítavá/znehodnocující mentální reprezentace citové vazby (D, *dismissing*)
3. Zapletená mentální reprezentace citové vazby (E, *enmeshed, preoccupied*)
4. Nevyřešená/dezorientovaná mentální reprezentace citové vazby (U, *unresolved, disorganized, disoriented state of mind*)

Dotazníková metoda Inventory od Parent and Peer Attachment (IPPA, Inventář pro zkoumání vazby k rodičům a adolescentům, Armseden, Greenberg, 1987) která je využita v praktické části práce zkoumá na rozdíl od vnitřních modelů jiný konstrukt - styl citové vazby. Dotazník je zaměřen na zjišťování kvality vztahu k rodičům a vrstevníkům pomocí 3 subškál - Důvěry, Komunikace a Odcizení, Vivona (2000) na základě původního výzkumu definovala celkem tři styly citové vazby, které by odpovídaly 3-dimenzionálnímu pojetí citové vazby v dětství dle Mary Ainsworthové - jistý styl citové vazby (*secure attachment*), vyhýbavý styl citové vazby (*dismissive/avoidant attachment*) a ambivalentní (*ambivalent attachment*) styl citové vazby. Podrobnější popis a historie metody jsou uvedeny v praktické části v sekci Použité metody.

3.5 Citová vazba v adolescenci

V období dospívání čas, který jedinec stráví s rodiči, typicky klesá, oproti času strávenému s vrstevníky, který se výrazně zvyšuje. Nicméně některé studie ukazují, že rodiče stále mají významný vliv na psychosociální vývoj adolescenta. S nově nastalým generačním konfliktem se zvyšuje význam postoje rodičů vůči dítěti, protože na základě nového schématu komunikace a zvládání konfliktů v rodině se přetváří nebo upevňují dříve získané vnitřní pracovní modely. Nesprávný přístup rodičů může pak vést k rizikovému chování dítěte a prohlubující se konflikty s rodiči mohou mimo jiné přispět k prohlubování vazebné nejistoty a patologie (Macek, 2003; Mikulincer, Shaver, 2012).

V kontextu adolescence interpretují situaci citového odpoutání od rodičů někteří autoři (Scharf, Maysless, 2007) jako podmínku, aby jedinec mohl vstupovat do citových vztahů mimo rodinný kruh, nicméně "*řada studií ukazuje, že adolescenti se svou hodnotovou orientací více podobají vlastním rodičům než svým přátelům*", a rebelují hlavně v oblasti svého volného času (zájmy, kultura, oblékání) (Macek, 2003, s. 55). V tomto období také dochází postupně k symbolizaci chování zajišťujícího blízkost pečující osoby v situacích distresu (Širůček, Lacinová, 2008). Zatímco v dřívějších vývojových obdobích dochází k vyhledávání fyzické blízkosti pečující osoby, v rané adolescenci se prostřednictvím

vnitřního pracovního modelu, který je založen na reprezentaci vztahu s pečující osobou, postupně začíná uplatňovat vyhledávání blízkosti jen na mentální úrovni (Moretti, Peled, 2004).

Systém tohoto nově vytvořeného vazebného stylu (nevázaného na fyzickou blízkost) funguje stejně jako v raném dětství - adolescent potřebuje mít vytvořenou jistou mentální reprezentaci citové vazby, aby mohl svobodně explarovat svět mimo rodinu. Tato jistota chrání adolescenta před rizikovým chováním. Rodiče by měli být připraveni na to, že konflikt, který v adolescenci nastává, není známkou snižující se kvality vztahu, a měli by pracovat na udržení vztahovosti i přes vyjednávání a nesouhlas dospívajícího. (Moretti, Peled, 2004)

Jako ilustraci důležitosti citové vazby a její mentální reprezentace je možné uvést řadu výzkumů, které tento vztah prokázali. Například kontext citové vazby v souvislosti utváření identity zkoumala Alexandra Gitterová (1999). Ve své studii se zaměřila na vztahy mezi adolescencí a modelem citové vazby k matce a vývojovým úkolem adolescence - dosahováním autonomie. V této souvislosti pozorovala interakce 88 dospívajících (ve věku 16 a 18 let) s jejich matkami. V průřezovém i v dlouhodobém srovnání se jeví model citové vazby adolescentů i jejich matek jako prediktor interaktivního chování vedoucí k autonomii. Jedním ze zjištění bylo, že rodiny s bezpečnými modely citové vazby se lépe orientovaly na vývojový úkol dosažení autonomie.

V souvislosti s regulací emocí a reprezentací citové vazby u adolescentů uvedli Kobak a Sceeryová (1988) studii zkoumající 53 studentů v období pozdní adolescence, kteří byli v prvním ročníku vysoké školy. Zde se ukázalo, že jedinci se jistým stylem vztahové vazby, vykazovali vyšší odolnost ega, méně úzkosti, méně často uváděli nepřátelské jednání vrstevníků, zažívali méně distres a vnímali dostatek sociální podpory. Naopak jedinci s vyhýbavým stylem citové vazby vykazovali nízkou odolnost ega, častěji interpretovali chování vrstevníků jako nepřátelské, ve vztazích častěji trpěli samotou a uváděli nízkou podporu ze strany rodiny. Jedinci se zapleteným stylem citové vazby vykazovali nízkou odolnost ega, vztahy s vrstevníky v nich častěji vyvolávali úzkost, prožívali více distres, ale cítili se se být více podporováni ze strany rodiny, než skupina s vyhýbavým stylem citové vazby.

Co se týče vztahu vazby a patologie, adolescenti s jistou vazbou jak k rodičům, tak k vrstevníkům vykazovali signifikantně nižší úzkostnost a depresivitu než jedinci s vazbou nejistou. (Muris, Meesters, van Melicková a Zwambagová, 2000, in Michalčáková, 2010). Studie Petersena a Elklita (2013) se zabývala vtahem vazebného stylu, vystavení širokému

spektru potenciálně traumatických událostí a následných symptomů PTSD (postraumatická stresová porucha). Participovalo zde 1283 probandů z Islandu, Finska a Faerských ostrovů, u nichž byly zjištěny kulturní rozdíly jak v distribuci vazebných stylů v populaci, tak v symptomaticke PTSD. Předpokládaný vztah mezi jistým stylem vazby a nižším výskytem PTSD se potvrdil u dánského a islandského vzorku, kdežto vzorek z Faerských ostrovů vykazoval nejvyšší procento těchto symptomů u jedinců s jistým vazebným stylem. Tato studie dobře ilustruje, že není vždy možné vztah vazebného stylu a psychopatologie obecně postihnout. Tento vztah může fungovat u některých symptomů určité psychopatologie, ale nemusí tomu tak být bezpodmínečně vždy. Nicméně výzkum citové vazby v adolescenci je pro pochopení vztahu mezi interpersonálními traumaty a psychopatologií důležitý.

K rozvoji psychopatologie nemusí přispívat pouze vazebný styl k rodičům, ale může být ovlivněna také novými vztahy s vrstevníky, které mohou sloužit jako zkouška attachmentu a romantický partner může vstupovat do adolescentovy hierarchie attachmentových figur (Kobak, Rosenthal, Zajac, Madsen, 2007). Význam těchto romantických vztahů shrnuje Mikulincer a Shaver (2012), kdy pozitivní zkušenost s romantickým partnerem může proměnit strukturu citové vazby získané ze vztahu s pečující osobou, ale naopak divoké romantické vztahy mohou spolu s dalšími negativními zkušenostmi (stresující události, chudoba, zdravotní obtíže, zdravotní problémy) posilovat spojení mezi nejistým vazebným stylem a psychopatologií.

4. Coping v kontextu citové vazby

Období adolescence je plné nových neznámých situací, pocitů a prožitků, které mohou vzbuzovat strach a hlavně stres. Nejběžnější a nejvýraznější stresory vyplývají hlavně z každodenních situací spojených s vývojovým obdobím adolescence a zahrnují vlastní image, pubertální obavy (z pohledu dospělého, z pohledu adolescenta jsou ale brány “smrtelně” vážně), konflikty s vrstevníky a rodiči, přechody v rámci formálního vzdělávání, problémy související se školní docházkou a v neposlední řadě pak romantické vztahy a jejich udržování (Nieder, Seiffge-Krenke, 2001; Pollina, Snell, 1999; Smetana, Yau, Hanson, 1991 in Seiffge-Krenke, Beyers, 2005).

Mario Mikulincer a Phillip Shaver (2010) ve své publikaci shrnují zjištění výzkumů poslední doby, které podporují hypotézy o souvislosti stylu attachmentu a copingových strategií. Uvádí například, že jistá citová vazba je spojována s aktivním řešením problémů,

vyhýbavý styl zvládnání je pak využívám zpravidla v situaci, kdy problém nemůže jedinec vyřešit. Úzkostná citová vazba je asociována hlavně se strategií zaměřenou na emoce a vyhýbavá citová vazba je pak spojována se strategií vyhýbání - na emoce zaměřený styl, který jedinec využívá v případě, že je z stresor velmi silný a přetrvávající.

Seiffge-Krenkeová a Beyers (2005) vychází z předpokladu, že vyrovnávání se se stresory v adolescenci navazuje na rané zkušenosti s řešením zatěžujících situací. U dítě se rozvinou specifické způsoby zvládnání, které pak v dalším životě jedinci slouží ke zvládnání zatěžových situací více či méně adaptivně. Existuje tedy předpoklad, že v dětství se na základě citové vazby a míry vystavení dítěte stresujícím situacím zakládá vzor ke zvládnání a adaptaci v adolescenci a později i v dospělosti. Autoři u 112 participantů longitudinálně zkoumali souvislosti mezi attachmentem a copingem při přechodu z období adolescence do mladé dospělosti (14-21 let). Participantů byli dotazováni v průběhu studie pětkrát. Strategie zvládnání zátěže byly zkoumány pomocí dotazníku CASQ (Coping Across Situation Questionnaire), jehož autorkou je právě Seiffge-Krenkeová (1995) a citová vazba, nebo jinak také "stav mysli", byla zjišťována v 21 letech respondentů pomocí metody AAI. Pro obě věková období (adolescenci i mladou dospělost) byly shledány rozdíly v copingových stylech související s rozdílnou reprezentací citové vazby. Jedinci s jistou reprezentací citové vazby (*secure/autonomus*) se vypořádávali s problémy více aktivně a hledali řešení, k tomu využívali opory v síti sociálních vztahů. Na rozdíl od jedinců se zapletenou reprezentací (*preoccupied*) využívali jedinci klasifikovaní jako jistí nebo vyhýbaví (*dismissing*) více sociální opory a interní copingové strategie – vytvořením představy stresující události jako zvládnutelnější, vyhýbáním se jí, nebo užíváním pasivity.

K podobným závěrům došli již v dřívějším výzkumu Mikulincer a Florian (1997, in Mikulincer, Shaver, 2010), kteří zjistili, že lidem s jistým stylem citové vazby pomáhá k dosažení emocionální rovnováhy po vystavení stresoru (zacházení s živých hadem) podpůrná komunikace s druhým člověkem, kdežto u jedinců s nejistou vazbou tento druh podpory ještě prohloubil stres a úzkost z celé situace. Vzhledem k důležitosti vztahu s druhými v období adolescence jsou tyto výsledky velmi významné. Stejně tak výzkum McGowanová (2002 in Mikulincer, Shaver, 2010) prokázal, že pokud ve chvíli distresu myslí jedinec s jistou vazbou na svého milovaného partnera pak se jeho distres snižuje a roste sebedůvěra. U jedinců s nejistou vazbou naopak pomyšlení na partnera distres prohlubuje mnohem více, než když myslí na známého. Tento mechanismus funguje i v adolescenci a je otázkou, jak se jedinec s nejistým stylem vazby vypořádá s vývojově

podmíněnou touhou po romantickém vztahu v kontrastu s prohloubením nejistoty, kterou tyto vztahy v zátěžových situacích přináší.

Výzkum attachmentu a copingu nevynechává ani oblast Lazarusova transakčního modelu copingu. Pokud se podíváme čistě na zhodnocení, tak styl citové vazby ovlivňuje už to, jak lidé situace vnímají. Jedinci s jistou vazbou jsou méně náchylní k hodnocení situace jako ohrožující a adekvátněji vnímají své zdroje a příležitosti, které jim situace poskytuje. Adekvátní vnímání svých zdrojů bylo zjištěno i u jedinců s vyhýbavým stylem vazby ovšem s tím rozdílem, že situaci vnímají více jako ohrožující. (Mikulincer, Shaver, 2010)

Pokud se posuneme v teorii dále, tak z výzkumů vyplývá, že jistí jedinci oproti méně jistým jedincům častěji využívali na problém orientovanou strategii (Lussier, Saborin, Turgeon, 1997, Mikulincer, Florian, 1998, in Mikulincer, Shaver 2010). Jiné studie oproti tomu nenašly signifikantní souvislosti mezi jistým stylem citové vazby a řešením problémů (Mikulincer, Florian, Weller, 1993; Mikulincer, Mikulincer Florian, 1995; Berant et al., 2001 in Mikulincer, Shaver, 2010). Ani vztah mezi stažením se od problému a vyhýbavým stylem jist vazby, jehož existence by se nabízela, nebyl jednoznačně prokázán. To může souviset i s tím, že během adolescence a pozdní dospělosti se copingové strategie mohou značně měnit, jak ukazuje výzkum Zhangové a Labouvie-Viefové (2004 in Mikulincer, Shaver, 2010), které zkoumali jedince po dobu šesti let a zjistili, že nárůst jistoty v attachmentovém stylu souvisí s opouštěním odstupujícího stylu copingu. Na emoce zaměřený coping používají hlavně jedinci s vyhýbavým stylem vazby, a to hlavně v případech selhání, nebo závažných stresových situací (Mikulincer, Shaver, 2010).

Empirická část

1. Cíl výzkumu

Hlavním cílem výzkumu je zjistit, zda existuje souvislost mezi stylem citové vazby a copingem v pozdní adolescenci. Budeme zjišťovat, zda existuje vztah mezi obecným stylem vazby, kvalitou vztahu s otcem a matkou a copingovými styly.

Též nás zajímá, jaké copingové strategie používají dospívající ke zvládnutí závažných situací v různých oblastech života. Budeme zkoumat, zda se preference využívaných strategií zvládnutí liší vzhledem k pohlaví. Zaměříme se na konkrétní problematické oblasti: škola, rodiče, škola, vrstevníci, volný čas, volba profese, budoucnost, self - já sám (Seiffge-Krenke, 1995). Vzhledem k použitým metodám jsme zvolili kvantitativní design výzkumu.

Výzkumná otázka:

Na základě výzkumu definujeme výzkumnou otázku takto:

Existuje vztah mezi stylem citové vazby, nebo kvalitou vztahu k otci/matce a užívanými styly copingových strategií v adolescenci?

Hypotézy:

H 1a: Styl jisté vazby k rodičům pozitivně koreluje s užíváním aktivního copingového stylu.

H 1b: Styl nejisté citové vazby k rodičům pozitivně koreluje s užíváním vyhýbavých/interních copingových strategií.

H 2a: Obecný styl citové vazby pozitivně koreluje s užíváním s užíváním aktivního copingového stylu.

H 2b: Obecný styl citové vazby pozitivně koreluje s užíváním vyhýbavých/interních copingových strategií.

H 3: Vyšší míra jistého stylu vazby pozitivně koreluje s obecným stylem jisté citové vazby.

H 4: Nižší míra jistého stylu vazby pozitivně koreluje s jiným než jistým obecným stylem citové vazby.

H5: Existuje rozdíl u využívaného stylu copingových strategií mezi dívkami a chlapci.

2. Výzkumný design

Sběr dat probíhal v průběhu léta roku 2013 a jara 2014. Původní výzkumný plán zahrnoval dvě skupiny probandů. První skupina se skládala ze středoškolských studentů, kteří byli vybráni ze škol, které daly souhlas s přístupem na základě oslovení. Druhou skupinu tvořili probandi, kteří se zúčastnili předchozího výzkumu v letech 2005 - 2006 Zuzany Štefánkové (2011) a nyní byli osloveni s dotazem na další spolupráci v navazujícím výzkumu zabývajícím se vývojem attachmentu z rané do pozdní adolescence. U druhé skupiny ale byla velmi nízká responzivita, takže konečný počet tvořilo 15 osob, které byly pozvány k administraci v domluvený čas do vybrané volné učebny na Pedagogické fakultě Jihočeské univerzity v Dukelské ulici. Tyto osoby byly tedy přiřazeny k první skupině probandů.

Použité metody byly zadány pro první skupinu hromadně ve třídách místo vyučování po dobu 30 - 40 minut. Metody byly vybrány tak, aby bylo možné je administrovat hromadně a aby zjišťovaly co nejvíce informací pro potřeby současného výzkumu.

3. Charakteristiky výzkumného souboru

Náš vzorek je složen ze studentů převážně středních odborných škol v předposledních až posledních ročnících, tedy jedinci v období pozdní adolescence. Výzkumu se zúčastnilo tedy probandů ze škol: Obchodní akademie Svatoslavova z Prahy 4, Střední školy informatiky a právních studií v Českých Budějovicích dále Střední školy obchodu a služeb a Vyšší odborné školy Kněžskodvorská taktéž v Českých Budějovicích.

Celkem byla sesbírána data od 161 osob, z toho vzorek kompletních informací tvoří 152 probandů, 9 osob muselo být pro neúplné informace vyřazeno. Rozložení vzorku podle pohlaví je 30,9% chlapců (n=47) a 69,1% dívek (n=105). Věk se pohybuje mezi 17-21 lety. Průměrný věk je 18,3 roku.

4. Použité metody

IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*)

Pro měření stylu citové vazby jsme zvolili dotazník IPPA. Metodu posuzující kvalitu vztahu k rodičům pohledem adolescentního jedince byla vytvořena autory Armsdenem a

Greenbergem (1987). Byla testována pro období pozdní adolescence (16 - 20 let), je tedy určena zejména pro starší adolescenty a mladé dospělé a zjišťuje styl vazby k rodičům a vrstevníkům, tvůrci metody proklamují její možné využití i pro mladší adolescenty. Autoři Gullone a Robinson (2005) využili původního dotazníku a aplikovali jej i na mladší probandy, zjistili, že je to vhodný měřicí nástroj pro období mezi dětstvím a pozdní adolescencí a nazvali jej IPPA-R (Inventory of Parent and Peer Attachment - revised).

Vztah k rodičům je v původní verzi zjišťován 28 položkami a vztah k vrstevníkům 25 položkami. V našem výzkumu byla použita verze upravená pro české prostředí Širůčkem a Lacinovou (2008), díky tomu, že poskytuje český překlad, dá se snáze statisticky zpracovat a metoda již byla využita na odpovídajícím českému vzorku ve studii ELSPAC u patnáctiletých adolescentů (Širůček, Lacinová, 2008).

Položek pro zjišťování stylu citové vazby k rodičům je v upravené verzi 25, počet položek posuzující vztah k vrstevníkům zůstal zachován též na 25. Původní zadání a skórování anglické verze bylo autory podobně přepracováno a doporučeno k využívání (Armsden, et al. 2009). Vzhledem k našemu výzkumu a zadání práce jsme podobně jak Širůček a Lacinová vynechali škálu zjišťující vztah k vrstevníkům a využili pouze položky k měření aspektů citové vazby k rodičům. Tyto položky jsou formulovány jako jednoduché výroky či tvrzení související s navozením emocionální zpětné vazby. U těchto tvrzení se proband vyjadřuje k tomu, do jaké míry s nimi souhlasí na pětibodové Likertově škále: nikdy nebo téměř nikdy (1), zřídka (2), někdy (3), často (4) a vždy nebo téměř vždy (5). Skór v IPPA je průměr odpovědí respondenta. Přínosem této metody je to, že ve škále pro rodiče může například v případě absence či nesoužití rodiče s rodinou, vypovídat respondent o osobě, kterou za matku/otce považuje. Další z výhod je, že položky můžeme rozřadit do tří dimenzí: (a) důvěry, která měří stupeň vzájemného porozumění, důvěry a respektu; (b) odcizení, zjišťuje pocity odcizení izolace a hněvu; (c) komunikace, se zaměřuje na kvalitu a kvantitu verbální komunikace. Podle toho můžeme respondenty zařadit do kategorie osob s nižší či vyšší jistotou ve vztahu k rodiči či vrstevníkovi.

RQ (*Relationship Questionnaire*)

Původní 3- dimenzionální metodu (Hazan, Shaver, 1987) měřící styl citové vazby dospělých upravili a rozvinuli Kim Bartholomeowá s Leonardem Horowitzem (1991) na 4- dimenzionální, aby více korespondovala s Bowlbyho teorií citové vazby a doplnili čtvrtý styl - odmítavý (*dismissive-avoidant*) charakterizující jedince vyhýbání se intimitě, je soběstačný a má potřebu být nezávislý.

Dotazník se sestává ze 2 částí a každá část pak ze 4 tvrzení. Tato tvrzení reprezentují styl citové vazby: bezpečný (jeden z výroků u tohoto tvrzení například: Je pro mne snadné zažívat ve vztahu citovou blízkost.), zapletený (Dávám přednost tomu, abych se nespolehal/a na druhé a oni se nespolehali na mě.), ustrašený (Je pro mne nepříjemné být bez blízkých vztahů, ale někdy se obávám, že by mne blízcí lidé neoceňovali tak, jako oceňuji já je.), odmítavý (Mám strach, že bych mohl/a být zraněn/a pokud se příliš přiblížím k ostatním lidem.).

Autoři dále doporučují administrovat obě části, jedná se zde o rychlou volbu a škálu. Při rychlé volbě je respondent žádán, aby označil odstavec s tvrzením, který ho nejvíce charakterizuje v partnerských vztazích. Následně hodnotí na Likertově sedmibodové škále u každého ze 4 tvrzení (stylů citové vazby), jak silně ho daný popis vystihuje (1= vůbec mě nevystihuje, 3 trochu mě vystihuje, 7= velmi mě vystihuje). Rychlá volba vyvažuje pořadí v případě, kdy proband na škále uvede, že ho stejně silně vystihuje více stylů. (Bartholomew, Horowitz, 1991)

Původní studie zkoumají osoby ve věku pozdní adolescence až po dospělost v průměru 19,5 - 24,5 lety (Bartholomew, Horowitz, 1991; Schrafe, Bartholomew, 1994), rozhodli jsme se využít tutéž metodu a výsledky porovnat.

CASQ (*Coping Across Situations Questionnaire*)

Dotazníková metoda CASQ (Seiffge-Krenke, 1995) je nástroj zjišťující 20 copingových strategií které mohou sloužit k vypořádání se problémy v následujících osmi okruzích: škola, rodiče, vrstevníci, vztahy, self, volba povolání, volný čas a budoucnost. Tyto okruhy byly dříve prokázány jako ty oblasti, které adolescenty znepokojují nejvíce (Seiffge-Krenke, 1995). Jinými slovy dotazník slouží k posouzení situačních vlivů na upřednostňování způsobu zvládnání (Hanžlová, Macek, 2008). Pro každý okruh je proband instruován, aby vyznačil strategie, které obvykle využívá, nastane-li v té dané oblasti nesnáze. Vyjadřuje s nimi jednoduše souhlas nebo nesouhlas rozlišením ano - ne. Z výsledků skorování, lze usuzovat na obecný copingový styl jedince. Většinou jsou diskutovány 3 copingové styly: aktivní coping (*active coping*), odstup (*withdrawal*) a bezradnost (*helplessness*) (Seiffge-Krenke, 1995, 2005, Hanžlová, Macek, 2008)

5. Výsledky

Výsledky obsažené v této práci byly zpracovány programy Microsoft® Excel 2013 a IBM® SPSS® Statistics, Version 20, release 20.0.0. Nejdříve jsme provedli vyhodnocení metody IPPA, které spočívá v přiřazení výsledků jednotlivých probandů ke stylu vazby. Při hodnocení jsme se rozhodli použít skórování, které navrhuji autoři ve svém původním manuálu k metodě (Armsden, Greenberg, 1987). Položky v dotazníku tvoří celkem tři škály: důvěra, komunikace a odcizení, jejichž skór byl získán součtem konkrétních položek, které v české verzi dotazníku určili autoři Širůček a Lacinová (2008) (viz Příloha XY). Při testování reliability se ukázaly konzistentní téměř všechny škály (hodnota Cronbachovo alfy větší než 0,7) až na odcizení u otce, kde je hodnota nižší. Výsledky reliability těchto škál pro otce i pro matku uvádíme v Tabulce 2.

Tab. 2 Cronbachovo alfa pro subškály české verze dotazníku IPPA

Subškála IPPA	Cronbachovo alfa
Matka	
Důvěra	0,890
komunikace	0,839
Odcizení	0,704
Otec	
Důvěra	0,929
komunikace	0,903
odcizení	0,651

Hrubé skóry na těchto třech škálách byly rozděleny podle kumulativní frekvence na třetiny, tedy na vysoký (přiřazena hodnota 3), střední (přiřazena hodnota 2) a nízký (přiřazena hodnota 1) skór (viz Tabulka 3).

Tab. 3 Rozdělení hrubých skórů na subškálách metody IPPA

ŠKÁLA	SKÓR	Skóry	Procenta	Skóry	Procenta
		MATKA		OTEC	
Důvěra	vysoký	41 - 45	28,3	38 - 45	33,5
	střední	36 - 40	37,5	31 - 37	34,9
	nízký	16 - 35	34,2	9 - 30	31,6
Komunikace	vysoký	27 - 35	32,3	23 - 35	31,8
	střední	22 - 26	36,2	16 - 22	36,1
	nízký	8 - 21	31,7	7 - 15	32,2
Odcizení	vysoký	27 - 40	28,5	28 - 39	27,2
	střední	21 - 26	36,8	23 - 27	37,5
	nízký	9 - 20	34,8	12 - 22	35,6

Na základě předchozího rozdělení je možné určit s pomocí logických pravidel u každého jedince styl vazby. Autoři rozlišují tři styly: (1) bezpečný, (2) ambivalentní a (3) vyhýbavý. Pravidla přiřazení jsme čerpali z manuálu původních autorů (Armsden, Greenberg, 1987), práce Guarnieriové, Pontiové a Taniové (2010) a práce Vivonové (2000), plus bylo na základě úvahy autora přidáno nové pravidlo. V Tabulce XY je ukázán přehled kombinací skóru, autorů a souvisejícího stylu vazby.

Tab. 4 Přehled kombinací skóru u IPPA

	Bezpečný styl	Ambivalentní styl	Vyhýbavý styl	Neurčitelné
Armsden, Greenberg (1987)	3 2 1	2 2 3	1 1 2	1 1 1
	2 3 1	2 2 2	1 1 3	1 3 2
	2 2 1	2 1 2	2 1 3	2 1 1
		1 2 2	1 2 3	3 1 1
Vivona (2000)	3 2 2	2 3 2	1 1 2	3 1 3
	3 3 1	1 2 1	1 1 3	3 2 3
	3 3 2	1 2 2	2 1 3	3 3 3
		2 3 3		
Guarnieri, Ponti, Tani (2010)	3 3 1	1 3 1	1 1 2	
	3 3 2	1 2 3	1 1 3	
		2 3 3	2 2 3	
		1 2 2		
Přidáno autorem		1 3 3		

LEGENDA:

- | | |
|-------------------------------------|------------|
| 1. číslo – skór na škále důvěry | 3 = vysoký |
| 2. číslo – skór na škále komunikace | 2 = středí |
| 3. číslo – skór na škále odcizení | 1 = nízký |

Bohužel v některých kombinacích se autoři neshodli s původním skórováním, rozhodli jsme se ovšem držet původního konceptu z roku 1987. Nové pravidlo jsme vyvodili z úvahy, kdy jedinec může na funkční úrovni vztah s rodičem fungovat i komunikace, ale důvěru jedinec ve vztahu nevnímá.

Po přiřazení dle předchozího schématu bylo možné určit styl vazby s matkou u 90,8% jedinců a styl vazby s otcem u 88,2%, zbývající procento odpovídalo nekonzistentně s pravidly, které jsme převzali (viz výše). V následující Tabulce 5 uvádíme přehled rozdělení vzorku podle stylu vazby a pohlaví.

Tab. 5 Rozdělení vzorku podle stylu vazby k rodičům

		POHLAVÍ				Celkem	
		muž	procent	žena	procent	počet	procent
Styl vazby u matky	neurčeno	6	3,9%	8	5,3%	14	9,2%

	bezpečný	18	11,8%	35	23,0%	53	34,9%
	ambivalentní	11	7,2%	37	24,3%	48	31,6%
	vyhýbavý	12	7,9%	25	16,4%	37	24,3%
Celkem		47	30,9%	105	69,1%	152	100,0%
Styl vazby u otce	neurčeno	4	2,6%	14	9,2%	18	11,8%
	bezpečný	14	9,2%	40	26,3%	54	35,5%
	ambivalentní	17	11,2%	32	21,1%	49	32,2%
	vyhýbavý	12	7,9%	19	12,5%	31	20,4%
Celkem		47	30,9%	105	69,1%	152	100,0%

Dále jsme skórovali metodu RQ. Standardní postup pro kategorizaci vazby je určení nejvyššího skóru u položek s Likertovou škálou. Pokud nastane situace, že proband označí stejnou hodnotou dva vazebné styly, pak je možné přihlídnout k první části, neboli rychlejší verzi dotazníku, kde proband vybírá jeden ze čtyř odstavců popisujících vazební styly. Autoři využívají dvoudimenzionální model attachmentu (viz Tabulka 6), který umožňuje rozdělit jedince do čtyř kategorií (viz Tabulka 7).

Tab. 6 Dvoudimenzionální model vazebných stylů, převzato podle Griffina a Bartholomewové (1994)

		MODEL SEBE	
		pozitivní	negativní
MODEL OSTATNÍCH	pozitivní	jistý styl	zapletený styl
	negativní	odmítavý styl	ustrášený styl

Tab. 7 Rozdělení vzorku do kategorií attachmentových vzorců

		Počet	Procent
Styl vazby	neurčeno	3	2,0
	bezpečný	76	50,0
	zaměstnaný	22	14,5
	vyhýbavý	22	14,5
	ustrášený	29	19,1
	Celkem	152	100,0

V rámci vyhodnocování metody je také možné získat skór pro vnitřní modely self a ostatních. Ty jsou zjišťovány následujícím způsobem: sečtením výsledků na sebehodnotících škálách jednotlivých attachmentových stylů. Skór modelu self byl získán součtem označené hodnoty na Likertově škále pro položky jistého a zapleteného stylu a

odečtením součtu hodnot odmítavého a ustrašeného stylu. Skór modelu ostatních byl získán součtem označených hodnot pro jistý a odmítavý styl a odečtením hodnot pro zapletený a ustrašený styl. Tímto způsobem byly získány dva skóry kladných i záporných hodnot - čím vyšší kladná hodnota, tím více má proband pozitivní vnitřní model self nebo ostatních, naopak čím nižší, tím více má negativní vnitřní model.

Výsledky metody CASQ uvádíme v následující Tabulce 8, kde jsou uvedeny všechny copingové strategie které dotazník zjišťuje a osm oblastí, v nichž využití daných copingových strategií probandi hodnotili.

Tab. 8 Přehled preference copingových strategií podle životních oblastí v dotazníku CASQ

Relativní počet dospívajících, kteří označili danou strategii (%)								
Strategie	ŠKOLA	RODIČE	VRSTEVNÍCI	VOLNÝ ČAS	OPAČNÉ POHLAVÍ	SELF	PROFESE	BUDOUCNOST
1. Tento problém proberu s rodiči nebo s jinými dospělými	35	50	27	58	27	45	84	64
2. Hovořím o problému rovnou, když na něj narazím, a nenosím jej pak celé dny v sobě	45	53	54	65	57	54	68	58
3. Vyhledám odbornou pomoc	9	8	8	9	9	11	32	26
4. Připravuji se na nejhorší	63	52	41	37	57	60	47	57
5. Akceptuji své hranice, tj. uvědomuji si, že na něco stačím a na něco ne	81	75	65	80	74	73	84	82
6. Snažím se o problému pohovořit s někým, koho se to týká	80	69	72	68	73	74	74	70
7. Nenechávám na sobě nic znát a chovám se, jako by bylo vše v pořádku	51	38	52	54	49	39	43	56
8. Snažím se odreagovat (hlasitou hudbou, divokým tancem, sportem, apod.)	73	79	68	66	72	71	64	63
9. Nedělám si starosti, protože většinou všechno dobře dopadne	40	36	48	53	36	30	36	39
10. O problému přemýšlím a v myšlenkách si přehrávám různé možnosti řešení	88	88	76	82	85	91	88	84
11. Uzavírám kompromisy	64	53	55	58	62	57	63	56
12. Zbavuji se svého hněvu a bezradnosti křikem, boucháním dveřmi, apod.	24	37	24	15	22	24	16	20
13. Je mi jasné, že nějaké problémy tady budu mít vždycky	91	83	74	69	78	67	76	81
14. Na problémy myslím teprve, když se objeví	50	45	61	59	57	60	53	55
15. Pátrám po informacích v odborných knihách, časopisech, na internetu apod.	49	23	18	31	34	20	57	44

16. Snažím se nad problémem nepřemýšlet, odstranit jej ze své mysli	45	47	57	53	54	49	39	51
17. Snažím se své problémy zapomenout pomocí alkoholu, drog, apod.	12	13	13	8	21	15	14	13
18. Hledám útěchu a podporu u lidí, kterým se vede podobně jako mně	55	55	51	60	63	59	68	64
19. Snažím se řešit své problémy s pomocí svých přátel	74	73	78	76	77	74	81	77
20. Vzdám to, protože nemohu nic změnit	9	16	13	13	11	15	9	11

Abychom mohli rozhodnout, jaký styl copingu probandi využívají, provedli jsme součet odpovědí “ano” v osmi oblastech, na kterých probandi hodnotili využití copingových strategií a na základě výsledného skóru 0 - 8 u jednotlivých copingových strategií jsme zpracovali analýzu hlavních komponent, která nám ukázala, že položky je možné kategorizovat při volném počtu faktorů do šesti skupin, které ale vytvářejí nejednoznačně interpretovatelný model. Inspirovali jsme se proto prací Hanžlové a Macka (2008) a stanovili jsme pevný počet faktorů tři, jiný počet faktorů neposkytoval natolik dobře interpretovatelný model. Výsledky jsou uvedeny v Tabulkách 9 a 10.

Tab. 9 Procento rozptylu, které model vysvětluje

Procento vysvětleného rozptylu									
Komponenta	Initial Eigenvalues			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	1	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	3,639	18,196	18,196	3,639	18,196	18,196	3,323	16,616	16,616
2	2,107	10,533	28,729	2,107	10,533	28,729	2,246	11,229	27,845
3	1,909	9,544	38,273	1,909	9,544	38,273	2,086	10,428	38,273
4	1,610	8,051	46,325						
5	1,362	6,812	53,137						
6	1,126	5,628	58,765						

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Tab. 10 Výsledky analýzy hlavních komponent dotazníku CASQ

Rotated Component Matrix^a			
	Component		
	1	2	3
1. Tento problém proberu s rodiči nebo s jinými dospělými.	,598	-,097	,107
2. Hovořím o problému rovnou, když na něj narazím, a nenosím jej pak celé dny v sobě.	,622	,035	-,218
3. Vyhledám odbornou pomoc.	,064	,145	,528
4. Připravuji se na nehorší.	,112	-,374	,535
5. Akceptuji své hranice, tj. uvědomuji si, že na něco stačím a na něco ne.	,512	,068	-,121
6. Snažím se o problému pohovořit s někým, koho se to týká.	,775	-,008	-,238
7. Nenechávám na sobě nic znát a chovám se, jako by bylo vše v pořádku.	-,120	,548	,157
8. Snažím se odreagovat (hlasitou hudbou, divokým tancem, sportem, apod.).	,316	,043	,124

9. Nedělám si starosti, protože většinou všechno dobře dopadne.	-,096	,788	,038
10. O problému přemýšlím a v myšlenkách si přehrávám různé možnosti řešení.	,434	-,350	-,225
11. Uzavírám kompromisy.	,486	-,153	,161
12. Zbavuji se svého hněvu a bezradnosti křikem, boucháním dveřmi, apod.	-,100	,100	,530
13. Je mi jasné, že nějaké problémy tady budu mít vždycky.	,223	-,182	,159
14. Na problémy myslím teprve, když se objeví.	-,005	,766	-,015
15. Pátrám po informacích v odborných knihách, časopisech, na internetu apod.	,236	-,234	,527
16. Snažím se nad problémem nepřemýšlet, odstranit jej ze své mysli.	,216	,436	,158
17. Snažím se své problémy zapomenout pomocí alkoholu, drog, apod.	-,124	,176	,527
18. Hledám útěchu a podporu u lidí, kterým se vede podobně jako mně.	,698	-,111	,236
19. Snažím se řešit své problémy s pomocí svých přátel.	,677	-,042	-,235
20. Vzdám to, protože nemohu nic změnit	-,170	,284	,524
Extraction Method: Principal Component Analysis.			
Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.			
a. Rotation converged in 6 iterations.			

Navržený model vysvětluje 38,273% rozptylu podobně jako ve zpracování dat výzkumu Hanžlové a Macka (2008), nicméně rozdělení položek do jednotlivých faktorů je v našem vzorku jiné, než v původním výzkumu. Položky sytící první komponentu, kterou je možné nazvat jako **aktivní coping** jsou:

1. Tento problém proberu s rodiči nebo s jinými dospělými.
2. Hovořím o problému rovnou, když na něj narazím, a nenosím jej pak celé dny v sobě.
5. Akceptuji své hranice, tj. uvědomuji si, že na něco stačím a na něco ne.
6. Snažím se o problému pohovořit s někým, koho se to týká.
8. Snažím se odreagovat (hlasitou hudbou, divokým tancem, sportem, apod.).
10. **O problému přemýšlím a v myšlenkách si přehrávám různé možnosti řešení.**
11. Uzavírám kompromisy.
13. Je mi jasné, že nějaké problémy tady budu mít vždycky.
18. Hledám útěchu a podporu u lidí, kterým se vede podobně jako mně.
19. Snažím se řešit své problémy s pomocí svých přátel.

Položky sytící druhou komponentu, kterou je možné nazvat jako odstup, jsou:

7. Nenechávám na sobě nic znát a chovám se, jako by bylo vše v pořádku.
9. Nedělám si starosti, protože většinou všechno dobře dopadne.
14. Na problémy myslím teprve, když se objeví.
16. Snažím se nad problémem nepřemýšlet, odstranit jej ze své mysli.

Položky sytící třetí komponentu, kterou je možné nazvat jako bezradnost, jsou:

3. Vyhledám odbornou pomoc.

4. Připravuji se na nejhorší.

12. Zbavuji se svého hněvu a bezradnosti křikem, boucháním dveřmi, apod.

15. Pátrám po informacích v odborných knihách, časopisech, na internetu apod.

17. Snažím se své problémy zapomenout pomocí alkoholu, drog, apod.

20. Vzdám to, protože nemohu nic změnit

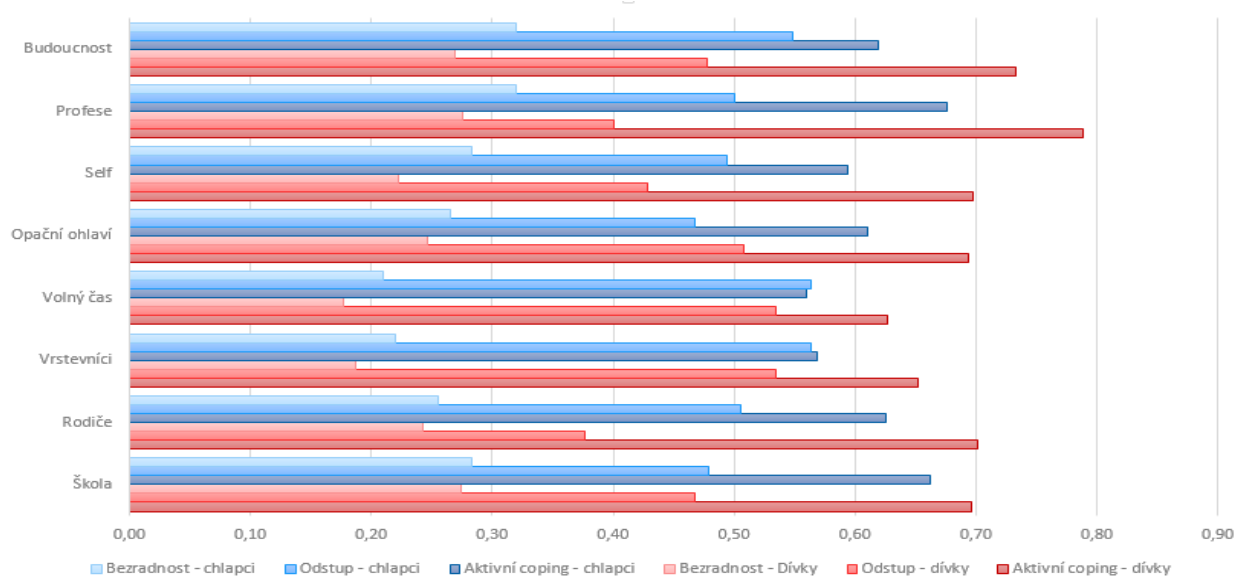
Tučně označené položky spadaly v původním výzkumu Hanžlové a Macka (2008) do jiného faktoru, položka 8 a 13 do odstup, položka 3 do bezradnosti a položka 15 do aktivního copingu. V současném výzkumu dvě položky sytily více než jednu komponentu - položka 10 sytily první a druhou komponentu (ponechali jsme jí v první) a položka 4 sytily druhou a třetí komponentu (ponechali jsme jí v třetí). Reliabilita těchto tří strategií copingu podle vzorku v současném výzkumu je uvedena v následující Tabulce 11.

Tab. 11 Výsledky analýzy reliability pro položky sytící jednotlivé copingové strategie podle CASQ

	Současný výzkum	Rozdělení položek do faktorů podle Hanžlové a Macka (2008)
	Cronbachovo alfa	Cronbachovo alfa
aktivní coping	0,741	0,748
odstup	0,624	0,498
bezradnost	0,513	0,428

Abychom mohli určit styl copingu, který jedinec využívá, použili jsme součty skóre položek, které spadají pod jednotlivé zvládací styly a poté jsme sumu vydělili celkovým počtem položek na škále. Souhrnný skóre převažující copingového stylu, jsme pak získaly sumou stylů copingu ze všech zkoumaných oblastí. Přehled výsledků je vyobrazen v Obrázku 2.

Obrázek 2 Souhrn využívaných copingových strategií v porovnání dívek s chlapci



Přehled statisticky významných rozdílů ve využívání copingových strategií a stylů mezi pohlavím v našem vzorku zjištěných Mann-Whitneyovým U testem ($p=0.05$) uvádíme v následujících tabulkách číslo 12, kde strategii 9 a 12 využívají častěji chlapi a strategie 1, 2, 5, 6, 19 využívají častěji dívky, a č. 13, kde dívky využívají častěji ve všech problematických oblastech aktivní coping kromě školy a chlapi využívají častěji odstup v oblastech rodičů a volby povolání.

Tab. 12 Vliv pohlaví na preferenci zvládacích strategií

	Sig.	MUŽI Mean rank	ŽENY Mean rank
1. Tento problém proberu s rodiči nebo s jinými dospělými.	0,006	62	82,99
2. Hovořím o problému rovnou, když na něj narazím, a nenosím jej pak celé dny v sobě.	0,006	61,95	83,01
5. Akceptuji své hranice, tj. uvědomuji si, že na něco stačím a na něco ne.	0,006	63,07	82,51
6. Snažím se o problému pohovořit s někým, koho se to týká.	0,33	65,36	81,49
9. Nedělám si starosti, protože většinou všechno dobře dopadne.	0,00	95,11	68,17
12. Zbavuji se svého hněvu a bezradnosti křikem, boucháním dveřmi, apod.	0,25	87,71	71,48
19. Snažím se řešit své problémy s pomocí svých přátel.	0,000	55,57	85,87

Tab. 13 Vliv pohlaví na využití copingových stylů

	Sig.	MUŽI Mean rank	ŽENY Mean rank
AKTIVNÍ COPING	0,003	60,67	83,59
Aktivní coping – rodiče	0,042	65,81	81,29
Odstup – rodiče	0,016	88,95	70,93
Aktivní coping – vrstevníci	0,047	66,01	81,20
Aktivní coping – volný čas	0,049	66,14	81,14
Aktivní coping – opačné pohlaví	0,023	64,51	81,87
Aktivní coping – self	0,005	61,68	83,13
Aktivní coping – volba povolání	0,002	60,39	83,71
Odstup – volba povolání	0,041	87,06	71,77
Aktivní coping - budoucnost	0,015	63,67	82,24

Výsledky korelační analýzy (viz tabulka 14) ve výsledcích uvádíme pro hrubou ilustraci, protože se ukázaly být neprůkazné. Statisticky významné koeficienty nedosahují požadovaného kritéria (0,3), ale naznačují jistou tendenci, kterou budeme diskutovat v následující kapitole. Tato tendence se ukázala při zpracovávání korelační analýzy tří subškál metody IPPA a copingových stylů metody CASQ jak obecných tak konkrétních pro jednotlivé problematické oblasti.

Tab. 14 Hodnoty korelačních koeficientů pro škály IPPA a CASQ

Hodnoty koeficientu Spearmanova Rho							
		Matka			Otec		
		Důvěra	Komunikace	Odcizení	Důvěra	Komunikace	Odcizení
PŘEVAŽUJÍCÍ STRATEGIE	AKTIVNÍ COPING	,254**	,296**	-,193*	,245**	,157	-,171*
	ODSTUP	-,023	-,127	,119	-,049	-,095	,090
	BEZRADNOST	-,101	-,062	,142	-,115	-,017	,208*
Škola	aktivní coping	,218**	,311**	-,129	,206*	,117	-,210**
	odstup	-,092	-,190*	,176*	-,090	-,061	,141
	bezradnost	,121	,160*	-,042	,069	,054	,020
Rodiče	aktivní coping	,246**	,272**	-,148	,252**	,220**	-,154
	odstup	-,039	-,075	,154	-,068	-,068	,112
	bezradnost	-,193*	-,071	,140	-,213**	-,104	,189*
Vrstevníci	aktivní coping	,185*	,224**	-,155	,192*	,078	-,074
	odstup	-,005	-,067	,074	,027	-,033	,033
	bezradnost	-,146	-,085	,190*	-,105	,033	,215**
Volný čas	aktivní coping	,218**	,217**	-,158	,198*	,115	-,110
	odstup	,006	-,044	,015	-,065	-,132	,033
	bezradnost	,001	,031	,057	-,002	,068	,158
Opačné pohlaví	aktivní coping	,131	,137	-,145	,095	,041	-,006
	odstup	,085	-,004	,029	-,025	-,112	,032
	bezradnost	-,058	-,134	,163*	-,085	-,065	,243**
Self	aktivní coping	,164*	,242**	-,187*	,129	,109	-,099
	odstup	-,055	-,164*	,091	,021	-,063	-,017
	bezradnost	-,019	-,099	,036	-,193*	-,130	,212**
Volba povolání	aktivní coping	,235**	,250**	-,126	,276**	,172*	-,194*
	odstup	-,049	-,111	,078	-,086	-,096	,106
	bezradnost	-,036	-,101	,065	-,100	-,060	,094
Budoucnost	aktivní coping	,201*	,217**	-,172*	,151	,123	-,111
	odstup	,010	-,083	,113	,029	-,020	,084
	bezradnost	-,084	,031	,064	-,090	-,006	-,002
** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).							
* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).							

6. Diskuse

V následující části se budeme věnovat interpretaci výsledků na základě stanovených hypotéz. Na závěr se budeme zabývat odpovědí na výzkumnou otázku.

H1a: Styl jisté vazby k rodičům pozitivně koreluje s užíváním aktivního copingového stylu.

Na základě výsledků dotazníku IPPA jsme byli schopni určit styl vazby u většiny probandů ve výzkumném vzorku. Výsledky ukazují, že v našem vzorku se vyskytuje nižší procento jistých jedinců, než u podobných výzkumů, podle kterých je v západní populaci dle normálního rozložení přibližně 55%. Výsledek může být zkreslen tím, že dotazník IPPA pohlíží na vazbu trochu odlišně, respektive z úhlu kvality vztahu k rodičům a nezkoumá organizaci citové vazby jako takovou. Korelační analýza neukázala žádný silný vztah mezi proměnnými, nicméně na základě Tabulky 14 (viz výše) lze pozorovat slabší korelace mezi škálou důvěry matky a aktivním copingovým stylem jak obecným, tak pro většinu problematických oblastí kromě vrstevníků a self. Stejně tak škála komunikace s matkou koreluje s aktivním copingovým stylem kromě oblasti opačného pohlaví. I korelace se škálou důvěry otce naznačují souvislost s aktivním copingovým stylem, podobně je tomu i u škály odcizení otce a bezradností. Všechny tyto vztahy jsou charakterizovány pozitivně, to znamená například čím vyšší skóre na subškále komunikace s matkou, tím spíše bude jedinec využívat aktivní coping.

Výzkumy, které zjišťovali vztah mezi organizací citové vazby a copingem (Seiffge-Krenke, Beyers, 2005). Využívaly jiné měřicí nástroje pro zjišťování citové vazby, konkrétně její organizaci, nikoliv kvalitu vztahu k rodičům.

H 1b: Styl nejisté citové vazby k rodičům pozitivně koreluje s užíváním vyhýbavých/interních copingových strategií.

Ani zde nám výsledky korelační analýzy neukázaly signifikantní výsledek. Na tomto místě uvažujeme, zda byla v našem případě volba metody IPPA vhodná ke zjišťování souvislostí stylu citové vazby a styly copingu. Respektive kombinace metod IPPA a CASQ nám nepřinesla žádný výsledek. Víme, že dotazník IPPA byl v minulosti použit s jinými nástroji zjišťující aspekty copingu. Doposud však podle našich informací nebyl použit v kombinaci s metodou CASQ (například Lyle, 2008; Haranin, 2008; Mandl, 2007).

H 2a: Obecný styl citové vazby pozitivně koreluje s užíváním aktivního copingového stylu.

Sebeuposuzující dotazník RQ nám udává informaci o určitém obecném stylu citové vazby jedince. Použili jsme jej jako doplňkovou metodu k dotazníku IPPA, aby nám rozšířila pohled na attachment. Co se týče výše zmíněné hypotézy, korelační analýza neposkytla žádnou průkaznou souvislost. U jedinců, kteří v dotazníku o sobě vypovídali, že mají dostatek citových vazeb, je pro ně snadné zažívat citovou blízkost a necítí se osamoceni, nebyla nalezena signifikance ve vztahu ke stylům copingu.

H 2b: Obecný styl citové vazby pozitivně koreluje s užíváním vyhýbavých/interních copingových strategií.

Podobně jako u předchozí hypotézy ani zde se nám hypotéza nepotvrzuje. U jedinců, kteří o sobě vypovídali, že je pro ně nesnadné zažívat s druhými citovou blízkost, nebo že by po kontaktech toužili, či naopak, že se bez citových vztahů obejdou a chtějí být nezávislí, nebyl zjištěn vztah, s vyhýbavými strategiemi.

U hypotézy H2a ani H2b nebyl nalezen žádný signifikantní vztah který by souvisel s některými konkrétními strategiemi, které by signalizovali například tendenci konzultovat problematickou situaci s vrstevníky, rodiči, či by měla vliv na řešení problémů s opačným pohlavím, nebo naopak tendenci tuto strategii nevyužívat.

H 3: Vyšší míra jistého stylu vazby pozitivně koreluje s obecným stylem jisté citové vazby.

Sebeuposuzující dotazník RQ nám udává informaci o určitém obecném stylu citové vazby jedince. Oproti IPPA spíše než kvalitu vztahu k rodičům, postihuje citovou vazbu v romantickém vztahu či k vrstevníkům. H3 byla též zamítnuta vzhledem k výsledkům, které nevykazovaly signifikanci mezi mírou jistého obecného stylu vazby, určujícího dotazníkem RQ a stylem vazby získanou ze skóre metody IPPA. Nebyly nalezeny žádné další vztahy související se kategoriemi RQ a škálami IPPA. Zde se nám nabízí úvaha, jestli by se ukázala souvislost mezi stylem citové vazby k vrstevníkům (peers), kdybychom tuto škálu zahrnuli do testové baterie. Úskalí těchto testů může spočívat v tom, že RQ je dvojdimenzionální dotazník a nabízí nám tedy 4 kategorie citové vazby, kdežto IPPA nám ukazuje dvě kategorie (více jistý a méně jistý styl vazby). Obě metody vycházejí z odlišného teoretického základu, tudíž jsme nepovažovali za vhodné kategorie v rámci RQ redukovat.

H 4: Nižší míra jistého stylu vazby pozitivně koreluje s jiným než jistým obecným stylem citové vazby.

Tuto hypotézu můžeme stručně zamítnout vzhledem výše popsaným skutečností. Ve výsledcích se neukázal signifikantní výsledek.

H5: Existuje rozdíl u využívaného stylu copingových strategií mezi dívkami a chlapci.

Na základě výsledků, které jsou uvedeny v Tabulce 12, můžeme potvrdit, tuto hypotézu. Z hlediska genderu souhlasíme s výsledky obdobných výzkumů (Medved'ová, 2004; Gelhaar, Seffge-Krenke, 2007; Hanžlová, Macek, 2008), že dívky využívají více aktivní coping oproti chlapcům a to téměř ve všech daných oblastech. Je pro ně běžnější probrat problémovou situaci s rodiči, či s vrstevníky. Chlapci oproti tomu volí častěji styl odstup, méně se problémem zabývají, nebo k němu přistupují, jako by nebyl. Odstup se projevuje hlavně v dimenzi rodiče a volbě povolání.

V porovnání s původním výzkumem Hanžlové a Macka (2008) nám analýza hlavních komponent ukázala též 3 faktory, které jsou ale syceny trochu jinými položkami. Položka 8 „Snažím se odreagovat (hlasitou hudbou, divokým tancem, sportem apod.)“ sytila faktor aktivního copingu místo odstup. Divokým tancem či sportem může sice jedinec aktivně ovlivnit svůj stres a frustraci nicméně přímo situaci neovlivňuje. Napadá nás několik možností vysvětlení. Některé z nich by mohly souviset přímo s nedokonalostí metody, zkoumaným vzorkem či jinou nespecifikovanou podmínkou, pokusíme se vysvětlit dále. Další položka 13. „Je mi jasné, že nějaké problémy tady budu mít vždycky“, zde jsou podobné okolnosti, kdy by tato položka měla spadat do strategie odstup ale sytí aktivní coping, zatím nemáme konkrétní jisté vysvětlení.

Položka 3. „Vyhledám odbornou pomoc“ sytila bezradnost. Ačkoliv v původní studii spadala též do bezradnosti, nebyla vysvětlena. Tato položka se na první pohled jeví, jako nutně zařaditelná do aktivního copingu, ale do jisté míry může mít až hanlivou konotaci, vzhledem ke stereotypům ve společnosti. Například když někdo popisuje směšné chování svého známého: „Ty jsi zralý na odbornou pomoc.“ a to implikuje, že by si člověk vždy měl sám poradit. Dospívající, který vyhledává odbornou pomoc, spíše bude muset jít k někomu, koho nezná (učitel, ředitel, doktor, psycholog, apod.) a může to prohlubovat v dané situaci pocity nejistoty a bezradnosti.

Položka 15. „Pátrám po informacích v odborných knihách, časopisech, na internetu apod.“ nám také sytila styl bezradnost. Dvě další položky sytily více než jednu komponentu - položka 10. „O problému přemýšlím a v myšlenkách si přehrávám různé možnosti řešení.“ sytila první a druhou komponentu (ponechali jsme jí v první) a položka 4. „Připravuji se na nejhorší.“ sytila druhou a třetí komponentu (ponechali jsme jí v třetí)

Domníváme se, že tyto dvě položky mohou mít podobný dvojitý význam a zároveň mohou souviset i s neodborným překladem metody či s položkami samými. Dvojitý význam spatřujeme v nesprávné interpretaci. Pokud se někdo připravuje na nejhorší, může znamenat určitou bezradnost, ale také může znamenat obezřetnost a zodpovědnou přípravu a uvažování o možných scénářích zátěžové situace. Podobně někdo kdo o problému přemýšlí a přehrává si různé možnosti řešení, tak pokud v tomto přemýšlení zůstává dlouho, může být bezradný.

Jak je tedy zřejmé z vyvrácených hypotéz, odpověď na výzkumnou otázku nám nebyla zodpovězena, tudíž musíme konstatovat, že na základě podmínek které jsou uvedeny v empirické části, nebyl nalezen vztah mezi styly citové vazby a copingovými strategiemi. Výsledky ze zjišťování copingových stylů ukázaly menší odchylky, které mohly být způsobeny i administrováním dotazníku CASQ. Z důvodu nedostupnosti původního zdroje, jsme byli nuceni rekonstruovat zadání a odtud mohou plynout nepřesnosti v sycení faktorů.

Jsme si vědomi, že v tomto výzkumu jsme nedosáhli průkazných výsledků, jak bylo původně záměrem. Uvažujeme vlivy, které mohli hrát v náš neprospěch. Na jedné straně máme nerovnoměrně rozložený vzorek, z větší části participovaly dívky. Nebylo v našich možnostech učinit náhodný výběr. Probandi byli vybíráni pouze ze středních odborných škol. Někteří v posledních ročnících. Během testové situace mohli být ovlivněni aktuálním zatížením povinnostmi spjatými s budoucím ukončením středního stupně vzdělávání. Popřípadě jak píše Mikulincer a Shaver (2010), dospívající kvůli zjišťování své autonomie zkouší různé strategie zvládání a kvůli této proměnlivosti, mohou být výsledky nejednoznačné. Tyto strategie se stabilizují až s přechodem do dospělosti (někdy až v pozdní dospělosti). Dále uvažujeme, že se do výsledků mohla promítnout i míra motivovanosti respondentů odpovídat správně, přesně, či se nad danou situací nemuseli řádně rozmyslet. Existuje zde i možnost, že výsledky výzkumu i přes veškerou snahu a konzultace zkreslil nedostatek zkušeností autora s administrací a práci s daty.

7. Závěr

Přestože většina našich hypotéz nebyla přijata, poskytla nám relativně obsáhlý zdroj informací v souvislosti s citovou vazbou a copingových stylů. I malým přínosem pro nás je zjištění, respektive potvrzení rozdílů ve stylu zvládnání zátěže mezi dívkami a chlapci. Praktická část byla silně limitována zvolenými metodami, a vybraným vzorkem, což nám dává uvědomění do případné budoucí výzkumné činnosti.

Pro realizaci podobného výzkumu v budoucnu uvažuji změny a doporučení ve zpracování. Zprvė bychom využili i osvědčených metod. Například bychom rádi porovnali metodu AAI a RQ společně pro prohloubení poznatků citové vazby, a proto, že obě vycházejí ze stejné teorie a zjišťují stejné kategorie citové vazby. Dotazník CASQ nás zaujal svým zaměřením na copingové styly, i zde bychom měli doporučení k revizi inventáře užívaných strategií, kde by bylo možné upravit formulaci položek, a zjistit, zda lépe sytí dané faktory a byly srozumitelnější současné generaci dospívajících.

Seznam literatury

Allen, J. P., & Land, D. (1999). Attachment in adolescence. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 319-335.

Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 16(5), 427-454.

Balaščíková, V., & Blatný, M. (2003). Determinanty výběru strategií zvládnání zátěže: osobnost, vnímání situace, sebepojetí. *Akademie věd České republiky, Psychologický ústav*.

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 61: 226-244

Baumgartner, F. (2001). Zvládanie stresu – coping. In J. Výrost & I. Slaměnik (Eds.), *Aplikovaná sociální psychologie II* (str. 191 – 208). Praha: Grada.

Blatný, M., & Osecká, L. (1998). Zdroje sebehodnocení a životní spokojenosti: Osobnost a strategie zvládnání. *Československá psychologie*, 42, 5, 385 – 394.

Bowlby, J. (2010). Vazba: teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem. Portál.

Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (1999). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. Rough Guides.

Cassidy, J. (1999). Attachment classification in infancy: The Strange situation. In J. Cassidy, P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment. Theory, Research, and Clinical Applications*, (str. 290-297). New York: The Guilford Press.

- Cassidy, J. (1999). The Nature of the Child's Ties. In J.Cassidy, P.R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment. Theory, Research, and Clinical Applications*, (3-20). New York, London: The Guilford Press.
- Erikson, E. H. (1999). *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Praha: NLN
- Fonagy, P. (2001). *Attachment Theory and Psychoanalysis*. New York: Other Press.
- Forgas, J. P., & Fitness, J. (Eds.). (2008). *Social relationships: cognitive, affective, and motivational processes* (Vol. 10). Taylor & Francis.
- Gelhaar, T., Seiffge-Krenke, I., Borge, A., Cicognani, E., Cunha, M., Loncaric, D., ... & Metzke, C. W. (2007). Adolescent coping with everyday stressors: A seven-nation study of youth from central, eastern, southern, and northern Europe. *European Journal of Developmental Psychology*, 4(2), 129-156.
- Greenberg, M. T., & Armsden, G. C. (2009). *Inventory of parent and peer attachment*. User instructions.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 67(3), 430.
- Grossmann, K., Grossmann, K.E., Fremmer-Bombik, E., Kindler, H., Scheurerer-Englisch, H., & Zimmermann, P. (2002). The uniqueness of the child–father attachment relationship: Father's sensitive and challenging play as a pivotal variable in a 16-year longitudinal study. *Social Development*, 11, 307–331.
- Guarnieri, S., Ponti, L., & Tani, F. (2010). The Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA): A study on the validity of styles of adolescent attachment to parents and peers in an Italian sample. *TPM-Testing, Psychometrics, Methodology In Applied Psychology*, 17(3), 103-130

Gullone, E., & Robinson, K. (2005). The Inventory of Parent and Peer Attachment—Revised (IPPA-R) for children: a psychometric investigation. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(1), 67-79.

Hanžlová, M., & Macek, P. (2008). Zvládací strategie a styly dospívajících. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 43(1), 3-22.

Haranin, E. C. (2008). The mediational role of coping style in the relationship between positive and negative affect and parent and peer attachment. ProQuest.

Hazan, C., & Shaver, E (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524

Chodura, V. (2010). Vývoj psychického života. Nepublikovaná přednáška. Č. Budějovice. Zdravotně sociální fakulta. (duben, 2010)

Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child development*, 135-146.
Child Development Vol. 59, No. 1 (Feb., 1988), pp. 135-146

Kobak, R., Rosenthal, N. L., Zajac, K., Madsen, S. D. (2007). Adolescent attachment hierarchie and the search for an adult pair-bond. In M. Scharf & O. Mayseless (Eds.). *Attachment in adolescence: Reflections and new angles (57–72)*. San Francisco: JosseyBass

Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada Avicenum.

Kulísek, P. (2000). Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment). *Československá psychologie*, 45, 5, 404-423.

Lacinová, L., & Širůček, J. (2008). Relationship with Parents from the Perspective of Attachment Theory. In: Ježek, S. & Lacinová, L. (Eds.) *Fifteen – Year Olds in Brno: A Slice of Longitudinal Self – Reports*. Brno: Masaryk University.

Langmeier, J., Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada

Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress. Appraisal and coping*. 1. ed. New York:Springer Publishing Company, Inc.

Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic medicine*, 55(3), 234-247.

Macek, P. (2003). *Adolescence*. Praha: Portál.

Mandl, M. C. (2007). The relationship between adolescent parental attachment, curiosity, and coping with stress. ProQuest.

McLeod, S. A. (2009). *Emotion Focused Coping*.

Dostupné z: <http://www.simplypsychology.org/emotion-focused-coping.html>

Medved'ová, L. (1999a). Faktory osobnosti a zvládanie stresu pubescentmi. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 34, 1, 3-12.

Medved'ová, L. (2004). Zdroje stresu a zdroje jeho zvládania deťmi a adolescentmi. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 39, 2 – 3, 108 – 120.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry*, 11(1), 11-15.

Moretti, M. M., & Peled, M. (2004). Adolescent-parent attachment: Bonds that support healthy development. *Paediatrics & Child Health*, 9(8), 551–555.

Newland, L. A., & Coyl, D. D. (2010). Fathers' role as attachment figures: An interview with Sir Richard Bowlby. *Early Child Development and Care*, 180(1-2), 25-32.

O'Brien, T. B., & DeLongis, A. (1996). The Interactional Context of Problem-, Emotion-, and Relationship-Focused Coping: The Role of the Big Five Personality Factors. *Journal of personality*, 64(4), 775-813.

Özdemir, O., Aykan, F., & Özdemir, P. G. (2014). Coping Strategies and Personality Traits in Women Patients with Migraine and Tension Type Headache. *Journal of Mood Disorders*, 4(2), 59-65.

Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Grada Publishing as.

Petersen T, Elklit A (2013) Attachment styles and PTSD in adolescents in three Nordic countries. *Open J Epidemiol* 3: 62–69

Piaget, J. (1999). *Psychologie inteligence*. Praha: Portál.

Saffrey, C., & Ehrenberg, M. (2007). When thinking hurts: Attachment, rumination, and postrelationship adjustment. *Personal Relationships*, 14(3), 351-368.

Scharf, M., & Mayseless, O. (2007). Putting eggs in more than one basket: A new look at developmental processes of attachment in adolescence. In M. Scharf & O. Mayseless (Eds.). *Attachment in adolescence: Reflections and new angles* (1–22). San Francisco: Jossey-Bass.

Scharfe, E., & Bartholomew, K. I. M. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal relationships*, 1(1), 23-43.

Schwarzer, R. (2001) Stress, resources, and proactive coping. *Applied Psychology: An International Review*, Vol 50(3), 400-407.

Seiffge-Krenke, I. (1995). *Stress, coping, and relationships in adolescence*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Seiffge-Krenke, I., & Beyers, W. (2005). Coping trajectories from adolescence to young adulthood: Links to attachment state of mind. *Journal of Research on Adolescence*, 15(4), 561-582.

Suls, J., David, J. P., & Harvey, J. H. (1996). Personality and coping: Three generations of research. *Journal of personality*, 64(4), 711-735

Širůček, J., Lacinová, L. (2008). Vztah s rodiči z perspektivy teorie citové vazby - IPPA. Nепublikovaný text.

Štefánková, Z. (2011). Citová vazba a sociální adaptace v rané adolescenci [online]. Disertační práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí práce Petr Macek. Dostupné z: http://is.muni.cz/th/133652/fss_d/

Vágnerová, M. (2005). Vývojová psychologie: Dětství a dospívání. 1. vydání. Praha: Karolinum

Vivona, J. M. (2000). Parental attachment styles of late adolescents: Qualities of attachment relationships and consequences for adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(3), 316-329.

Weinfield, N. S., Sroufe, L. A., Egeland, B., & Carlson, E. A. (1999). The Nature of Individual Differences in Infant-Caregiver Attachment. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. (str. 68-88). New York: The Guilford Press .

Přílohy

Seznam obrázků

Obrázek 1. Teorie vlivu chování primární osoby na vnitřní pracovní model dítěte (Bretheron, Munholland, 1999), volně přeloženo autorem

Obrázek 2. Souhrn využívaných copingových strategií v porovnání dívek s chlapci

Seznam tabulek

Tab. 1 Vlastnosti obranných mechanismů a copingových strategií podle Haanove, 1963, volně přeloženo autorem

Tab. 2 Cronbachovo alfa pro subškály české verze dotazníku IPPA

Tab. 3 Rozdělení hrubých skóreů na subškálách metody IPPA

Tab. 4 Přehled kombinací skóreů u IPPA

Tab. 5 Rozdělení vzorku podle stylu vazby k rodičům

Tab. 6 Dvoudimenzionální model vazebných stylů, převzato podle Griffina a Bartholomewové (1994)

Tab. 7 Rozdělení vzorku do kategorií attachmentových vzorců

Tab. 8 Přehled preference copingových strategií podle životních oblastí v dotazníku CASQ

Tab. 9 Procento rozptylu, které model vysvětluje

Tab. 10 Výsledky analýzy hlavních komponent dotazníku CASQ

Tab. 11 Výsledky analýzy reliability pro položky sytící jednotlivé copingové strategie podle CASQ

Tab. 12 Vliv pohlaví na preferenci zvládacích strategií

Tab. 13 Vliv pohlaví na využití copingových stylů

Tab. 14 hodnoty korelačních koeficientů pro škály IPPA a CASQ

Příloha č 1. Dotazník IPPA

IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*)

IPPA

Tato část dotazníku obsahuje výroky, které se týkají chování Vašich rodičů i toho, jak je vnímáte. U každého z uvedených tvrzení prosím ZAŠKRTŇETE možnost, kterou považujete za nejmístnější. Pokud s matkou/otcem nebydlíte, nebo se s ní nestýkáte, můžete vypovídat o jiné osobě, kterou za matku/otce považujete.

1 - Nikdy nebo téměř nikdy

2 - Zřídka

3 - Někdy

4 - Často

5 - Vždy nebo téměř vždy

Matka

	Nikdy nebo		někdy	vždy nebo	
	téměř nikdy	2	3	4	téměř vždy
1. Matka respektuje mé pocity.	1	2	3	4	5
2. Moje matka je dobrou matkou.	1	2	3	4	5
3. Přál/a bych si mít jinou matku.	1	2	3	4	5
4. Matka mě bere takového, jaký jsem / takovou, jaká jsem.	1	2	3	4	5
5. Nemohu se spolehnout, že mi matka pomůže s řešením problémů.	1	2	3	4	5
6. Když mám s něčím starosti, rád / a si vyslechnu, co si o tom myslí matka.	1	2	3	4	5
7. Matka pozná, když jsem kvůli něčemu rozrušený / á nebo rozčilený / á.	1	2	3	4	5
8. Když s matkou mluvím o svých problémech, stydím se nebo si připadám hloupě	1	2	3	4	5
9. Matka ode mne očekává příliš mnoho.	1	2	3	4	5
10. Jsem naštvaný / á nebo se trápím mnohem častěji, než si matka myslí.	1	2	3	4	5
11. Když s matkou o něčem mluvím, bere vážně, co si myslím.	1	2	3	4	5
12. Matka bere vážně mé názory.	1	2	3	4	5
13. Matka má své vlastní problémy, tak ji neobtěžuji s těmi svými.	1	2	3	4	5
14. Matka mi pomáhá, abych sám / sama sobě lépe porozuměl / a.	1	2	3	4	5
15. Svěřuji se matce se svými problémy a nesnáze.	1	2	3	4	5
16. Zlobím se na svoji matku.	1	2	3	4	5
17. Doma mi matka nevěnuje moc pozornosti.	1	2	3	4	5
18. Matka mě povzbuzuje v tom, abych mluvil / a o svých starostech.	1	2	3	4	5
19. Matka mě chápe.	1	2	3	4	5
20. Nevím, zda se mohu na matku spolehnout.	1	2	3	4	5
21. Když jsem kvůli něčemu rozhněvaný / rozhněvaná, matka se to snaží pochopit	1	2	3	4	5
22. Důvěřuji své matce.	1	2	3	4	5
23. Matka nechápe moje problémy.	1	2	3	4	5
24. Když potřebuji mluvit o nějakém problému, mohu počítat se svou matkou.	1	2	3	4	5
25. Když matka ví, že mě něco trápí nebo štve, zeptá se mě na to.	1	2	3	4	5

Otec

	Nikdy nebo		někdy	vždy nebo	
	téměř nikdy	2	3	4	téměř vždy
1. Otec respektuje mé pocity.	1	2	3	4	5
2. Můj otec je dobrým otcem.	1	2	3	4	5
3. Přál/a bych si mít jiného otce.	1	2	3	4	5
4. Otec mě bere takového, jaký jsem / takovou, jaká jsem.	1	2	3	4	5
5. Nemohu se spolehnout, že mi otec pomůže s řešením problémů.	1	2	3	4	5
6. Když mám s něčím starosti, rád / a si vyslechnu, co si o tom myslí otec.	1	2	3	4	5
7. Otec pozná, když jsem kvůli něčemu rozrušený / á nebo rozčilený / á.	1	2	3	4	5
8. Když s otcem mluvím o svých problémech, stydím se nebo si připadám hloupě.	1	2	3	4	5
9. Otec ode mne očekává příliš mnoho.	1	2	3	4	5

10. Jsem našťvaný / á nebo se trápím mnohem častěji, než si otec myslí.	1	2	3	4	5
11. Když s otcem o něčem mluvím, bere vážně, co si myslím.	1	2	3	4	5
12. Otec bere vážně mé názory.	1	2	3	4	5
13. Otec má své vlastní problémy, tak ho neobtěžuji s těmi svými.	1	2	3	4	5
14. Otec mi pomáhá, abych sám / sama sobě lépe porozuměl / a.	1	2	3	4	5
15. Svěřuji se otci se svými problémy a nesnáze.	1	2	3	4	5
16. Zlobím se na svého otce.	1	2	3	4	5
17. Doma mi otec nevěnuje moc pozornosti.	1	2	3	4	5
18. Otec mě povzbuzuje v tom, abych mluvil / a o svých starostech.	1	2	3	4	5
19. Otec mě chápe.	1	2	3	4	5
20. Nevím, zda se mohu na otce spolehnout.	1	2	3	4	5
21. Když jsem kvůli něčemu rozhněvaný / rozhněvaná, otec se to snaží pochopit.	1	2	3	4	5
22. Důvěřuji svému otci.	1	2	3	4	5
23. Otec nechápe moje problémy.	1	2	3	4	5
24. Když potřebuji mluvit o nějakém problému, mohu počítat se svým otcem.	1	2	3	4	5
25. Když otec ví, že mě něco trápí nebo štve, zeptá se mě na to.	1	2	3	4	5

Příloha č. 2 Dimenze po rozřazení položek IPPA

Dimenze důvěra (matka, otec)

1. Matka respektuje mé pocity.
2. Moje matka je dobrá matka.
3. Přál/a bych si mít jinou matku.
4. Matka mě bere takového, jaký jsem/takovou, jaká jsem.
11. Když s matkou o něčem mluvím, bere vážně, co si myslím.
12. Matka bere vážně mé názory.
19. Matka mě chápe.
21. Když jsem kvůli něčemu rozhněvaný/rozhněvaná, matka se to snaží pochopit.
22. Důvěřuji své matce.

Dimenze komunikace (matka, otec)

6. Když mám s něčím starosti, rád/a si vyslechnu, co si o tom myslí matka.
7. Matka pozná, když jsem kvůli něčemu rozrušený/á nebo rozčilený/á.
14. Matka mi pomáhá, abych sám/sama sobě lépe porozuměl/a.
15. Svěřuji se matce se svými problémy a nesnáze.
18. Matka mě povzbuzuje v tom, abych mluvil/a o svých starostech.
24. Když potřebuji mluvit o nějakém problému, mohu počítat se svou matkou.
25. Když matka ví, že mě něco trápí nebo štve, zeptá se mě na to.

Dimenze odcizení (matka, otec)

5. Nemohu se spolehnout, že mi matka pomůže s řešením problémů.
8. Když s matkou mluvím o svých problémech, stydím se nebo si připadám hloupě.
9. Matka ode mne očekává příliš mnoho.
10. Jsem našťvaný/á nebo se trápím mnohem častěji, než si matka myslí.
13. Matka má své vlastní problémy, tak ji neobtěžuji s těmi svými.
16. Zlobím se na svoji matku.
17. Doma mi matka nevěnuje moc pozornosti.
20. Nevím, zda se mohu na matku spolehnout.
23. Matka nechápe moje problémy

Příloha č 3. Dotazník RQ (*Relationship Questionnaire*)

Pohlaví :

Věk (let) :

- a) Muž
- b) Žena

RQ

Přečtěte si prosím každý z následujících odstavců A, B, C, D a ZAKRŽÍŽKUJTE písmeno jednoho odstavce, který vás nejlépe vystihuje nebo se nejvíce podobá tomu, jak se cítíte ve vztahu s blízkými lidmi.

A. Je pro mne snadné zažívat ve vztahu s druhými lidmi citovou blízkost. Cítím se příjemně, když se mohu spoléhat na druhé a oni se mohou spoléhat na mne. Nemám obavy, že bych mohl/a být osamocený/á nebo že by mne ostatní lidé neakceptovali.

B. Je pro mne nesnadné zažívat ve vztahu s druhými lidmi citovou blízkost. Chtěl/a bych mít důvěrné vztahy, ale je pro mne těžké druhým lidem věřit a spoléhat se na ně. Mám strach, že bych mohl/a být zraněn/a pokud se příliš přiblížím k ostatním lidem.

C. Chtěl/a bych zažívat ve vztahu s druhými lidmi opravdovou citovou blízkost, ale vnímám, že se ostatní často zdráhají být mi tak citově nablízku, jak bych si přál/a. Je pro mne nepříjemné být bez blízkých vztahů, ale někdy se obávám, že by mne blízcí lidé neoceňovali tak, jako oceňuji já je.

D. Cítím se dobře i bez blízkých citových vztahů s druhými lidmi. Je pro mne velice důležité být nezávislý/á a soběstačný/á a dávám přednost tomu, abych se nespolehal/a na druhé a oni se nespolehali na mě.

Nyní si prosím znovu přečtěte všechny čtyři odstavce a u každého z nich zakroužkujte číslice od 1 do 7. Označte, do jaké míry Vás uvedený popis vystihuje.

A. Je pro mne snadné zažívat ve vztahu s druhými lidmi citovou blízkost. Cítím se příjemně, když se mohu spoléhat na druhé a oni se mohou spoléhat na mne. Nemám obavy, že bych mohl/a být osamocený/á nebo že by mne ostatní lidé neakceptovali.

		Trochu mě vystihuje						
Vůbec mě nevystihuje	1	2	3	4	5	6	7	Velmi mě vystihuje

B. Je pro mne nesnadné zažívat ve vztahu s druhými lidmi citovou blízkost. Chtěl/a bych mít důvěrné vztahy, ale je pro mne těžké druhým lidem věřit a spoléhat se na ně. Mám strach, že bych mohl být zraněn, pokud se příliš přiblížím k ostatním lidem.

		Trochu mě vystihuje						
Vůbec mě nevystihuje	1	2	3	4	5	6	7	Velmi mě vystihuje

C. Chtěl/a bych zažívat ve vztahu s druhými lidmi opravdovou citovou blízkost, ale vnímám, že se ostatní často zdráhají být mi tak citově nablízku, jak bych si přál/a. Je pro mne nepříjemné být bez blízkých vztahů, ale někdy se obávám, že by mne blízcí lidé neoceňovali tak, jako oceňuji já je.

		Trochu mě vystihuje						
Vůbec mě nevystihuje	1	2	3	4	5	6	7	Velmi mě vystihuje

D. Cítím se dobře i bez blízkých citových vztahů s druhými lidmi. Je pro mne velice důležité být nezávislý/á a soběstačný/á a dávám přednost tomu, abych se nespolehal/a na druhé a oni se nespolehali na mě.

		Trochu mě vystihuje						
Vůbec mě nevystihuje	1	2	3	4	5	6	7	Velmi mě vystihuje

Příloha č 4. Dotazník CASQ (Coping Across Situation Questionnaire)

Níže uvádíme oblasti lidského života, ve kterých se mohou vyskytovat problematické situace. Ke každé situaci je uvedeno 20 způsobů, které lidé používají při řešení problémů. Představte si, jaké problémy máte nebo můžete mít Vy v každé z uvedených oblastí. Potom si pozorně čtete jednotlivé způsoby řešení problémů a uveďte, jestli Vy daný způsob používáte k řešení problémů v této oblasti nebo ne. Je běžné, že lidé využívají více způsobů pro každou oblast. Způsoby chování, které používáme, se často v jednotlivých oblastech mohou lišit.

Budoucnost¹

Pokuste se vybavit si, jak prožíváte problémovou situaci, související s Vaší budoucností. Např. strach ze zničení životního prostředí, obavy z finančního nedostatku, nejisté budoucnosti apod.

- | | |
|--|--------|
| 1. Tento problém proberu s rodiči nebo s jinými dospělými | ano ne |
| 2. Hovořím o problému rovnou, když na něj narazím, a nenesím jej pak celé dny v sobě | ano ne |
| 3. Vyhledám odbornou pomoc | ano ne |
| 4. Přípravuji se na nejhorší | ano ne |
| 5. Akceptuji své hranice, tj. uvědomuji si, že na něco stačím a na něco ne | ano ne |
| 6. Snažím se o problému pohovořit s někým, koho se to týká | ano ne |
| 7. Nenechávám na sobě nic znát a chovám se, jako by bylo vše v pořádku | ano ne |
| 8. Snažím se odreagovat (hlasitou hudbou, divokým tancem, sportem, apod.) | ano ne |
| 9. Nedělám si starosti, protože většinou všechno dobře dopadne | ano ne |
| 10. O problému přemýšlím a v myšlenkách si přehrávám různé možnosti řešení | ano ne |
| 11. Uzavírám kompromisy | ano ne |
| 12. Zbavuji se svého hněvu a bezradnosti křikem, boucháním dveřmi, apod. | ano ne |
| 13. Je mi jasné, že nějaké problémy tady budu mít vždycky | ano ne |
| 15. Pátrám po informacích v odborných knihách, časopisech, na internetu apod. | ano ne |
| 16. Snažím se nad problémem nepřemýšlet, odstranit jej ze své mysli | ano ne |
| 17. Snažím se své problémy zapomenout pomocí alkoholu, drog, apod. | ano ne |
| 18. Hledám útěchu a podporu u lidí, kterým se vede podobně jako mně | ano ne |
| 19. Snažím se řešit své problémy s pomocí svých přátel | ano ne |
| 20. Vzdám to, protože nemohu nic změnit | ano ne |

Volba povolání Pokuste se vybavit si nějakou náročnou situaci, kdy jste museli rozhodovat o své budoucnosti a dalším konání, např. volba vytoužené školy či zaměstnání, apod. 1. Tento problém proberu s rodiči nebo s jinými dospělými

....

Self Představte si, co děláte, když prožíváte problematickou situaci, která souvisí s Vámi samými, např. někomu jste slovně či fyzicky ublížili, jste na sebe naštvaní nebo se cítíte bezmocně, apod.

...

Pohlaví Zkuste si vybavit, jak obvykle řešíte tíživou situaci, související se vztahem k partnerovi/partnerce. Např. v komunikaci, vyjádření sympatií, těžkosti s přítelem/přítelkyní, požádání o rande, apod.

¹ Copingové strategie s možnostmi odpovědí ano-ne jsou pro ilustraci doplněny pouze u jedné dimenze (zde Budoucnost). Dále jsou vypsány pouze úvodní části každé z oblastí, které měli probandi k dispozici.

...

Volný čas Vzpomeňte nebo pokuste se vybavit si, či představit si náročnou situaci spojenou s vaším volným časem. Např. Chcete navštěvovat nový kroužek, ale obáváte se rozhodnutí do něj jít, nebo můžete mít strach, že nástup dostatečně nezvládnete.

...

Vrstevníci Pokuste se, vybavit si nějakou pro Vás problematickou situaci s vrstevníky, např. strach z vyloučení ze skupiny, nebo obavy z nedostatečného přijetí do ní, konflikt mezi přáteli, apod.

...

Rodiče Pokuste se vybavit si situaci ve Vaší rodině, která pro Vás byla nějak náročná či tíživá. Např. konflikt s rodiči, strach z potrestání, nebo odmítnutí, apod.

...

Škola Vzpomeňte si na nějakou Vaší tíživou situaci ze školy. Např. dostali jste špatnou známku, měli jste být ústně zkoušeni z předmětu, na který jste se dostatečně neučili, byl Vám pozdě oznámen termín písemné práce, apod.