

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

***Attachment ve vztahu k míře
resilience a naděje v dospělosti***

*Attachment in relation to the resilience
and hope in adulthood*



Magisterská diplomová práce

Autor: Bc. Renata Herentinová

Vedoucí práce: PhDr. Mgr. Roman Procházka, Ph.D.

Olomouc

2016

Prohlášení

Ochrana informací v souladu s ustanovením § 47b zákona o vysokých školách, autorským zákonem a směrnicí rektora k Zadání tématu, odevzdávání a evidence údajů o bakalářské, diplomové, disertační práci a rigorózní práci a způsob jejich zveřejnění. Student odpovídá za to, že veřejná část závěrečné práce je koncipována a strukturována tak, aby podávala úplné informace o cílech závěrečné práce a dosažených výsledcích. Student nebude zveřejňovat v elektronické verzi závěrečné práce plné znění standardizovaných psychodiagnostických metod chráněných autorským zákonem (záznamový arch, test/dotazník, manuál). Plné znění psychodiagnostických metod může být pouze přílohou tištěné verze závěrečné práce. Zveřejnění je možné pouze po dohodě s autorem nebo vydavatelem.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem magisterskou diplomovou práci na téma: *Attachment ve vztahu k míře resilience a naděje v dospělosti* vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Praze, dne 11. 3. 2016

Podpis

Tímto bych chtěla poděkovat vedoucímu této diplomové práce PhDr. Mgr. Romanu Procházkovi, Ph.D. za metodické vedení, vstřícnost a ochotu. Děkuji také všem respondentům, kteří věnovali svůj čas výzkumu a umožnili ho tak uskutečnit. Velké poděkování patří také mojí rodině za podporu během studia.

Úvod.....	7
TEORETICKÁ ČÁST.....	8
1. Vztahová vazba.....	9
1.1 Základy teorie vztahové vazby.....	9
1.1.1 První úvahy autora teorie Johna Bowlbyho.....	9
1.1.2 Inspirace v oblasti etologie.....	10
1.1.3 Studie dětí Anny Freudové.....	12
1.1.4 René Spitz.....	13
1.2 Teorie vztahové vazby.....	14
1.2.1 Vazebný systém.....	14
1.2.2 Mechanismy vztahové vazby.....	16
1.2.2.1 Udržování blízkosti (Proximity Maintenance).....	16
1.2.2.2 Bezpečný přístav (Safe Haven).....	16
1.2.2.3 Jistá základna (Secure Base).....	17
1.3 Udržování vztahové vazby.....	17
1.3.1 Repertoár chování kojence.....	17
1.3.2 Repertoár chování pečující osoby.....	18
1.4 Funkce vztahové vazby.....	19
1.4.1 Blízkost vnímavé pečující osoby.....	19
1.4.2 Udržování sociálních vztahů.....	19
1.4.3 Vzájemné naladění v intimním vztahu.....	20
1.5 Porucha a rozpad vztahové vazby.....	20
1.6 Vnitřní pracovní modely.....	21
1.7 Výzkum vztahové vazby.....	22
1.7.1 Neznámá situace.....	22
1.7.1.1 Typy vztahové vazby.....	24
1.7.1.2 Výskyt typů vztahové vazby a jejich srovnání.....	25
1.7.2 Adult Attachment Interview.....	26
1.7.3 Experiences in Close Relationships.....	27
1.7.3.1 Hodnocení ERC dle dvoudimenzionálního modelu.....	27
1.7.3.2 Hodnocení ERC dle čtyřkategoriálního rozdělení.....	28
1.8 Fáze vývoje vztahové vazby.....	29
1.9 Neurobiologie vztahové vazby.....	31
1.9.1 Perinatální období a mozková aktivita.....	31
1.9.2 Orbitofrontální korová oblast a vnitřní pracovní modely.....	32
1.9.3 Vzájemné naladění a funkce pravé hemisféry.....	33
1.10 Vztahová vazba v průběhu života.....	34
1.10.1 Principy stability a změny vztahové vazby.....	34
1.10.2 Vliv kvality vztahové vazby v dětství.....	36
1.10.3 Vliv kvality vztahové vazby v dospělosti.....	37

2.	Resilience	39
2.1	Vývoj konceptu resilience.....	39
2.2	Protektivní faktory a koreláty resilience.....	40
2.3	Koncepce psychické odolnosti.....	41
2.3.1	Ego-resilience.....	42
2.3.2	Self-efficacy.....	42
2.3.3	Hardiness.....	43
2.3.4	Optimismus jako explanační styl.....	43
2.3.5	Locus of control.....	45
2.3.6	Sense of coherence.....	47
3.	Naděje.....	50
3.1	Pojetí naděje v lidské historii.....	50
3.2	Snyderova teorie naděje.....	50
3.3	Podobnost naděje s jinými koncepty pozitivní psychologie.....	51
3.4	Míra naděje a dosahování cílů.....	52
3.5	Naděje a kvalita života.....	52
3.6	Vývojový pohled na naději.....	53
3.7	Ztráta naděje.....	54
3.8	Měření naděje.....	54
4.	Výzkum vztahové vazby.....	55
4.1.1	Vztahová vazba a hledání sociální podpory.....	55
4.1.2	Vztahová vazba, emoční regulace, strach a hněv.....	56
4.1.3	Vztahová vazba, optimismus a sebeúcta.....	59
4.1.4	Vztahová vazba, bezmoc a atribuční styl.....	60
4.1.5	Vztahová vazba a životní spokojenost.....	61
4.1.6	Vztahová vazba, resilience, coping a zvládání afektu.....	61
4.1.7	Vztahová vazba a locus of control.....	63
4.1.8	Vztahová vazba a sense of coherence.....	64
4.1.1	Vztahová vazba a naděje.....	64
4.2	Shrnutí výsledků dosavadních výzkumů.....	65
	EMPIRICKÁ ČÁST.....	68
5.	Metodologický rámec.....	69
5.1	Výzkumný problém.....	69
5.2	Cíle výzkumu.....	69
5.3	Výzkumné otázky a hypotézy.....	70
5.3.1	Hypotézy:.....	70
5.3.2	Výzkumné otázky:.....	71

6.	Aplikovaná metodika.....	72
6.1	Typ výzkumu.....	72
6.2	Metody získávání dat.....	72
6.2.1	Vztahová vazba v dospělosti.....	72
6.2.2	Lokalizace místa kontroly.....	73
6.2.3	Sense of coherence.....	74
6.2.4	Naděje.....	76
7.	Výzkumný soubor.....	77
7.1	Popis výběrového souboru.....	77
8.	Organizace, průběh šetření a etické aspekty.....	78
8.1	Průběh sběru dat.....	78
8.2	Použité metody zpracování dat.....	79
9.	Výsledky.....	79
9.1	Vztahová vazba - výsledky dotazníku ECR.....	80
9.1.1	Popisné statistiky dotazníku ECR.....	80
9.1.2	Reliabilita dotazníku ECR a normalita rozložení dat.....	81
9.2	Locus of control - výsledky škály I-E.....	81
9.2.1	Popisné statistiky škály I-E.....	81
9.2.2	Reliabilita škály I-E a normalita rozložení dat.....	82
9.3	Sense of coherence - výsledky dotazníku SOC.....	82
9.3.1	Popisné statistiky dotazníku SOC.....	83
9.3.2	Reliabilita dotazníku SOC a normalita rozložení dat.....	84
9.4	Naděje - výsledky Škály naděje.....	84
9.4.1	Popisné statistiky Škály naděje.....	84
9.4.2	Reliabilita Škály naděje a normalita rozložení dat.....	85
10.	Hypotézy a výzkumné otázky.....	86
10.1	Souvislost mezi mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby a locus of control.....	86
10.2	Souvislost mezi mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby a sense of coherence.....	86
10.3	Souvislost mezi mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby a mírou naděje.....	87
10.4	Modelování míry vlivu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti na locus of control.....	88
10.5	Modelování míry vlivu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti na sense of coherence.....	89
10.6	Modelování míry vlivu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti na naději.....	91
11.	Diskuze.....	92
12.	Závěry.....	98
	Souhrn.....	101
	Literatura.....	105

Úvod

K tématu diplomové práce attachment ve vztahu k míře resilience a naděje v dospělosti mne vedly moje osobní zážitky. Před dvěma lety jsem se stala matkou, což mi umožnilo poznat novou oblast lidské zkušenosti, která mne inspirovala při formulování výzkumného problému, o kterém se domnívám, že by neměl uniknout naší pozornosti.

Na počátku mého uvažování byl předmětem mého zájmu attachment – vztahová vazba – vrozená a biologicky účelná funkce, jejímž hlavním cílem je udržení blízkosti mezi dítětem a matkou, což bylo evolučně dozajista klíčové pro přežití. Vztahová vazba plní ale ještě jednu úlohu. V interakci s matkou dítě poprvé zažívá, jaké je to být s druhými. Kvalitou svojí reakce a svým emočním naladěním matka dítěti předává vlastní zkušenost, jaké je fungování v našem světě. A to zahrnuje i přesvědčení, zda se vyplácí věřit nebo o něco usilovat.

Na druhé straně mého uvažování se nacházela resilience a naděje, oceňované a žádané osobnostní charakteristiky, které umožňují člověku úspěšněji překonat nepříznivá životní období. Když pozorujeme, kolik často bolestných nezdarů zažívá malé dítě, které se učí první krůčky nebo nový způsob pohybu, zdá se, že základ tendence čelit neúspěchu a navzdory němu pokračovat ve svém snažení musí být vrozený. Otázkou potom zůstává, které faktory ovlivňují míru resilience a naděje v dospělosti.

Z výše popsaného vycházely úvahy, které se staly základem výzkumu této diplomové práce. Jejím záměrem je přispět k poznání v oblasti vztahové vazby, jejího působení v dospělosti a jejího možného vlivu na adaptabilitu, resilienci a naději.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Vztahová vazba

Attachment neboli *vztahová vazba* jinak nazývaná také *citové připoutání* představuje trvalé emoční pouto charakterizované potřebou vyhledávat a udržovat blízkost s určitou osobou zejména v podmínkách stresu (Bowlby, 1969, in Kulísek, 2000, s. 406).

Vztahová vazba se vyvíjí v prvních měsících života jako nejranější vztah kojence k jeho matce (nebo k jiné primární pečující osobě). Vzniká z opakované dlouhodobé zkušenosti dítěte, že matka uspokojuje jeho potřeby. Krmí ho, když má hlad, odstraňuje bolest a nepohodlí, když pláče, chová ho a zahřívá, když potřebuje péči. Protože to všechno způsobuje jedna osoba, kojeneček ji začne postupně preferovat před ostatními. Pokud ale s takovou osobou dítě možnost navázat vztah nemá nebo pokud je vztah nějakým způsobem dysfunkční (např. z důvodu ztráty či psychopatologie rodiče), následuje zpravidla narušení ve vývoji dítěte, které může vést k řadě problémů v průběhu dalšího života (Edgumbe, 2000).

1.1 Základy teorie vztahové vazby

1.1.1 První úvahy autora teorie Johna Bowlbyho

Autorem koncepce vztahové vazby je britský dětský psychiatr a psychoanalytik John Bowlby. Ten si při práci s duševně narušenými dětmi a mladistvými všiml opakované traumatizace v jejich raném dětství. To ho vedlo k myšlence, že tyto prožitky mohly mít vliv na vývoj jejich osobnosti. Při detailních analýzách historie dětských pacientů zjistil, že mnoho z nich prošlo četnými odloučeními a ztrátami v raném věku. Tento okamžik se dá považovat za dobu zrodu teorie vztahové vazby (Brisch, 2011).

Bowlbyho první publikace *Čtyřicet čtyři mladistvých zlodějů: jejich charakter a rodinný život (Forty-Four Juvenile Thieves: Their Characters and Home Lives)* z roku 1946 se zaměřovala na vlivy prostředí na raný dětský vývoj (Brisch, 2011). Studie, která popisovala případy dětí doporučených na London Child Guidance Clinic kvůli krádežím, zahrnovala psychologické testy i detailní historii mladých pachatelů. Srovnání s historií dětí doporučených na kliniku z jiných důvodů, než byly krádeže,

podpořilo Bowlbyho hypotézu, že dlouhodobá separace dítěte od matky v prvních letech života může být příčinou vzniku poruch chování a následné mladistvé delikvence. Zvláštní pozornost věnoval Bowlby podskupině těchto pachatelů, tzv. „bezcitných psychopatů“ (*affectionless psychopaths*), v jejichž historii navíc zjistil týrání během nebo po jejich separaci od mateřské osoby (Follan & Minnis, 2010).

Při koncipování teorie vztahové vazby čerpal Bowlby z psychoanalýzy a etologie (Kulíšek, 2000). Předpokládal, že vztahová vazba se formuje v prvních měsících života dítěte a je evolučně řízenou biologickou funkcí, jejímž účelem je zajištění přežití dítěte. Matka, která je nablízku, dítě krmí, pečuje o něj a také ho chrání (Holmes, 2014). Bowlbyho teorie vychází z předpokladu, že lidský druh původně žil ve společenstvích pokrevních příbuzných. Evoluční schopnost adaptace druhu a následná vyšší šance na přežití byla založena na udržování bezpečného pouta mezi členy společenství. Zejména (ale nikoli pouze) mezi rodiči a jejich potomky (Bowlby, 1969, in Holmes, 2014, s. 178). Na základě řady pozorování Bowlby zjistil, že vazebné chování, tedy tendence kojenců a malých dětí vyhledávat a udržovat blízkost primární pečující osoby, je vlastní všem nezávisle na rase, kultuře nebo národnosti (Follan & Minnis, 2010).

1.1.2 Inspirace v oblasti etologie

Jednou z inspirací v oblasti etologie byla pro vznik teorie vztahové vazby práce Konráda Lorenze a jeho studium raného a druhově specifického učení - imprintingu (vtištění), které Lorenz popsal u mlád'at husy a dalších ptáků. Lorenz zjistil, že *vtiskování mateřského objektu* u mlád'at probíhá pouze v omezeném časovém úseku zpravidla krátce po narození. Mládě se v této *senzitivní vývojové fázi* fixuje na objekt, který je v jeho blízkosti. To v praxi znamená, že mlád'ata husy se naučí následovat objekt, který jim byl prezentován v prvním dni po jejich narození stejně, jako by to byla jejich matka. Ačkoli je po uběhnutí senzitivní fáze možné výsledek částečně modifikovat, tento proces je do značné míry ireverzibilní (Fraňková & Bičík, 1999, s. 153).

Podobné myšlenky se objevily i v průkopnických experimentech psychologa a profesora University of Wisconsin Harryho Harlowa. Jeho výzkumy přinesly zásadní

informace o vlivu separace a deprivace na mlád'ata opice makak rhesus. Harlow kritizoval v padesátých letech dvacátého století tehdy všeobecně přijímaný biologický redukcionismus a přesvědčení, že pouto mezi matkou a dítětem je podmíněno pouze tím, že matka zajišťuje dítěti potravu a naplňuje jeho biologické potřeby (Van der Horst, LeRoy, & Van der Veer, 2008).

Harlow uskutečnil řadu experimentů s mlád'aty opic, které se z počátku zaměřovaly na jejich preference. Mlád'ata po narození oddělil od jejich matek a umístil do klecí, kde měla přístup ke dvěma umělým napodobeninám matky. Jedna byla vyrobena z drátu a byla opatřena kojeneckou lahví s mlékem, ze které mlád'ata mohla přijímat potravu (Van der Horst, LeRoy, & Van der Veer, 2008). Druhá napodobenina matky byla vyrobená z bloku dřeva, pokrytého pěnovým materiálem, na povrchu byla obalená měkkou příjemnou látkou, ale láhev s mlékem neměla. Žárovka za touto napodobeninou vyzařovala teplo. Podle Harlowa (1958) „byla výsledkem matka měkká, jemná, teplá a něžná, matka s nekonečnou trpělivostí, matka dostupná dvacet čtyři hodin denně, matka která se nikdy nehněvá a nebije své dítě ve vzteku“ (s. 676).

Výsledky experimentu ukázaly, že opičí mlád'ata strávila výrazně více času s měkkou látkovou „matkou“ než s drátěnou. K té se mlád'ata vydala pouze tehdy, pokud měla hlad a potřebovala potravu. Po nasycení se však opět vracela k měkké látkové „matce“, kde trávila většinu času. Z toho Harlow (1958) vyvozuje závěr, že „komfort z blízkosti a kontaktu má v emočním vývoji obrovský význam, zatímco význam krmení je oproti tomu zanedbatelný“ (s. 676). Harlowovy závěry potvrdily Bowlbyho myšlenky, ve kterých zdůrazňoval důležitost mateřské osoby nejen pro uspokojení hladu a žízně, ale především pro možnost *věšení se na mateřskou osobu (primary object clinging)*, tedy pro možnost intimního fyzického kontaktu s matkou (Bowlby, 1958, s. 350).

Těmito zjištěními však Harlowův výzkum neskončil. Když mlád'ata, která byla zapojená do experimentu, dospěla, začaly se v jejich chování objevovat zvláštnosti. Některé z mlád'at často vykonávaly stereotypní kývavé pohyby, jiné měly výrazné potíže počít vlastní potomstvo. Samice zapojené do experimentu v dospělosti místo páření samce ignorovaly. Samci, kteří vyrůstali s napodobeninou matky, zase prováděli pokusy o páření s normálními samicemi nesprávným způsobem. Jako rodiče byly samice opic, které vyrostly bez matky, buď zanedbávající, nebo týrající.

Zanedbávající opice, nepečovaly ani nechránily svá mlád'ata, ale ani jim neubližovaly. Naproti tomu týrající samice svá mlád'ata krutě bily nebo je jinak zraňovaly až tak, že mnoho z nich zemřelo. Ukázalo se tedy, že samice, které samy byly jako mlád'ata citově deprivovány, nebyly schopny vytvořit adekvátní vztah ke svým potomkům (Nicolson, 2014).

Harlow byl za své experimenty v pozdějších letech často kritizován ochránci zvířat. Realitou ale je, že jeho výzkumy upozornily na důležitost vztahu mezi matkou a dítětem a na možné následky jeho absence. Potvrzují, že dítě nepotřebuje svou matku jen pro uspokojení základních potřeb jako je krmení, teplo a bezpečí. Ukázaly, jak je pro zdravý vývoj dítěte důležité zažít s matkou pocit lásky, přijetí a náklonnosti.

1.1.3 Studie dětí Anny Freudové

Řadu studií vztahové vazby u kojenců, batolat a malých dětí uskutečnily v prostředí britských válečných školek Anna Freudová a Dorothy Burlingham, které sledovaly děti oddělené od jejich matek v době druhé světové války. Jejich zjištění se v mnohém shodují s výsledky Bowlbyho pozorování a to zejména v přesvědčení o významu stále primární pečující osoby pro zdravý duševní vývoj dítěte, o potřebnosti znovunavázání vztahové vazby po odloučení dítěte od matky nebo v případě definitivního odloučení o nutnosti vytvoření nové vztahové vazby s náhradní osobou (Edgumbe, 2000).

Freudová se na rozdíl od Bowlbyho nesoustředila pouze na vnější vztahovou vazbu. Zajímala se i o její vliv na vnitřní svět dítěte a na vývoj objektivních vztahů. Rozlišovala také mezi biologicky programovaným vazebným chováním a vnitřní podstatou psychologické vztahové vazby. Podle Freudové je pro pochopení psychologické vztahové vazby nezbytná znalost úrovně mentální zralosti dítěte. V průběhu prvních čtyř až pěti let jsou podle Freudové změny ve vývoji ega rychlé a rozsáhlé. V praxi to znamená, že roční dítě je jinak vybaveno pro zvládání zátěžových situací (testování reality a další ego funkce), než je například dítě tříleté. Je tedy nutné brát v úvahu, že schopnost dítěte nakládat se separací a ztrátou úzce souvisí s jeho věkem (Edgumbe, 2000).

Freudová popsala jednotlivé fáze vývoje vztahové vazby, kterou považovala za nezbytnou podmínku vzniku objektivní lásky. Popsala růst vztahové vazby v prvním roce života a jeho proměnu v lásku k matce v roce druhém (Freud & Burlingham, 1974, s. 179-182, in Edgcumbe, 2000, s. 72).

Freudová byla přesvědčena, že nezbytnou podmínkou pro optimální vývoj malých dětí je kontakt s rodiči a rodinou (Peters, 1985, in Aldridge, Kilgo, & Jepkemboi, 2014, s. 17). Proto v rámci válečných školek Freudová i její kolegové systematicky podporovali co největší účast rodičů. Dítě mělo být v kontaktu s rodinou, jak nejčastěji a to bylo možné. Výsledky jejích výzkumů v této oblasti hovoří jednoznačně: dětem, které byly s jejich matkami nebo pečujícími osobami, se ve všech oblastech vývoje dařilo lépe (Burlingham & Freud, 1944, in Aldridge et al., 2014, s. 17).

Pro děti, které byly ve válečných školkách bez možnosti kontaktu s rodiči, vytvořily Freudová s Burlinghamovou rodinné skupiny (Burlingham a Freud, 1944, in Aldridge et al., 2014, s. 17), v rámci kterých jeden dospělý pečoval vždy o konkrétní děti v uspořádání, které simulovalo rodinné prostředí. Dospělý zde sloužil jako náhradní rodič pro jeho skupinu dětí (Edgcumbe, 2000).

1.1.4 René Spitz

Psychoanalytik René Spitz významně pomohl rozšíření veřejného i odborného zájmu o téma rodičovské péče ve vývoji dítěte. Spitz uveřejnil ve 40. letech 20. století sérii studií, ve které srovnával dvě skupiny kojenců: kojence vyrůstající v nalezincích pro opuštěné děti a kojence vyrůstající v ústavu, který patřil k ženské věznici, přičemž obě instituce zajišťovaly odpovídající stravu i zdravotní péči. O kojence, kteří vyrůstali v ústavu patřící k ženské věznici, se staraly výhradně jejich matky, které protože byly uvězněny a odděleny od svých rodin, věnovaly svým dětem veškeré možné emoční zaujetí. Naproti tomu o kojence vyrůstající v nalezincích se staraly zdravotní sestry s tím, že každá z nich měla na starost sedm dětí (Kandel, 2008).

Na konci čtvrtého měsíce věku měli kojenci vyrůstající v nalezincích lepší výsledky, než skupina vyrůstající ve věznici, tento rozdíl Spitz vysvětluje genetickou výbavou. Nicméně o osm měsíců později, na konci prvního roku života, vykazovaly děti

vyrůstající v nalezincích nesrovnatelně horší výsledky, než skupina dětí vězněných matek (Kandel, 2008).

Děti vyrůstající se svými matkami ve vězení se vyvíjely velmi uspokojivě. Na konci prvního roku neměly problém s vývojem řeči ani chůze. Naproti tomu u skupiny dětí vyrůstajících v nalezinci byly patrné abnormality již koncem prvního roku života, např. namísto klasické reakce na cizího tyto děti vytrvale ječely. Dramatický propad se objevil koncem druhého roku jejich života. Ve srovnání s aktivními dětmi vyrůstajícími s jejich vězněnými matkami, ležely děti z nalezince pasivně v postýlkách bez zájmu nebo snahy. Byly také extrémně náchylné k infekcím, na které velká část z nich zemřela. Navzdory dobrým hygienickým podmínkám zemřelo za sledované 2 roky 37 % z 91 dětí vyrůstajících v nalezinci, zatímco z dětí vyrůstajících s vězněnými matkami ani jedno (Langmeier, & Matejček, 2011, s. 81).

Výzkumy Reného Spitze byly průlomové v tom, že ukázaly zastavení vývoje v oblasti motorické, kognitivní i emocionální a zejména dopad a nevratnost následků emoční a podnětové deprivace v raném dětství. Jeho práce ovlivnily a zásadně změnily principy ústavní péče v mnoha zemích (Brisch, 2011).

1.2 Teorie vztahové vazby

1.2.1 Vazebný systém

Základním předpokladem teorie vztahové vazby je myšlenka, že protože je dítě při narození extrémně nezralé a neschopné se o sebe postarat, potřebuje ke svému přežití dospělého, který mu zajistí ochranu a péči. Díky evolučním tlakům se u dítěte vyvinulo chování, jehož funkcí je udržet blízkost s pečující osobou/ochráncem. Chování pečující osoby je regulováno komplementárním behaviorálním systémem. Dítě se usměje, rodič se na něj na oplátku usměje také. Dítě se rozpláče a v rodiči to vyvolává snahu utišit ho. Rodič se vzdálí a dítě ho následuje – pokud je již pohybově zdatné, tak fyzicky nebo pokud nikoli, tak pohledem. Oba systémy vztahové vazby (dítěte i pečující osoby) spolupracují a vytvářejí tak pouto, jehož úkolem je podpora přežití dítěte (Hazan & Shaver, 1994).

Teorie vztahové vazby tedy vidí matku a dítě jako dvě jednotky společně a vzájemně vytvářející *vazebný systém*. V něm na jedné straně figuruje matčino citové připoutání k dítěti *bonding* a na druhé straně vazba dítěte k jeho matce *attachment*. Vztahová vazba je geneticky daná, fyziologicky regulovaná a začíná se aktivovat krátce po porodu (Brisch, 2011).

Vazebný systém se na pozorovatelné úrovni projevuje několika způsoby chování (např. pláč, úsměvy, následování mateřské osoby), které slouží společnému účelu. Systém vztahové vazby je v určitých ohledech podobný jiným fyziologickým systémům lidského těla, které udržují homeostázu (např. regulace tělesné teploty, krevního tlaku). Každá skutečná nebo předpokládaná překážka v udržení blízkosti vyvolává separační úzkost, která spouští chování, které vede opět k obnovení blízkosti. Toto chování přetrvává, dokud cíl – obnovení blízkosti s primární pečující osobou – není uskutečněn. Přitom míra blízkosti, která je zapotřebí na „utišení“ separační úzkosti se liší v závislosti na řadě endogenních a exogenních faktorů (např. věk dítěte, jeho aktuální psychické rozpoložení a fyzický stav, prostředí, ve kterém se nachází). Nastolení a udržení blízkosti s primární pečující osobou vyvolává v dítěti pocity lásky a bezpečí, zatímco její narušení s sebou přináší úzkost, někdy zlost nebo smutek, v závislosti na konkrétních okolnostech (Hazan & Shaver, 1994).

Každý systém v přírodě má svou funkci a pomáhá adaptaci na požadavky prostředí. Podobně je tomu se systémem vztahové vazby. Minimálně v kojeneckém věku a v dětství je vztahová vazba před ostatními systémem prioritním. Znamená to, že ve chvíli, kdy je plně aktivován systém vztahové vazby, zamezí se tím aktivaci systémů jiných. V době, kdy se dítě cítí bezpečně v blízkosti pečující osoby, je systém vztahové vazby „v klidovém režimu“ a mohou být aktivovány ostatní behaviorální systémy (například hra, zkoumání okolí). Zdá se tedy, že bylo pro naše předchůdce evolučně výhodné cítit se v dětském věku bezpečně a zaujmout se hrou nebo zkoumáním okolí pouze v případě, že byl jejich ochránce dostupný, aby mohl v případě potřeby okamžitě reagovat. A pokud tomu tak nebylo, bylo pro dítě nejvhodnější investovat veškerou energii a pozornost do znovuobnovení blízkosti s touto osobou (Hazan & Shaver, 1994).

Nejinak je tomu i v primitivních společnostech, kde obvykle matka zůstává svému dítěti téměř vždy nablízku, na dohled nebo doslech. Celý proces pak probíhá snadno: pokud matka zneklidní nebo dítě projeví známky nepohody, okamžitě to vyvolá u druhého partnera dyády reakci. V rozvinutých společnostech se však tento přirozený proces komplikuje nezřídka proto, že místo matky často s dítětem tráví čas někdo jiný. Realita je ale taková, že většina matek cítí silnou touhu být svému malému dítěti nablízku nezávisle na všech sociálních, kulturních a ekonomických proměnných (Bowlby, 1982).

1.2.2 Mechanismy vztahové vazby

Vztahová vazba je podle Bowlbyho založena na 3 základních funkcích a vlastnostech: udržování blízkosti (*Proximity Maintenance*), bezpečný přístav (*Safe Haven*), jistá základna (*Secure Base*).

1.2.2.1 Udržování blízkosti (*Proximity Maintenance*)

Základem vztahové vazby je *vzájemná blízkost*, její vyhledávání a udržování, ale také protest a odmítání odloučení od primární vztahové osoby (Hazan & Shaver, 1994). V této oblasti je ve většině případů aktivním partnerem dítě. Vysílá signály o potřebě matčiny blízkosti nebo matku samo aktivně vyhledává (Brisch, 2011).

1.2.2.2 Bezpečný přístav (*Safe Haven*)

Důvody potřeby blízkosti primární pečující osoby jsou obzvláště patrné tehdy, když je dítě rozrušené. Zdrojem rozrušení může být jakýkoliv druh nepohodlí, bolest, strach, nachází-li se v neznámé situaci, kterou vnímá jako ohrožující, či pokud je vyděšeno svými vlastními fantaziemi. V takovém případě se vrací k matce, u které hledá útočiště, jistotu, bezpečí, ochranu, pohodlí a útěchu (Brisch, 2011; Hazan & Shaver, 1994).

Útěk k matce jako *do bezpečného přístavu* v případě strachu či ohrožení byl zaznamenán již u dětí ve věku osm měsíců (Bowlby, 1982). Jiná studie hovoří o tom, že u tříměsíčních dětí se přibližně polovina z nich, se pokud byla vystrašena, podívala

se směrem ke své matce v očekávání, že bude utišena (Yarrow, 1967 in Bowlby, 1982, s. 303).

1.2.2.3 Jistá základna (*Secure Base*)

V případě, že je dítě klidné a spokojené, slouží blízkost matky jako bezpečná základna, ze které se dítě může vydávat zkoumat okolní svět. Dítě se bude opakovaně vzdalovat od matky, aby si mohlo prohlédnout předměty a místa v blízkém okolí. Po nějaké době se vždy k matce vrátí a pak se opět vzdálí prozkoumat další oblast. Při návratu do své *jisté základny* se na matku někdy prostě jen usměje, jindy se jí položí na kolena nebo ji dokonce bude chtít vylézt na klín. Dokud ale jeho explorační aktivita bude trvat, nezůstane u matky dlouho (Bowlby, 1988).

Toto navracení se dítěte do jisté základny odpovídá myšlence Margaret Mahlerové o „*emočním dobití*“ (*emotional refueling*), které dítě uskutečňuje prostřednictvím fyzického kontaktu s primární pečující osobou (Mahler, Pine, & Bergmann, 2006). Ačkoli se teorie vztahové vazby s Mahlerové pojetím vývoje dětské psychiky v mnohém liší, v tomto bodě se potkávají (Bowlby, 1988).

1.3 Udržování vztahové vazby

1.3.1 Repertoár chování kojence

Bowlby (1958) na základě svých pozorování definoval pět druhů vrozeného chování kojence, které přirozeně vyvolávají mateřskou péči. Je to pláč, úsměv, následování mateřské osoby, věšení se na matku a sání. Za zvláštní pozornost stojí šestý druh, později doplněný Robsonem (1967) a tím je *pohled z očí do očí*.

Toto chování tak dobře známe ze zvířecí říše, má své charakteristiky, které jsou výhradní pouze pro vztah matky a kojence. Délka pohledů z očí do očí je mezi dospělými v běžném sociálním kontaktu regulována pravidly kultury. Lidé v naší společnosti nezůstávají ve vzájemném očním kontaktu dlouho, neboť tento mocný interpersonální zážitek evokuje silné pocity a často vyvolává akci. V podstatě dva lidé nezůstanou beze slov ve vzájemném očním kontaktu více než několik sekund, pokud nebude následovat rvačka nebo milostný akt nebo pokud se tak již neděje. Tak tomu

ale není mezi matkou a kojencem. Ti dokáží vytrvat ve vzájemném pohledu z očí do očí v klidu velmi dlouho, často třicet sekund i více (Stern, 1977).

První pohled z očí do očí s matkou se objevuje před koncem čtvrtého týdne života novorozence a brzy po něm následuje první sociální úsměv. Předpokládá se, že oči tím, že jsou kulaté, zářící a pohybují se, mají vlastnosti, které jsou pro pozorování novorozence přitažlivé a zajímavé (Robson, 1967). Pozornosti je hodna také skutečnost, že dlouhé pohledy z očí do očí mezi matkou a kojencem jsou na konci druhého měsíce života dítěte na rozdíl od ostatních vzorců chování již ve stavu zralosti, ve kterém zůstanou po zbytek života (Rheingold, 1961, in Robson, 1967, s. 13).

1.3.2 Repertoár chování pečující osoby

Kvalita vztahové vazby je ve velké míře ovlivněna chováním matky. Klíčová je zejména její schopnost reagovat na signály kojence *v dostatečně krátké době*. Pokud totiž matka zareaguje na projevené potřeby dítěte včas, je dítě schopné si kauzálně spojit své chování a jeho odezvu v matčině reakci. Schaffer a Emerson (1964a) zjistili, že rychlost, s jakou matka reagovala na projevené potřeby kojence, významně pozitivně koreluje s výběrem preferované vztahové osoby a následně s intenzitou vztahové vazby (Schaffer a Emerson, 1964a in Robson, 1967, s. 20).

Druhým parametrem ovlivňujícím vztahovou vazbu je *kvalita reakce*, tedy to, aby matka *správně vyhodnotila*, které potřeby kojence mají být uspokojeny, a podle toho jednala. Například, některé matky si pláč dítěte vykládají ve většině případů jako znamení hladu a důsledku toho dochází ke konfliktům při krmení nebo se prodlužuje se stres dítěte (Robson, 1967). Obecně se dá konstatovat, že výběr primární vztahové osoby je ovlivněn tím, kdo dítěti reaguje na jeho signály stresu a nepohody, a zda tyto reakce potřeby dítěte uspokojují (Hazan & Shaver, 1994). Zdravý kojenec ve věku šesti až sedmi měsíců směřuje vazebné chování již jednoznačně k jedné osobě, se kterou také vyhledává a udržuje blízkost (Schaffer a Emerson, 1964, in Hazan & Shaver, 1994, s. 3).

Mimika zejména horní poloviny obličeje a výraz tváře matky doprovázející *oční kontakt* jsou dalším faktorem, který hraje roli v kvalitě vztahové vazby. V prvních měsících života slouží pohled z očí do očí hned k několika účelům: může být použit

jako prostředek zahájení příjemného sociálního kontaktu s dítětem, při jiných příležitostech je matka používá, pokud potřebuje zjistit „co se děje“, když je dítě podráždění nebo rozladěné. Dalším užitím je aktivování klidného dítěte nebo naopak uklidnění rozrušeného. V posledně uvedeném případě, je zajímavé, že mírně rozrušené dítě, může být uklidněno pomocí očního kontaktu doprovázeného pečujícím chováním, ale dítě, které je již velmi rozčilené nebo pláče, buď pohled odvrátí, nebo ho oční kontakt ještě více podráždí (Robson, 1967).

1.4 Funkce vztahové vazby

1.4.1 Blízkost vnímavé pečující osoby

Bowlby (1982) postuloval, že vztahová vazba je instinktivní sociální chování s biologickou funkcí. Systém vztahové vazby se aktivuje zejména odchodem matky nebo nějakým pro dítě děsivým podnětem. Aktivaci systému vztahové vazby naopak ukončuje dotyk matky, fyzický kontakt s ní, zvuk, který vydala, nebo to, že má dítě matku na dohled. Cílem systému vztahové vazby není podle Bowlbyho vyhledávání blízkosti obecně, ale zajištění přístupu ke vztahové osobě, která je emočně dostupná a vnímavá (Bowlby, 1982).

Obecně se dá konstatovat, že první rok života dítěte je obdobím růstu a vzniku vztahové vazby, zatímco rok druhý, kdy je vazebný systém a vazebné chování již plně funkční, jsou aktivity dítěte ve znamení separace a individuace. V prvním roce jsou pro chování dítěte typické úsměvy, pohledy, věšení se na mateřskou osobu nebo vrkání či jiná něžná vokalizace, zatímco druhý rok je rokem oddělování, pohybu, odcházením a zaujetím předměty (Stern, 1977). Podle Bowlbyho (1982) je nicméně vazebný systém připraven k okamžité aktivaci do konce třetího roku života, kdy se kapacita dítěte emočně zpracovat odloučení od matky dramaticky zlepšuje.

1.4.2 Udržování sociálních vztahů

Reite a Capitanio (1985) chápou afekty, které se objevují s aktivací vztahové vazby, jako manifestaci motivačního systému, jehož funkcí je uskutečňovat a udržovat vztahové vazby mezi lidmi. Podle nich to, že fungující vztahová vazba způsobuje libé

pocity, přirozeně vede jedince k jejímu udržování. Naopak narušení vztahové vazby způsobuje pocity velmi nelibé, a to zase motivuje jedince k jejímu obnovení. Autoři předpokládají, že na úrovni organismu je základní funkce vztahové vazby synchronizace biologického a behaviorálního systému (Reite, & Capitanio, 1985, s. 235).

1.4.3 Vzájemné naladění v intimním vztahu

Jiné koncepce, například Fieldová (1985) chápou vztahovou vazbu jako mechanismus, který se vyvinul mezi dvěma organismy, aby se na sebe fyziologicky a behaviorálně vzájemně naladily. Jinými slovy, vztahová vazba zajišťuje, aby byli matka a dítě „na stejné vlnové délce“ a to v oblasti behaviorální, fyziologické a biochemické. Vztah zde funguje jako regulátor, jehož úkolem je měnit úroveň vzrušení a zmírňovat stres u obou partnerů i oběma partnery dyády. Předpokládá se, že mediátory této synchronizace biologických rytmů matky a kojence jsou zrcadlové neurony, afektivní priming, nápodoba a empatie a že podobně, jako je tomu v raném dětství, funguje vzájemné naladění i později v blízkých a intimních vztazích.

1.5 Porucha a rozpad vztahové vazby

Bowlbyho teorii vztahové vazby výrazně ovlivnil výzkum deprivace v raném dětství. Pozoroval kojence a malé děti v prostředí dětských jeslí s dlouhodobým pobytem, kde byly umístěny bez důvěrně známých pečujících osob po dlouhou dobu, v některých případech definitivně. Bowlby si všiml dvou aspektů dětských reakcí (Hazan & Shaver, 1994).

První z nich bylo, že reakce dětí vykazovaly výraznou podobnost a měly velmi předvídatelný průběh, který sestával ze tří fází. První byl *protest*, který zahrnoval pláč, aktivní hledání a odmítání jakékoli možnosti utišení. Po něm následovalo *zoufalství* charakteristické pasivitou a očividným smutkem. Poslední byl *emoční odpoutání* (*emotional detachment*) (Hazan & Shaver, 1994).

Druhým zarážejícím aspektem bylo to, že se zdálo, že i ne příliš dlouhá období odloučení dítěte od matky mají následný dopad na chování dítěte. Výrazná změna

chování se začala objevovat poté, co se dítě po nějaké době odloučení k primární pečující osobě navrátilo. Děti, které se vrátily ke svým matkám ještě ve fázi *protestu*, vykazovaly silnou úzkost z opuštění a intenzivní potřebu po fyzickém kontaktu a ujištění. Naproti tomu děti, které se navrátily domů poté, co prošly fází *zoufalství*, se kontaktu se svými matkami vyhýbaly. Zdálo se, jako by zvládaly úzkost již emočně odpoutané. Nicméně obě skupiny dětí po nějakém čase s matkou obnovily kontakt i vyhledávání blízkosti (Bowlby, 1982; Hazan & Shaver, 1994).

Podle Bowlbyho (1982) jsou protest, zoufalství, vlastně i odpoutání biologicky adaptivní reakce dítěte na odloučení od ochránce. Dětské vyjádření stresu v rámci protestu obvykle spolehlivě přivede pečovatele nazpátek. Pokud se nicméně ukáže, že není naděje na znovuobnovení blízkosti s ochráncem, zvýšilo by pokračování fáze protestu pravděpodobnost upoutání pozornosti nějakého predátora nebo úplného fyzického vyčerpání dítěte. Typická neaktivita fáze zoufalství udržuje dítě fyzicky v klidu. Následné emoční odpoutání umožňuje obnovení normálního fungování a také možnost nalezení nového pečovatele (Bowlby, 1982; Hazan & Shaver, 1994).

1.6 Vnitřní pracovní modely

Vztahová vazba je organizována a regulována sociální interakcí, konkrétně tím, že primární pečující osoba nějak reaguje na signály kojencovy nepohody. Na základě opakujících se interakcí s primární pečující osobou se kojeneček naučí, co očekávat, a podle toho upraví své chování (Hazan & Shaver, 1994).

Bowlby (1982) předpokládal, že lidský mozek na základě zkušeností vytváří pracovní modely okolního světa. Dítě tedy opakovanými interakcemi s primární pečující osobou postupně buduje své *vnitřní pracovní modely* (*Internal working models*), tedy soubory předpokladů o tom, jak bude fungovat okolní svět, jak bude reagovat jeho matka a další významné osoby v jeho životě. Vytváří tak mentální reprezentace toho, jak „jde fungovat“ s druhými lidmi.

Bowlby se domnívá, že existence vnitřních pracovních modelů vysvětluje, jak zkušenosti dítěte s primární pečující osobou ovlivní charakter vztahové vazby a následné prožívání a chování v blízkých vztazích v dospělosti. Předpokládá také, že

vnitřní pracovní modely mají tendenci přetrvávat v průběhu života ve víceméně nezměněné podobě (Bowlby, 1982).

1.7 Výzkum vztahové vazby

Jaké vnitřní pracovní modely dítě vytvoří, závisí především na dostupnosti a schopnosti empatie primární pečující vztahové osoby. Důležité přitom je, že zkušenosti s ní dítě ukládá do paměti v neverbální formě v podobě vjemů, vzorců chování a emocionálních reakcí. Probíhá-li interakce mezi kojencem a primární pečující osobou v pořádku, je primární pečující osoba dítěti dostupná jak fyzicky svou přítomností, tak emočně a dítě u ní nachází ochranu, bezpečí a útěchu. Takto přetrvávající stav vede ke vzniku *jisté vztahové vazby* (Grawe, 2007).

V opačném případě, kdy není matka k dispozici fyzicky nebo selhává ve schopnosti empatie potřebné pro pochopení potřeb kojence či adekvátní citové reakce, si dítě opakovaně potvrzuje zkušenost, že když potřebuje, není mu primární pečující osoba k dispozici nebo je její reakce nekonzistentní a nepředvídatelná. Takový stav vede ke vzniku jednoho z typů *nejisté vztahové vazby* (Grawe, 2007).

1.7.1 Neznámá situace

Postup pro určení charakteristik vztahové vazby vyvinula Bowlbyho spolupracovnice Mary Ainsworthová. Ainsworthová a její kolegové vytvořili pozorovací metodu založenou na zkoumání reakcí dětí na odloučení od jejich primární vztahové osoby. Za využití tzv. *neznámé situace (Strange Situation)* (2014) pomáhá metoda u dětí ve věku jedenáct až dvacet měsíců zhodnotit styl a typ vztahové vazby (Grawe, 2007).

Principem metody je aktivace systému vztahové vazby prostřednictvím opakovaného odloučení dítěte od jeho primární pečující osoby. Cílem je také aktivovat explorační aktivity za použití atraktivních hraček, které jsou dítěti u experimentu k dispozici. Metoda zkoumá, zda dítě vyhledává blízkost, kontakt a jejich míru, také jestli blízkost primární pečující osoby dítě uklidnila a jestli dítě zahájí v přítomnosti primární pečující osoby explorační chování. Zkoumá tedy v podstatě základní vlastnosti

vztahové vazby: chování zajišťující udržování blízkosti (*Proximity Maintenance*), zda dítě využívá primární pečující osobu jako bezpečný přístav (*Safe Haven*) a jistou základnu (*Secure Base*). Metoda předpokládá, že chování kojence v laboratorních podmínkách bude ukazovat jeho vnitřní pracovní modely, tedy očekávání založená na dlouhodobém způsobu reagování primární pečující osoby na žádosti dítěte po kontaktu a komfortu (Hazan & Shaver, 1994).

Metoda Neznámá situace se provádí v laboratorní místnosti zařízené jako pokoj pro dětskou hru. Ve výzkumu figuruje jen matka, její dítě a jedna cizí osoba. Pozorují se reakce dítěte v sérii osmi epizod, která každá trvá tři minuty (Brisch, 2011).

1. a 2. epizoda - rodič a dítě se seznámí s experimentální místností. Dítě si spontánně hraje a zkoumá prostředí. Matka, která zpravidla sedí na židli, se snaží do jeho činnosti nezasahovat.

3. epizoda - cizí osoba vstoupí do místnosti. Po nějakém čase začne hovořit s rodičem, poté se snaží navázat kontakt s dítětem.

4. epizoda - po nápadném zaklepání dochází k prvnímu odloučení, které aktivuje vazebný systém. Matka se několika slovy rozloučí s dítětem a místnost opouští. Dítě zpravidla protestuje, matku následuje, často i pláče. Cizí osoba se ho snaží zaujmout.

5. epizoda - matka se do místnosti vrací, pozdraví a utěšuje dítě, které se pak často opět věnuje hře.

6. epizoda - po nápadném zaklepání dochází k druhému odloučení, matka odejde a dítě je tentokrát ponecháno úplně samo. Protože první odloučení již aktivovalo vazebný systém, jsou reakce dítěte zpravidla silnější a výraznější.

7. epizoda - místo matky vstoupí do místnosti cizí osoba a snaží se dítě uklidnit.

8. epizoda - matka se vrací do místnosti, dítě utěšuje, pokud je potřeba bere do náruče.

Epizody odloučení jsou zkracovány (návrat matky následuje dříve), pokud je dítě příliš rozrušené nebo pokud se nedá upokojit (Brisch, 2011).

1.7.1.1 Typy vztahové vazby

Pokud dítě zklamete, cítí se, jako by ho měly právě pozřít strašlivé příšery.

Donald Winnicott

Jistý typ vztahové vazby (*Secure attachment*)

S jistotou připoutané děti typicky reagují rozrušením ve chvíli, kdy matka opouští místnost. Matku následují, po odchodu ji volají a hledají. Jsou zřetelně ve stresu a pláčou. Když se matka navrátí, okamžitě vyhledají její blízkost a snadno se u ní uklidní. Pokud je matka přítomna, jsou zaujatí hrou a aktivním exploračním chováním (Hazan & Shaver, 1994; Grawe, 2007; Kulísek, 2000).

Nejistá vztahová vazba ambivalentní typ (*ambivalent*)

Pro tyto děti je typické, že na odloučení od matky reagují největším stresem a usedavě pláčou. Po jejím návratu se dají těžko upokojit. V jejich chování se pravidelně objevuje agresivní odmítání kontaktu střídané vyhledáváním blízkosti. Vyjadřují tedy na jedné straně potřebu fyzického kontaktu a blízkosti, zatímco ji vzápětí odmítají. Po proběhlém odloučení zůstávají tyto děti dlouho rozrušené, často neschopné zaujmout se pro hru ani cokoli jiného. Jejich pozornost je neustále zaměřena na vztah s matkou (Brisch, 2011; Grawe, 2007; Kulísek, 2000).

Nejistá vztahová vazba vyhýbavý typ (*avoidant*)

Děti s nejistým vyhýbavým připoutáním na odloučení od matky nereagují znepokojením. Pokud, tak se objevuje jen malý protest a velmi slabé vazebné chování. Nejčastěji po matčině odchodu zůstanou zaujaty hrou. V některých případech je patrné, že alespoň matky odchod registrují, neboť ji při opouštění místnosti sledují pohledem. Po návratu matky omítají její blízkost a fyzický kontakt, ke kterému zpravidla vůbec nedojde (Brisch, 2011; Grawe, 2007; Kulísek, 2000).

Nejistá vztahová vazba dezorganizovaná (*disorganized/disoriented*)

V pozdějších letech byl objeven čtvrtý typ *nejistá vztahová vazba dezorganizovaná*, pro kterou je charakteristická nepřítomnost koherentní strategie zvládnání úzkosti. Tyto děti reagují na odloučení od primární vztahové osoby bizarním nebo stereotypním chováním, ve kterém se objevují protichůdné tendence. Typické jsou

neřízené, zmatené, neúplné nebo nesprávné pohyby, stereotypie, nevhodně načasované chování, anomálie, jako že dítě zakopne bez zjevné příčiny, pokud je přítomen rodič, dále „zmrznutí“ uprostřed pohybu nebo pohyby či výrazy obličeje zpomalené „jako pod vodou“. Protichůdné tendence se projevují jako silná snaha po vyhledání kontaktu, která se vzápětí promění ve vyhýbavé chování, nebo to, že se zjevně vyděšené dítě místo k matce prchá směrem od ní (Main & Solomon, 1990).

Mainová a Hesse (1990) zjistili, že dezorganizovaná vztahová vazba se nápadně často objevuje u dětí z rizikových skupin a u dětí rodičů, kteří měli nezpracované traumatické zkušenosti jako ztráty významných osob, týrání nebo zneužívání. Předpokládají, že zdrojem dezorganizovaného chování je přítomnost rodiče, který je pro o dítě sám zdrojem strachu. Dítě je tak ve vztahování vystaveno paradoxu, neboť rodič pro něj současně představuje hrozbu i zdroj ochrany. Tato inkoherece vnitřních pracovních modelů začne být patná v situaci odloučení, kdy se aktivuje vazebný systém.

1.7.1.2 Výskyt typů vztahové vazby a jejich srovnání

Zastoupení jednotlivých typů vztahové vazby se liší v závislosti na kultuře a způsobu péče o dítě typické pro danou zemi. Podle Břicháčka (1998, in Kulísek, 2000, s. 415) je u dětí poměr výskytu vztahové vazby jisté – ambivalentní – vyhýbavé v USA 70 % - 12 % - 12 %, zatímco v Německu 40 % - 49 % - 11 %. Tzv. Baltimorská studie M. Ainsworthové a kolegů, která zkoumala osobnost matek a jejich péči o dítě ve vztahu ke kvalitě citového pouta, hovoří o poměru 57 % jisté - 17 % ambivalentní - 26 % vyhýbavé vztahové vazby u dětí z Velké Británie (Kulísek, 2000).

Ačkoli se chování dětí v rámci Neznámé situace u jednotlivých typů vztahové vazby dramaticky liší, provedená psychofyziologická vyšetření naznačují, že všechny děti reagují na odloučení od matky stresem (Kulísek, 2000). Vypovídá o tom zvýšení tepové frekvence, které se po krátkém odloučení od matky objevilo v podobné míře u dětí s vyhýbavým i jistým typem vazby. Ačkoli se u navenek klidně působících vyhýbavých dětí původně předpokládala extrémní adaptabilita, vyvinutá samostatnost a klidný temperament (Brisch, 2011), fyziologické parametry prozradily, že vykazují obdobnou míru stresu jako děti jistě připoutané, které svůj

protest se separací od matky hlasitě projevovaly (Spangler & Grossmann, 1993). Spangler a Schieche (1994) dále zjistili, že jistě připoutané děti měly po odloučení od matky v rámci Neznámé situace signifikantně nižší hladinu kortizolu ve srovnání s dětmi s nejistým typem vztahové vazby. To podporuje teoretický předpoklad, že děti s nejistou vztahovou vazbou v reakci na stres postrádají účinnou copingovou strategii.

1.7.2 Adult Attachment Interview

Dalším nástrojem používaným k výzkumu vztahové vazby je Adult Attachment Interview (AAI) vyvinuté v polovině devadesátých let Georgeovou, Kaplanovou, a Mainovou. Metoda umožňuje určit reprezentace vztahové vazby v adolescenci a dospělosti. Respondent v rámci polostrukturovaného rozhovoru odpovídá na otázky týkající se jeho dětství, vztahu k rodičům a dalším významným osobám, na téma odloučení, ztrát apod. (Brisch, 2011).

Vyhodnocení probíhá na základě specifické jazykové analýzy a jeho výsledky identifikují vazbu jistou a nejistou. Dále rozdělují dotazované do čtyř kategorií: *autonomous* (jistá vnitřní reprezentace vztahové vazby s oceňujícím postojem ke vztahové vazbě), *preoccupied* (nejistá a ambivalentní vnitřní reprezentace vztahové vazby se zaplétajícím postojem ke vztahové vazbě), *dismissing* (nejistá a vyhýbavá vnitřní reprezentace vztahové vazby s devalvujícím postojem ke vztahové vazbě) a *unresolved trauma or loss* (nejistá vnitřní reprezentace vztahové vazby s nezpracovaným traumatem nebo ztrátou) (Brisch, 2011).

Existuje řada studií, která hodnotí vztah mezi kvalitou vztahové vazby v raném dětství a reprezentací vztahové vazby v dospělosti. Berkeleyská longitudinální studie, která zkoumala tuto problematiku u „nerizikového“ vzorku, tedy u rodin ze střední nebo vyšší střední třídy, potvrdila predikovatelnost vztahové vazby v dospělosti. Na základě hodnocení *jistá/nejistá* vztahová vazba stanoveném metodou Neznámá situace v jednom roce života dítěte bylo možné predikovat jeho *jistou - autonomní* nebo *nejistou* reprezentaci vztahové vazby stanovenou metodou Adult Attachment Interview (AII) v 19 letech. Dokonce žádný z účastníků, který byl v raném věku klasifikován jako nejistě připoutaný, neobdržel v 19 letech hodnocení *jistá -*

autonomní. Změny vztahové vazby uskutečněné v době mezi jejím měřením Neznámou situací a AII obvykle souvisely se zažitým traumatem. Mimo tyto případy ale většina jistě připoutaných dětí byla v mladém dospělosti hodnocena jako osoby s jistou - autonomní reprezentací vztahové vazby, tato shoda byla více než 80% (Main, Hesse, Kaplan, 2005).

1.7.3 Experiences in Close Relationships

Další variantou výzkumu vztahové vazby je využití nástroje Experiences in Close Relationships (ECR), který měří dvě základní dimenze vztahové vazby - úzkostnost a vyhýbavost v dospělosti. Tento sebesposuzovací dotazník se skládá ze dvou škál, které odpovídají dvěma dimenzím hodnocení vztahové vazby: *vztahová úzkostnost (attachment anxiety)* a *vztahová vyhýbavost (attachment avoidance)* (Lečbych & Pospíšilíková, 2012).

Respondenti mohou být na základě dotazníku ECR hodnoceni buď z hlediska celkových skóre dosažených ve dvou dimenzích ECR (vztahové vyhýbavosti a vztahové úzkostnosti) nebo mohou být přiřazeni do jedné ze čtyř kategorií (jistá vztahová vazba, vztahová vazba nejistá ambivalentní (*preoccupied*), vztahová vazba nejistá vyhýbavá (*dismissing*), vztahová vazba nejistá bázlivě-vyhýbavá (*fearful-avoidant*) (Dilmaç, Hamart, & Arslan, 2009).

1.7.3.1 Hodnocení ERC dle dvoudimenzionálního modelu

Toto hodnocení je založeno na hodnotě skóre dosažených ve dvou škálách ECR (vztahové vyhýbavosti a vztahové úzkostnosti). Zatímco *vztahová vyhýbavost* představuje negativní mentální reprezentace druhých a tendenci vyhýbat se blízkosti, *vztahová úzkostnost* zahrnuje negativní reprezentace self a tendence obávat se odmítnutí nebo opuštění. Jedinci s nízkým skóre v obou škálách, mají obvykle vnitřní pocit jistoty a pozitivní vztahy s blízkými osobami (Mikulincer, Gillath, & Shaver, 2002).

V této oblasti teorie vztahové vazby předpokládá, že vztahová úzkostnost souvisí s „hyperaktivační“ strategií emoční regulace, která zintenzivňuje vnímání podnětů evokujících hrozbu nebo vazebné pocity (Cassidy & Kobak, 1988, in Mikulincer, et al.,

2002, s. 883). Bylo zjištěno, že lidé s větší vztahovou úzkostností častěji hodnotí normální životní situace formulacemi evokujícími ohrožení a vykazují intenzivnější vazebné chování a obavy nezávisle na přítomnosti skutečné hrozby (Mikulincer et al., 2000, in Mikulincer, et al., 2002, s. 883).

U vztahové vyhýbavosti předpokládá teorie vztahové vazby naopak souvislost s „deaktivací“ strategií emoční regulace, která pak blokuje oceňování podnětů jako ohrožující. To vede k potlačení myšlenek souvisejících s hrozbou (Cassidy & Kobak, 1988, in Mikulincer, et al., 2002, s. 883). Bylo zjištěno, že lidé s větší vztahovou vyhýbavostí se častěji s hrozbami vypořádají potlačením vazebného chování (blízkost nevyhledají) a potlačením myšlenek souvisejících se stresem (Fraley, Davis, & Shaver, 1998, in Mikulincer, et al., 2002, s. 883).

1.7.3.2 Hodnocení ERC dle čtyřkategorieálního rozdělení

V případě toho přístupu vyhodnocení dotazníku ECR jsou respondenti na základě jejich skóre na škálách vztahové vyhýbavosti a vztahové úzkostnosti přiřazeni do jedné ze čtyř kategorií:

1. jistá vztahová vazba,
2. vztahová vazba nejistá ambivalentní (*preoccupied*),
3. vztahová vazba nejistá vyhýbavá (*dismissing*),
4. vztahová vazba nejistá bázlivě-vyhýbavá (*fearful-avoidant*).

Toto odpovídá čtyřkategorieálnímu rozdělení navrženému Bartholomewovou a Horowitzem (1991), které vychází z kombinací pozitivního – negativního vnímání sebe a druhých. Jistá vztahová vazba (*secure*) představuje pocit vlastní ceny a očekávání, že ostatní lidé jsou v základu přijímající a reagující. Vztahová vazba nejistá ambivalentní (*preoccupied*) je charakteristická pocitem vlastní bezcennosti a nemožnosti být milován spolu s pozitivním hodnocením druhých. Tato kombinace vede jedince k tendenci usilovat o sebepřijetí prostřednictvím získání přijetí druhými. Vztahová vazba nejistá vyhýbavá (*dismissing*) předpokládá pocit vlastní hodnoty, ale kombinovaný s negativním vnímáním druhých. Tito lidé se chrání před zklamáním tím, že se vyhýbají blízkým vztahům a udržují pocit nezávislosti a nezničitelnosti. Vztahová vazba nejistá bázlivě-vyhýbavá (*fearful-avoidant*) indikuje pocit bezcennosti a nemilovatelnosti v kombinaci s očekáváním, že ostatní budou negativně nastaveni

(nedůvěryhodní a odmítající). Tito lidé se prostřednictvím vyhýbání se přímé interakci s druhými chrání před jejich předpokládaným odmítnutím (Bartholomew & Horowitz, 1991).

		VNÍMÁNÍ SEBE - závislost	
		POZITIVNÍ	NEGATIVNÍ
VNÍMÁNÍ DRUHÝCH - vyhýbavost	POZITIVNÍ	Jistá vztahová vazba <i>secure</i> bezproblémová blízkost a autonomie	Vztahová vazba nejistá ambivalentní <i>preoccupied</i> zaujatý vztahy
	NEGATIVNÍ	Vztahová vazba nejistá vyhýbavá <i>dismissing</i> popírající vztahy, odmítající závislost	Vztahová vazba nejistá bázlivě-vyhýbavá <i>fearful-avoidant</i> strach z blízkosti, sociálně vyhýbavý

Diagram 1: čtyřkategoriální rozdělení vztahové vazby v dospělosti (Bartholomew & Horowitz, 1991)

1.8 Fáze vývoje vztahové vazby

Vztahová vazba se vyvíjí postupně ve vzájemné interakci matky a dítěte. Již při narození je dítě vybaveno primitivními behaviorálními mechanismy, které slouží jako základní stavební kameny vznikající vztahové vazby. Řadit mezi ně můžeme pláč, sání, věšení se na mateřskou osobu a orientaci. K nim se o několik týdnů později přidávají úsměv a žvatlání a za dalších několik měsíců lezení a chůze (Bowlby, 1982). Fáze vývoje vztahové vazby je určována vývojem kognitivních, percepčních a motorických schopností dítěte (Kulísek, 2000). Níže popsané členění vztahové vazby vhodné pro analýzu a srovnání je teoretickým konstruktem. Skutečná hranice mezi jednotlivými fázemi je neostrá (Bowlby, 1982).

1. fáze - Orientace a signály s omezenou schopností rozlišit vazebnou postavu

V této fázi se dítě chová klidem určitým charakteristickým způsobem, ale není schopno rozlišovat jednu osobu od druhé, je omezeno na čichové a sluchové podněty. Fáze trvá od narození až do minimálně osmi týdnů věku, obvykle však přibližně tři měsíce (Bowlby, 1982).

2. fáze - Orientace a signály určené jedné osobě

Ve čtyřech měsících věku dítě reaguje na lidi stejným způsobem jako v předchozí fázi, ale začínají se častěji objevovat reakce na matku a ubývá reakcí na cizí osoby. Fáze souvisí s vývojem percepčních a kognitivních schopností dítěte a trvá do asi šesti měsíců věku (Bowlby, 1982; Kulísek, 2000).

3. fáze - Udržování blízkosti s jednou osobou za využití pohybu a signálů

Během této fáze je dítě schopné rozlišit mezi matkou a cizími lidmi. K cizím přistupuje s extrémní opatrností, nejčastěji v dítěti vyvolávají obavy a stažení se. Repertoár reakcí dítěte se rozšířil o následování matky a vítání při jejím návratu. Dítě matku poprvé používá jako jistou základnu ke zkoumání okolního prostředí. Fáze začíná obvykle v šestém až sedmém měsíci věku. Může být i opožděna do začátku prvního roku života a to zejména u dětí, které měly menší kontakt s matkou. Fáze končí ve třech letech života dítěte (Bowlby, 1982).

4. fáze - Období cílesměrného vztahu a partnerství

Vývoj vztahové vazby je záležitostí prvních dvou až tří let života (Bowlby, 1982). Kolem čtvrtého roku věku začíná konečná fáze vztahové vazby - takzvané *cílesměrné partnerství* (*goal-corrected partnership*), kdy již dítě vnímá matku jako trvalý, víceméně předpokladatelný a nezávislý objekt. Vztah tak prochází velkou změnou. Dítě získává vhled a schopnost pochopení matčiných pocitů a motivů. Jeho obraz světa se stává mnohem komplexnější a jeho chování potenciálně flexibilnější. Dítě, které dosáhlo této fáze, již dokáže vzít v úvahu cíle druhých a upravit své plány v souladu s nimi. Není také již tolik vázáno na matku a přiměřená odloučení podporují jeho zdravý vývoj (Blanckovi, 1992 in Kulísek, 2000, s. 410; Kulísek, 2000).

1.9 Neurobiologie vztahové vazby

Léta 1990 až 2000 a iniciativa pod záštitou prezidenta Spojených států Amerických *Desetiletí mozku (Decade of the Brain)* otevřela současným vývojovým neurovědám řadu nových možností. Díky pokroku, který *Desetiletí mozku* umožnilo, mohou nyní neurovědy nabídnout detailnější psychoneurobiologické modely normálního i abnormálního vývoje. Jedna z předních osobností neuropsychologického výzkumu - Allan N. Schore v tomto období publikoval řadu výzkumných prací, které popisují aktivitu specifických oblastí mozku podílejících se na rozvoji a udržování vazebného chování u dítěte i matky. Za pozornost stojí, že výsledky jeho výzkumů uskutečněných za využití moderních neuro-zobrazovacích metod potvrzují Bowlbyho hypotetické předpoklady, které se staly pilíři jeho teorie vztahové vazby.

Podle Schora (2011) není řada mozkových struktur dítěte při narození ještě zralá a nezbytností pro jejich normální vývoj je interakce dítěte s jeho sociálním prostředím, tedy s primární pečující osobou, nejčastěji matkou. Klíčovou úlohu pro vznik, udržování a regulaci systému vztahové vazby hraje podle Schora (1994) orbitofrontální korová oblast a pravá hemisféra. Doba zrání těchto oblastí potvrzuje Bowlbyho hypotetický předpoklad o důležitosti prvních tří let života pro zdravý duševní vývoj dítěte.

1.9.1 Perinatální období a mozková aktivita

Při narození disponuje dítě plně funkčním pouze primitivním limbickým regulačním systémem - amygdalou. Ta vyhodnocuje jen „hrubé“ informace - podněty z vnějšího prostředí, reguluje autonomní nervový systém a fyziologickou excitaci (Chugani, 1996 in Schore, 2001, s. 31). Pravá amygdala je navíc známá tím, že se podílí na zpracování podnětů z čichového ústrojí (Zald, Lee, Fluegel, & Pardo, 1998, in Schore, 2001, s. 31), a proto se předpokládá, že má souvislost i se schopností novorozence rozpoznat mezi jinými pach matky (Porter, Cernoch, & McLaughlin, 1983, in Schore, 2001, s. 31).

Na úrovni mozkové kůry je při narození metabolicky aktivní pouze primární somatosenzorická korová oblast (Chugani, 1996, in Schore, 2001, s. 31), která zpracovává vjemy kinestetické a hmatové. Dítě proto již po narození reaguje na

doteky matky a vyžaduje fyzický kontakt s ní, který v něm vyvolává uklidňující pocity (*comfort contact*), což je základem budoucího vazebného chování. Tato zjištění jsou v souladu s původními pozorováními Harryho Harlowa (1958), která hovoří o tom, že mláďata opice makak rhesus již velmi záhy po narození aktivně vyhledávají fyzický kontakt s kůží matky, u které se snaží zůstat, jak nejvíce je to možné (Schore, 2001).

1.9.2 Orbitofrontální korová oblast a vnitřní pracovní modely

Orbitofrontální korová oblast se podílí na zásadních funkcích, které činí člověka člověkem. Můžeme mezi ně řadit sociální přizpůsobení, regulaci emocí, nebo také rysy, které definují osobnost jako individualitu (Cavada & Schultz, 2000, s. 205, in Schore, 2001, s. 35). Orbitofrontální korová oblast je obzvláště rozsáhlá v pravé hemisféře, která je zásadní pro nevědomé procesy a přisuzování emoční významnosti vnějším podnětům (Schore, 2000). Pravá hemisféra je zodpovědná za implicitní zpracování informací, zatímco hemisféra levá zpracovává informace více explicitní a více vědomé (Borenstein, 1998; Happaney, Zelazo, & Stuss, 2004).

Prostřednictvím zkušenosti dítěte s primární pečující osobou vznikají v rámci dozrávající orbitofrontální korové oblasti nevědomé tendence, které následně řídí chování v dalších letech života (Bechara, Damasio, Tanel, & Damasio, 1997, in Schore, 2001, s. 43). Tyto nevědomé regulační mechanismy, které následně ovlivňují strategie emoční regulace, jsou pevně zabudovány v implicitní paměti a odpovídají tomu, co Bowlby nazýval vnitřní pracovní modely (*internal working models*) (Schore, 2001).

Orbitální prefrontální kůra vstupuje do kritického období růstu v poslední čtvrtině prvního roku a dozrává v polovině druhého roku života, což je období, které koresponduje se začátky socializace. Protože zrání prefrontální korové oblasti probíhá v době, kdy dítě ještě nemá dostatečně vyvinutou slovní zásobu, lze usuzovat, že „základ našeho já (*core of Self*) je neverbální a nevědomý a spočívá ve způsobu emoční regulace a že vnitřní pocit jistoty a resilience vycházejí z intuitivního přesvědčení, že je možné regulovat vlastní afektivní stavy, buď svými copingovými strategiemi nebo prostřednictvím péče druhého člověka (Schore, 2001, s. 35).

Vnitřní reprezentace zkušeností vazebných vztahů jsou pak uloženy v implicitním - procedurálním paměťovém systému pravé hemisféry jako vnitřní pracovní modely, které jsou základem nevědomých strategií emoční regulace (Schore, 2014, s. 389). Toto zjištění je významné zejména pro vysvětlení změny v rámci psychotherapeutického procesu. Jak popsal Bowlby, jedna z možností změny jinak relativně stabilních vnitřních pracovních modelů je korektivní zkušenost uskutečněná v dobrém terapeutickém vztahu (Bowlby, 1988, in Hazan & Shaver, 1994, s. 7). Změna implicitních informací tedy neprobíhá pouhým naučením pacienta, jak zátěžové situace zvládat. Základem procesu psychotherapeutické změny jsou (korektivní) emoční zkušenosti zažité v rámci terapeutické aliance, kterých se účastní procesy pravých mozkových hemisfér pacienta i terapeuta (Schore, 2014).

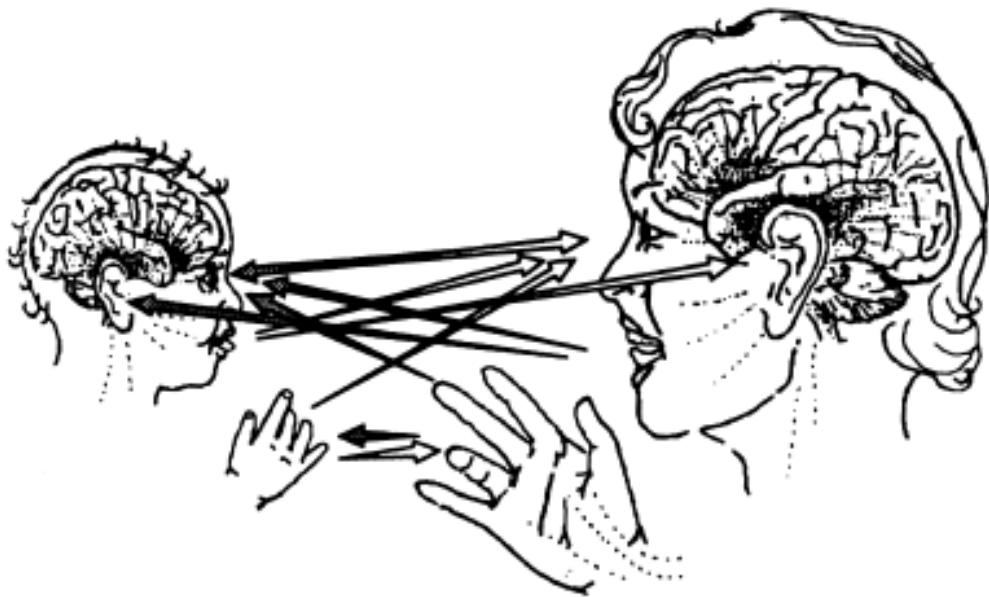
1.9.3 Vzájemné naladění a funkce pravé hemisféry

Pravá hemisféra nesouvisí pouze s působením vnitřních pracovních modelů, ale hraje zásadní roli v rámci celého systému vztahové vazby. Zjednodušeně se dá říci, že u dítěte zajišťuje pravá hemisféra vazebného chování a u matky schopnost dítě utěšit (*comforting functions*) (Schore, 1994, Schore, 2001).

Pravá hemisféra se u dospělých i dětí podílí na zpracování sociálně-emočních informací, na regulaci tělesných a emočních stavů (Schore, 1994), je zásadní pro nevědomé procesy, empatii (Schore, 2000) a pro implicitní zpracování informací (Happaney, Zelazo, & Stuss, 2004). Dozrává v raném dětství dříve než levá hemisféra a její fungování převažuje po dobu prvních tří let života (Chiron et al., 1997, in Schore, 2000, s. 32).

Řada studií potvrzuje, že rané sociální zkušenosti mají na vývoj pravé hemisféry zásadní vliv (Schore, 1994) a že emoční komunikace, která probíhá mezi matkou a dítětem v rámci vyvíjející se vztahové vazby, má přímý dopad na vývoj mozku dítěte. Pozorování emeritního profesora dětské psychologie a psychobiologie Colwyna Trevarthena dokonce hovoří o tom, že růst mozku dítěte výslovně vyžaduje interakci mezi dvěma mozky – matky a dítěte (*brain-brain interaction*), která probíhá v rámci pozitivního afektivního vztahu (Trevarthen, 1993, in Schore, 2001, s. 21).

Tato interakce mezi mozky matky a dítěte probíhá při vzájemných dlouhých pohledech z očí do očí. Prostředkem dorozumění obou partnerů dyády jsou poloha očí, vokalizace, gesta rukou, pohyby paží a hlavy. To vše působí dohromady a slouží k vyjádření emocí (Aitken & Trevarthen, 1993, in Schore, 2001, s. 22). Tato výměna vizuálních, prozodických sluchových a gestikulovaných signálů funguje jako emoční komunikace (*emotional communication*) a způsobuje vzájemné afektivní naladění matky a dítěte (*attunement*), které je podle Schora (2001) výsledkem komunikace mezi pravými hemisférami obou partnerů dyády.



Obrázek 1: Interakce mezi mozky matky a dítěte (Trevarthen, 2005)

1.10 Vztahová vazba v průběhu života

1.10.1 Principy stability a změny vztahové vazby

Podle teorie vztahové vazby nejsou zkušenosti dítěte s primární pečující osobou omezeny pouze na dobu raného dětství, naopak utvářejí osobnost a ovlivňují celý život. Bowlby (1979, s. 129) tuto problematiku postihl slovy: „Ačkoli je vazebné chování nejvíce patrné v době raného dětství, přetrvává a charakterizuje lidské bytosti od kolébky až do hrobu.“ Bowlby předpokládá, že projevy vazebného chování

jako je pláč, volání, následování nebo protest při odloučení s věkem vymizí, ale tyto vzorce zůstávají nadále v repertoáru lidského chování. Objevují se, pokud je člověk rozrušený, nemocný nebo cítí strach (Bowlby, 1979).

Předpokládá se, že funkce a dynamika vazebného systému zůstává stejná v průběhu celého života. Dá se ale říci, že vztahová vazba se postupně přesouvá z „externí“ zjevné formy pozorovatelného chování dítěte do „interní“ podoby vnitřních očekávání a přesvědčení (Main, Kaplan, & Cassidy, 1985). Zatímco malé děti vyžadují fyzický kontakt s primární pečující osobou, větší dítě nebo dospělý dokáže nakládat s vědomím, že jeho významné osoby jsou dosažitelné, pokud by to bylo potřeba (Hazan & Shaver, 1994).

Ačkoli bylo pro zjištění stability vztahové vazby v čase provedeno již mnoho výzkumů i longitudinálních studií, zůstává tato otázka nadále předmětem diskuzí. Výzkumy uskutečněné poté, co Ainsworthová popsala jednotlivé typy vztahové vazby, potvrdily, že typ vztahové vazby má tendence přetrvávat minimálně po dobu prvních několika let v případě, že rodinné podmínky, ve kterých dítě vyrůstá, jsou stabilní. Může se ale změnit, pokud se změní sociální podmínky (Egeland & Farber, 1984, in Hazan & Shaver, 1994, s. 7; Vaughn, Egeland, Sroufe, & Waters, 1978, in Hazan & Shaver, 1994, s. 7).

Teorie vztahové vazby nehovoří o naprosté neměnnosti typu vztahové vazby, nicméně stejně, jako je to se všemi myšlenkovými konstrukty, mají vnitřní pracovní modely tendenci přetrvávat v nezměněné podobě. Důvodem je to, že vnitřní pracovní modely samy organizují informace související se vztahovou vazbu a umožňují nebo zabraňují vstupu informacím podle jejich vztahu k dosavadním zkušenostem (Main, Kaplan a Cassidy, 1985) a také proto, že základní strategie zpracování informací je přizpůsobit nové informace stávajícím schématům spíše než existující schémata měnit (Fiske & Taylor, 1991, in Hazan & Shaver, 1994, s. 7).

Bowlby sám hovořil o několika možnostech jak vnitřní pracovní modely měnit. Je tím schopnost přemýšlet o vlastním vnitřním pracovním modelu a reflexe, dále pak korektivní zkušenost zažitá ve vztahu. Obojí výše uvedené se uskutečňuje v rámci dobré terapeutické aliance (Bowlby, 1988, in Hazan & Shaver, 1994, s. 7).

1.10.2 Vliv kvality vztahové vazby v dětství

Výzkumy dětí ukazují, že typ vztahové vazby stanovený ve 12 měsících je až do pátého roku života relativně stabilní (Brisch, 2011). Studie Mainové a Cassidyové (1988) hovoří dokonce o 80% shodě typu vztahové vazby ve 12 měsících a s vazbou spojeným chováním v šesti letech.

Rozdíl mezi jistě a nejistě připoutanými dětmi se projevoval v chování ve školce i v pozdějších letech. Ve školce se děti s jistou vztahovou vazbou od těch s nejistou lišily nejen kvalitou hry, ale i při nacházení řešení konfliktních sociálních situací (Suess, Grossmann, & Sroufe, 1992). Jiný výzkum ukázal, že desetileté děti, které měly v 12 měsících jistou vztahovou vazbu, vykazovaly v emocionálně zatěžujících situacích i při řešení běžných problémů silnější vazebné chování, měly realističtější přátelské vztahy a méně konfliktů. Naopak děti, s nejistým připoutáním obtížněji hovořily o emocionálně zatěžujících tématech (Scheuerer-English, 1989, Brisch, 2011, s. 67).

Studie Sroufeho a jeho spolupracovníků (1983) se zaměřila na vztah mezi vztahovou vazbou v dětství a závislostí v pozdějším věku (závislostí ve smyslu spoléhání se dítěte na péči, pozornost a asistenci dospělého). Výsledky jeho longitudinální studie naznačují, že děti, které byly v raném věku efektivně závislé (s jistou vztahovou vazbou), mohou být v pozdějších letech v efektivně nezávislé. Sroufe to vysvětluje tak, že pokud děti zažívaly s citlivými pečujícími rodiči v raném dětství pocit, že jsou jejich potřeby naplňovány, předpokládají ve vyšším věku, že okolní svět je ovlivnitelný, a proto vyhledávají pozornost pozitivními cestami. Na základě toho badatelé usuzují, že přílišná závislost souvisí s kvalitou raného vztahu mezi matkou a dítětem (Sroufe, Fox, & Pancake, 1983).

Řada dalších studií potvrzuje, že rané zkušenosti vztahové vazby se projevují v pozdějším věku nejen u (ne)závislosti, ale i v dalších oblastech např. ve spoléhání se sám na sebe, ve vědomí vlastní účinnosti (*efficacy*), ego-resilienci a v dalších oblastech. Děti s jistou vztahovou vazbou předpokládají, že stejně, jako tomu bylo v raném dětství, povede jejich snaha k naplnění jejich potřeb. Oproti tomu děti s historií úzkostné vztahové vazby očekávají, že jejich úsilí nebude efektivní, a proto musí spíš spoléhat na aktivitu druhých (Cassidy & Shaver, 2002).

Podobně se zdá, že historie vztahové vazby může být prediktorem míry zažívané úzkosti, hněvu a míry empatie. Výsledky několika longitudinálních studií naznačují, že děti s ambivalentním typem vztahové vazby mívají častěji problémy s pocitem úzkosti. Autoři se domnívají, že tomu tak je pravděpodobně v důsledku neustálé ostražitosti, kterou v rámci raného vztahu vyvinuly. Děti s dezorganizovaným nebo vyhýbavým typem vztahové vazby v pozdějších letech vykazovaly častěji hostilní a agresivní chování a to i k rodičům i k vrstevníkům. Toto chování může být reakcí na dlouhodobé odmítání a nedostatečnou citlivost jejich pečovatelů. Naproti tomu se zdá, že děti s jistým typem vztahové vazby v rámci raného vztahu vyvinuly základ empatie. Do nových vztahů přinášely citlivost k pocitům druhých a vzorce emoční regulace, v rámci kterých ten člověk, který není rozrušený, pomáhá druhému (Cassidy & Shaver, 2002).

1.10.3 Vliv kvality vztahové vazby v dospělosti

Teorie vztahové vazby měla na začátku ambice být koncepcí, která vysvětluje povahu, dynamiku a efekty intimních lidských vztahů ve *všech* fázích života (Diamond, & Fagundes, 2008). Navzdory tomu, že od doby vzniku teorie proběhla celá řada studií zkoumající vliv vztahové vazby na různé oblasti lidského počínání, okamžik, kdy budeme schopni na základě kvality vztahové vazby podat kompletní vysvětlení jevů, je stále v nedohlednu.

Celkově se dá říci, že hlavní problém spočívá v tom, že valná většina výzkumů nepostihuje a ani postihnout nemůže život jedince od raných vztahů až po aktuální projevy. Výzkumy se buď vývojově zaměřují na vztahovou vazbu mezi dítětem a pečovatelem případně na projevy v dětství, nebo zkoumají určité charakteristiky dospělých, ale již ve vztahu k reprezentaci vztahové vazby v dospělosti. Výzkumníci obou "táborů" navíc zdůrazňují odlišné aspekty vztahové vazby a také užívají odlišné metody jejího měření (Diamond, & Fagundes, 2008).

Studií, které zkoumají tuto problematiku od počátků raných vztahů dítěte až do jeho dospělosti, je v současnosti k dispozici skutečně málo. Proto je nesmírně cenný přínos projektu *Minnesotská longitudinální studie rodičů a dětí*, který je v běhu od roku 1975 a přináší detailní informace o vlivu raných zkušeností na vývoj v dalších etapách

života. Tento masivní projekt v roce 1975 vybral 267 těhotných žen prvorodiček z rizikových skupin a od narození zkoumá život jejich dětí v různých oblastech (škola, rodinné prostředí, sociální a romantické vztahy). Hlavním cílem je identifikovat faktory dobrého rodičovství, zdravého vztahu mezi rodičem a dítětem a obecně protektivní a rizikové faktory, které ovlivňují zásadní oblasti života (Erickson & Egeland, 2004).

Autoři studie Sroufe, Egeland, Carlsonová a Collins (2009) zdůrazňují vliv kvality raných vztahů hned v několika oblastech. Výsledky jejich studie naznačují, že schopnost emoční blízkosti v romantických vztazích v mladém dospělosti je silně ovlivněna kvalitou rané péče a zejména kvalitou vztahové vazby (s. 200). Kvalita vztahové vazby v období 12 - 18 měsíců věku dítěte ovlivňuje také jeho schopnost celkového přizpůsobení v 19 letech (s. 202) a objevuje se jako proměnná působící na jeho schopnost řešit konflikty v mladém dospělosti (s. 204).

Autoři zaznamenali také vliv kvality vztahové vazby na studijní výsledky v mladém dospělosti. Když porovnali skupinu studentů, kteří v mladém dospělosti studia nedokončili, se skupinou těch, kteří školu dostudovali, zjistili vliv několika proměnných. Nejsilněji působící proměnná nebyla překvapující a odpovídala celkovému odcizení studenta od školních záležitostí - jednalo se o problémy s chováním v 6. třídě základní školy (Wilkes lambda = 0,83). Překvapivá je ale v pořadí druhá nejsilněji působící proměnná a tou je kvalita rané péče (= 0,77) a následně třetí proměnná - angažovanost rodičů v 6. třídě věku studenta (= 0,74). Všechny tyto proměnné měly výrazně větší vliv, než skóre IQ (Sroufe et al., 2009, s. 211).

Minnesotská studie jednoznačně prokázala vliv raných vztahů na další vývoj jedince. Sroufe (1988) nicméně zdůrazňuje, že vztahovou vazbu je potřeba vnímat nikoli jako „hlavní efekt“, který je příčinou zdravého nebo patologického vývoje ve smyslu lineární kauzality, ale jako rizikový faktor, který působí v kombinaci s vlivy prostředí a vývojovými změnami u dítěte i u rodiče (Sroufe, 1988, in Eder, 2012, s. 273).

2. Resilience

Největším vítězstvím není nikdy nepadnout, ale dokázat pokaždé znovu vstát.

Konfucius

Pojem psychické odolnosti - resilience představuje dle anglické odborné terminologie odolnost, pružnou a elastickou nezdolnost, která posiluje životní síly. Termín resilience pochází etymologicky z latinského „salire“ (odpružit, rychle vyrůst) a „resilire“ (odskočit) (Kebza & Šolcová, 2008).

Ohledně vymezení resilience je v současné literatuře vedena rozsáhlá diskuze (Kebza & Šolcová, 2008) a ani v oblasti definice resilience, nepanuje všeobecná shoda. Někteří autoři ji chápou jako osobnostní rys případně soubor osobnostních rysů, jiní jako pozitivní adaptaci, či faktory, které pozitivní adaptaci zprostředkovávají, další jako proces či mechanismus, díky kterému faktory působí, jiní jako výsledek adaptace (Kauppi & Shaikh, 2010).

Odborníci se nicméně shodují na tom, že resilience je „multifaktoriálně podmíněný vícerozměrný jev, který lze charakterizovat jako dispozici člověka rozvíjet sebe, své kompetence a zrát v nepříznivých životních podmínkách“ (Gordon, 1985, in Kebza & Šolcová, 2008, s. 2).

Lutharová a Cicchetti (2000) definují resilienci jako „dynamický proces zahrnující pozitivní adaptaci v kontextu výrazně nepříznivých okolností“, přičemž jsou zásadní dvě podmínky: 1) jedinec musí být vystaven extrémně ohrožujícím nebo krutým okolnostem a 2) navzdory tomu v rámci svého vývoje dosáhnout pozitivní adaptaci (s. 543).

2.1 Vývoj konceptu resilience

Zkoumání faktorů, které vedou k adaptivitě v době nepříznivých okolností, mají dlouhou historii a začaly sledováním osob trpících schizofrenií. První studie se zaměřovaly především na pochopení maladaptivního chování a na část pacientů, které vykazovaly relativně adaptivní vzorce chování. V sedmdesátých letech dvacátého století badatelé objevili, že pacienti s méně těžkým průběhem onemocnění byli před propuknutím nemoci relativně úspěšní v práci, mezilidských vztazích a

manželství (Garmezy, 1970; Zigler & Glick, 1986, in Luthar & Cicchetti, 2000, s. 544). Aspekt sociální kompetence je i v současné době považován za typický pro relativně resilientní průběh onemocnění (Luthar & Cicchetti, 2000).

Současně výzkum dětí matek trpících schizofrenií doložil, že mnoho z těchto dětí navzdory vysoce rizikovým okolnostem prospívalo dobře. To upozornilo na důležitost tématu dětské resilience a pochopení individuálních rozdílů v reakci na zátěžové situace (Luthar & Cicchetti, 2000).

V dalších letech následovalo rozšíření výzkumu resilience do širokého spektra oblastí, jako byly socioekonomicky znevýhodněné osoby, mentální onemocnění rodiče, týrání, chudoba, chronické onemocnění, katastrofické události. Cílem výzkumů bylo definovat profily dětí se zdravou adaptabilitou a porovnat s profily dětí, které tak dobře adaptované nebyly (Luthar & Cicchetti, 2000). Výsledkem bylo definování tří oblastí – faktorů, které hrály ve vývoji resilience roli: 1) vlastnosti samotného dítěte, 2) vlastnosti rodiny a 3) charakteristiky širšího sociálního prostředí (Werner & Smith, 1982, 1992, in Luthar & Cicchetti, 2000, s. 544).

2.2 Protektivní faktory a koreláty resilience

Podobně Kebza a Šolcová (2008) dělí zdroje resilience do tří oblastí: 1) individuální dispozice, 2) sociální oblast a 3) oblast somatická nebo také fyzická zdatnost. Podle obou autorů lze mezi hlavní podpůrné faktory psychické odolnosti řadit dispoziční optimismus, (religiózní i nereligiózní) spiritualita a fyzická kondice (Kebza & Šolcová, 2003, in Kebza & Šolcová, 2008, s. 4).

Protektivním faktorům a korelátům resilience se věnuje i řada zahraničních výzkumů. V rámci nich se opakovaně potvrdilo, že resilientní adaptabilita úzce souvisí s dobrými rodinnými vztahy (v biologické či náhradní rodině). Citlivá péče, kompetentní a vnímavá pečující osoba se zásadně podílí na zdravém vývoji dítěte ve všech oblastech. Takový rodič také za okolností výrazně nepříznivých podmínek ví, jak efektivně reagovat na hrozbu a zajistit dítěti maximální možnou ochranu. Jiným výrazným prediktorem dobrého vývoje v nepříznivých podmínkách je skóre IQ, které hraje ještě větší roli v situaci aktuálního ohrožení (Masten et al., 1999, in Wright, Masten, & Narayan, 2013).

Mezi další protektivní faktory tyto výzkumy řadí: z oblasti charakteristik jedince adaptabilní temperament v kojeneckém věku, dobré kognitivní schopnosti, schopnost jednat s vrstevníky, efektivní strategie emoční regulace a regulace chování, pozitivní vnímání sebe (sebevědomí, vnímání osobní zdatnosti *self-efficacy*), pozitivní vnímání světa (*hopefulness*), víra ve smysl života, charakteristiky pozitivně hodnoceny společností (talent, smysl pro humor, atraktivita). Z oblasti rodiny a prostředí s resilientní adaptabilitou koreluje stabilní a podporující rodinná atmosféra, harmonické vztahy mezi rodiči, citlivá primární pečující osoba, pozitivní vztah mezi sourozenci, socioekonomicky výhodné postavení, víra a náboženská sounáležitost, dobré sousedské vztahy, ale i dobré životní prostředí a dostupné volnočasové a rekreační aktivity (Wright et al., 2013).

Psychická odolnost – resilience jako protektivní faktor projevuje svůj vliv při okolnostech zátěže přímo nebo nepřímo. Bud' „přímo působí na fyziologické procesy a funguje jako mediátor, nebo se nepřímo uplatňuje při kognitivním hodnocení a výběru vyrovnávacích strategií a funguje tedy jako moderátor“ (Kebza & Šolcová, 2008, s. 4).

Otázkou stability a přetrvávání charakteristik vulnerability a resilience od dětství do dospělosti se pokusila objasnit studie uskutečněná v kalifornském Davisu. Na základě sledování 850 mužů a žen autoři studie potvrdili, že charakteristiky vulnerability a resilience v dětství ve slabé míře ovlivňují adaptaci a zvládání stresu v dospělosti (Aldwin, Levenson, & Spiro, 2000, in Kebza & Šolcová, 2008, s. 11).

2.3 Koncepce psychické odolnosti

Mezi koncepce resilience – odolnosti Kebza a Šolcová (2008) řadí Blockův koncept ego-resilience, self-efficacy Alberta Bandury, koncepce hardiness Suzanne Kobasové, naučený optimismus Martina Seligmana, Rotterův locus of control, Antonovského sense of coherence.

2.3.1 Ego-resilience

Koncept *ego-resilience* byl vytvořen J. Blockem v 90. letech dvacátého století (Kebza & Šolcová, 2008). Ego-resilience představuje dynamickou schopnost jedince měnit úroveň kontroly v reakci na požadavky prostředí. Osoby s vysokou mírou kontroly *Overcontrolled* potlačí impulsy a afekty i v situacích, kdy to není nezbytně nutné. Naopak osoby s nízkou mírou kontroly *Undercontrolled* projevují impulsy a afekty v každé situaci i v těch, kdy to není vhodné. *Ego-resilientní* jedinci jsou charakterističtí schopností modifikovat úroveň kontroly tak, aby byla odpovídající a vhodná situačnímu kontextu. Naopak osoby s nižší mírou ego-resilience jsou více limitovány ve smyslu projevoování a potlačování impulsů vždy stejnou měrou (Letzring, Block, & Funder, 2005).

2.3.2 Self-efficacy

Pojem *self-efficacy* je jedním ze základních stavebních kamenů Bandurovy teorie sociálního učení. Termín v češtině nemá jednoznačný překlad (překládán bývá jako sebeuplatnění, sebeúčinnost, vnímaná osobní zdatnost) a vyjadřuje důvěru ve vlastní schopnosti řídit a ovlivňovat dění (Slezáčková, 2012). Sám Bandura (1977) definoval *self-efficacy* jako „přesvědčení jedince, že může úspěšně uskutečnit aktivitu, která je zapotřebí k dosažení požadovaných výsledků“ (s. 193).

Podle Bandury (1977) se přesvědčení o *self-efficacy* odlišují v rámci tří dimenzí: ve velikosti *magnitude*, která představuje míru náročnosti úkolu, v zobecnitelnosti *generality*, která charakterizuje, zda lze zkušenost vztáhnout pouze na aktuální situaci, nebo zda může ovlivnit míru *self-efficacy*, a v síle *strength* tedy v dosažitelnosti a zvládnutelnosti cíle.

Hodnocení *self-efficacy* vychází ze čtyř druhů zkušeností: první nejúčinnější je osobní zkušenost při uskutečnění úkolu, další je zástupná zkušenost, kde druhí dosahující cíle slouží jako vzor, dále verbální přesvědčování jedince o jeho schopnostech (Kebza & Šolcová, 2008) a poslední je jeho uvědomění míry emočního nabuzení jako indikátoru zvládnutelnosti náročné situace (Bandura, 1977).

2.3.3 Hardiness

Pojem *hardiness* vyjadřuje tuhost, pevnost, nezdolnost, zocelenost nebo také schopnost usilovně bojovat v obtížné situaci. Koncept *hardiness* byl vytvořen Suzanne C. Kobasovou a jejími spolupracovníky, kteří usilovali o identifikování a rozvíjení osobnostních předpokladů, které by zvýšili rezistenci vůči onemocněním. Jejich výzkum, který se soustředil na charakteristiky několika stovek vedoucích pracovníků a jejich reakcí na stresové životní události, ukázal, že osoby, které byly po těchto událostech méně často nemocné, vykazovali vyšší aktivitu v pracovní i mimopracovní oblasti, v situacích zátěže spatřovali výzvu k měření sil a věřili, že mohou běh událostí svou aktivitou ovlivnit (Kobasa, 1979).

Následně byla týmem provedena longitudinální studie, v rámci které byla po dobu dvou let sledována nemocnost vedoucích pracovníků v závislosti na míře působících stresorů. Její výsledky potvrdily, že méně nemocní byli ti vedoucí pracovníci, kteří vykazovali výše uvedené charakteristiky (Kebza & Šolcová, 2008).

Výsledkem práce Kobasové a spolupracovníků byl osobnostní konstrukt nazvaný nezdolnost *hardiness*, který má několik složek: 1) výzva *challenge* představuje schopnost vnímat stres a zátěž jako příležitost k bojovnému nasazení ve smyslu sportovního utkání, 2) ztotožnění se s něčím, zaujetí pro něco *commitment* představuje schopnost plně se věnovat a oddat se dané činnosti a 3) kontrola a řízení *controll* vyjadřuje schopnost řídit události i v případě toho, že se nevyvíjejí pozitivně (Kebza & Šolcová, 2008).

2.3.4 Optimismus jako explanační styl

Ideu *optimistického explanačního stylu* vytvořili Martin Seligman a jeho spolupracovníci v rámci Pensylvánské University (Forgeard & Seligman, 2012). Seligman hovoří o optimismu a pesimismu jako o explanačním stylu, tedy jako o způsobu, jak si člověk vysvětluje příčiny událostí v jeho životě (Seligman, 2006).

Myšlenka Seligmana a jeho spolupracovníků byla inspirována studii, které prokázaly, že se většina - ale ne všechna - zvířata (Seligman & Maier, 1967, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 109) a lidé (Hiroto & Seligman, 1975, in Forgeard &

Seligman, 2012, s. 109) vzdávají a stávají se bezmocnými, pokud jsou vystaveni stresorům, které nemohou ovlivnit, a nadále se chovají bezmocně i v případě, že stresory již možné ovlivnit lze. Tento fenomén nazvali naučená bezmocnost (*learned helplessness*)(Forgeard & Seligman, 2012).

Seligman a jeho spolupracovníci dále zkoumali, proč se někteří lidé nikdy nevzdávají a jiní se po vystavení nekontrolovatelnému stresoru stávají bezmocní. Odpověď našli ve způsobu, jakým si jedinci vysvětlovali nekontrolovatelnost situace, kterou zažili. Osoby, které vykazovaly naučenou bezmocnost, měly tendenci využívat *pesimistický explanační styl*, tedy věřily, že negativní události jsou stabilní ("*tak to bude v budoucnu vždy*") a mají globální důsledky ("*celý můj život je v troskách*"). Často se také za negativní průběh události obviňovaly ("*je to moje vina*") (Abramson et al., 1978, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 110).

Naproti tomu osoby, které se bezmocné nestaly, byly charakteristické *optimistickým explanačním stylem*, tedy věřily, že špatné události jsou nestabilní ("*to bude brzy v pořádku*") a specifické ("*jiné věci se stále vyvíjejí dobře*") (Seligman, 2006). Optimismus a pesimismus tedy působí jako silný kognitivní filtr, který mění vnímání světa a ovlivňuje, jak jedinec reaguje a přizpůsobuje se novým situacím (Forgeard & Seligman, 2012).

Způsob, jakým si lidé vysvětlují události, které se jim přihodily, ale ovlivňuje mnoho dalších oblastí života. Řada výzkumu naznačuje, že optimisté zažívají vyšší úroveň subjektivní pohody (Scheier et al., 2001, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 111), optimismus souvisí i s vyšší úrovní subjektivní pohody tváří v tvář stresujícím událostem, jako je porod (Carver & Gaines, 1987, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 111), léčba rakoviny prsu (Carver et al., 1994, 2005, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 111) nebo období po neúspěšném in vitro oplodnění (Litt et al., 1992, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 111). Mnoho studií prokázalo, že optimismus souvisí s pomalejší progresí onemocnění. Optimismus může například zpomalovat rozvoj aterosklerózy (Matthews et al., 2004, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 111) a AIDS (Matthews et al., 2004). Jedna skupina výzkumníků (Allison et al., 2003, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 111) zjistila, že optimističtí pacienti nemocní rakovinou přežili častěji jeden rok po stanovení diagnózy než pesimističtí pacienti. Navíc studie zkoumající psychologické charakteristiky olympijských vítězů poukázala na to, že tito sportovci mají vyšší než

průměrnou úroveň optimismu a naděje (Gould et al., 2002, in Forgeard & Seligman, 2012, s. 111).

Evoluční teorie předpokládají, že optimismus a pesimismus slouží připravenosti jedince. Zatímco pesimismus je adaptivní, když je zřejmé, že v blízké budoucnosti požadovaného cíle nelze dosáhnout, optimismus je hnací silou do nejisté a potenciálně nebezpečné budoucnosti, což bylo pro naše pravěké předky jistě důležité (Carroll et al, 2006, Sweeny et al, 2006 in Forgeard & Seligman, 2012, s. 115). Ve většině případů se optimismus zdá být nejlepší strategií, protože napomáhá získat zdroje k naplnění cílů, vytrvat a být otevřen příležitosti (Forgeard & Seligman, 2012).

2.3.5 Locus of control

Další osobnostní rys ovlivňující adaptabilitu a zvládání stresu popsal Julian Rotter (1966) pod názvem *locus of control* (LoC). Tento rys, který původně vychází z Rotterovy teorie sociálního učení, představuje přesvědčení jedince a jeho následná očekávání o tom, do jaké míry a jak je schopen kontrolovat události v jeho životě. Na základě toho, zda jedinec považuje kontrolu událostí za možnou a realizovatelnou nebo nikoli, hovoříme o dvou lokalizacích místa kontroly: interním a externím (Slezáčková, 2012).

Lidé s *interním LoC* (osoby s vnitřním místem kontroly, internalisté) jsou přesvědčeni, že události v jejich životě jsou závislé na jejich činech a chování nebo na jejich vlastních relativně trvalých charakteristikách. Naopak osoby s *externím LoC* (osoby s vnějším místem kontroly, externalisté) předpokládají, že tyto události nejsou úplně závislé na jejich vlivu a v naší kultuře je obvykle vysvětlují jako výsledek štěstí, osudu nebo jako zásluhu někoho jiného mocnějšího, či vnímají okolnosti dění v jejich životě jako příliš složité a tudíž nepředvídatelné (Rotter, 1966).

Rotter chápal LoC jako jednodimenzionální konstrukt s interním LoC na jedné straně kontinua a externím LoC na straně druhé. Každý jedinec se nachází v určité vzdálenosti od obou pólů, což definuje lokalizaci místa jeho kontroly. Pro stanovení míry internalismu nebo externalismu vyvinul Rotter škálu I-E (*I-E Scale*). Protože generalizovaná očekávání LoC vznikají prostřednictvím opakované zkušenosti v řadě

situací, předpokládá se, že zejména u dospělých budou v čase stabilní (Baum, Newman, Weinman, West, & McManus, 1997).

Lokalizace místa kontroly ovlivňuje celou řadu oblastí v lidském životě. Již výzkumy realizované krátce po představení teorie doložily, že lokalizace místa kontroly vykazuje opakovaně souvislost s kvalitou přizpůsobení s tím, že osoby s vnějším místem kontroly vykazovaly signifikantně horší přizpůsobení, než internalisté. V rámci osobnostních sebeuposuzovacích škál se také internalisté hodnotili jako více aktivní, silní, snažící se dosáhnout cíle, nezávislí a efektivní (Hersch & Scheibe, 1967).

Lokalizace místa kontroly bývá v mnoha studiích spojována s depresí a někteří badatelé ji spojují i s úzkostnými poruchami. Výzkumy zaměřené na vztah LoC a deprese dokládají souvislost míry depresivity s mírou externí lokalizace místa kontroly (Costello, 1982, in Dow, 2008, s. 7). V oblasti výzkumu úzkosti zjistili Robinson a Kelleyová (1998) že děti, jejichž otcové byli workoholiky, byli úzkostnější a měli signifikantně vyšší míru externího LoC než děti, jejichž otcové workoholici nebyli (in Dow, 2008, s. 9).

V oblasti zdraví hovoří studie zkoumající pacienty trpící Parkinsonovou nemocí o negativním vztahu mezi externím LoC a kvalitou života a o pozitivní korelaci s mírou stresu a závažností onemocnění (Rizza, Gison, Bonassi, Dall'Armi, Tonto, & Giaquinto, 2015). Vnější místo kontroly je také typické pro pacienty, kteří se léčí se závislostí na alkoholu (Prakash et al., 2015).

Sandler a Lakey (1982) se zaměřili a porovnání osob s interním a externím místem kontroly a jejich využití sociální opory v situacích stresu. Jak se dalo očekávat, internalisté, kteří byli více přesvědčení o možnosti kontrolovat běh událostí v jejich životě, využili sociální opory jako ochrany proti stresu. Naopak externalisté sice obdrželi větší podporu, ale navzdory tomu vykazovali vyšší míru deprese a úzkosti. Autoři dospěli k závěru, že "se internalisté a externalisté mohou lišit ve způsobu, jakým podporu přijímají, v její interpretaci nebo v dalších krocích, které poté učiní" (s. 77).

Obecně se dá konstatovat, že lokalizace místa kontroly, konkrétně přesvědčení, že okolnosti, ve kterých se jedinec nachází, může změnit, má vliv na jeho adaptabilitu a strategie zvládnání stresu (Poll & De Nour, 1980, in Kohli, Batra, & Aggarwal, 2011).

Vnitřní místo kontroly je také považováno za důležitý faktor dobrého přizpůsobení v případě chronických onemocnění (Cvengros, Christensen, & Lawton, 2005, in Kohli, Batra, & Aggarwal, 2011).

2.3.6 Sense of coherence

Autorem koncepce *sense of coherence* (SOC) je izraelský sociolog medicíny Aaron Antonovsky. U zrodu této koncepce stála jeho epidemiologická studie zaměřená na izraelské ženy ve středním věku, která přinesla neočekávané výsledky (Vossler, 2012). Antonovsky, který zkoumal přizpůsobení žen, které přežily koncentračními tábory, zjistil, že přibližně třetina (Vossler, 2012) z nich byla navzdory extrémnímu traumatu v dobrém psychickém i zdravotním stavu (Antonovsky, Maoz, Dowty, & Wijsenbeek, 1971). Tato zjištění se stala základem jeho koncepce.

Antonovsky definuje sense of coherence jako globální orientaci, která vyjadřuje míru, do které má jedinec pocit, že 1) podněty v jeho životě jsou strukturované, předvídatelné a vysvětlitelné (*srozumitelnost*), 2) zdroje, které jedinec potřebuje, jsou dosažitelné (*zvládnutelnost*) a 3) cíle, kterých chce jedinec dosáhnout, jsou výzvou, stojí za úsilí a snahu (*smysluplnost*) (Antonovsky, 1987, in Wiesmann, & Hannich, 2013, s. 913). Tato definice zahrnuje tři složky SOC:

1) *Srozumitelnost* souvisí s *kognitivní stránkou*. Je to chápání podnětů a světa okolo jako předvídatelných a srozumitelných, ne chaotických, náhodných nebo nevysvětlitelných. Osoba s vysokou mírou srozumitelnosti vidí sebe a ostatní lidi jakou součást celkového obrazu světa. Podobně je tomu s životními těžkostmi. Jsou součástí života, nejsou však nevysvětlitelné, dají se předvídat, a tak je možné je vydržet. Sociální vztahy s lidmi takový člověk vnímá jako přátelské, důvěryhodné a solidní. Naopak v případě nízké míry srozumitelnosti postrádá jedincovo vnímání světa pravidla a řád, čímž se svět stává nevypočitatelný. V sociální oblasti žije s představou, že předsudky jsou děsivé, nevysvětlitelné a nevyvratitelné, což vede k obtížím v sociální komunikaci a nedorozuměním s druhými (Křivohlavý, 1990).

2) *Zvládnutelnost* souvisí s *instrumentální* oblastí. Vyjadřuje přesvědčení, že bude možné se vyrovnat s nároky situace pomocí zdrojů, které jedinec může ovládat (např. dovednosti, schopnosti, materiální zdroje), nebo ze zdrojů dalších osob, kterým jedinec důvěřuje (např. podpora a pomoc od ostatních). Zvládnutelnost vyjadřuje povědomí přiměřenosti (adekvátnosti) vlastních sil a možností ve vztahu k řešení dané situace. Lidé se silným smyslem pro zvládnutelnost se necítí být obětmi nepříznivých okolností, a věří, že stresory mohou ovlivnit. Nízká míra zvládnutelnosti by se naopak dala vystihnout slovy „zvládnout se to nedá“, což ve značné míře odpovídá Seligmanově naučené beznaději a bezvýchodnosti i Rotterově externímu LoC (Křivohlavý, 1990).

3) *Smysluplnost* souvisí s *emocionální* stránkou postoje k životu (Křivohlavý, 1990). Vyjadřuje přesvědčení, že nároky života a prostředí jsou spíše výzvou než břemenem a jsou hodny snahy a emoční investice. Pokud jsou jedinci se silným smyslem pro smysluplnost vystaveni negativním nebo obtížným situacím, pokouší se dát těmto zkušenostem smysl a vyvinout veškeré úsilí se se situací vyrovnat (Vossler, 2012). Tito lidé se v sociálních interakcích vnímají jako schopní ovlivňovat dění, a proto věří, že s druhými jde spolupracovat a vzájemně se doplňovat. Naopak nízká míra smysluplnosti vede k odcizení a neangažování na tom, co člověk dělá. Dochází ke snižování sociálních kontaktů a často až k sociální izolaci (Křivohlavý, 1990).

Za nejvýznamnější složku SOC je považována komponenta třetí – *smysluplnost*. Předpokládá se totiž, že při obtížích člověku nepomůže samotné pochopení situace ani vědomí, že situaci zvládne, pokud nemá motivaci snažit se obtíže překonat. Antonovsky (1987, in Vossler, 2012, s. 71) sám uváděl, že jeho koncept se v některých oblastech překrývá s dalšími koncepcemi, jako je Bandurova self-efficacy, Kobasové hardiness nebo Rotterova lokalizace místa kontroly. Nicméně to, že na salutogenezi se u SOC podílí i *pochopení*, je největší odlišností Antonovského myšlenky od ostatních konceptů (Vossler, 2012).

Antonovsky a Souraniová (1988) rozšířili SOC konstrukt i na úroveň rodiny. Na vzorku 60 manželských párů, u nichž byl manžel z důvodu nemoci či zranění invalidní více než dva roky, sledovali, jak se byla rodina schopna vypořádat s krizí. Studie

ukázala, že míra *rodinného SOC (family sense of coherence)* souvisí mírou spokojenosti obou manželů v různých oblastech života a také s úspěšným vyrovnáním se se stresující rodinnou událostí. Autoři rovněž tvrdí, že kolektivní SOC v rámci rodiny může jako "sdílený konstrukt reality" (Reiss, 1981, in Antonovsky & Sourani, 1988, s. 86) ovlivnit vývoj individuálního SOC u rodinných příslušníků.

Je důležité si v této souvislosti uvědomit, že silný SOC neplní pouze funkci strategie zvládání zátěže. Předpoklad je spíše takový, že SOC ovlivňuje zhodnocení situace *appraisal* a umožňuje jedinci vybrat vhodné způsoby, jak problém řešit. Předpokládá se rovněž, že silný SOC může pomoci vyhnout se zdraví ohrožujícím situacím a naopak uskutečňovat aktivity zdraví podporující (Vossler, 2012).

Antonovsky (1993) pro měření SOC vyvinul škálu nazvanou Dotazník orientace na život (*Orientation to Life Questionnaire*), která má 29 položek, krátká verze 13 položek. Jednotlivé položky představují tři složky konstruktů. *Srozumitelnost* například představuje otázka: "Stane se Vám, že máte pocit, že nevíte dost dobře, co se bude dít dál?", *zvládnutelnost* otázka: "Domníváte se, že vždy budou lidé, na něž se budete moci spolehnout?" a *smysluplnost* položka: "Jak často máte pocit, že to, co děláte ve svém běžném životě, nemá žádný smysl?" (in Vossler, 2012, s. 72).

Výsledky řady výzkumů dokládají, že jedinci se silným SOC úspěšněji zvládají obtížné životní situace, např. vážnou nemoc a v rámci ní zažívají nižší míru stresu a deprese (Weissbecker et al., 2002). Míra SOC v řadě výzkumů negativně koreluje úrovní depresivity a úzkostnosti u studentů (Bowman, 1996) nebo u osob, které prožily přírodní katastrofu (Kaiser, Sattler, Bellack, & Dersin, 1996). Další studie ukazují, že míra SOC ovlivňuje kvalitu adaptace při zdravotním postižení nezávisle na tom, jak závažné postižení je (Rena, Moshe, & Abraham, 1996).

3. Naděje

3.1 Pojetí naděje v lidské historii

Téma naděje se objevuje historických literárních pramenech již od dávných let. Jedna z prvních zmínek o naději se objevuje v antické báji o Pandoře. Pandora byla stvořena olympskými bohy a poslána na Zem, jako odplata za to, že Prométheus zcizil bohům oheň a dal jej k dispozici lidem. Pandora s sebou na Zem přináší zlatou nádobu, kterou, ačkoli jí to je bohy zakázáno, nakonec otevře a tím vypustí do lidského světa strasti těla i duše. Když Pandora zjistí, co dopustila, nádobu rychle zavře, ale uvězní tak uvnitř naději, která v nádobě byla také (Snyder, 2000). Naděje tedy podle starých Řeků přichází na svět spolu s utrpením.

Sofokles ve svých dílech zobrazuje naději jako lidskou slabost, která pouze prodlužuje lidské utrpení a o několik století později ji velmi podobně popisuje Nietzsche (Snyder, 2000). Naopak Tomáš Akvinský (2014) řadí naději spolu s vírou a láskou mezi teologické ctnosti. Naděje je podle něj „hnutí duše směřující k nesnadno dosažitelnému dobru“ (Akvinský, 2014, s. 8). Podobně podle Martina Luthera je naděje ještě společně s láskou podstata toho, co je v životě dobré (Snyder, 2000).

3.2 Snyderova teorie naděje

V současné době má naděje jednoznačně pozitivní konotace. V Malé československé encyklopedii (1986) najdeme naději definovanou jako „víru v příchod něčeho příznivého v budoucnosti“. Významný představitel pozitivní psychologie a autor kognitivní teorie naděje C. R. Snyder (2000) o naději hovoří jako o „souhrnu vnímaných schopností člověka nacházet cesty k vytyčeným cílům a vnímanou snahu těchto cest použít“ (s. 8). Podle Snydera je naděje aktivita nebo myšlenkový proces o třech složkách - cíle (*goals*), snaha (*agency*) a cesta (*pathway*) (Snyder, 2002).

Základním předpokladem vzniku naděje je podle Snydera (2002) fakt, že lidské jednání je vždy směřováno k nějakému cíli. Cíle ve Snyderově podání mohou být krátkodobé nebo dlouhodobé, mohou se lišit mírou specifičnosti, hodnotami a důležitostmi. Dají se rozdělit na cíle dosáhnout něčeho (*approach goals*) a cíle vyhnout

se něčemu (*avoidance goals*). Pokud je cíl správně zvolen, samotná jeho hodnota pomáhá jeho dosažení. Svou roli zde hraje i dostupnost cíle. Pro vznik naděje nejsou ideální ani příliš snadno dosažitelné cíle, kde naděje není třeba, ani cíle nereálné, kde by mít naději nebylo jedinci prospěšné. Pro vznik naděje by ideální míra pravděpodobnosti dosažení cíle měla být někde ve středu mezi oběma extrémy (Snyder, 2000).

Cesta (*pathway*) ve Snyderově podání znamená schopnost spojovat současnost s předpokládanou budoucností a k tomu najít a použít jeden nebo v případě překážek více možností. Snaha (*agency*) je motivační složkou naděje. Představuje energii, která umožní začít, pokračovat a dokončit cestu k vytčenému cíli (Snyder, 2002).

3.3 Podobnost naděje s jinými koncepty pozitivní psychologie

Teoretický konstrukt naděje má společné prvky s jinými koncepty charakterizujícími individuální rozdíly ve zvládnání zátěžových situací. Patří k nim zejména dispoziční optimismus a Bandurovo vnímání osobní zdatnosti (*self-efficacy*). Konstrukt naděje je jim podobný zejména v zaměření na motivaci a očekávání (Irving et al., 2004).

Teorie dispozičního optimismu v podání Michaela Scheiera a Charlese Carvera (2002) se zaměřuje na obecná očekávání výsledků. Optimisté podle této teorie očekávají příznivý průběh životních událostí a věří v pozitivní výsledky svého úsilí (Slezáčková, 2012). Určujícím bodem při realizaci vytčených cílů je očekávání výsledku (*outcome expectancy*), což odpovídá Snyderově složce naděje nazvané snaha (Irving et al., 2004).

Naděje má podobnosti i s konceptem vnímané osobní zdatnosti Alberta Bandury, neboť obě teorie zdůrazňují význam očekávaných výsledků lidského snažení. Bandura nicméně předpokládá, že vnímání osobní zdatnosti souvisí s konkrétní specifickou situací, na rozdíl od naděje, která je dispozicí – rysem, tedy trvalejším a dlouhodobějším nastavením. Mimoto Bandurova teorie se soustředí na očekávání osobní zdatnosti (odpovídající složce snaha), zatímco Snyderova teorie naděje klade stejnou váhu i na obě složky – snahu i cestu (Irving et al., 2004).

3.4 Míra naděje a dosahování cílů

Snyder neuvažuje o naději jenom jako o mentálním stavu, ale chápe ji i jako osobnostní rys, který se projevuje za určitých okolností (Slezáčková, 2012). Na základě kvality tohoto osobnostního rysu rozděluje Snyder (2002) populaci na osoby s vysokou mírou naděje (*high-hope people*) a osoby s nízkou mírou naděje (*low-hope people*). Lidé s vysokou mírou naděje sledují svůj vytyčený cíl a směřují k němu s pocitem důvěry k postupu, pro který se rozhodli. Efektivně také uzpůsobují svou cestu tak, aby cílů dosáhli co nejnázem. V případě, že se na cestě objeví překážka, budou ji tito spíše chápat jako výzvu a bude pro ně snazší najít vhodný alternativní postup. Osoby s vysokou mírou naděje mají své cíle rozložené do různých oblastí života (Snyder, 2010) a své soustředění mezi ně dělí. V případě, že se ukáže, že jeden z cílů nebude dosažitelný, přestane pro osobu s vysokou mírou naděje mít tento cíl původní významnost a jednoduše začnou více investovat do cíle jiného (Snyder, Cheavens, & Sympson, 1997).

Jinak je tomu u osob s nízkou mírou naděje. Tyto osoby nejsou dostatečně flexibilní při nalézání cest řešení problémů a vytyčují si také méně cílů. Překážky, se kterými se setkají, v nich vyvolávají negativní emoce a často následnou pasivitu. To se projevuje dokonce i na začátku cesty k vytyčenému cíli, kdy jim negativní emoční ladění a obavy, že nepostupují správně, odvádějí pozornost od samotného řešení problému. Tyto osoby jsou také více náchylné vlivu stresorů, které je mohou odradit od dosažení sledovaného cíle (Snyder, 2002).

3.5 Naděje a kvalita života

Řada Snyderových výzkumů doložila, že osobám s vysokou mírou naděje se v různých oblastech života daří lépe. Jsou úspěšnější v akademické oblasti i ve sportu, vysoká míra naděje ovlivňuje i míru fyzického zdraví, přizpůsobivost v oblasti psychologické a také výsledky psychoterapie (Snyder, 2002). Pokud se osoba s vysokou mírou naděje setká se stresem, častěji se obrací na svou rodinu nebo přátele, kde získává sociální oporu. Tito jedinci také vnímají mezilidské vztahy pozitivně a obvykle se necítí osamělí nebo izolovaní (Snyder, Cheavens, & Sympson, 1997).

Řada výzkumů dokladuje, že vysoká míra naděje není slučitelná s depresí. Také chronicky nemocní s vyšší mírou naděje snesou více fyzické bolesti a naděje ovlivňuje zvládnání situace a průběh léčby u vážně či nevléčitelně nemocných (Snyder, 2002).

3.6 Vývojový pohled na naději

Snyder je přesvědčen, že *cesta* a *snaha* se objevují v lidském životě již od narození a rozvíjí se v období kojeneckém a batolecím. Vznik složky *cesta* souvisí v kojeneckém věku se třemi oblastmi: a) s čítím a vnímáním, b) s učením na základě časové souslednosti událostí a c) s určováním cílů. Díky čítí a vnímání vnějších podnětů kojeneček poznává prostředí, ve kterém se nachází. Učení se na základě časové souslednosti mezi událostmi mu pak pomáhá chápat, že některé děje jsou následkem jiných. Tím, že kojeneček začíná také rozpoznávat vlastní potřeby, se při jejich uspokojování začíná zaměřovat na první cíle. Tak si osvojuje schopnost jejich dosahování (Snyder et al., 1997). Zdá se tedy, že možnost dosáhnout cílů prostřednictvím uspokojení potřeb v raném věku se podílí na vzniku naděje.

Složka *snaha* podle Snydera vzniká na základě uvědomění vlastního já (*self-recognition*), a vnímání sebe jako původce akcí. Také formování prvních cílů tvoří základ pro vznik snahy. Jak ukazuje diagram 2, formování cílů je společné složce naděje *cesta* i *snaha* (Snyder et al., 1997).

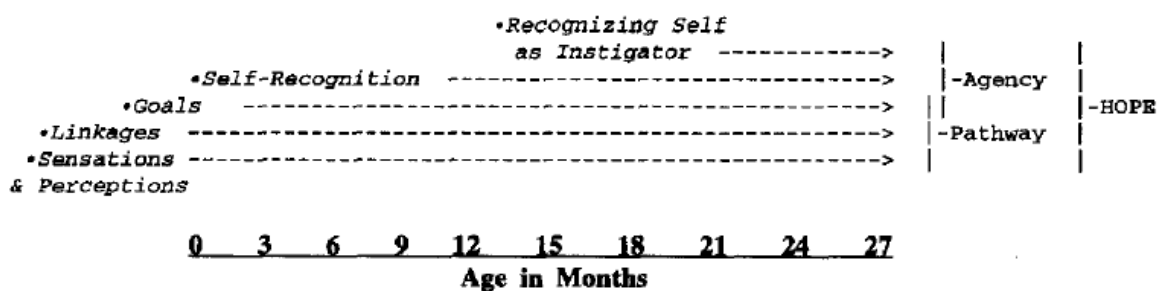


Diagram 2: Stavební kameny naděje v kojeneckém a batolecím období (Snyder, 2010)

Velmi významnou roli ve vývoji naděje hrají překážky, se kterými se dítě setká, neboť právě životní překážky naučily děti s vysokou mírou naděje hledat a udržet cestu a snahu k jejich dosažení (Kliewer & Lewis, 1995, in Snyder et al., 1997, s. 108). Naděje je často důsledkem úspěšně překonaných obtíží (Snyder et al., 1997).

3.7 Ztráta naděje

Naděje vzniká v dětství prostřednictvím sociálního učení, tedy v interakci s dalšími lidmi a v interakci s dalšími lidmi může dojít také k její ztrátě. V dětství hraje při vzniku naděje zásadní roli raná péče. Pokud nebude kojenci věnován dostatek pozornosti a času, nebude možnost, aby u něj naděje vznikla. Druhý případ, jak může být vznik naděje narušen, patří skupině případů, kdy děti v raném věku potřebné zkušenosti pro vznik naděje měly, ale její míru ovlivnily pozdější traumatické zážitky. Sem můžeme řadit zkušenosti zanedbávání, týrání nebo zneužívání, ztrátu rodiče vlivem jeho úmrtí nebo rozvodu. Vznik naděje znemožní i výchovné prostředí s nedostatkem hranic, pravidel, konzistentnosti a podpory (Snyder, 2002).

V dospělosti mohou míru naděje ovlivnit situace extrémní zátěže jako je například rozvod (resp. opuštění partnerem), viktimizace u obětí napadení, krádeží či těžkých dopravních nehod (Snyder, 2002).

3.8 Měření naděje

Nejčastěji používaným nástrojem pro stanovení míry naděje je sebeposuzovací škála s názvem Škála naděje C. R. Snydera (*Adult Hope Trait Scale*). Škála je určená osobám od 15 let věku a je vhodné ji administrovat pod názvem Škála cílů. Škála naděje má dvanáct položek a dvě subškály, které představují základní komponenty Snyderova pojetí naděje - Cesta (*Pathway*) a Snaha (*Agency*). Výsledky je možné posuzovat z hlediska celkového skóre, nebo skóre jedné ze dvou škál (Slezáčková, 2012; Snyder, 2000).

4. Výzkum vztahové vazby

Řada teoretiků se shoduje na tom, že nejistá vztahová vazba je patologický stav (Mikulincer & Shaver, 2010) snižující odolnost a adaptabilitu jedince při zvládání stresových životních událostí (Bowlby, 1988), který ovlivňuje vznik některých duševních poruch (Mikulincer & Shaver, 2012). Nejistá vztahová vazba bývá spojována s depresí (Gnilka, Ashby, & Noble, 2013), klinicky významnou úzkostí (Bosmans, Braet, & Van Vlierberghe, 2010), obsedantně-kompulzivní poruchou (Doron, Moulding, Kyrios, Nedeljkovic, & Mikulincer, 2009), post-traumatickou stresovou poruchou (Ein-Dor, Doron, Solomon, Mikulincer, & Shaver, 2010), suicidálními tendencemi (Gormley & McNiel, 2010) či poruchami příjmu potravy (Illing, Tasca, Balfour, & Bissada, 2010).

Naproti tomu bývá jistá vztahová vazba považována za základní silnou stránku, která facilituje vývoj osobnostních kvalit jako jsou optimismus, naděje, pozitivní emocionalita, zvědavost, zdravá autonomie a schopnost milovat a odpouštět (Mikulincer & Shaver, 2010). Bowlby (1982) byl přesvědčen, že jistá vztahová vazba nezintenzivňuje jen pouto mezi dvěma jedinci, ale zvyšuje i kvalitu copingových strategií, posiluje pocit vlastní hodnoty a vnímání vlastní účinnosti (*self-efficacy*). Tyto dovednosti a pocity mohou snížit úzkost a podporovat rozvoj pozitivních a konstruktivních strategií při nakládání se stresory, což má za následek lepší emoční přizpůsobení (Mikulincer, Florian, & Weller, 1993).

4.1.1 Vztahová vazba a hledání sociální podpory

Studie Mikulincera, Shavera, Sapir-Lavidové a Avihou-Kanzaové (2009) ukázala, že typ vztahové vazby ovlivňuje tendence vyhledat pomoc druhých. Tým badatelů zjistil, že pokud si jedinci s jistým typem vztahové vazby (jedinci s nízkým skóre úzkostnosti a vyhýbavosti dotazníku ECR) představují pokračování příběhu, který má stresující začátek a dobrý konec, jejich představy výrazně častěji obsahují prvky hledání podpory u druhých a také jejího nalezení. Oproti tomu vyšší míra úzkosti a vyhýbavosti souvisela s menší frekvencí představ o hledání podpory a její dostupnosti.

Jejich další zjištění naznačují, že lidé s jistým typem vztahové vazby mají dobře organizované implicitní přesvědčení, že pokud jsou v nesnázích, vede sociální interakce s druhými k jejich zmírnění. Badatelé se domnívají, že toto přesvědčení umožňuje osobám s jistým typem vztahové vazby optimisticky hledat podporu v případě potřeby a udržet si pozitivní emocionální stav při hledání řešení v nesnázích (Mikulincer, Shaver, Sapir-Lavid, & Avihou-Kanza, 2009).

Další studie týmu badatelů ukazují, že kvalita vztahové vazby ovlivňuje charakteristiky i snů a reálných příběhů. Sny a příběhy, v rámci kterých se hlavní hrdina ocital v nesnázích, u osob s vyšší mírou úzkostnosti často opakovaly motiv, že hlavní hrdina podporu hledá, ale nenachází a tak není schopen nesnázím uniknout. Oproti tomu hrdina účastníků s vyšší mírou vyhýbavosti nesnáze vyřešil, aniž by žádal či přijímal podporu nebo pomoc (Mikulincer, Shaver, Sapir-Lavid, & Avihou-Kanza, 2009).

4.1.2 Vztahová vazba, emoční regulace, strach a hněv

Podle Cassidyové (1994) je základem emoční regulace kvalita raného vztahu s primární pečující osobou. Afektivní komunikace mezi dítětem a rodičem vytváří kontext, na základě kterého dítě chápe a organizuje vlastní emoční zkušenosti. U jisté vztahové vazby je tomu tak, že pokud se dítě dostane do stresu, rodič na jeho signály reaguje citlivě a pomáhá dítěti emoce zvládnout. Dítě potom získává zkušenost, že jeho pocity i zalarmování rodiče jsou užitečné a že má samo schopnost efektivně modulovat své emoční stavy (Bell & Ainsworth, 1972, in Cassidy, 1994, s. 233). Negativní afekty se pro něj tak stávají méně ohrožující. Zkušenost jisté vztahové vazby není tedy založena na popření negativních afektů, ale na schopnosti je dočasně tolerovat a zvládat (Kobak, 1985, in Cassidy, 1994, s. 233).

Děti, které zažívaly v situacích stresu od svých rodičů odmítání (děti s vyhýbavým typem vztahové vazby), mají tendenci minimalizovat negativní afekty, aby zabránily riziku frustrace z dalšího odmítnutí. Naproti tomu děti, jejichž matky byly spíše nedostupné nebo dostupné jen občas a nepředvídatelně (děti s ambivalentním typem vztahové vazby), zřejmě maximalizují negativní afekty, aby zvýšily pravděpodobnost získání pozornosti často nedostupné pečující osoby. Zdá se, že i tyto dva způsoby

emoční regulace pomáhaly zajistit, aby dítě zůstalo rodiči nablízku a tedy chráněno (Cassidy, 1994).

Výzkum Mikulincera, Floriana a Tolmacze (1990) přinesl více informací o souvislosti typu vztahové vazby a strachu ze smrti. Badatelé předpokládali, že rozličné charakteristiky prožívání strachu ze smrti budou odrážet vlastnosti daného typu vztahové vazby, který ovlivňuje jejich regulaci emocí.

Podle Mainové a jejích kolegů mají jedinci s *ambivalentním typem* vztahové vazby volný přístup k negativním vzpomínkám na dětské zážitky související se vztahovou vazbou (Main, Kaplan, & Cassidy, 1985, in Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990, s. 274), což neustále vytváří uvědomované pocity úzkosti a napětí, které se projevují ve formě separační úzkosti, strachu z odmítnutí a opuštění (Bowlby, 1973, in Mikulincer et al., 1990, s. 274). Ve výzkumu proto jedinci s *ambivalentním typem* vztahové vazby, kteří běžně intenzivně reagují na jakýkoli stresor, vykazovali silnější celkový strach ze smrti na uvědomované i méně uvědomované úrovni (Mikulincer et al., 1990).

Oproti tomu jedinci s *vyhýbavým typem* vztahové vazby, kteří jsou charakterističtí tendencí omezit vlastní vnímání stresu a tím, co Bowlby označoval "kompulzivní samostatnost", tedy důrazem na soběstačnost a udržování vzdálenosti od druhých (Bowlby, 1973 in Mikulincer et al., 1990, s. 274; Main et al., 1985 in Mikulincer et al., 1990, s. 274), ve výzkumu podle předpokladů neprojevovali celkový strach ze smrti, ale prožívali silný strach ze smrti na méně uvědomované úrovni. Zatímco osoby s *ambivalentním typem* vztahové vazby spojovali smrt se ztrátou sociální identity (např. "Lidé na mne zapomenou"), osoby s *vyhýbavým typem* vztahové vazby měli tendenci spojovat smrt se zmatkem a nejistotou (např. "Nejistota, co po smrti očekávat.") (Mikulincer et al., 1990).

Výsledky výzkumu také naznačují, že jedinci s jistým typem vztahové vazby zažívají celkově menší strach ze smrti. Badatelé předpokládají, že nízká míra strachu ze smrti souvisí s menší mírou separační úzkosti, což je pravděpodobně důsledkem vnímání rodičů jako podporujících a bezpečných objektů, což vytváří důvěru ve vlastní schopnost se konstruktivně vyrovnat se s negativními emocemi (Bowlby, 1973, in Mikulincer et al., 1990, s. 274, Cassidy, 1988, in Mikulincer et al., 1990, s. 274; Kobak a Sceery, 1988, in Mikulincer et al., 1990, s. 274).

Jiná studie uskutečněná Mikulincerem a Florianem (2000) se zaměřila na souvislosti mezi typem vztahové vazby a úzkostí vyvolanou připomenutím vlastní smrtelnosti. Jedinci s jistým typem vztahové vazby reagovali na připomenutí smrtelnosti konstruktivními strategiemi (např. neřešit neřešitelný problém smrti, místo toho investovat do vlastních dětí a aktivit, které přetrvávají i po smrti) a zvýšenou touhou po intimitě, zatímco jedinci s vyhýbavým nebo úzkostným/ambivalentním typem vztahové vazby reagovali na připomenutí smrtelnosti přísnými soudy a tendencí trestat morální viníky.

Studie Mikulincera (1998) zkoumala souvislost mezi vztahovou vazbou u dospělých a hněvem (konkrétně náchylností ke hněvu, jeho cíli, fyziologickými projevy a atribucí hostilních úmyslů). Osoby s jistým typem vztahové vazby vykazovaly nižší míru náchylnosti ke hněvu, nepřisuzovaly tak často hostilní úmysly druhým a nereagovaly intenzivním hněvem na každou frustrující událost. Zažívali tedy pocity hněvu funkčním a instrumentálním způsobem, tedy jako signál, že něco není v pořádku a jako podnět pro činnost v oblasti přizpůsobení. Mikulincer předpokládá, že tyto osoby mají pozitivní přesvědčení o světě a o sobě a že zážitek hněvu u nich zahrnuje víru ve vlastní účinnost (*self-efficacy*), naději a optimismus, neboť hněv spouští akce určené k odstranění překážek a řešení problému (Scherer, 1984, in Mikulincer, 1998, s. 522).

Odlišná situace je podle Mikulincera (1998) u osob s nejistou vztahovou vazbou, u kterých hněv často souvisí s jeho negativními důsledky (eskalace konfliktu, emocionální vzdálenost, ztráta společenského respektu), neboť se u nich často jedná o hněv dysfunkční. Jedinci s ambivalentním typem vztahové vazby mají sklony zažívat intenzivní zlost a častěji také od druhých očekávají hostilní úmysly, o čemž Mikulincer předpokládá, že vychází z jejich přesvědčení, že významní druzí nebudou dostupní nebo citliví k jejich potřebám (Mikulincer & Orbach, 1995). Osoby s vyhýbavým typem vztahové vazby zažívají jiný typ dysfunkčního hněvu – tzv. disociovaný hněv, který je charakteristický zásadní odlišností mezi subjektivním hodnocením prožívaného hněvu a jeho fyziologickými projevy (např. tepovou frekvencí). Mikulincer předpokládá, že disociovaný hněv je výsledkem jejich snahy získat od problémových situací odstup a potlačit jakýkoli bolestivý afekt nebo myšlenku (Mikulincer & Orbach, 1995).

Jiná studie Mikulincera a jeho spolupracovníků (2000) zkoumala vliv vztahové vazby a aktuálního stresu na dostupnost myšlenek týkajících tématu blízkosti, k čemuž využívala priming zúzkostňujících slov (např. slova selhání, nemoc, smrt). Celkově vedlo užití slov evokujících stres ke zvýšení dostupnosti myšlenek vyjadřujících blízkost a lásku bez ohledu na typ vztahové vazby. Jedinci s jistým typem vztahové vazby reagovali na priming stresorů zvýšenou dostupností myšlenek na lásku a blízkost, tyto myšlenky se ale objevovaly pouze v případě primingu stresorů, nikoli na priming neutrálních slov. To ukazuje, že psychika osob s jistou vztahovou vazbou není permanentně zaměřena „vazebnými tématy“ a ta se aktivují pouze v situacích, které naznačují, že bude potřeba coping (Mikulincer, Birnbaum, Woddis, & Nachmias, 2000).

Osoby s ambivalentním typem vztahové vazby vykazovaly relativně vysokou dostupnost témat blízkosti, která se ale objevovala nejenom v reakci na priming stresoru, ale i na priming neutrálních slov. Badatelé předpokládají, že vysoká dostupnost „vazebných témat“ i v nestresujícím kontextu může u osob s ambivalentním typem vztahové vazby odrážet jejich chronickou hyperaktivaci vazebného systému nezávisle na přítomnosti skutečné hrozby (Mikulincer et al., 2000; Mikulincer & Florian, 1998, in Mikulincer et al., 2000, s. 520).

Reakce jedinců s vyhýbavým typem vztahové vazby se v mnoha ohledech podobaly reakcím jistě připoutaných lidí. V situacích stresu byla aktivována „vazebná témata“ a ta také podobně jako u jistě připoutaných neobsahovala vazebné obavy. Zásadní rozdíl byl ale v reakci priming slov vyloženě sémanticky souvisejících s vazebnými obavami, neboť jedinci s vyhýbavou vztahovou vazbou projeví nízkou dostupnost obav i po primingu těchto slov. Badatelé předpokládají, že nízká dostupnost obav vznikla jako důsledek jejich potlačení v rámci obran (Mikulincer et al., 2000).

4.1.3 Vztahová vazba, optimismus a sebeúcta

Studie vztahové vazby v dospělosti poskytují rozsáhlou podporu pro hypotézu, že mentální reprezentace bezpečné vztahové vazby souvisí s nadějí a optimistickým přesvědčením. Konkrétně jedinci s jistou vztahovou vazbou popisují mnoho stresujících událostí méně hrozivými formulacemi než osoby s vazbou nejistou

(vyhýbavou a ambivalentní) a mají optimističtější očekávání, co se týká jejich vlastní schopnosti tyto události zvládnout (Berant, Mikulincer, & Florian, 2001, in Carroll, Arkin, Wichman, 2015, s. 148). Ve srovnání s osobami s úzkostným/ambivalentním typem vztahové vazby mají jedinci s jistou vztahovou vazbou také vyšší sebeúctu (Mickelson, Kessler, & Shaver, 1997), hodnotí také sami sebe jako kompetentní a efektivní (Brennan & Morris, 1997, in Carroll, Arkin, Wichman, 2015, s. 148).

Jistý typ vztahové vazby je spojován také se zdravým vyjadřováním emocí, optimistickým hodnocením potenciálně ohrožujících událostí a spoléháním se na efektivní způsoby zvládnání stresu (Mikulincer & Shaver, 2007a, in Mikulincer, Shaver, Sapir-Lavid, & Avihou-Kanza, 2009, s. 616).

Studie Heinonenové, Räikkönenové, Keltikangas-Järvinenové a Strandberga (2004) ověřovala souvislost mezi dispozičním optimismem - pesimismem a typem vztahové vazby u finských žen a mužů. Vztahová vazba v dospělosti byla měřena nástrojem Adult Attachment Scale, který sestává ze tří škál: *škála blízkost*, která vyjadřuje pocity komfortu v blízkosti druhých lidí a představuje charakteristiku jisté vztahové vazby; *škála závislost* popisuje pocity komfortu v okamžicích závislosti na druhých a také vyjadřuje jednu z charakteristik jisté vztahové vazby; a *škála úzkost* vyjadřuje obavy z opuštění a touhu dostat se druhému co nejbližší, až s ním splynout, což představuje charakteristiky nejisté vztahové vazby. Výsledky studie ukázaly, že osoby, jejichž skóre naznačovalo nejistou vztahovou vazbu (nízké hodnoty na škálách blízkosti, závislosti a vysoké na škále úzkost) vykazovaly i vyšší míru životního pesimismu. Badatelé se na základě toho domnívají, že interpersonální procesy mohou hrát významnou roli v míře dispozičního optimismu – pesimismu.

4.1.4 Vztahová vazba, bezmoc a atribuční styl

Jiné výzkumy vztahové vazby v dospělosti dále ukázaly, že nejistá vztahová vazba zejména vyšší míra vztahové úzkostnosti souvisí s bezmocí. Dvě studie (Armsden et al., 1990, in Mikulincer & Shaver, 2010, s. 164; Greenberger & McLaughlin, 1998, in Mikulincer & Shaver, 2010, s. 164) naznačují, že adolescenti s méně jistou vztahovou vazbou s rodiči, připisovaly své studijní a mezilidské problémy selhání nebo nedostatku schopností.

Několik dalších studií prokázalo, že vyšší míra vztahové úzkostnosti souvisí atribučním stylem, který napomáhá vzniku bezmoci (Mikulincer & Shaver, 2010). Například Gambleová a Roberts (2005), kteří zkoumali kognitivní styl adolescentů a jejich vztah s rodiči, zjistili, že adolescenti, kteří vnímají svoje rodiče jako kritické a perfekcionistické, vykazují nižší sebevědomí, dysfunkční postoje a negativní atribuční styl, přičemž mediátorem vztahu mezi proměnnými je z velké části právě typ vztahové vazby.

4.1.5 Vztahová vazba a životní spokojenost

Gnilka, Ashby a Nobleová (2013) zkoumali souvislost mezi adaptivním a maladaptivním perfekcionismem, mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby, depresí, beznadějí a životní spokojeností u vysokoškolských studentů. Výsledky ukazují, že adaptivní perfekcionismus pozitivně koreluje s životní spokojeností a negativně s výskytem deprese, beznaděje i vyhýbavostí a úzkostností vztahové vazby.

Naopak maladaptivní perfekcionismus negativně koreluje s životní spokojeností a pozitivně s depresí, beznadějí i vyhýbavostí a úzkostností vztahové vazby. Maladaptivní perfekcionismus je také mediátorem vztahu mezi vyhýbavostí a úzkostností vztahové vazby a beznadějí a životní spokojeností. Jinými slovy, vyšší skóre vyhýbavosti a úzkostnosti vztahové vazby souvisí s vyšší mírou maladaptivního perfekcionismu, který vede k vyšší míře beznaděje, deprese a menší míře životní spokojenosti (Gnilka, Ashby, & Noble, 2013).

4.1.6 Vztahová vazba, resilience, coping a zvládání afektu

Desítky aktuálních studií prokázaly, že jistý typ vztahové vazby je spojován s lepšími copingovými strategiemi při zvládání stresových situací, lepší regulací afektu a obecně resiliencí, čímž snižuje pravděpodobnost výskytu řady psychopatologických jevů (Wallin, 2007, in Carroll, Arkin, Wichman, 2015, s. 161).

Wei a jeho spolupracovníci (2006) hovoří o vlivu typu vztahové vazby na využití efektivních nebo neefektivních copingových strategií. Výsledky jejich výzkumu naznačují, že vyšší míra vyhýbavosti a úzkostnosti vztahové vazby vytváří tendence k

maladaptivnímu perfekcionismu, který pak přispívá k využití neefektivních copingových strategií (Wei, Heppner, Russell, & Young, 2006) a vykazuje statisticky významnou souvislost s výskytem deprese (Wei et al., 2004, in Wei et al., 2006, s. 76).

Studie Mikulincera, Floriana a Wellera (1993) se pokusila popsat vliv typu vztahové vazby na copingové strategie a emocionální přizpůsobení u izraelských studentů po iráckých raketových útocích během války v Perském zálivu. Hodnoceny byly preference využívání jedné ze čtyř typů copingových strategií (strategie zaměřené na problém, strategie zaměřené na emoce, hledání podpory okolí, udržování odstupů (*distancing coping*)). Emoční přizpůsobení bylo hodnoceno pomocí subškál somatizace, deprese, úzkost a hostilita dotazníku Symptom Checklist-90 (SCL-90) (Mikulincer, Florian, & Weller, 1993).

V oblasti způsobů zvládnání stresujících zážitků se ukázalo, že se jedinci s různými typy vztahové vazby neliší v míře využívání copingových strategií zaměřených na problém. Liší se nicméně ve využívání dalších typů copingu. U jedinců s jistým typem vztahové vazby se častěji objevuje vyhledání podpory okolí, lidé s ambivalentním typem vztahové vazby mají tendence spoléhat se spíše na copingové strategie zaměřené na emoce a lidé s vyhýbavým typem používali častěji strategii udržování odstupů (např. výrok „Raději na to celé zapomenu.“) (Mikulincer, Florian, & Weller, 1993).

Výsledky dále ukázaly, že v porovnání s osobami s jistým typem vztahové vazby vykazovali studenti s ambivalentním typem vyšší míru úzkosti, deprese, hostility a somatizace. Naproti tomu studenti s vyhýbavým typem vztahové vazby, kteří spoléhají více na strategie udržování odstupů, pouze vyšší míru hostility a somatizace. Výsledky výzkumu naznačují, že vztahová vazba přímo ovlivňuje coping i emoční přizpůsobení. Badatelé předpokládají, že základem vlivu v rámci vztahové vazby jsou osobnostní charakteristiky jako je vnímání vlastní účinnosti (*self-efficacy*), pocit kontroly a celkový optimismus (Mikulincer, Florian, & Weller, 1993).

4.1.7 Vztahová vazba a locus of control

Výzkum Mickelsonové, Kesslera a Shavera (1997) naznačil u reprezentativního vzorku více než osmi tisíc dospělých amerických respondentů trend, že bezpečná vztahová vazba v dospělosti souvisí s vyšší mírou vnitřní lokalizace místa kontroly a naopak pro vyhýbavý a úzkostný typ vztahové vazby v dospělosti je typická lokalizace místa kontroly vnější. Ačkoli je korelace příliš slabá, je zde uvedena jako trend. Souvislost vnitřního locus of control s bezpečnou vztahovou vazbou v dospělosti vykazuje hodnotu ($r = 0,11$), locus of control s vyhýbavou vztahovou vazbou ($r = -0,10$) a úzkostnou vztahovou vazbou ($r = -0,18$). Důležité je přihlídnout k tomu, že locus of control nebyl měřen škálou I-E, ale nástrojem NCS = National Comorbidity Survey.

S podobnými výsledky jako výše popsaná studie přišel i výzkum Hexelové (2003), který u vzorku vídeňských studentů medicíny zkoumal souvislost mezi lokalizací místa kontroly a kvalitou vztahové vazby. Lokalizace místa kontroly byla měřena nástrojem The Questionnaire of Competence and Control Orientations (Krampen, 1991, in Hexel, 2003, s. 1263), ke stanovení charakteristik vztahové vazby byl použit sebeposuzovací dotazník The Attachment Style Questionnaire (ASQ) (Feeney, Noller, & Hanrahan, 1994, in Hexel, 2003, s. 1263). Výsledky ASQ jsou vyjádřeny pomocí pěti škál: důvěra, zabývání se vztahem, nepohodlná blízkost, potřeba souhlasu, vztah na druhém místě. Osoby s vnitřním místem kontroly vykazují vyšší skóre na škále *důvěra* a naopak nižší skóre na škálách *potřeba souhlasu* a *zabývání se vztahem*, než účastníci s vnějším místem kontroly. *Potřeba souhlasu* vyjadřuje podle Hexelové (2003) potřebu přijetí a potvrzení blízkými lidmi a *zabývání se vztahem* zahrnuje úzkostné vztahování se k druhým. Oba typy chování naznačují nejistou vztahovou vazbu (Feeney et al., 1994, in Hexel, 2003, s. 1264) a signifikantně častěji se vyskytují u respondentů s vnějším místem kontroly.

Výzkum Dilmaça, Hamarta a Arslana (2009) se zaměřil vztah osobnostního rysu úzkostnosti, lokalizace místa kontroly a vztahové vazby u vysokoškolských studentů s tím, že vztahová vazba byla měřena nástrojem IECR (The Inventory of Experiences on Close Relationships). Výsledky výzkumu ukázaly opět trend - pozitivní vztah mezi vnější lokalizací místa kontroly a vztahovou úzkostností ($p = 0,198$) a vztahovou vyhýbavostí ($p = 0,147$).

Studie Poppera a jeho spolupracovníků (2004) se v armádním prostředí u vojáků končících základní tříměsíční výcvik pokusila definovat charakteristiky typické pro vůdčí osobnosti. Výsledky potvrdili předpoklad, že vůdci ve srovnání s nevůdčími osobnostmi mají signifikantně častěji vnitřní lokalizaci místa kontroly, nižší míru úzkosti, vyšší míru vnímané osobní zdatnosti (*self-efficacy*), více optimismu a jistou vztahovou vazbu (Popper, Amit, Gal, Mishkal-Sinai, & Lisak, 2004).

4.1.8 Vztahová vazba a sense of coherence

Studie Rooda (2001) zkoumala souvislost sense of coherence (SOC) s typy vztahové vazby (jistou vztahovou vazbou, vztahovou vazbou nejistou ambivalentní *preoccupied*, vztahovou vazbou nejistou vyhýbavou *dismissing*). Výsledky naznačují, že SOC významně pozitivně koreluje s přítomností jisté vztahové vazby ($r = 0,37$, $p < 0,01$) a naopak negativní korelace se vyskytuje v případě vztahové vazby nejisté ambivalentní *preoccupied* ($r = -0,36$, $p < 0,01$) a vztahové vazby nejisté vyhýbavé *dismissing* ($r = -0,52$, $p < 0,01$). Z výsledků se dá vyvozovat, že jedinci s jistou vztahovou vazbou vnímají svůj život jako smysluplný a srozumitelný a že jsou lépe schopni se vypořádat s jeho nároky.

4.1.1 Vztahová vazba a naděje

Grunertová (2009) zkoumala souvislost vztahové vazby v dospělosti s faktory resilience, konkrétně s nadějí a pozitivním emočním laděním. Pro stanovení typu vztahové vazby byla využita sebesposuzovací škála ECR-R (revidovaná verze dotazníku ECR) a pro stanovení míry naděje Snyderova Škála naděje. Výsledky její studie naznačují, že lidé s jistým typem vztahové vazby mají signifikantně vyšší skóre na Škále naděje než osoby s vyšší mírou vztahové vyhýbavosti.

Simmons, Nelsonová a Quick (2003) uskutečnili studii, která se zaměřuje na souvislosti mezi typem vztahové vazby, naděje a mírou zdraví u zdravotních sester na americkém Jihozápadě. Míra naděje byla hodnocena zkrácenou šestipoložkovou verzí Snyderovy Škály naděje a pro stanovení typu vztahové vazby byl využit nástroj Attachment Style Questionnaire, který se skládá ze tří škál: *Interdependence*

(odpovídající jistému typu vztahové vazby), *Counterdependence* (odpovídající vztahové vyhýbavosti), *Overdependence* (odpovídající vztahové úzkostnosti). Míra škály *Interdependence* (odpovídající jistému typu vztahové vazby) pozitivně korelovala s mírou naděje ($r = 0,32$) a zdravím ($r = 0,17$), zatímco hodnoty škály *Counterdependence* (odpovídající vztahové vyhýbavosti) s nadějí ($r = -0,22$) a zdravím ($r = -0,16$) korelovaly negativně. Celkově výsledky naznačují, že naděje je spíše mediátorem, než moderátorem ve vztahu mezi zdravím a typy vztahové vazby.

Shorey, Snyder, Xiangdong Yang a Lewin (2003) ověřovali vztah naděje s rodičovským výchovným stylem, vztahovou vazbou a duševním zdravím v dospělosti. Výsledky ukazují, že autoritativní výchovný styl vedl k vyššímu výskytu jisté vztahové vazby, zatímco autoritářský výchovný styl k vyššímu výskytu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti. Navíc jistá vztahová vazba koreluje s vyššími hodnotami snahy (*agency*) a cesty (*pathway*) Snyderovy Škály naděje. Vztahová vazba v dospělosti je mediátorem vztahu mezi rodičovským výchovným stylem a nadějí a naděje částečně ovlivňuje vztah mezi duševním zdravím a vztahovou vazbou tak, že vyšší míra snahy (*agency*) a cesty (*pathway*) souvisely s větší mírou celkového pozitivního emočního ladění a menší mírou deprese a úzkosti.

Blake a Nortonová (2014) publikovali výsledky meta-analýzy doposud realizovaných studií zaměřených souvislosti mezi typem vztahové vazby a mírou naděje podle Snyderova teoretického modelu. Na základě dostupných dat prokázala studie nejvíce robustní vztah mezi mírou naděje a jistou vztahovou vazbou ($r_s = 0,39$). Slabší, ale statisticky významná negativní korelace se objevuje mezi mírou naděje a úzkostností vztahové vazby ($r_s = -0,22$) a mezi mírou naděje a vyhýbavostí ($r_s = -0,23$).

4.2 Shrnutí výsledků dosavadních výzkumů

Výše popsané studie naznačují souvislost mezi charakteristikami vztahové vazby a zvládnáním zátěžových situací, emoční regulací, resiliencí i mírou naděje.

Typ vztahové vazby ovlivňuje **reakci na stresor**. Při výzkumech postoje k vlastní smrti vyjadřují jedinci s jistou vztahovou vazbou celkově menší mírou strachu ze smrti. U ambivalentního typu vztahové vazby se objevuje silnější strach ze smrti na

uvědomované i méně uvědomované úrovni a u vyhýbavého typu se strach ze smrti sice neprojevuje na vědomé úrovni, ale je silně prožíván na úrovni neuvědomované (Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990).

Podobně v případě úzkosti vyvolané připomenutím vlastní smrtelnosti souvisí jistá vztahová vazba častěji s konstruktivními strategiemi řešení, zatímco vyhýbavý a úzkostný/ambivalentní typ vztahové vazby spíše se soudy a hledáním morálních viníků (Mikulincer & Florian, 2000).

Jistý typ vztahové vazby souvisí také s nižší mírou náchylnosti ke **hněvu** a s jeho zažíváním funkčním a instrumentálním způsobem. Naproti tomu ambivalentní typ vztahové vazby souvisí častěji s intenzivním hněvem a očekáváním hostility druhých, vyhýbavý typ s hněvem disociovaným spočívajícím ve slabém subjektivním prožitku, ale se silným fyziologickým doprovodem (Mikulincer & Orbach, 1995).

V případě **akutního stresu** souvisí jistá vztahová vazba s vyšší dostupností myšlenek na blízkost druhých. U ambivalentního typu vztahové vazby je dostupnost těchto „vazebných myšlenek“ zvýšená nejen v zátěžové situaci, ale i v nepřítomnosti akutního stresu. U vyhýbavého typu vztahové vazby jsou „vazebné myšlenky“ naopak obtížně dostupné i v případě akutního stresu (Mikulincer, Birnbaum, Woddis, & Nachmias, 2000).

Typ vztahové vazby ovlivňuje využití **copingových strategií**. Míra vyhýbavosti a úzkostnosti vztahové vazby souvisí s vyšší mírou maladaptivního perfekcionismu a vede k využití neefektivních copingových strategií (Wei, Heppner, Russell, & Young, 2006).

O souvislosti vztahové vazby s **lokalizací místa kontroly (LoC)** referují tři klíčové výzkumy. Výzkum Hexelové (2003) potvrzuje souvislost mezi lokalizací místa kontroly měřenou nástrojem The Questionnaire of Competence and Control Orientations a vztahovou vazbou zjišťovanou dotazníkem ASQ. Osoby s vnitřním místem kontroly vykazují vyšší skóre na škále odpovídající jistému typu vztahové vazby a naopak nižší skóre na škálách, které zjišťují chování související s nejistou vztahovou vazbou. Studie Dilmaça, Hamarta a Arslana (2009) naznačuje trend - pozitivní vztah mezi vnějším locus of control měřeným Rotterovou škálou I-E a úzkostností ($p = 0,198$) a vyhýbavostí ($p = 0,147$) vztahové vazby stanovenými

nástrojem IECR (The Inventory of Experiences on Close Relationships). Podobně výzkum Mickelsonové, Kesslera a Shavera (1997) neprokázal jednoznačný signifikantní vztah, ale naznačil trend souvislosti locus of control s typem vztahové vazby. Korelace mezi mírou internalismu locus of control (měřeného nástrojem NCS) s jistou vztahovou vazbou v dospělosti je vyjádřena hodnotou ($r = 0,11$), s vyhýbavým typem vztahové vazby ($r = -0,10$) a úzkostným/ambivalentním typem vztahové vazby ($r = -0,18$). Z hlediska síly korelací je vhodné výsledky studií považovat spíše za trendy naznačující možnosti dalšího výzkumu. Metodologickým limitem srovnání výsledků je navíc využití odlišných nástrojů k měření obou jevů (vztahové vazby i locus of control).

Souvislost **sense of coherence (SOC)** s typem vztahové vazby potvrdila studie Rooda (2001), podle které celkové skóre SOC významně pozitivně koreluje s přítomností jisté vztahové vazby ($r = 0,37$, $p < 0,01$) a naopak slabá negativní korelace se vyskytuje v případě vztahové vazby nejisté ambivalentní *preoccupied* ($r = -0,36$, $p < 0,01$) a středně silná negativní korelace v případě vztahové vazby nejisté vyhýbavé *dismissing* ($r = -0,52$, $p < 0,01$).

Poměrně detailně je zmapovaná souvislost vztahové vazby a **míry naděje**. Doposud realizované výzkumy shodně potvrzují souvislost mezi typem vztahové vazby a nadějí ve smyslu slabé korelace mezi oběma jevy. Metodologickým limitem je opět využití různých nástrojů měření vztahové vazby.

Výzkum Grunertové (2009) prokázal, že osoby s jistým typem vztahové vazby (měřeným dotazníkem ECR-R) mají signifikantně vyšší skóre na Snyderově Škále naděje než osoby s vyšší mírou vztahové vyhýbavosti. Podle výzkumu Simmonse, Nelsonové a Quicka (2003) koreluje skóre škály dotazníku ASQ odpovídající jistému typu vztahové vazby pozitivně s mírou naděje měřené Snyderovou Škálou naděje ($r = 0,32$) a skóre škály dotazníku ASQ odpovídající vztahové vyhýbavosti koreluje s mírou naděje negativně ($r = -0,22$). Meta-analýza doposud realizovaných studií hovoří o pozitivní korelaci mezi jistou vztahovou vazbou ($r_s = 0,39$) a mírou naděje, o negativní korelaci mezi mírou naděje a vztahovou úzkostností ($r_s = -0,22$) a mezi mírou naděje a vztahovou vyhýbavostí ($r_s = -0,23$) (Blake & Norton, 2014).

EMPIRICKÁ ČÁST

5. Metodologický rámec

5.1 Výzkumný problém

Psychická odolnost *resilience* jako protektivní faktor somatického a duševního zdraví je již řadu let předmětem intenzivního výzkumu. Krom charakteristik a stability v čase jsou jednou ze základních oblastí zkoumání původ a faktory ovlivňující míru resilience u konkrétního člověka. Problematika duševního zdraví bývá často spojována s tématem vztahové vazby, nicméně výzkum v této oblasti je soustředěn více na mezilidské vztahy, životní spokojenost a zvládání zátěžových situací. Studií zaměřených přímo na souvislost charakteristik vztahové vazby s aktuální psychickou odolností daného člověka je v současnosti k dispozici jen několik. Porovnatelnost jejich výsledků je navíc limitována metodologickou nejednotností nástrojů používaných k měření vztahové vazby.

V reakci na tuto situaci vznikl výzkumný problém této diplomové práce. Jejím záměrem je přispět k poznání v této oblasti s tím, že předmětem zkoumání je zjištění souvislostí mezi vztahovou vazbou v dospělosti, resiliencí a nadějí v rámci české populace a vzájemné posouzení vztahu mezi těmito jevy.

5.2 Cíle výzkumu

Výzkum této diplomové práce má dva dílčí cíle:

- zjistit a popsat souvislost mezi dvěma základními dimenzemi vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí) a mírou resilience zkoumanou z hlediska koncepce locus of control Juliana Rottera a koncepce sense of coherence Aarona Antonovského;
- zjistit a popsat souvislost mezi základními dimenzemi vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí) a mírou naděje dle kognitivní teorie naděje C. R. Snydera.

H2a: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre sense of coherence stanoveným Dotazníkem SOC?

H2b: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre sense of coherence stanoveným Dotazníkem SOC?

H2c: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre některé ze tří škál Dotazníku SOC?

H2d: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre některé ze tří škál Dotazníku SOC?

H3a: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre Škály naděje?

H3b: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre Škály naděje?

H3c: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre některé ze subškál Škály naděje?

H3d: Existuje statisticky významná souvislost mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre některé ze subškál Škály naděje?

5.3.2 Výzkumné otázky:

VO1: Jak ovlivňuje míra vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti měřená dotazníkem ECR locus of control stanovený škálou I-E?

VO2: Jak ovlivňuje míra vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti měřená dotazníkem ECR míru sense of coherence stanovenou Dotazníkem SOC?

VO3: Jak ovlivňuje míra vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti měřená dotazníkem ECR míru naděje stanovenou Škálou naděje?

6. Aplikovaná metodika

6.1 Typ výzkumu

Pro výzkum vztahové vazby v dospělosti, resilience a naděje bývá obvykle využívána kvantitativní metodologie, pro kterou jsme se rozhodli i v rámci tohoto výzkumu, neboť umožní srovnání s doposud realizovanými studiemi zaměřenými na identické a související jevy. Typem výzkumu je korelační studie uskutečněná prostřednictvím online dotazníkového šetření.

6.2 Metody získávání dat

6.2.1 Vztahová vazba v dospělosti

Pro měření vztahové vazby v dospělosti byl využit dotazník ECR (*Experiences in Close Relationships*). Dotazník byl vyvinut Brennanem, Clarkem a Shaverem (1998, in Lečbých & Pospíšilíková, 2012) a obsahuje 36 položek, z nichž 18 měří dimenzi vztahovou úzkostnost (*attachment anxiety*) a 18 dimenzi vztahovou vyhýbavost (*attachment avoidance*). Pro svou odpověď respondent vybírá jednu z možností na Likertově sedmibodové stupnici (1 = naprosto nesouhlasím, 7 = naprosto souhlasím). Otázky zkoumající dimenzi vztahové úzkostnosti obsahují např. tvrzení jako: „Potřebuji hodně ujišťování, že mým blízkým na mně opravdu záleží.“, otázky zkoumající dimenzi vztahové vyhýbavosti tvrzení: „Snažím se vyhnout příliš blízkému kontaktu s druhými.“ (Brennan, Clark, Shaver, 1998, in Lečbých & Pospíšilíková, 2012, s. 4).

Respondenti mohou být hodnoceni buď z hlediska celkových skóre dosažených ve dvou dimenzích (vztahové vyhýbavosti a vztahové úzkostnosti) nebo mohou být přiřazeni do jedné ze čtyř kategorií (vztahová vazba jistá, ambivalentní, vyhýbavá a bázlivě-vyhýbavá (Dilmaç, Hamart, & Arslan, 2009). Pro účely tohoto výzkumu bylo zvoleno hodnocení na základě dvoudimenzionálního modelu. Výsledky měření vztahové vazby jsou tedy vyjádřeny pomocí dvou proměnných: *vztahové úzkostnosti* - charakteristické strachem z odmítnutí, separace, opuštění a *vztahové vyhýbavosti* - typické nepohodou v intimních situacích a při závislosti na druhých (Brennan, Clark, Shaver, 1998, in Lečbých & Pospíšilíková, 2012, s. 3).

Dotazník je frekventovaně využíván v zahraničních výzkumech, jeho český překlad a pilotní studii provedli Lečbých & Pospíšilíková (2012). Analýzou vnitřní konzistence jsme zjistili koeficient Cronbachovo α škály vztahové úzkostnosti 0,89 a v případě škály vztahové vyhýbavosti 0,88 (viz. tabulka 5). K podobným výsledkům došli i Lečbých a Pospíšilíková (2012), v jejichž studii vykazovala vnitřní konzistence škály vztahové úzkostnosti i vyhýbavosti Cronbachovo α 0,84, a Procházka (2011) v jehož výzkumu vykazovalo Cronbachovo α obou škál hodnotu 0,80.

Hodnocení výsledků dotazníku je posuzováno z hlediska celkových skóre dosažených ve dvou dimenzích (vztahové vyhýbavosti a vztahové úzkostnosti).

Plné znění použité psychodiagnostické metody je přílohou č. 4 tištěné verze diplomové práce.

6.2.2 Lokalizace místa kontroly

Lokalizace místa kontroly (*locus of control*) představuje subjektivní přesvědčení, do jaké míry je jedinec schopen ovládat svůj život. Zda je výsledkem jeho počínání nebo výsledkem působení vnějších vlivů. Pro stanovení lokalizace místa kontroly, tedy pro určení míry internalismu / externalismu byla využita 23 položková škála I-E Juliana Rottera. Škála je konstruována tak, že u každé položky má respondent na výběr z dvojice tvrzení ke konkrétnímu tématu, z nichž má zvolit to, které je více v souladu s jeho názorem. Jedno tvrzení představuje internalistický postoj (např. tvrzení: „*Když je student dobře připraven, zřídka se stane, že zkouška nedopadne dobře.*“) a druhé

externalistický (např. tvrzení: „*Průběh zkoušky je velmi ovlivněn náladou zkoušejícího.*“).

Škála I-E není v českém jazyce standardizována. Překlad využitý v této diplomové práci vychází z verze použité v bakalářské diplomové práci Divíškové (2015), do které byl získán z Kabinetu diagnostických metod na Katedře psychologie Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity Brno. Vzhledem k tomu, že k použité škále nebyl dostupný manuál, dodržujeme pro vyhodnocení postup z dříve realizovaných prací na toto téma (např. Divíšková, 2015; Šobáňová, 2011). Pokud respondent zvolil tvrzení odpovídající internalismu, byla otázka hodnocena 1 bodem, pokud zvolil tvrzení odpovídající externalismu, byla otázka hodnocena 0 body. Maximální počet bodů, který je možné ve škále I-E dosáhnout, je 23 bodů, minimální 0. Vyšší skóre značí vyšší míru internalismu, naopak nižší skóre značí vyšší míru externalismu.

Ačkoli je škála pro stanovení lokalizace místa kontroly široce využívána, vykazuje často pouze uspokojivou hodnotu koeficientu vnitřní konzistence. Např. ve studii Dilmaça, Hamarta a Arslana (2009) je hodnota Cronbachovo α 0,71. Hodnota koeficientu vnitřní konzistence našeho výzkumu je 0,77 (viz tabulka 7).

Plné znění použité psychodiagnostické metody je přílohou č. 5 tištěné verze diplomové práce.

6.2.3 Sense of coherence

Pro určení sense of coherence byl využit Dotazník SOC, jehož autorem je Aaron Antonovsky a jehož český překlad provedl Křivohlavý (1990). Tento dotazník se skládá ze tří škál - faktorů, které odpovídají třem složkám konstruktů SOC:

- Škála srozumitelnost (*comprehensibility*), *C* představuje vnímání vnějších podnětů jako srozumitelných a obecně chápaní okolního světa jako předvídatelného a uchopitelného. K této škále patří například otázka: " Stane se Vám, že máte pocit, že nevíte dost dobře, co se bude dít dál?"
- Škála zvládnutelnost (*manageability*), *MA* představuje přesvědčení, že bude možné se s nároky situace vyrovnat buď pomocí vlastních dovedností, schopností, materiálních zdrojů, atd. nebo prostřednictvím pomoci druhých.

K této škále patří například otázka: „Domníváte se, že vždy budou lidé, na které se budete moci spolehnout?“

- Škála smysluplnost (*meaningfulness*), *ME* vyjadřuje přesvědčení, že nároky situace jsou hodny snahy a má smysl vyvinout úsilí se se situací vyrovnat. K této škále patří například otázka: „Jak často máte pocit, že to, co děláte ve svém běžném životě, nemá žádný smysl?“

Následující postup vyhodnocení a charakteristiku dotazníku uvádí Křivohlavý (1990): Dotazník SOC je tvořen celkem 29 tvrzeními, ke kterým se respondenti vyjadřují na stupnici 1 až 7. Hodnocení sense of coherence se provádí na základě celkového skóre nebo skóre v jeho jednotlivých škálách:

1. škála – srozumitelnost (*comprehensibility*), *C*
2. škála – zvládnutelnost (*manageability*), *MA*
3. škála – smysluplnost (*meaningfulness*), *ME*

Plné znění použité psychodiagnostické metody je přílohou č. 6 tištěné verze diplomové práce.

Minimálně možné dosažitelné skóre činí 29 bodů, maximální možné skóre je 203 bodů. Vyšší skóre naznačuje vyšší míru sense of coherence (Křivohlavý, 1990).

Psychometrické vlastnosti dotazníku SOC byly doloženy řadou výzkumů. V 26 studiích uskutečněných v 20 zemích byla zkoumána mimo jiné i reliabilita a validita nástroje. Koeficient konzistence Cronbachovo α se v těchto výzkumech pohyboval

v hodnotách od 0,82 do 0,95 (Antonovsky, 1993). V našem výzkumu byla hodnota vnitřní konzistence (koeficient Cronbachovo α) stanovena 0,94 (viz tabulka 9).

Český překlad dotazníku SOC byl získán z archivu FF UP a je identický se zněním použitým v disertační práci Slabého (2015).

6.2.4 Naděje

Pro měření naděje byla využita dvanáctipoložková sebeposuzovací škála s názvem Škála naděje C. R. Snydera (*Adult Hope Trait Scale*), která je určena osobám od 15 let věku. Škála se skládá ze dvou subškál, které představují základní komponenty Snyderova pojetí naděje: cestu (*pathway*) představující schopnost nacházet způsoby dosažení cílů a snahu (*agency*) vyjadřující motivaci a energii cestu k vytčenému cíli začít, pokračovat a dokončit. Svou odpověď respondent vybírá jako jednu z možností na osmibodové stupnici, kde číselným údajem vyjadřuje, nakolik souhlasí s uvedeným tvrzením (1 = naprosto nepravdivé, 8 = naprosto pravdivé) (Slezáčková, 2012; Snyder, 2000).

Výsledky je možné posuzovat z hlediska celkového skóre, nebo skóre jedné ze dvou subškál cesta (*pathway*) a snaha (*agency*).

Plné znění použité psychodiagnostické metody je přílohou č. 7 tištěné verze diplomové práce.

Při vyhodnocení posuzujeme buď skóry subškály cesta a subškály snaha nebo součtem bodů získáme celkové skóre naděje. Minimální celkové skóre naděje je 8 bodů, maximální celkové skóre je 64 bodů, nejvyšší možné skóre každé subškály je 32 bodů. Vyšší skóre odpovídá větší míře naděje (Ocisková, 2015).

Český překlad použitý v tomto výzkumu vytvořila docentka Irena Sobotková ve spolupráci s Marií Ociskovou a je identický se zněním použitým v disertační práci Ociskové (2015).

Snyder a jeho spolupracovníci (1991) uvádějí, že škála má uspokojivou míru vnitřní konzistence. Koeficient Cronbachovo α se u celkového skóre pohyboval v hodnotách 0,74 až 0,84, v případě subškály snaha v hodnotách 0,71 až 0,76 a subškály cesta 0,63 až 0,80. Ukazatelé vnitřní konzistence české verze Škály naděje použité v tomto výzkumu jsou uvedeny v tabulce 9.

7. Výzkumný soubor

7.1 Popis výběrového souboru

Výzkumu se zúčastnili respondenti ve věku od 17 do 72 let. Analyzovány byly dotazníky 84 osob, mezi respondenty převažovaly ženy (N = 56), menší zastoupení bylo mužů (N = 28). Výběrový soubor se skládal z těchto věkových kategorií:

Tabulka č. 1: Věkové rozložení výzkumného souboru

věková kategorie	Tabulka četností <u>výběrový soubor</u> : Jaký je váš věk?	
	absolutní četnost	relativní četnost v %
18 let a méně	1	1,19 %
19 - 25 let	11	13,10 %
26 - 35 let	38	45,24 %
36 - 45 let	23	27,38 %
46 - 60 let	10	11,90 %
61 let a více	1	1,19 %
TOTAL	84	

Tabulka č. 2: Věkové rozložení výzkumného souboru - pouze muži

věková kategorie	Tabulka četností souboru <u>muži</u> : Jaký je váš věk?	
	absolutní četnost	relativní četnost v %
18 let a méně	1	3,57 %
19 - 25 let	2	7,14 %
26 - 35 let	12	42,86 %
36 - 45 let	9	32,14 %
46 - 60 let	4	14,29 %
61 let a více	0	0,00 %
TOTAL	28	

Tabulka č. 3: Věkové rozložení výzkumného souboru - pouze ženy

věková kategorie	Tabulka četností souboru ženy: Jaký je váš věk?	
	absolutní četnost	relativní četnost v %
18 let a méně	0	0,0 %
19 - 25 let	9	16,07 %
26 - 35 let	26	46,43 %
36 - 45 let	14	25,00 %
46 - 60 let	6	10,71 %
61 let a více	1	1,79 %
TOTAL	56	

Svůj věk uváděli respondenti formou volby jedné z možných věkových kategorií. Detailnější sociodemografické charakteristiky souboru nebyly zkoumány, neboť nejsou hlavním předmětem tohoto výzkumu a zvyšovaly by časovou náročnost vyplňování dotazníku.

8. Organizace, průběh šetření a etické aspekty

8.1 Průběh sběru dat

Sběr dat probíhal v průběhu ledna a února 2016 a byl realizován prostřednictvím elektronického dotazníku internetového průzkumu služby www.vyplnto.cz. Účastníci byli osloveni online formou inzerátu rozeslaného emailem a uveřejněného na webové stránce www.facebook.com. Účast ve výzkumu byla dobrovolná bez nároku na odměnu.

Sběr dat se uskutečnil cestou vyplňování baterie metod, kterou tvořily nástroje: dotazník ECR, škála I-E, dotazník SOC, Škála naděje. Respondenti byli před započtím vyplňování baterie metod informováni o rámcových cílech výzkumu, délce a přibližné časové dotaci potřebné k vyplnění, dobrovolnosti, anonymitě i diskrétnosti zacházení se získanými údaji. Po dokončení vyplňování jim byla nabídnuta možnost zaslání výsledků studie na jejich emailovou adresu. V případě otázek mohli respondenti mailem kontaktovat zadavatelku výzkumu.

Navzdory tomu, že se jednalo o časově náročnou baterii metod (obsahovala 102 povinných otázek, průměrná doba vyplňování byla 32 minut), byla návratnost dotazníků poměrně solidní 37,4 %. Návratnost dotazníků je v našem případě měřená

u účastníků, kteří buď navštívili úvodní stránku výzkumu, nebo již baterii metod začali vyplňovat.

8.2 Použité metody zpracování dat

Data byla získána z dotazníkové služby www.vyplnto.cz v elektronické podobě ve formě dokumentu Microsoft Office Excel 2003, ve kterém také proběhlo čištění, kódování a kontrola úplnosti dat. Jejich hlavní zpracování bylo provedeno v programu Statistica 12.

Statistické testování bylo zahájeno stanovením hodnot koeficientu vnitřní konzistence Cronbachovo alfa všech škál používaných ve výzkumu a ověřením normality rozložení dat, pro které byl použit Shapiro-Wilkův test. Jako hlavní nástroj pro stanovení přítomnosti vztahu a jeho těsnosti mezi jednotlivými proměnnými byla použita korelace. U proměnných, které byly ve výzkumném souboru zastoupeny v normálním rozložení, byl pro analýzu dat použit Pearsonův korelační koeficient (r). U proměnných, které nebyly zastoupeny v normálním rozložení, byl použit Spearmanův korelační koeficient (R).

K modelování míry vlivu dvou základních dimenzí vztahové vazby (úzkostnosti a vyhýbavosti) a zkoumaných jevů (locus of control, sense of coherence, naděje) byla využita vícenásobná lineární regresní analýza. U každého regresního modelu bylo provedeno ověření (ne)přítomnosti multikolinearity, heteroskedasticity, normálního rozložení reziduí a stanovena hodnota Durbin-Watsonova d .

9. Výsledky

Před samotným testováním statistických hypotéz představuje tato část diplomové práce analýzu dat získaných jednotlivými nástroji výzkumu:

- dotazníkem ECR,
- škálou I-E,
- dotazníkem SOC,
- Škálou naděje.

9.1 Vztahová vazba - výsledky dotazníku ECR

Dotazník ECR (*Experiences in Close Relationships*) se skládá ze dvou škál:

- škála vztahová úzkostnost - sycena 18 položkami dotazníku,
- škála vztahová vyhýbavost - sycena druhými 18 položkami dotazníku.

Výsledky dotazníku jsou posuzovány z hlediska skóreů dvou základních škál. Minimální skóre, kterého je možné na každé škále dosáhnout, je 18, maximální 126.

9.1.1 Popisné statistiky dotazníku ECR

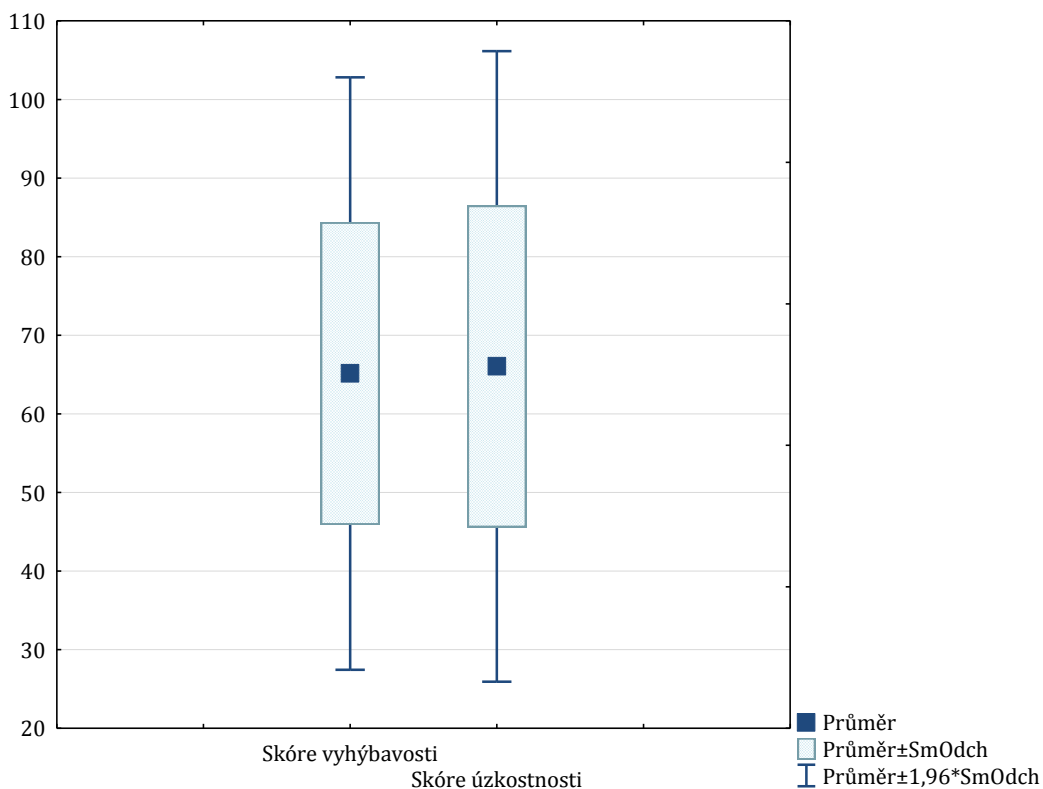
Následující tabulka (tabulka č. 4) zobrazuje popisné statistiky u obou škál dotazníku ECR u výběrového souboru (N = 84).

Tabulka 4: Výsledky dotazníku ECR – míra vztahové vyhýbavosti a úzkostnosti

Proměnná	Míra vyhýbavosti a úzkostnosti				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm. odch.
UZKOSTNOST TOTAL	84	66,03	26	114	20,46
VYHYBAVOST TOTAL	84	65,13	24	107	19,23

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*),
 VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*).

Graf 1: Výsledky dotazníku ECR - míra vztahové vyhýbavosti a úzkostnosti



9.1.2 Reliabilita dotazníku ECR a normalita rozložení dat

Obě škály dotazníku ECR (vztahová úzkostnost i vztahová vyhýbavost) přesáhly minimální hranici spolehlivosti stanovenou hodnotou alfy 0,7. Dle hodnot koeficientu Cronbachovo alfa uvedených v tab. 5 je možné míru vnitřní konzistence obou škál považovat za dobrou. Data v obou škálách dotazníku ECR (vztahová úzkostnost i vztahová vyhýbavost) navíc vykazují normální rozložení.

Tabulka 5: Výsledky dotazníku ECR - míra vztahové vyhýbavosti a úzkostnosti

Proměnná	Ověření reliability a normality rozložení dat				
	N platných	Cronbachovo alfa	Vnitřní konzistence	Shapiro-Wilk	Normální rozložení
UZKOSTNOST TOTAL	84	0,89	ANO	p = 0,21	ANO
VYHYBAVOST TOTAL	84	0,88	ANO	p = 0,28	ANO

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*).

9.2 Locus of control – výsledky škály I-E

Celkové skóre 23 položková škály I-E vyjadřuje lokalizaci jedincova místa kontroly – tedy míru internalismu / externalismu. Maximální počet bodů, který je možné ve škále dosáhnout, je 23 bodů, minimální 0. Čím vyšší skóre, tím vyšší míru internalismu jedinec má.

9.2.1 Popisné statistiky škály I-E

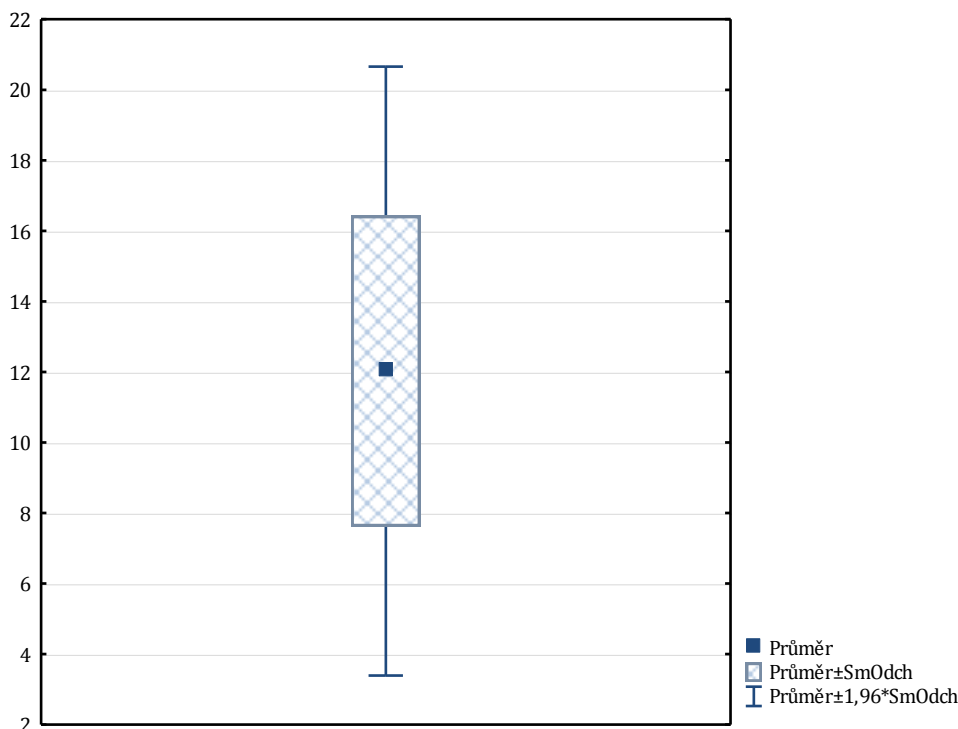
Následující tabulka (tabulka č. 6) zobrazuje popisné statistiky škály I-E u výběrového souboru (N = 84).

Tabulka 6: Výsledky škály I-E

Proměnná	Míra internalismu				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm. odch.
TOTAL I-E	84	12,02	4	22	4,40

Vysvětlivky: TOTAL I-E - celkové skóre internalismu škály I-E.

Graf 2: Výsledky škály I-E - míra internalismu



9.2.2 Reliabilita škály I-E a normalita rozložení dat

Míra vnitřní konzistence škály I-E hodnocená pomocí koeficientu Cronbachovo alfa je dostatečně vysoká, tj. její hodnota je alespoň 0,7. Vzhledem k tomu, že hodnota koeficientu je 0,77, můžeme vnitřní konzistenci škály považovat za uspokojivou. Data vykazují normální Gaussovo rozložení.

Tabulka 7: Výsledky škála I-E

Proměnná	Ověření reliability a normality rozložení dat				
	N platných	Cronbachovo alfa	Vnitřní konzistence	Shapiro-Wilk	Normální rozložení
TOTAL I-E	84	0,77	ANO	p = 0,12	ANO

Vysvětlivky: TOTAL I-E - celkové skóre internalismu škály I-E.

9.3 Sense of coherence - výsledky dotazníku SOC

Dotazník SOC je tvořen celkem 29 tvrzeními a 3 škálami: srozumitelnost (*comprehensibility*), zvládnutelnost (*manageability*), smysluplnost (*meaningfulness*). Při vyhodnocení se posuzuje celkové skóre SOC nebo skóre jeho jednotlivých škál. Minimální možné dosažitelné celkové skóre SOC činí 29 bodů, maximální možné skóre je 203 bodů. Vyšší skóre naznačuje vyšší míru sense of coherence.

9.3.1 Popisné statistiky dotazníku SOC

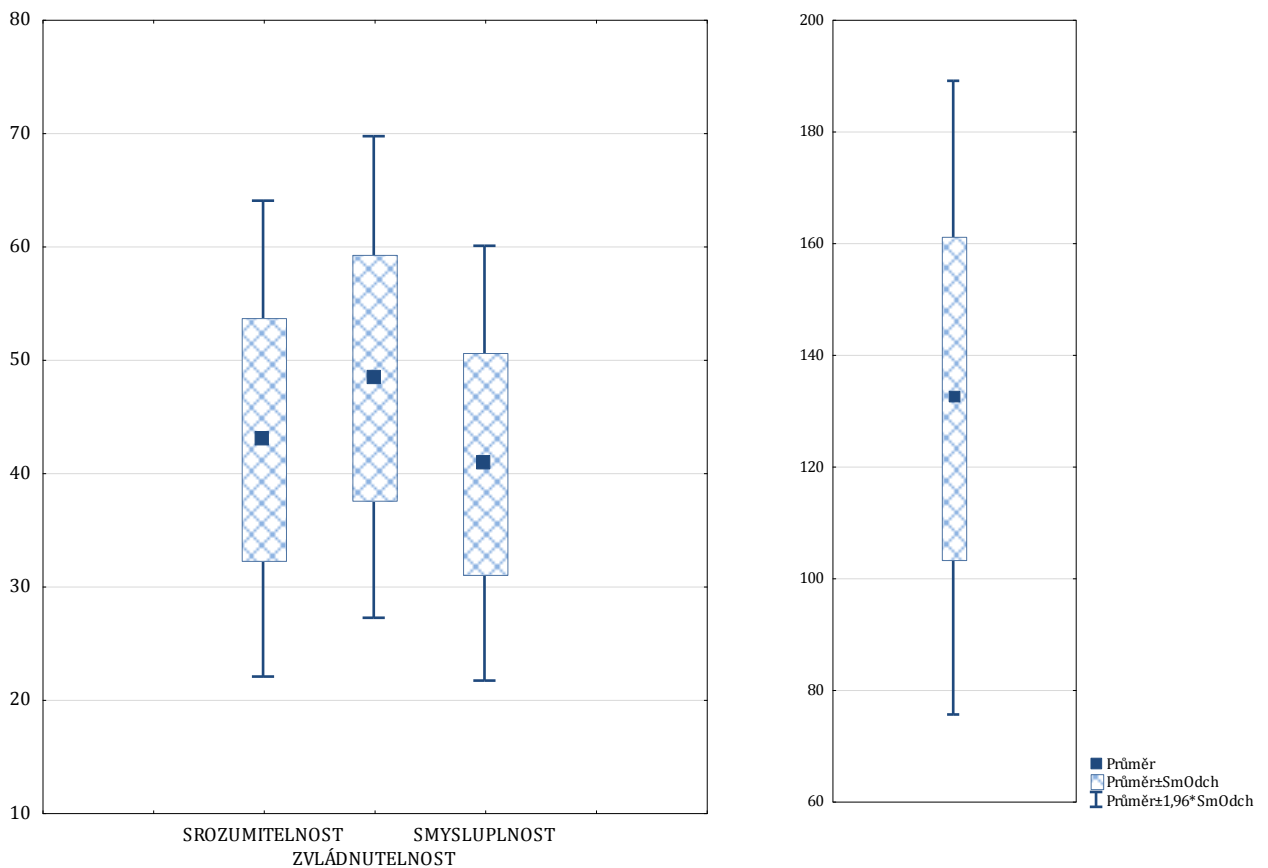
Následující tabulka (tabulka č. 8) zobrazuje popisné statistiky dotazníku SOC i jeho škál u výběrového souboru (N = 84).

Tabulka 8: Výsledky dotazníku SOC

Proměnná	Míra sense of coherence				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm. odch.
SOC (C) SROZUM	84	42,98	18	66	10,71
SOC (MA) ZVLADN	84	48,42	14	68	10,84
SOC (ME) SMYSL	84	40,81	15	55	9,78
SOC TOTAL	84	132,20	47	183	28,95

Vysvětlivky: SOC C SROZUM - skóre škály srozumitelnost *comprehensibility*, SOC (MA) ZVLADN - skóre škály zvládnutelnost *manageability*, SOC (ME) SMYSL - skóre škály smysluplnost *meaningfulness*, SOC TOTAL - celkové skóre dotazníku SOC.

Graf 3, 4: Výsledky dotazníku SOC skóre 3 škál (vlevo), celkové skóre (vpravo)



9.3.2 Reliabilita dotazníku SOC a normalita rozložení dat

Celková míra vnitřní konzistence dotazníku SOC je vynikající ($\alpha = 0,94$). Míra vnitřní konzistence škál srozumitelnost (C), zvládnutelnost (MA) i smysluplnost (ME) je dobrá.

Data vykazují normální rozložení pouze v případě škály srozumitelnost (C). Normální rozložení nemají data v rámci škály zvládnutelnost (MA), škály smysluplnost (ME) a celkového skóre dotazníku SOC.

Tabulka 9: Výsledky dotazníku SOC

Proměnná	Ověření reliability a normality rozložení dat				
	N platných	Cronbachovo alfa	Vnitřní konzistence	Shapiro-Wilk	Normální rozložení
SOC (C)SROZUM	84	0,81	ANO	p = 0,26	ANO
SOC (MA) ZVLADN	84	0,85	ANO	p = 0,003	NE
SOC (ME) SMYSL	84	0,87	ANO	p = 0,0001	NE
SOC TOTAL	84	0,94	ANO	p = 0,007	NE

Vysvětlivky: SOC C SROZUM - skóre škály srozumitelnost *comprehensibility*, SOC (MA) ZVLADN - skóre škály zvládnutelnost *manageability*, SOC (ME) SMYSL - skóre škály smysluplnost *meaningfulness*, SOC TOTAL - celkové skóre dotazníku SOC.

9.4 Naděje – výsledky Škály naděje

Škála naděje (*Adult Hope Trait Scale*) je dvanáctipoložková sebeposuzovací škála, která se skládá ze dvou subškál: cesta (*pathway*) a snaha (*agency*). Výsledky je možné posuzovat z hlediska celkového skóre nebo dle skóre subškál. Minimální celkové skóre naděje je 8 bodů, maximální celkové skóre je 64 bodů, nejvyšší možné skóre každé subškály je 32 bodů. Vyšší skóre odpovídá u jedince větší míře naděje.

9.4.1 Popisné statistiky Škály naděje

Následující tabulka (tabulka č. 10) zobrazuje popisné statistiky Škály naděje i jejich dvou subškál u výběrového souboru (N = 84).

Tabulka 10: Výsledky Škály naděje

Proměnná	Škála naděje				
	N platných	Průměr	Minimum	Maximum	Sm. odch.
HOPE PATHWAY	84	23,58	9	32	5,00
HOPE AGENCY	84	21,99	5	31	5,63
HOPE TOTAL	84	45,57	16	62	9,87

Vysvětlivky: HOPE PATHWAY - skóre subškály cesta *pathway*, HOPE AGENCY - skóre subškály snaha *agency*, HOPE TOTAL - celkové skóre Škály naděje.

9.4.2 Reliabilita Škály naděje a normalita rozložení dat

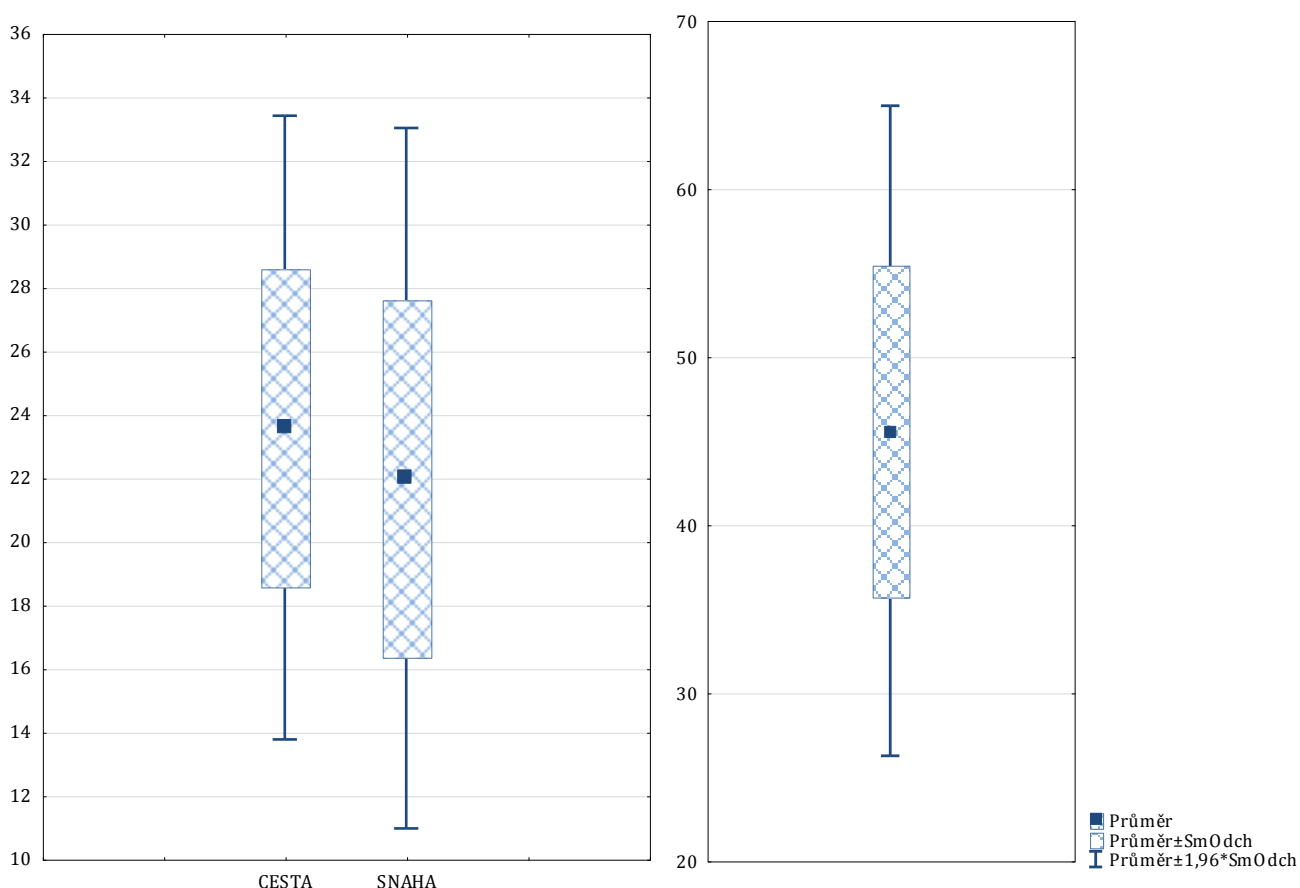
Celkovou míru vnitřní konzistence Škály naděje lze považovat za dobrou, stejně jako míru vnitřní konzistence subškály cesta a subškály snaha. Nicméně je při hodnocení vnitřní konzistence vhodné přihlídnout k tomu, že hodnota Cronbachovo alfa se u každé škály počítá pouze ze 4 položek, u celkového skóre z osmi. Žádná zkoumaná proměnná Škály naděje není ve výzkumném souboru zastoupena v normálním rozložení.

Tabulka 11: Výsledky Škály naděje

Proměnná	Ověření reliability a normality rozložení dat				
	N platných	Cronbachovo alfa	Vnitřní konzistence	Shapiro-Wilk	Normální rozložení
HOPE PATHWAY	84	0,80	ANO	p = 0,002	NE
HOPE AGENCY	84	0,81	ANO	p = 0,000	NE
HOPE TOTAL	84	0,88	ANO	p = 0,001	NE

Vysvětlivky: HOPE PATHWAY - skóre subškály cesta *pathway*, HOPE AGENCY - skóre subškály snaha *agency*, HOPE TOTAL - celkové skóre Škály naděje.

Graf 5, 6: Výsledky Škály naděje - skóre 2 škál (vlevo), celkové skóre (vpravo)



10. Hypotézy a výzkumné otázky

10.1 Souvislost mezi mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby a locus of control

Tabulka 12: Výsledky korelací pro hypotézy H1

Proměnná		Pearsonova korelace Počet platných (N = 84)	
		TOTAL I-E	
UZKOSTNOST TOTAL	r	-0,34*	
	p-hodnota	p=0,001	
VYHYBAVOST TOTAL	r	-0,08	
	p-hodnota	p=0,447	

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). TOTAL I-E - celkové skóre internalismu škály I-E. Pozn.: *Korelace je signifikantní na hladině $p < 0,05$.

H1a přijímáme: Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($r = -0,34$; $p = 0,001$) mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a mírou internalismu stanoveného škálou I-E.

H1b zamítáme: Mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a mírou internalismu stanoveného škálou I-E nebyla zjištěna statisticky významná souvislost.

10.2 Souvislost mezi mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby a sense of coherence

Tabulka 13: Výsledky korelací pro hypotézy H2

Proměnná		Spearmanovy korelace Počet platných (N = 84)			
		SOC (C) SROZUM	SOC (MA) ZVLADN	SOC (ME) SMYSL	SOC TOTAL
UZKOSTNOST TOTAL	R	-0,59*	-0,65*	-0,53*	-0,65*
	p-hodnota	p = 0,0000	p = 0,0000	p = 0,0000	p = 0,0000
VYHYBAVOST TOTAL	R	-0,36*	-0,28*	-0,36*	-0,35*
	p-hodnota	p = 0,0009	p = 0,0092	p = 0,0007	p = 0,0012

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). SOC C SROZUM - skóre škály srozumitelnost *comprehensibility*, SOC (MA) ZVLADN - skóre škály zvládnutelnost *manageability*, SOC (ME) SMYSL - skóre škály smysluplnost *meaningfulness*, SOC TOTAL - celkové skóre dotazníku SOC. Pozn.: *Korelace je signifikantní na hladině $p < 0,05$.

H2a přijímáme: Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,65$; $p = 0,0000$) mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre sense of coherence stanoveným dotazníkem SOC.

H2b přijímáme: Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,35$; $p = 0,0012$) mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre sense of coherence stanoveným dotazníkem SOC.

H2c přijímáme: Byly zjištěny statisticky významné negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre všech tří škál dotazníku SOC (viz tabulka 13).

H2d přijímáme: Byly zjištěny statisticky významné negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre všech tří škál dotazníku SOC (viz tabulka 13).

10.3 Souvislost mezi mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby a mírou naděje

Tabulka 14: Výsledky korelací pro hypotézy H3

Proměnná		Spearmanovy korelace Počet platných (N = 84)		
		HOPE PATHWAY	HOPE AGENCY	HOPE TOTAL
UZKOSTNOST TOTAL	R	-0,35*	-0,47*	-0,44*
	p-hodnota	p = 0,0010	p = 0,0000	p = 0,0000
VYHYBAVOST TOTAL	R	-0,23*	-0,25*	-0,24*
	p-hodnota	p = 0,0369	p = 0,0229	p = 0,0281

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). HOPE PATHWAY - skóre subškály cesta *pathway*, HOPE AGENCY - skóre subškály snaha *agency*, HOPE TOTAL - celkové skóre Škály naděje. Pozn.: *Korelace je signifikantní na hladině $p < 0,05$.

H3a přijímáme: Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,44$; $p = 0,0000$) mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre Škály naděje.

H3b přijímáme: Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,24$; $p = 0,0281$) mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre Škály naděje.

H3c přijímáme: Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre obou subškál Škály naděje (subškála cesta: $R = -0,35$; $p = 0,001$; subškála snaha: $R = -0,47$; $p = 0,000$).

H3d přijímáme: Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre obou subškál Škály naděje (subškála cesta: $R = -0,23$; $p = 0,0369$; subškála snaha: $R = -0,25$; $p = 0,0229$).

10.4 Modelování míry vlivu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti na locus of control

Pomocí regresního modelu se pokoušíme určit, do jaké míry je locus of control ovlivněn mírou vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti. Jako prediktory nebo nezávislé proměnné vstupují do regresní analýzy celkové skóre na škále vztahová úzkostnost a celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost dotazníku ECR. Jako závislá nebo vysvětlovaná proměnná figuruje v této regresní analýze celkové skóre internalismu škály I-E (viz tabulka 15).

Tabulka 15: Výsledky vícenásobné regrese pro VO1

N=84	Výsledky regrese se závislou proměnnou: TOTAL I-E			
	b*	b	t (81)	p-hodnota
Absolutní člen		18,15	8,29	0,0000
UZKOSTNOST TOTAL	-0,34	-0,07	-3,30	0,0014
VYHYBAVOST TOTAL	-0,08	-0,02	-0,81	0,4223
R = 0,35 R ² = 0,12 p < 0,005				

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). TOTAL I-E - celkové skóre internalismu škály I-E. Hladina významnosti: 0,05.

Tabulka 16: Předpoklady použití regresního modelu pro nezávislé proměnné vztahová vyhýbavost a úzkostnost a závislé proměnné míra internalismu škály I-E

	Předpoklady použití regresního modelu				
	Normální rozložení reziduí	Neexistence kolinearity nezávislých proměnných	Homoskedasticita	Durbin-Watsonovo d	Předpoklady splněny
Hodnota	dle histogramu	tolerance 0,99	nezávislost reziduí dle grafu	odhad 1,96	ANO
předpoklad splněn	ANO	ANO	ANO	ANO	

Pozn.: Grafy, na základě kterých se stanovovala normalita rozložení reziduí a nezávislost reziduí, jsou přílohou č. 9 této práce.

Výsledný regresní model ukazuje, že prediktory vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost by měly vysvětlit 12 % variability ($R^2 = 0,12$) celkového skóru locus of control. Signifikantní vliv z obou prediktorů má pouze vztahová úzkostnost ($\beta = -0,34$), zatímco vztahová vyhýbavost nikoli, neboť hodnota p nesplňuje kritérium hodnoty nižší pěti setinám ($p = 0,4223$). Regresní model nemůžeme považovat pro vysvětlení vztahu zkoumaných jevů za ideální.

VO1 není možný na základě regresního modelu zodpovědět: Regresní model není vhodný pro vysvětlení vztahu míry vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti s locus of control.

10.5 Modelování míry vlivu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti na sense of coherence

Pomocí regresního modelu se pokoušíme určit, do jaké míry je sense of coherence ovlivněn mírou vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti. Jako prediktory nebo nezávislé proměnné vstupují do regresní analýzy celkové skóre na škále vztahová úzkostnost a celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost dotazníku ECR. Jako závislá nebo vysvětlovaná proměnná figuruje v této regresní analýze celkové skóre dotazníku SOC (viz tabulka 17).

Tabulka 17: Výsledky vícenásobné regrese pro VO2

N=84	Výsledky regrese se závislou proměnnou: SOC TOTAL			
	b*	B	T (81)	p-hodnota
absolutní člen		230,22	22,64	0,0000
UZKOSTNOST TOTAL	-0,64	-0,91	-8,73	0,0000
VYHYBAVOST TOTAL	-0,39	-0,58	-5,29	0,0000
R = 0,75 R ² = 0,56 p<0,0000				

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). SOC TOTAL - celkové skóre dotazníku SOC. Hladina významnosti: 0,05.

Tabulka 18: Předpoklady použití regresního modelu pro nezávislé proměnné vztahová vyhýbavost a úzkostnost, závislé proměnné sense of coherence

	Předpoklady použití regresního modelu				
	Normální rozložení reziduí	Neexistence kolinearit nezávislých proměnných	Homoskedasticita	Durbin-Watsonovo d	Předpoklady splněny
hodnota	dle histogramu	tolerance 0,99	nezávislost reziduí dle grafu	odhad 1,69	ANO
předpoklad splněn	ANO	ANO	ANO	ANO	

Pozn.: Grafy, na základě kterých se stanovovala normalita rozložení reziduí a nezávislost reziduí, jsou přílohou č. 9 této práce.

Výsledky vícenásobné regrese ukazují, že prediktory vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost vysvětlují 56 % variability ($R^2 = 0,56$) zkoumané proměnné sense of coherence. Úzkostnost má na míru sense of coherence výrazně silnější vliv ($\beta = -0,91$) než vztahová vyhýbavost ($\beta = -0,58$). Regresní model splňuje předpoklady jeho použití (viz tabulka 18). Protože hodnota $p < 0,0000$, můžeme tvrdit, že model je vhodný k vysvětlení podílu vlivu závislé proměnné.

Zodpovězení VO2: Vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost měřené dotazníkem ECR vysvětlují 56 % variability celkového skóre sense of coherence stanoveného dotazníkem SOC s tím, že výrazně silnější vliv z obou prediktorů má vztahová úzkostnost.

10.6 Modelování míry vlivu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti na naději

Pomocí regresního modelu se pokoušíme určit, do jaké míry je naděje ovlivněna mírou vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti. Jako prediktory nebo nezávislé proměnné vstupují do regresní analýzy celkové skóre na škále vztahová úzkostnost a celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost dotazníku ECR. Jako závislá nebo vysvětlovaná proměnná figuruje v této regresní analýze celkové skóre Škály naděje (viz tabulka 19).

Tabulka 19: Výsledky vícenásobné regrese pro VO3

N=84	Výsledky regrese se závislou proměnnou: HOPE TOTAL			
	b*	B	t (81)	p-hodnota
absolutní člen		72,02	17,01	0,0000
UZKOSTNOST TOTAL	-0,50	-0,24	-5,52	0,0000
VYHYBAVOST TOTAL	-0,32	-0,16	-3,56	0,0006
R = 0,59 R ² = 0,35 p < 0,0000				

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). HOPE TOTAL - celkové skóre Škály naděje. Hladina významnosti: 0,05.

Tabulka 20: Předpoklady použití regresního modelu pro nezávislé proměnné vztahová vyhýbavost a úzkostnost, závislé proměnné celkové skóre Škály naděje.

	Předpoklady použití regresního modelu				
	Normální rozložení reziduí	Neexistence kolinearity nezávislých proměnných	Homoskedasticita	Durbin-Watsonovo d	Předpoklady splněny
hodnota	dle histogramu	tolerance 0,99	nezávislost reziduí dle grafu	odhad 1,48	ANO
předpoklad splněn	ANO	ANO	ANO	ANO	

Pozn.: Grafy, na základě kterých se stanovovala normalita rozložení reziduí a nezávislost reziduí, jsou přílohou č. 9 této práce.

Výsledky vícenásobné regrese ukazují, že prediktory vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost vysvětlují 35 % variability ($R^2 = 0,35$) zkoumané proměnné naděje. O něco silnější vztah k míře naděje má vztahová úzkostnost ($\beta = -0,24$), o něco slabší vztahová vyhýbavost ($\beta = -0,16$). Regresní model splňuje předpoklady jeho použití (viz tabulka 20). Protože hodnota $p < 0,0000$, můžeme tvrdit, že model je vhodný k vysvětlení podílu vlivu závislé proměnné.

Zodpovězení V03: Vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost měřené dotazníkem ECR vysvětlují 35 % variability celkového skóre Škály naděje s tím, že silnější vliv z obou prediktorů má vztahová úzkostnost.

11. Diskuze

Souvislost mezi charakteristikami vztahové vazby, adaptabilitu jedince a strategiemi zvládnání stresu potvrdila již řada realizovaných studií. Nicméně pouze omezené množství z nich je zaměřených přímo na souvislost charakteristik vztahové vazby s mírou resilience a naděje. Porovnatelnost jejich výsledků je navíc limitována metodologickou nejednotností nástrojů používaných k měření uvedených jevů. Cílem výzkumu této diplomové práce bylo ověřit výsledky realizovaných zahraničních studií v rámci české populace a za použití jednotné metodologie zhodnotit vztah vybraných charakteristik vztahové vazby k míře resilience a naděje.

V průběhu výzkumu se objevilo několik oblastí, které mohou být předmětem určitých zkreslení. Prvním z nich je struktura výzkumného souboru, konkrétně nepoměr zastoupení mužů a žen mezi respondenty. Ve výzkumném souboru (N = 84) převažovaly ženy (N = 56), menší zastoupení bylo mužů (N = 28).

Další zkreslení mohlo vzniknout způsobem sběru dat, který probíhal metodou příležitostného výběru a prostřednictvím online dotazníku. Využití online sběru dat má své výhody i nevýhody. Výhodou v případě toto výzkumu byla především diskrétnost a anonymita, kterou respondentům umožnilo online prostředí. Respondent vyplňoval baterii metod v době, kterou si sám zvolil, a s výzkumníkem vůbec nepřišel do kontaktu. Díky tomu se dá předpokládat menší míra neuvědomované snahy vyhovět domnělým očekáváním výzkumníka a tedy větší autentičnost odpovědí. Mezi nevýhody online sběru dat jednoznačně patří ovlivnění struktury výzkumného souboru, neboť na účast či neúčast ve výzkumu měla jistě vliv schopnost a možnost pracovat s internetem. Bezmyšlenkovitá volba odpovědí v dotazníku může být také jedním z rizik online vyplňování, nicméně ji neočekáváme v rámci našeho výzkumu ve velké míře. Vzhledem k dobrovolnosti vyplnění dotazníku bez nároku na odměnu, je pravděpodobnější reakcí respondenta spíše

okamžité ukončení vyplňování, než snaha s dalšími časovými investicemi dotazník dokončit.

Dále se dá předpokládat, že protože se jednalo o časově náročnou baterii metod (102 povinných otázek, průměrná doba vyplňování 32 minut) a účast ve výzkumu byla dobrovolná bez nároku na odměnu, se ve výzkumném souboru častěji objevovali respondenti s vnitřní motivací (např. se zájmem o zkoumanou problematiku), případně s vyšší mírou vytrvalosti či ochoty vyhovět. Navzdory výše popsanému by vzniklá zkrslení neměla být fatální pro relevantnost výsledků výzkumu, neboť jeho cílem není stanovení přítomnosti jevů v rámci populace, ale ověření vztahů mezi proměnnými.

Z hlediska volby psychodiagnostických metod má výzkum dva limity. Prvním z nich spočívá v tom, že použité metody zatím nejsou v českém jazyce plně standardizovány. Nicméně všechny čtyři nástroje použité ve výzkumu této diplomové práce byly voleny s tím, že jsou s relevantními závěry již dříve využity v doposud realizovaných pracích zkoumajících obdobnou problematiku.

Druhým limitem výzkumu je jednoznačně výhradní použití sebesuzovacích škál a žádné objektivní metody, neboť relevance výsledků je v takovém případě ovlivněna ochotou respondenta na otázky pravdivě odpovídat, ale také jeho schopností situaci v jeho životě adekvátně zhodnotit. Tato problematika je významná zejména u jedinců s vyšší mírou vztahové vyhýbavosti, pro které je při použití sebesuzovacích metod typické pozitivní hodnocení sebe a negativní hodnocení druhých (Bartholomew & Horowitz, 1991). Tito jedinci mívají v situacích hněvu či stresu typický slabý subjektivní prožitek, provázený silným fyziologickým projevem, např. zvýšením tepové frekvence (Mikulincer, Florian, & Tolmacze, 1990; Mikulincer & Orbach, 1995). Je u nich tedy vhodné předpokládat nesoulad mezi subjektivním hodnocením a neuvědomovaným emočním stavem.

Prvním z cílů této práce bylo ověřit vztah mezi základními dimenzemi vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí) a mírou resilience zkoumanou z hlediska koncepce locus of control Juliana Rottera a koncepce sense of coherence Aarona Antonovského.

V oblasti locus of control naznačují doposud realizované studie (např. Mickelson, Kessler, & Shaver, 1997) trend negativního vztahu mezi interním locus of control

a vyhýbavou vztahovou vazbou ($r = -0,10$) a úzkostnou vztahovou vazbou ($r = -0,18$). Výsledky našeho výzkumu částečně odpovídají tomuto trendu. Mezi mírou internalismu locus of control a mírou úzkostnosti vztahové vazby byla zjištěna slabá statisticky významná negativní korelace ($r = -0,34$). Naopak mezi mírou internalismu locus of control a vyhýbavostí vztahové vazby nebyla zjištěna významná souvislost.

V oblasti sense of coherence prokázala dříve realizovaná studie Rooda (2001) slabou negativní korelaci celkového skóre SOC a vztahové vazby nejisté ambivalentní *preoccupied* ($r = -0,36$) a středně silnou negativní korelaci v případě vztahové vazby nejisté vyhýbavé *dismissing* ($r = -0,52$). Tomu částečně odpovídají i výsledky našeho výzkumu. Celkové skóre sense of coherence silně negativně koreluje s mírou úzkostnosti vztahové vazby ($R = -0,65$) a slabě negativně koreluje s mírou vyhýbavosti vztahové vazby ($R = -0,35$). Rozdílná síla korelací mezi studií Rooda (2001) a naším výzkumem může být zapříčiněna odlišným nástrojem měření vztahové vazby.

Zajímavé zjištění přináší porovnání korelací vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti se skóre sense of coherence z hlediska síly korelace. Mezi sense of coherence a vztahovou úzkostností i vyhýbavostí se vždy objevuje negativní korelace. Hodnota korelace mezi skóre vztahové úzkostnosti a celkovým skóre SOC je $R = -0,65$, korelace mezi skóre vztahové vyhýbavosti a celkovým skóre SOC je $R = -0,35$. Detailně včetně hodnot korelací jednotlivých škál SOC je uvedeno v tabulce pod čarou¹. Ve všech případech korelace SOC a vztahové úzkostnosti se jedná o korelaci střední až silnou. Korelace SOC a vztahové vyhýbavosti je výrazně slabší a její síla odpovídá přibližně poloviční hodnotě korelace SOC a vztahové úzkostnosti.

Proměnná		Síla korelace mezi mírou SOC a vztahovou úzkostností a vyhýbavostí			
		SOC škála SROZUMITELNOST	SOC škála ZVLÁDNUTELNOST	SOC škála SMYSLUPLNOST	SOC celkové skóre
ÚZKOSTNOST	R	-0,59	-0,65	-0,53	-0,65
VYHÝBAVOST	R	-0,36	-0,28	-0,36	-0,35

¹ Čerpáno z tabulky 13 empirické části této práce.

Výše popsaná zjištění se zdají být v souladu s teoretickými poznatky i souvisejícími výzkumy. Mikulincer a Shaver (2010) uvádějí, že z více než sto realizovaných studií téměř všechny potvrdily souvislost typu vztahové vazby se závažností deprese a úzkosti. Tato souvislost byla jednoznačná u vztahové úzkostnosti, nicméně v případě vztahové vyhýbavosti je souvislost s depresí a úzkostí výrazně méně jasná – v polovině výzkumů byla prokázána, v polovině nikoli.

Dále Mikulincer a Orbach (1995) upozornili na specifické prožívání silných afektů u osob s vyhýbavou vztahovou vazbou. Například u emoce hněvu je pro ně charakteristický slabý subjektivní prožitek, ale se silným fyziologickým projevem (zvýšení tepové frekvence). Tento jev badatelé nazvali „disociovaný hněv“. Podobně u strachu se např. při diskutování témat vlastní smrti u osob s vyhýbavým typem vztahové vazby strach ze smrti neprojevuje výrazně na vědomé úrovni, ale je silně prožíván na úrovni méně uvědomované (Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990).

Fraley, Davis a Shaver (1998) předpokládají, že lidé s vyšší mírou vztahové vyhýbavosti se častěji s hrozbami vypořádávají potlačením myšlenek souvisejících se stresem, s hrozbou i potlačením vazebného chování (Fraley, Davis, & Shaver, 1998 in Mikulincer, et al., 2002, s. 883). Cassidyová a Kobak (1988) to nazývají deaktivační strategií emoční regulace a předpokládají, že potlačení myšlenek souvisejících s hrozbou následně blokuje oceňování podnětů jako ohrožujících (Cassidy & Kobak, 1988, in Mikulincer, et al., 2002, s. 883).

Výše uvedené charakteristiky mohou být jedním z vysvětlení nejednoznačnosti závěrů zkoumání osob s vyšší mírou vztahové vyhýbavosti. Jejich deaktivační strategie emoční regulace a následné omezené uvědomování intenzity pocitů mohou vést k možnému zkreslení při využití sebeposuzovacích škál. Pro kontrolu tohoto vlivu je pro další výzkumy doporučením využití také objektivních metod.

Dalším cílem našeho výzkumu bylo stanovit vztah mezi charakteristikami vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí) a mírou naděje dle kognitivní teorie naděje C. R. Snydera. Náš výzkum v této oblasti potvrdil výsledky doposud realizovaných studií. Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby a celkovým skóre Škály naděje ($R = -0,24$). Toto zjištění odpovídá výsledkům Simmonse, Nelsonové a Quicka (2003), kteří navzdory k tomu, že k měření

vztahové vazby použili jiný nástroj (dotazník ASQ), zjistili u korelace celkového skóre naděje a škály odpovídající vztahové vyhýbavosti taktéž negativní korelaci o podobné síle ($r = -0,22$). Podobně meta-analýza doposud realizovaných studií hovoří o negativní korelaci mezi mírou naděje a vztahovou vyhýbavostí ($R = -0,23$) (Blake & Norton, 2014).

Dále byla v rámci našeho výzkumu zjištěna statisticky významná negativní korelace mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby a celkovým skóre Škály naděje ($R = -0,44$). I tento výsledek je do určité míry srovnatelný se závěry meta-analýza doposud realizovaných studií Blakea a Nortona (2014), které hovoří o negativní korelaci mezi mírou naděje a úzkostností vztahové vazby ($R = -0,22$).

Za pozornost stojí opět porovnání síly korelace míry naděje a vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti, neboť výsledky jsou analogické tomuto srovnání u sense of coherence. Síla korelace naděje a vztahové vyhýbavosti je opět výrazně slabší a odpovídá přibližně poloviční hodnotě korelací naděje a vztahové úzkostnosti. Detailně jsou hodnoty uvedeny v tabulce pod čarou².

Jako vysvětlení se opět nabízí charakteristiky osob s vyšší mírou vztahové vyhýbavosti a jejich deaktivační strategie emoční regulace, která se objevuje v reakci na vazebné chování vyvolávající podnět. Vzhledem k tomu, že značná část otázek použité baterie metod se zabývala vztahovou oblastí (např. otázka dotazníku ECR „Snažím se vyhnout příliš blízkému kontaktu s druhými.“), lze předpokládat, že vazebná témata v každém respondentovi oslovila.

Protože mají osoby s vyšší mírou vztahové vyhýbavosti tendence udržovat si od emočně náročných situací odstup a potlačit jakýkoli bolestivý afekt nebo myšlenku

Proměnná		Síla korelace mezi mírou naděje a vztahovou úzkostností a vyhýbavostí		
		Naděje - subškála cesta	Naděje - subškála snaha	Naděje – celkové skóre
ÚZKOSTNOST	R	-0,35	-0,47	-0,44
VYHÝBAVOST	R	-0,23	-0,25	-0,24

² Čerpáno z tabulky 14 empirické části této práce.

(Mikulincer & Orbach, 1995), lze opět předpokládat možné zkreslení při využití sebeposuzovacích škál. Pro další výzkumy může být vhodné srovnání využití i objektivních metod.

V rámci výzkumu jsme se pokusili zmapovat velikost vlivu prediktorů (vztahové úzkostnosti a vztahové vyhýbavosti) na zkoumané jevy (locus of control, sense of coherence a naději). Míru vlivu vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti na locus of control není možné na základě regresního modelu stanovit, neboť z obou prediktorů má v rámci tohoto jevu signifikantní vliv pouze vztahová úzkostnost. Na základě lineárního regresního modelu můžeme nicméně konstatovat, že 35 % variability celkového skóre Škály naděje je ovlivněno vztahovou úzkostností a vyhýbavostí. Ještě silnější vztah byl prokázán u sense of coherence a vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti, kde lze pomocí vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti vysvětlit celkem 65% rozptylu celkového skóre sense of coherence dotazníku SOC. V obou regresních modelech (v případě míry naděje i sense of coherence) má z obou prediktorů vždy silnější vliv vztahová úzkostnost.

12. Závěry

Cílem této práce bylo ověřit souvislost mezi dvěma základními dimenzemi vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí) a mírou resilience zkoumanou z hlediska koncepce locus of control Juliana Rottera a koncepce sense of coherence Aarona Antonovského. Druhým cílem bylo stanovit souvislost mezi základními dimenzemi vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí) a mírou naděje dle kognitivní teorie naděje C. R. Snydera.

Níže jsou popsány závěry výzkumu:

1. **H1a byla přijata:** Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($r = -0,34$; $p = 0,001$) mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a mírou internalismu stanoveného škálou I-E.
2. **H1b byla zamítnuta:** Mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a mírou internalismu stanoveného škálou I-E nebyla zjištěna statisticky významná souvislost.
3. **H2a byla přijata:** Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,65$; $p = 0,0000$) mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre sense of coherence stanoveným dotazníkem SOC.
4. **H2b byla přijata:** Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,35$; $p = 0,0012$) mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre sense of coherence stanoveným dotazníkem SOC.
5. **H2c byla přijata:** Byly zjištěny statisticky významné negativní korelace mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre všech tří škál dotazníku SOC.
6. **H2d byla přijata:** Byly zjištěny statisticky významné negativní korelace mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre všech tří škál dotazníku SOC.

7. **H3a byla přijata:** Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,44$; $p = 0,0000$) mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre Škály naděje.
8. **H3b byla přijata:** Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ ($R = -0,24$; $p = 0,0281$) mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a celkovým skóre Škály naděje.
9. **H3c byla přijata:** Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ mezi mírou úzkostnosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre obou subškál Škály naděje (subškála cesta: $R = -0,35$; $p = 0,001$; subškála snaha: $R = -0,47$; $p = 0,000$).
10. **H3d byla přijata:** Byla zjištěna statisticky významná negativní korelace na hladině $\alpha = 0,050$ mezi mírou vyhýbavosti vztahové vazby měřenou dotazníkem ECR a skóre obou subškál Škály naděje (subškála cesta: $R = -0,23$; $p = 0,0369$; subškála snaha: $R = -0,25$; $p = 0,0229$).
11. **V01 není možné zodpovědět:** Regresní model není vhodný pro vysvětlení vztahu míry vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti s locus of control.
12. **Zodpovězení V02:** Vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost měřené dotazníkem ECR vysvětlují 56 % variability celkového skóre sense of coherence stanoveného dotazníkem SOC s tím, že výrazně silnější vliv z obou prediktorů má vztahová úzkostnost.
13. **Zodpovězení V03:** Vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost měřené dotazníkem ECR vysvětlují 35 % variability celkového skóre Škály naděje s tím, že silnější vliv z obou prediktorů má vztahová úzkostnost.

Výzkum potvrdil souvislost mezi dvěma základními dimenzemi vztahové vazby v dospělosti (úzkostností a vyhýbavostí) a mírou resilience zkoumanou z hlediska koncepce locus of control Juliana Rottera, koncepce sense of coherence Aarona Antonovského a také s mírou naděje dle kognitivní teorie naděje C. R. Snydera.

Vzhledem k tomu, že jsou psychická odolnost *resilience* a naděje považovány za protektivní faktory somatického i duševního zdraví, mohou mít výše popsaná zjištění

souvislosti těchto jevů s charakteristikami vztahové vazby aplikační možnosti do klinické psychologie, prevence psychopatologických jevů a také rozšířit tuto oblast poznání, což bylo cílem této diplomové práce.

Souhrn

Attachment neboli *vztahová vazba* je trvalé emoční pouto charakterizované potřebou vyhledávat a udržovat blízkost s určitou osobou zejména v podmínkách stresu (Bowlby, 1969, in Kulísek, 2000, s. 406). Vztahová vazba se formuje v prvních měsících života jako vztah kojence k jeho matce a vzniká z opakované zkušenosti dítěte, že matka uspokojuje jeho potřeby.

Podle autora koncepce Johna Bowlbyho (1982) je vztahová vazba vrozené instinktivní sociální chování, jehož cílem je zajistit dítěti blízkost emočně dostupné a vnímavé vztahové osoby, která mu poskytne ochranu a péči. Vztahová vazba je tedy evolučně řízenou biologickou funkcí, jejímž původním účelem bylo zajištění přežití dítěte, které je ve srovnání s jinými druhy po narození výrazně nezralé a neschopné se o sebe samo postarat.

Základem systému vztahové vazby je *udržování blízkosti* dítěte s mateřskou osobou. Pokud je matka nablízku, může jí dítě použít jako *bezpečný přístav (Safe Haven)*, kam se obrací pro útěchu v okamžicích nepohody, naopak v případě, že je dítě klidné a spokojené, slouží matka jako *jistá základna (Secure Base)*, od které se dítě může bezpečně vzdalovat zkoumat okolní svět.

Rozhodující vliv na charakter pouta mezi mateřskou osobou a dítětem má reagování matky. Pokud matka na projevy nepohody dítěte reaguje citlivě, včas a je dostupná ve chvílích, kdy se dítě cítí ohroženo, umožňuje mu zvládat tenzi a zpracovat negativní emoce. Tyto rané zážitky vytvářejí vnitřní reprezentace systému vztahové vazby (*vnitřní pracovní modely*) a formují pozdější způsoby typického reagování v mezilidských vztazích a v situacích stresu, tedy *typy vztahové vazby* (Mikulincer & Orbach, 1995).

Ty jako první popsala Mary Ainsworthová a její spolupracovníci (2014), kteří na základě pozorování reakcí kojenců při odloučení od jejich matek definovali tři typy vztahové vazby: *jistou* vztahovou vazbu, *nejistou* vztahovou vazbu *ambivalentní* typ a *nejistou* vztahovou vazbu *vyhýbavý* typ. Ainsworthové trojčlennou typologii přejal i výzkum vztahové vazby v dospělosti, který také pracuje se třemi typy: *jistou* vztahovou vazbou a *nejistou* vztahovou vazbu *úzkostně-ambivalentním* typem a *nejistou* vztahovou vazbu *vyhýbavým* typem.

Rozdíl mezi typy vztahové vazby odráží očekávání jedince, jak budou významní druzí emočně dostupní v době stresu. Osoby s jistou vztahovou vazbou předpokládají, že v případě potřeby budou jejich blízcí připraveni je podpořit. Naopak osoby s oběma typy nejisté vztahové vazby očekávají, že ostatní budou nedostupní a pochybují o jejich schopnosti jim pomoci. Oba nejisté typy se nicméně liší ve způsobu, jak naložili s jejich bazální nejistotou (Mikulincer & Orbach, 1995).

Jedinci s vyhýbavým typem vztahové vazby si od blízkých osob udržují odstup, popírají svou nejistotu a snižují důležitost událostí, které by jim mohly způsobit bolest (Mikulincer & Orbach, 1995). Cassidyová a Kobak (1988) to nazývají deaktivální strategií emoční regulace a předpokládají, že potlačení myšlenek souvisejících s hrozbou následně blokuje oceňování podnětů jako ohrožujících (Cassidy & Kobak, 1988, in Mikulincer, et al., 2002, s. 883).

Naproti tomu jedinci s úzkostně-ambivalentním typem mají tendence se na pocity vnitřní nepohody extrémně soustředit a zabývat se jimi (Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990). Podle Cassidyové a Kobaka (1988) se jedná hyperaktivační strategii emoční regulace, která zintenzivňuje vnímání podnětů evokujících ohrožení (Cassidy & Kobak, 1988, in Mikulincer, et al., 2002, s. 883).

Kvalita vztahové vazby ovlivňuje řadu oblastí života. Jistá vztahová vazba bývá spojována s optimismem, nadějí, pozitivní emocionalitou a zdravou autonomií, zatímco nejistá vztahová vazba je považována za patologický stav (Mikulincer & Shaver, 2010) snižující odolnost a adaptabilitu jedince při zvládání stresových životních událostí (Bowlby, 1988).

Podobný vliv na kvalitu života jako jistá vztahová vazba, uvádí literární prameny i u psychické odolnosti *resilience*, která bývá zmiňována jako protektivní faktor somatického a duševního zdraví. Mezi dominantní koncepce resilience patří mimo jiných Rotterův locus of control (LoC), Antonovského sense of coherence (SOC).

Locus of control (LoC) představuje přesvědčení jedince o tom, do jaké míry je schopen kontrolovat události v životě: zda jsou výsledkem jeho vlastních činů a chování, tedy zda má *interní LoC* (vnitřní místo kontroly) nebo zda předpokládá, že nejsou závislé na jeho vlivu a chápe je jako výsledek štěstí či osudu, tedy zda má *externí LoC* (vnější místo kontroly) (Rotter, 1966).

Psychická odolnost v pojetí sense of coherence předpokládá, že zvládání zátěžových situací ovlivňují tři faktory: nakolik situaci jedinec vnímá jako kognitivně *srozumitelnou*, nakolik věří v možnosti dosažení úspěchu, tedy zda chápe situaci jako *zvládnutelnou* a zda je motivován obtíže překonat, tedy zda vnímá v situaci *smysluplnost* (Antonovsky, 1987, in Wiesmann, & Hannich, 2013, s. 913).

Dalším důležitým faktorem, který ovlivňuje zvládání zátěžových situací a adaptabilitu jedince, je míra jeho naděje, o které autor kognitivní teorie naděje C. R. Snyder (2000) hovoří jako o „souhrnu vnímaných schopností člověka nacházet cesty k vytyčeným cílům a vnímanou snahu těchto cest použít“. Naděje má v jeho pojetí dvě složky: složku *cesta (pathway)*, která souvisí s nacházením postupů k dosažení cíle, a složku *snaha (agency)*, která představuje energii cestu začít, pokračovat a dokončit.

Empirická část této diplomové práce se zabývá vztahem mezi výše popsanými jevy v rámci české populace. Jejím cílem je zjištění souvislostí mezi dvěma základními dimenzemi vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí), mírou resilience zkoumanou z hlediska koncepce locus of control Juliana Rottera, koncepce sense of coherence Aarona Antonovského a mírou naděje dle kognitivní teorie naděje C. R. Snydera.

Online dotazníkového šetření se zúčastnilo 84 osob ve věku od 17 do 72 let, 56 žen a 28 mužů. Respondenti vyplnili online baterii metod, kterou tvořily nástroje: dotazník ECR, škála I-E, dotazník SOC, Škála naděje. Výsledky byly posuzovány vždy z hlediska celkového skóre metody a z hlediska skóre jejích jednotlivých škál. Pro stanovení přítomnosti vztahu mezi proměnnými a jeho těsnosti byla použita korelace. K modelování míry vlivu dvou základních dimenzí vztahové vazby (úzkostností a vyhýbavostí) a zkoumaných jevů (locus of control, sense of coherence, naděje) byla využita vícenásobná lineární regresní analýza.

Výsledky potvrdily souvislost mezi zkoumanými jevy. Mezi mírou internalismu locus of control a vztahovou úzkostností byla zjištěna slabá statisticky významná negativní korelace ($r = -0,34$). Naopak mezi mírou internalismu locus of control a vztahovou vyhýbavostí nebyla zjištěna statisticky významná souvislost.

Výsledky dále ukazují, že celkové skóre sense of coherence silně negativně koreluje s mírou úzkostnosti vztahové vazby ($R = -0,65$) a slabě negativně koreluje s mírou vyhýbavosti vztahové vazby ($R = -0,35$). Celkové skóre Škály naděje také negativně

koreluje s mírou vztahové úzkostnosti ($R = -0,44$) i s mírou vztahové vyhýbavosti ($R = -0,24$).

Pomocí regresních modelů bylo zjištěno, že vztahová úzkostnost a vyhýbavost měřené dotazníkem ECR vysvětlují 56 % variability celkového skóre sense of coherence stanoveného dotazníkem SOC s tím, že výrazně silnější vliv z obou prediktorů má vztahová úzkostnost. Podobně vztahová úzkostnost a vyhýbavost měřené dotazníkem ECR vysvětlují 35 % variability celkového skóre Škály naděje s tím, že silnější vliv z obou prediktorů má opět vztahová úzkostnost.

Literatura

1. Ainsworth, M. D.S., Blehar, M. C., Waters, E., Wall, S. (2014). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. New York: Psychology Press.
2. Akvinský, T. (2014). *Otázky o ctnostech II: láska a naděje*. Praha: Krystal OP.
3. Aldridge, J., Kilgo, J. L., & Jepkemboi, G. (2014). Beyond Psychoanalysis: The Contributions of Anna Freud to Applied Developmental Psychology. *Case Studies Journal* 3(3). Získáno 8. prosince 2015 z <http://www.casestudiesjournal.com/Volume%203%20Issue%203%20Paper%203.pdf>
4. Antonovsky, A., & Sourani, T. (1988). Family sense of coherence and family adaptation. *Journal Of Marriage And The Family*, 50(1), 79-92. doi:10.2307/352429.
5. Antonovsky, A., Maoz, B., Dowty, N., & Wijsenbeek, H. (1971). Twenty-five years later: A limited study of sequelae of the concentration camp experience. *Social Psychiatry*, 6(4), 186-193. doi:10.1007/BF00578367
6. Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the Sense of Coherence scale. *Social Science & Medicine*, 36(6), 725-733. doi:10.1016/0277-9536(93)90033-Z
7. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. doi:10.1037/0033-295X.84.2.191
8. Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 61(2), 226-244
9. Baum, A., Newman, S., Weinman, J., West, R., & McManus, C. (1997). *Cambridge handbook of psychology, health and medicine*. New York, NY, US: Cambridge University Press.
10. Blake, J., & Norton, C. L. (2014). Examining the relationship between hope and attachment: A meta-analysis. *Psychology*, 5(6), 556-565. doi:10.4236/psych.2014.56065
11. Bosmans, G., Braet, C. & Van Vlierberghe, L. (2010), Attachment and symptoms of psychopathology: early maladaptive schemas as a cognitive link?. *Clin. Psychol. Psychother.*, 17: 374–385. doi: 10.1002/cpp.667
12. Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *The International Journal Of Psycho-Analysis*, 39(5), 350-373.
13. Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock
14. Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss*. New York, NY: Basic Books.
15. Bowlby, J. (1988). *A secure base: clinical applications of attachment theory*. London: Routledge, Routledge classics.

16. Bowman, B. J. (1996). Cross-cultural validation of Antonovsky's Sense Of Coherence Scale. *Journal Of Clinical Psychology, 52*(5), 547-549.
17. Brisch, K. H. (2011). *Poruchy vztahové vazby: od teorie k terapii*. Vyd. 1. Praha: Portál, Spektrum.
18. Borenstein, E. E. (1998). The Effect of Right and Left Hemispheric Lesions on Effortful and Automatic Memory Tasks. *Laterality, 3*(2), 143-159.
19. Carroll, P. J., Arkin, R. M., Wichman, A. L. (2015). *Handbook of Personal Security*. Taylor & Francis Group: Psychology Press.
20. Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: influences of attachment relationships. *Monographs Of The Society For Research In Child Development, 59*(2-3), 228-249.
21. Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2002). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. Rough Guides
22. Carver, C. S. & Scheier, M. F. (2002). Optimism. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 231-243). New York: Oxford University Press.
23. Diamond, L. M., & Fagundes, C. P. (2008). Developmental perspectives on links between attachment and affect regulation over the lifespan. *Advances In Child Development And Behavior, 36*83-134.
24. Dilmaç, B., Hamarta, E., & Arslan, C. (2009). Analysing the trait anxiety and locus of control of undergraduates in terms of attachment styles. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 9*(1), 143-159.
25. Divíšková, P. (2015). *Vztah místa kontroly k vnímání času a depresivitu u klientů léčících se s diagnózou F10*. (Nepublikovaná bakalářská diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
26. Doron, G., Moulding, R., Kyrios, M., Nedeljkovic, M., & Mikulincer, M. (2009). Adult Attachment Insecurities are Related to Obsessive Compulsive Phenomena. *Journal of Social and Clinical Psychology 28*: 1022-1049.
27. Dow, B. M. (2008). Self-efficacy and locus of control as mediating variables for the relationship between depression, anxiety and exercise. *Dissertation Abstracts International, 69*, 1949.
28. Edgcombe, R. (2000). *Anna Freud: A view of development, disturbance and therapeutic techniques*. Florence, KY, US: Taylor & Frances/Routledge.
29. Eder, A. R. (2012). *Craniofacial Anomalies: Psychological Perspectives*. Springer Science & Business Media.
30. Ein-Dor, T., Doron, G., Solomon, Z., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). Together in pain: Attachment-related dyadic processes and posttraumatic stress disorder. *Journal Of Counseling Psychology, 57*(3), 317-327.
doi:10.1037/a0019500
31. Erickson, M. F., & Egeland, B. (2004). Linking theory and research to practice: The Minnesota Longitudinal Study of Parents and Children and the STEEP™ program. *Clinical Psychologist, 8*(1), 5-9.
doi:10.1080/13284200410001672207.

32. Field, T. (1985). Attachment as psychobiological attunement: Being on the same wavelength. In M. Reite & T. Field (Eds.), *The psychobiology of attachment and Separation* (pp. 415–454). Orlando, FL: Academic Press.
33. Follan, M., & Minnis, H. (2010). Forty-four juvenile thieves revisited: from bowlby to reactive attachment disorder. *Child: Care, Health & Development*, 36(5), 639-645. doi:10.1111/j.1365-2214.2009.01048.
34. Forgeard, M., & Seligman, M. P. (2012). Seeing the glass half full: A review of the causes and consequences of optimism. *Pratiques Psychologiques*, 18(2), 107-120. doi:10.1016/j.prps.2012.02.002
35. Fraňková, S., & Bičík, V. (1999). *Srovnávací psychologie a základy etologie*. 1. vyd. Praha: Karolinum.
36. Gamble, S. A., & Roberts, J. E. (2005). Adolescents' Perceptions of Primary Caregivers and Cognitive Style: The Roles of Attachment Security and Gender. *Cognitive Therapy And Research*, 29(2), 123-141. doi:10.1007/s10608-005-3160-7
37. Gormley, B., & McNiel, D. E. (2010). Adult Attachment Orientations, Depressive Symptoms, Anger, and Self-Directed Aggression by Psychiatric Patients. *Cognitive Therapy & Research*, 34(3), 272-281. doi:10.1007/s10608-009-9267-5
38. Gnilka, P. B., Ashby, J. S., & Noble, C. M. (2013). Adaptive and Maladaptive Perfectionism as Mediators of Adult Attachment Styles and Depression, Hopelessness, and Life Satisfaction. *Journal Of Counseling & Development*, 91(1), 78-86. doi:10.1002/j.1556-6676.2013.00074.x
39. Grawe, K. (2007) *Neuropsychoterapie: nové přístupy k terapii na základě poznatků neurovědy*. Praha: Portál.
40. Grunert, S. L. (2009). The relationship between adult attachment style and resilience factors of hope and positive affect. *Dissertation Abstracts International*, 69, 5075.
41. Happaney, K., Zelazo, P. D., & Stuss, D. T. (2004). Development of orbitofrontal function: Current themes and future directions. *Brain And Cognition*, 55(1), 1-10. doi:10.1016/j.bandc.2004.01.001
42. Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13(12), 673-685. doi:10.1037/h0047884
43. Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1.
44. Heinonen, K., Räikkönen, K., Keltikangas-Järvinen, L., & Strandberg, T. (2004). Adult attachment dimensions and recollections of childhood family context: associations with dispositional optimism and pessimism. *European Journal Of Personality*, 18(3), 193-207. doi:10.1002/per.508
45. Hersch, P. D., & Scheibe, K. E. (1967). Reliability and validity of internal-external control as a personality dimension. *Journal Of Consulting Psychology*, 31(6), 609-613.

46. Hexel, M. (2003). Alexithymia and attachment style in relation to locus of control. *Personality And Individual Differences*, 35(12), 61-1270. doi:10.1016/S0191-8869(02)00333-1
47. Holmes, J. (2014). *John Bowlby and attachment theory (2nd ed.)*. New York, NY, US: Routledge/Taylor & Francis Group.
48. Illing, V., Tasca, G. A., Balfour, L., & Bissada, H. (2010). Attachment insecurity predicts eating disorder symptoms and treatment outcomes in a clinical sample of women. *Journal Of Nervous And Mental Disease*, 198(9), 653-659. doi:10.1097/NMD.0b013e3181ef34b2
49. Irving, L. M., Snyder, C. R., Cheavens, J., Gravel, L., Hanke, J., Hilberg, P., & Nelson, N. (2004). The Relationships Between Hope and Outcomes at the Pretreatment, Beginning, and Later Phases of Psychotherapy. *Journal Of Psychotherapy Integration*, 14(4), 419-443. doi:10.1037/1053-0479.14.4.419
50. Kaiser, C. F., Sattler, D. N., Bellack, D. R., & Dersin, J. (1996). A Conservation of Resources approach to a natural disaster: Sense of Coherence and Psychological Distress. *Journal Of Social Behavior & Personality*, 11(3), 459-476.
51. Kauppi, C., & Shaikh, A. (2010) Deconstructing Resilience: Myriad Conceptualizations and Interpretations. *International Journal of Arts and Sciences*, 3(15), 155 – 176.
52. Kandel, E. R. (2008). *Psychiatry, Psychoanalysis, and the New Biology of Mind*. American Psychiatric Pub.
53. Kebza, V., & Šolcová, I. (2008). Hlavní koncepce psychické odolnosti. = Main concepts of resilience. *Československá Psychologie*, 52(1), 1-19.
54. Kobasa, S. C. (1979). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 37(1), 1-11.
55. Kohli, S., Batra, P., & Aggarwal, H. K. (2011). Anxiety, locus of control, and coping strategies among end-stage renal disease patients undergoing maintenance hemodialysis. *Indian Journal Of Nephrology*, 21(3), 177-181. doi:10.4103/0971-4065.83729
56. Křivohlavý, J. (1990). Nezdolnost typu SOC, *Československá Psychologie*, 34(6), 511-517.
57. Kulísek, P. (2000). Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment). = Problems of early attachment theory. *Československá Psychologie*, 44(5), 404-423.
58. Langmeier, J. & Matejček, Z. (2011). *Psychická deprivace v dětství*. Praha: Karolinum.
59. Lečbych, M., & Pospíšilíková, K. (2012). ČESKÁ VERZE ŠKÁLY EXPERIENCES IN CLOSE RELATIONSHIPS (ECR): PILOTNÍ STUDIE POSOUZENÍ VZTAHOVÉ VAZBY V DOSPĚLOSTI. *E-Psychologie*, 6(3), 1-11.

60. Letzring, T. D., Block, J., & Funder, D. C. (2005). Ego-control and ego-resiliency: Generalization of self-report scales based on personality descriptions from acquaintances, clinicians, and the self. *Journal Of Research In Personality*, 39(4), 395-422. doi:10.1016/j.jrp.2004.06.003
61. Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543.
62. Mahler, M. S., Pine, F., & Bergmann, A. (2006) *Psychologický zrod dítěte*. Praha: Triton, Psyché.
63. Main, M., & Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with the parent at age 6: Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental Psychology*, 24(3), 415-426. doi:10.1037/0012-1649.24.3.415
64. Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, E. M. Cummings, M. T. Greenberg, D. Cicchetti, E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121-160). Chicago, IL, US: University of Chicago Press.
65. Main, M., & Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism?. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, E. M. Cummings, M. T. Greenberg, D. Cicchetti, E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 161-182). Chicago, IL, US: University of Chicago Press.
66. Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). SECURITY IN INFANCY, CHILDHOOD, AND ADULTHOOD: A MOVE TO THE LEVEL OF REPRESENTATION. *Monographs Of The Society For Research In Child Development*, 50(1/2), 66-104. doi:10.1111/1540-5834.ep11889989.
67. Main, M., Hesse, E., & Kaplan, N. (2005). Predictability of Attachment Behavior and Representational Processes at 1, 6, and 19 Years of Age: The Berkeley Longitudinal Study. In K. E. Grossmann, K. Grossmann, E. Waters, K. E. Grossmann, K. Grossmann, E. Waters (Eds.) *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies* (pp. 245-304). New York, NY, US: Guilford Publications.
68. *Malá československá encyklopedie*. (1986). Praha: Academia.
69. Mickelson, K. D., Kessler, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 73(5), 1092-1106. doi:10.1037/0022-3514.73.5.1092
70. Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 58(2), 273-280. doi:10.1037/0022-3514.58.2.273

71. Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 64(5), 817-826. doi:10.1037/0022-3514.64.5.817
72. Mikulincer, M., & Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 68(5), 917-925. doi:10.1037/0022-3514.68.5.917
73. Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and individual differences in functional versus dysfunctional experiences of anger. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 74(2), 513-524. doi:10.1037/0022-3514.74.2.513
74. Mikulincer, M., Birnbaum, G., Woddis, D., & Nachmias, O. (2000). Stress and accessibility of proximity-related thoughts: Exploring the normative and intraindividual components of attachment theory. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 78(3), 509-523. doi:10.1037/0022-3514.78.3.509
75. Mikulincer, M., & Florian, V. (2000). Exploring individual differences in reactions to mortality salience: does attachment style regulate terror management mechanisms?. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 79(2), 260-273.
76. Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P. R. (2002). Activation of the Attachment System in Adulthood: Threat-Related Primes Increase the Accessibility of Mental Representations of Attachment Figures. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 83(4), 881-895. doi:10.1037//0022-3514.83.4.881
77. Mikulincer, M., Shaver, P. R., Sapir-Lavid, Y., & Avihou-Kanza, N. (2009). What's Inside the Minds of Securely and Insecurely Attached People? The Secure-Base Script and Its Associations With Attachment-Style Dimensions. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 97(4), 615-633.
78. Mikulincer, M., & Shaver, P. (2010). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York: Guilford Publications.
79. Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry*, 11: 11-15. doi: 10.1016/j.wpsyc.2012.01.003
80. Nicolson, P. (2014). *A Critical Approach to Human Growth and Development*. United Kingdom, Palgrave Macmillan.
81. Ocisková, M. (2015). Možné souvislosti mezi internalizovaným stigmatem, osobností a efektivitou léčby u úzkostných poruch. (Nepublikovaná dizertační práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
82. Popper, M., Amit, K., Gal, R., Mishkal-Sinai, M., & Lisak, A. (2004). The Capacity to Lead: Major Psychological Differences Between Leaders and Nonleaders. *Military Psychology (Taylor & Francis Ltd)*, 16(4), 245-263. doi:10.1207/s15327876mp1604_3

83. Prakash, O., Sharma, N., Singh, A. R., Sengar, K. S., Chaudhury, S., & Ranjan, J. K. (2015). Personality disorder, emotional intelligence, and locus of control of patients with alcohol dependence. *Industrial Psychiatry Journal*, 24(1), 40-47. doi:10.4103/0972-6748.160931
84. Procházka, R. (2011). *Disociace, alexithymie a self u lidí závislých na alkoholu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
85. Reite, M., & Capitanio, J. P. (1985). On the nature of social separation and attachment. In M. Reite & T. Field (Eds), *The psychobiology of attachment and Separation* (pp. 223–255). Orlando, FL: Academic Press.
86. Rena, F., Moshe, S., & Abraham, O. (1996). Couples' adjustment of one partner's disability: The relationship between sense of coherence and adjustment. *Social Science & Medicine*, 43(2), 163-171. doi:10.1016/0277-9536(95)00358-4
87. Rizza, F., Gison, A., Bonassi, S., Dall'Armi, V., Tonto, F., & Giaquinto, S. (2015). 'Locus of control', health-related quality of life, emotional distress and disability in Parkinson's disease. *Journal Of Health Psychology*.
88. Robson, K. S. (1967). THE ROLE OF EYE-TO-EYE CONTACT IN MATERNAL-INFANT ATTACHMENT. *Child Psychology & Psychiatry & Allied Disciplines*, 8(1), 13-25. doi:10.1111/j.1469-7610.1967.tb02176.
89. Rood, L. (2001). The relationship of personal coherence and interpersonal attachment upon psychological well-being. *Dissertation Abstracts International*, 61, 6752.
90. Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General And Applied*, 80(1), 1-28. doi:10.1037/h0092976
91. Sandler, I. N., & Lakey, B. (1982). Locus of control as a stress moderator: The role of control perceptions and social support. *American Journal Of Community Psychology*, 10(1), 65-80. doi:10.1007/BF00903305
92. Seligman, M. E. P. (2006). *Learned optimism: how to change your mind and your life*. New York: Vintage books.
93. Shorey, H. S., Snyder, C. R., Xiangdong Yang, C. R., & Lewin, M. R. (2003). THE ROLE OF HOPE AS A MEDIATOR IN RECOLLECTED PARENTING, ADULT ATTACHMENT, AND MENTAL HEALTH. *Journal Of Social & Clinical Psychology*, 22(6), 685-715.
94. Schore, A. N. (1994). *Affect regulation and the origin of the self: The neurobiology of emotional development*. Hillsdale, NJ, England: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
95. Schore, A. N. (2000). Attachment and the regulation of the right brain. *Attachment & Human Development*, 2(1), 23-47. doi:10.1080/146167300361309
96. Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 7-66.

97. Schore, A. N. (2011). The Right Brain Implicit Self Lies at the Core of Psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues*, 21(1), 75-100. doi:10.1080/10481885.2011.545329
98. Schore, A. N. (2014). The right brain is dominant in psychotherapy. *Psychotherapy*, 51(3), 388-397. doi:10.1037/a0037083
99. Simmons, B. L., Nelson, D. L., & Quick, J. C. (2003). Health for the hopeful: A study of attachment behavior in home health care nurses. *International Journal Of Stress Management*, 10(4), 361-375. doi:10.1037/1072-5245.10.4.361
100. Slabý, M. (2015). *Smysl života, nezdolnost a závislost na alkoholu*. (Nepublikovaná dizertační práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
101. Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií: nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada, Psyché.
102. Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S., & ... Harney, P. (1991). The Will and the Ways: Development and Validation of an Individual-Differences Measure of Hope. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 60(4), 570-585.
103. Snyder, C. R. (2000). *Handbook of Hope: Theory, Measures, and Applications*. Academic Press.
104. Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
105. Snyder, C. R. (2010). *The psychology of Hope: You Can Get Here from There*. Simon and Schuster.
106. Snyder, C. R., Cheavens, J., & Sympson, S. C. (1997). Hope: An individual motive for social commerce. *Group Dynamics: Theory, Research, And Practice*, 1(2), 107-118. doi:10.1037/1089-2699.1.2.107
107. Spangler, G., & Grossmann, K. E. (1993). Biobehavioral organization in securely and insecurely attached infants. *Child Development*, 64(5), 1439-1450.
108. Spangler, G., & Schieche, M. (1994). Biobehavioral organization in one-year-olds: Quality of mother-infant attachment and immunological and adrenocortical regulation. *Psychologische Beitrage*, 36(1-2), 30-35.
109. Sroufe, A. L., Egeland, B., Carlson, E. A., & Collins, W. A. (2009). *The Development of the Person: The Minnesota Study of Risk and Adaptation from Birth to Adulthood*. Guilford Press.
110. Sroufe, L. A., Fox, N. E., & Pancake, V. R. (1983). Attachment and Dependency in Developmental Perspective. *Child Development*, 54(6), 1615-1627. doi:10.1111/1467-8624.ep12418570
111. Stern, D. N. (1977). *The First Relationship: Mother and Infant*. Cambridge: Harvard Univ.

112. Suess, G. J., Grossmann, K. E., & Sroufe, L. A. (1992). Effects of infant attachment to mother and father on quality of adaptation in preschool: From dyadic to individual organisation of self. *International Journal Of Behavioral Development, 15*(1), 43-65.
113. Šobáňová, K. (2011). *Míra naděje, odvahy a lokalizace kontroly k osobní pohodě u studentů SŠ a VŠ*. (Nepublikovaná diplomová práce). Masarykova univerzita v Brně.
114. Trevarthen, C. (2005). "Stepping away from the mirror: Pride and shame in adventures of companionship"- Reflections on the nature and emotional needs of infant intersubjectivity. In C. S. Carter, K. E., Grossmann, S. B., Hrdy, M. E. Lamb, S. W. Porges, & N. Sachser (Eds.), *Attachment and bonding: A new synthesis*. Cambridge, MA: MIT Press.
115. Van der Horst, F. P., LeRoy, H. A., & Van der Veer, R. (2008). "When Strangers Meet": John Bowlby and Harry Harlow on Attachment Behavior. *Integrative Psychological & Behavioral Science, 42*(4), 370-388. doi:10.1007/s12124-008-9079-2.
116. Vossler, A. (2012). Salutogenesis and the sense of coherence: Promoting health and resilience in counselling and psychotherapy. *Counselling Psychology Review, 27*(3), 68-78.
117. Wei, M., Heppner, P. P., Russell, D. W., & Young, S. K. (2006). Maladaptive Perfectionism and Ineffective Coping as Mediators Between Attachment and Future Depression: A Prospective Analysis. *Journal Of Counseling Psychology, 53*(1), 67-79. doi:10.1037/0022-0167.53.1.67
118. Weissbecker, I., Salmon, P., Studts, J. L., Floyd, A. R., Dedert, E. A., & Sephton, S. E. (2002). Mindfulness-Based Stress Reduction and Sense of Coherence Among Women with Fibromyalgia. *Journal Of Clinical Psychology In Medical Settings, 9*(4), 297-307.
119. Wiesmann, U., & Hannich, H. (2013). The Contribution of Resistance Resources and Sense of Coherence to Life Satisfaction in Older Age. *Journal Of Happiness Studies, 14*(3), 911-928. doi:10.1007/s10902-012-9361-3
120. Wright, M. O., Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2013). Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein, R. B. Brooks, S. Goldstein, R. B. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children (2nd ed.)* (pp. 15-37). New York, NY, US: Springer Science + Business Media. doi:10.1007/978-1-4614-3661-4_2.

PŘÍLOHY

Seznam příloh

Příloha č. 1: Formulář zadání diplomové práce

Příloha č. 2: Abstrakt diplomové práce

Příloha č. 3: Znění úvodní stránky online výzkumu

Příloha č. 4: Dotazník ECR (Experiences in Close Relationships)

Příloha č. 5: Škála I-E

Příloha č. 6: Dotazník SOC

Příloha č. 7: Škála naděje

Příloha č. 8: Ukázka části zdrojových dat

Příloha č. 9: Grafy normality rozložení reziduí a nezávislosti reziduí pro využití regresního modelu

Příloha č. 10: Výsledky korelací všech proměnných diplomové práce

Příloha č. 1: Formulář zadání diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2015/2016

Studijní program: Psychologie
Forma: Kombinovaná
Obor/komb.: Psychologie (PSYN)

Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
Bc. HERENTINOVÁ Renata	Verdiho 1145/7, Praha - Chodov	F140643

TÉMA ČESKY:

Attachment ve vztahu k míře resilience a naděje v dospělosti.

TÉMA ANGLICKY:

Attachment in relation to the resilience and hope in adulthood.

VEDOUcí PRÁCE:

PhDr. Mgr. Roman Procházka, Ph.D. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

1. Studium literatury zaměřené na problematiku attachmentu (vztahové vazby), resilience a naděje.
2. Příprava výzkumného projektu, jehož cílem je ověřit vztah mezi attachmentem a mírou resilience a naděje v dospělosti. Stanovení hypotéz. Příprava metodiky výzkumu.
3. Realizace výzkumu za využití následujících metod: české verze škály ECR - Experiences in Close Relationships (Lečebných & Pospíšilíková, 2012) pro stanovení základních dimenzí vztahové vazby; škály Adult Hope Scale (Snyder, 1994) pro určení míry naděje; dotazníku SOC - Sense of Coherence (Antonovsky, 1993) a Rotterovy škály I-E charakterizující lokalizaci kontroly (LOC) pro zjištění resilience.
4. Sběr dat od 100 respondentů.
5. Zpracování dat v programu Statistica 12, zhodnocení a interpretace výsledků.
6. Diskuze, souhrn a závěr magisterské práce.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

1. Ainsworth, M. D.S., Blehar, M. C., Waters, E., Wall, S. (2014). Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Nework: Psychology Press.
2. Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. The International Journal Of Psycho-Analysis, 39(5), 350-373.
3. Bowlby, J. (1979). The making and breaking of affectional bonds. London: Tavistock.
4. Bowlby, J. (1982). Attachment and loss. New York, NY: Basic Books.
5. Bowlby, J. (1988). A secure base: clinical applications of attachment theory. London: Routledge, Routledge classics.
6. Diener, E., Lucas, R. E., Oishi S. (2002). Subjective Well-Being. In: Snyder C. R., C.J. Lopez (Eds.), handbook of positive psychology (63-73). New York: oxford Univerzity press.
7. Duckworth, A.L., Steen, T.A., & Seligman, M.E.P. (2005). Positive psychology in clinical practice. Annual Review of Clinical Psychology, 1, 629-651.
8. Grawe, K. (2007) Neuropsychoterapie: nové přístupy k terapii na základě poznatků neurovědy. Praha: Portál.
9. Harlow, H. F. (1958). The nature of love. American Psychologist, 13(12), 673-685. doi:10.1037/h0047884
10. Křivohlavý, J. (2004). Pozitivní psychologie. Praha: Portal.
11. Lefcourt, H.M. (1982). Locus of kontrol: Currend Trends in Theory and Research. London: Lawrence Erlbaum Associates.
12. Mahler, M. S., Pine, F., & Bergmann, A. (2006) Psychologický zrod dítěte. Praha: Triton, Psyché.
13. Reite, M., & Capitanio, J. P. (1985). On the nature of social separation and attachment. In M. Reite & T. Field (Eds), The psychobiology of attachment and Separation (pp. 223-255). Orlando, FL: Academic Press.
14. Rotter, J.B. (1966). Generalized expectancies for internal vers. external control of reinforcement. Psychological Monographs, 80, 609.
15. Slezáčková, A. (2010 b). Silné stránky charakteru a ctnosti. In: Blatný a kol., Psychologie osobnost (213-224). Praha: Grada.
16. Snyder, C. R., Lopez, S. J. (Eds.). (2002). Handbook of positive psychology. New York: Oxford University Press.
17. Stern, D. N. (1977). The First Relationship: Mother and Infant. Cambridge: Harvard Univ.

Podpis studenta:

Herl

Datum: *2. 12. 2015*

Podpis vedoucího práce:

Procházka

Datum: *2. 12. 2015*

Příloha č. 2: Abstrakt diplomové práce

Název práce: Attachment ve vztahu k míře resilience a naděje v dospělosti

Autor práce: Bc. Renata Herentinová

Vedoucí práce: PhDr. Mgr. Roman Procházka, Ph.D.

Počet stran a znaků: 113 stran, 187 078 znaků

Počet příloh: 10

Počet titulů použité literatury: 120

Abstrakt (800–1200 zn.):

Doposud realizované studie potvrzují souvislost mezi charakteristikami vztahové vazby (*attachmentu*), adaptabilitou jedince a strategiemi zvládnání stresu. Výzkum této diplomové práce je zaměřen na zjištění souvislostí mezi mírou úzkostnosti a vyhýbavosti vztahové vazby a mírou resilience zkoumanou z hlediska locus of control J. Rottera, sense of coherence A. Antonovského a s mírou naděje.

Výsledky online dotazníkového šetření, kterého se zúčastnilo 84 respondentů, prokázaly negativní korelaci mezi mírou internalismu locus of control a vztahovou úzkostností ($r = -0,34$), negativní korelaci mezi skóre sense of coherence a vztahovou úzkostností ($R = -0,65$) i vztahovou vyhýbavostí ($R = -0,35$). Podobně míra naděje negativně korelovala s mírou vztahové úzkostnosti ($R = -0,44$) i s mírou vztahové vyhýbavosti ($R = -0,24$). Pomocí regresních modelů bylo zjištěno, že prediktory vztahová úzkostnost a vyhýbavost vysvětlují 56 % variability celkového skóre sense of coherence a 35 % variability celkového skóre naděje.

Klíčová slova: attachment, vztahová vazba, naděje, resilience, sense of coherence, locus of control

Abstrakt od thesis

Title: Attachment in relation to the resilience and hope in adulthood.

Author: Bc. Renata Herentinová

Supervisor: PhDr. Mgr. Roman Procházka, Ph.D.

Number of pages and characters: 113 pages, 187 078 characters

Number of appendices: 10

Number of references: 120

Abstract (800–1200 characters):

Existing studies confirmed an association between the attachment characteristic, individual adaptability and coping strategies. The aim of this study is to examine the relationship between the level of attachment anxiety and attachment avoidance, the level of hope and resilience examined via the locus of control and the sense of coherence.

The results, based on 84 respondents, showed a negative correlation between the level of internal locus of control and attachment anxiety ($r = -0,34$), a negative correlation between the level of sense of coherence and attachment anxiety ($R = -0,65$) and attachment avoidance ($R = -0,35$). Similarly, there was a negative correlation between the level of hope and the attachment anxiety ($R = -0,44$) and the level of hope and attachment avoidance ($R = -0,24$). Using regression models, it was found that the predictors attachment anxiety and attachment avoidance explain 56 % of the variability of the sense of coherence total score and 35 % of the variability of hope total score.

Key words: attachment, hope, resilience, sense of coherence, locus of control

Příloha č. 3: Znění úvodní stránky online výzkumu

Vážení respondenti,

děkuji vám, že jste si našli čas na vyplnění tohoto dotazníku, jehož výsledky poslouží jako podklad mé diplomové práce. Dotazník má 102 položek a jeho vyplnění by vám nemělo zabrat více než 20 minut.

Výzkum je zcela anonymní a získané informace budou použity pouze pro účely mé diplomové práce. Pokud budete mít zájem o podrobnější informace týkající se povahy výzkumu nebo se budete chtít seznámit s jeho závěry, na konci dotazníku najdete kontakt, ráda vaše dotazy zodpovím.

Děkuji vám za vaši ochotu a za upřímné a pravdivé vyplnění. Doufám, že chvíle strávené s dotazníkem vám budou příjemné a že se prostřednictvím něj také dozvíte něco nového o sobě.

Renata Herentinová

Příloha č. 4: Dotazník ECR (Experiences in Close Relationships)

Plné znění použitých psychodiagnostických metod je uvedeno v tištěné verzi diplomové práce.

Příloha č. 5: Škála I-E

Plné znění použitých psychodiagnostických metod je uvedeno v tištěné verzi diplomové práce.

Příloha č. 6: Dotazník SOC

Plné znění použitých psychodiagnostických metod je uvedeno v tištěné verzi diplomové práce.

Příloha č. 7: Škála naděje

Plné znění použitých psychodiagnostických metod je uvedeno v tištěné verzi diplomové práce.

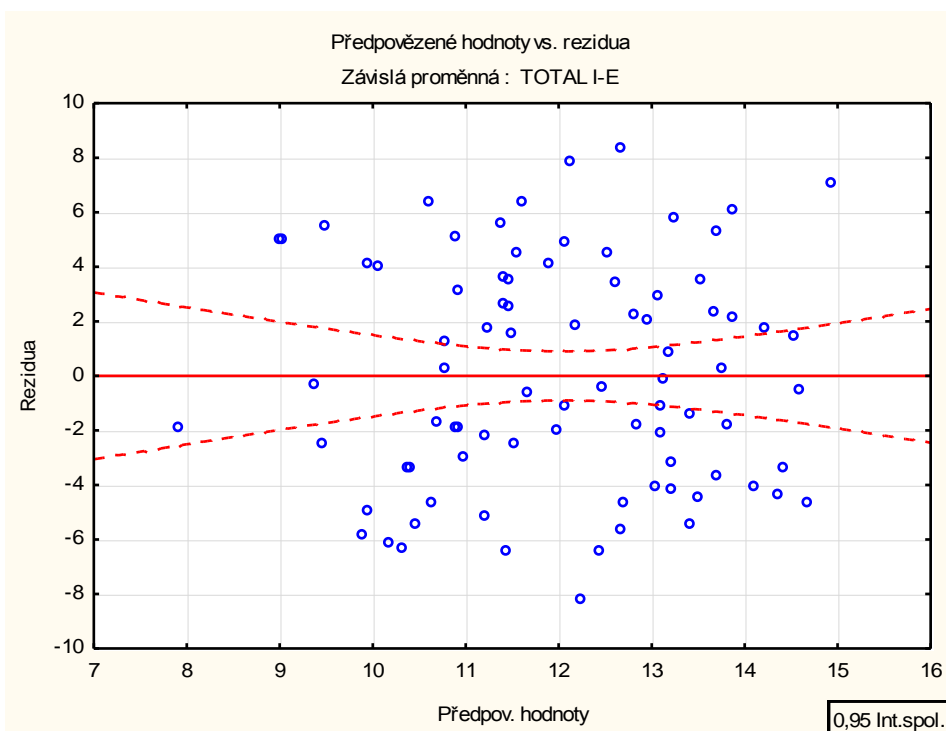
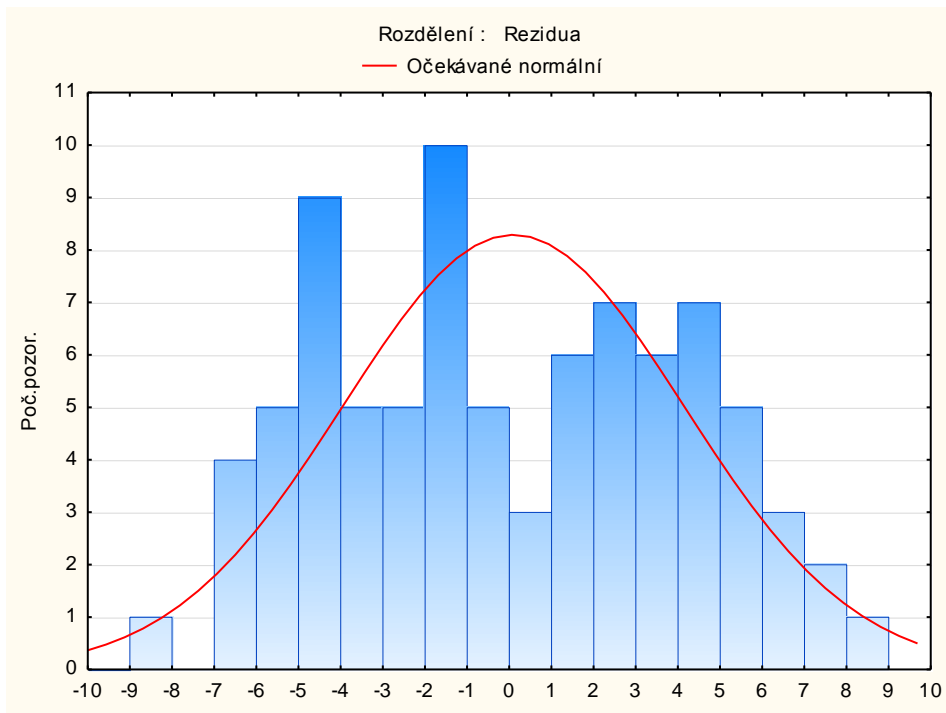
Příloha č. 8: Ukázka části zdrojových dat

VYHYBA- VOST TOTAL	UZKOST- NOST TOTAL	SOC C SROZUM	SOC MA ZVLADN	SOC ME SMYSL	SOC TOTAL	HOPE PATHWAY	HOPE AGENCY
32	81	53	60	54	167	29	28
73	50	33	49	42	124	17	21
79	70	45	50	31	126	23	24
99	68	40	54	44	138	27	23
57	85	49	52	46	147	23	23
69	88	28	33	41	102	18	21
74	41	42	52	45	139	26	21
66	55	49	64	47	160	26	25
84	68	33	47	37	117	30	24
88	54	40	44	41	125	23	20
56	52	55	53	41	149	20	21
51	54	63	57	52	172	20	20
43	79	43	61	37	141	27	27
60	75	41	49	42	132	25	23
79	30	46	61	41	148	30	26
76	68	34	57	48	139	15	22
57	93	37	32	34	103	18	15
69	29	42	53	46	141	28	30
60	68	40	34	37	111	29	26
68	40	46	61	49	156	28	27
57	60	43	51	46	140	26	21
47	48	51	55	42	148	24	25
62	66	53	58	49	160	26	27
55	54	58	58	45	161	25	25
73	86	43	49	50	142	26	30
107	53	43	49	47	139	26	28
69	83	38	44	44	126	24	23
72	100	27	33	20	80	18	12
84	102	30	35	34	99	22	12
105	96	23	26	17	66	11	5
92	88	18	14	15	47	9	12
93	87	31	31	30	92	15	7
83	41	66	58	55	179	21	26
96	39	44	58	39	141	23	26
73	75	27	27	23	77	14	12
101	33	32	50	25	107	29	26
54	80	25	34	39	98	21	24
35	96	40	38	18	96	22	13
64	44	49	49	54	152	27	25

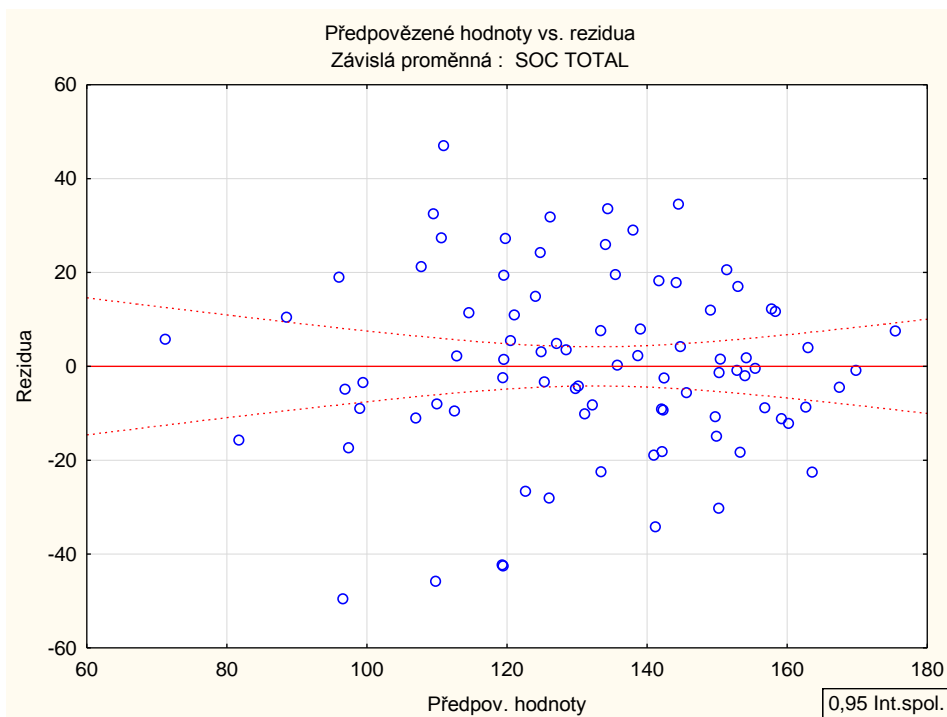
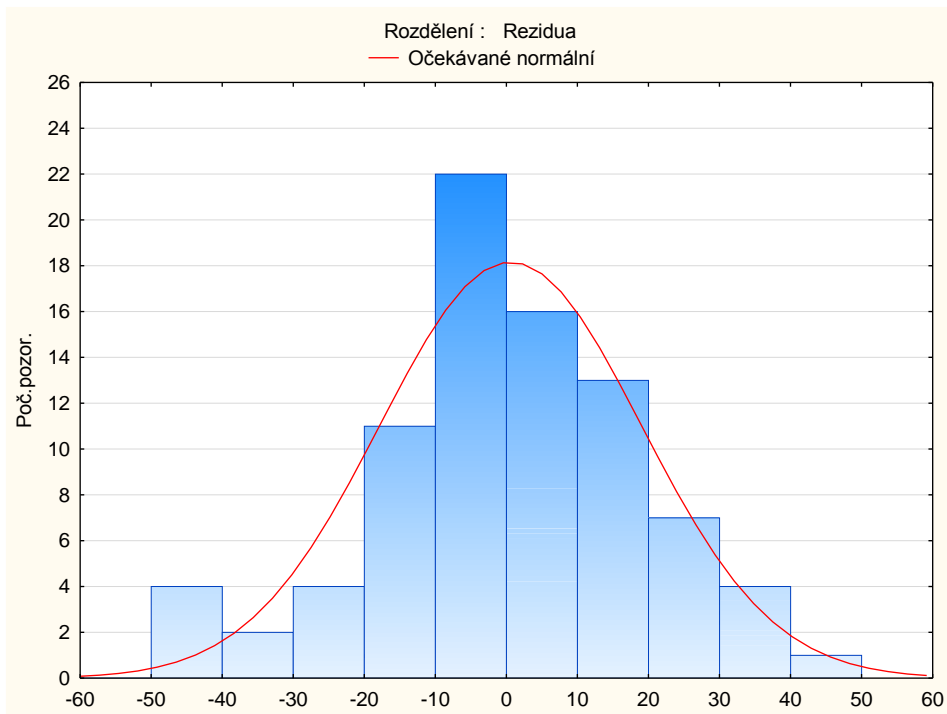
Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). HOPE PATHWAY - skóre subškály cesta *pathway*, HOPE AGENCY - skóre subškály snaha *agency*, HOPE TOTAL - celkové skóre Škály naděje. Pozn.: *Korelace je signifikantní na hladině $p < 0,05$. SOC C SROZUM - skóre škály srozumitelnost *comprehensibility*, SOC (MA) ZVLADN - skóre škály zvládnutelnost *manageability*, SOC (ME) SMYSL - skóre škály smysluplnost *meaningfulness*, SOC TOTAL - celkové skóre dotazníku SOC.

Příloha č. 9: Grafy normality rozložení reziduí a nezávislosti reziduí pro využití regresního modelu

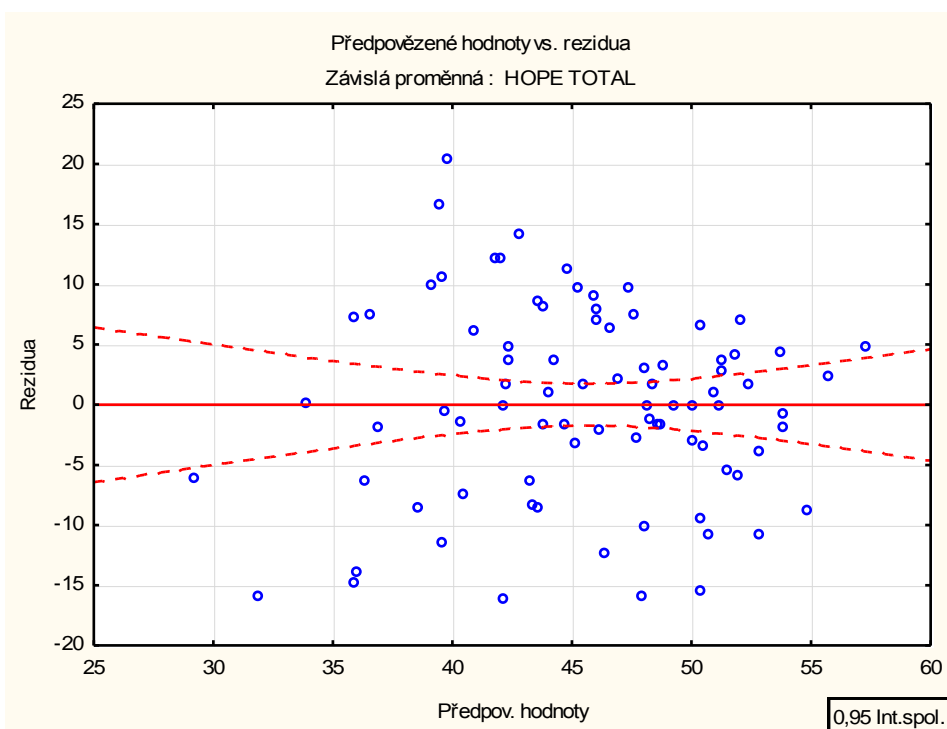
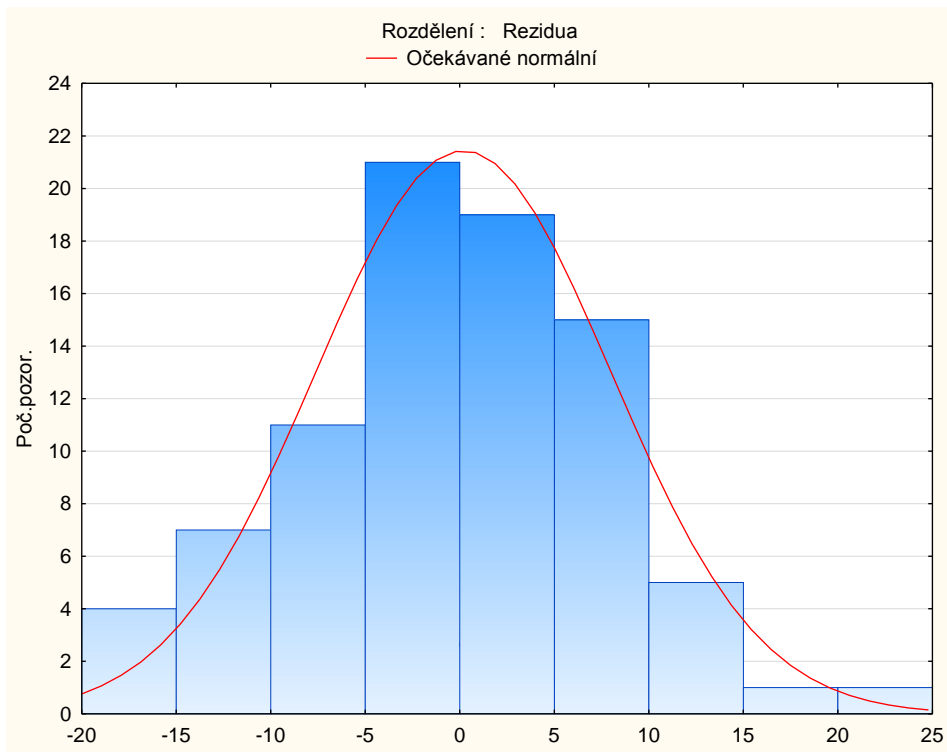
Normalita rozložení reziduí a nezávislosti reziduí nezávislé proměnné vztahová vyhýbavost a úzkostnost, závislé proměnné míra internalismu škály I-E.



Normalita rozložení reziduí a nezávislosti reziduí nezávislé proměnné vztahová vyhýbavost a úzkostnost, závislé proměnné celkové skóre sense of coherence.



Normalita rozložení reziduí a nezávislosti reziduí nezávislé proměnné vztahová vyhýbavost a úzkostnost, závislé proměnné celkové skóre Škály naděje.



Příloha č. 10: Výsledky korelací všech proměnných diplomové práce

Spearmanovy korelace Počet platných (N = 84)										
Proměnná	VYHYBAVOST TOTAL	UZKOSTNOST TOTAL	HOPE PATHWAY	HOPE AGENCY	HOPE TOTAL	SOC C SROZUM	SOC MA ZVLADN	SOC ME SMYSL	SOC TOTAL	TOTAL I-E
VYHYBAVOST TOTAL	1,00	0,00	-0,23 *	-0,25 *	-0,24 *	-0,36 *	-0,28 *	-0,36 *	-0,35 *	-0,14
UZKOSTNOST TOTAL	0,00	1,00	-0,35 *	-0,47 *	-0,44 *	-0,59 *	-0,65 *	-0,53 *	-0,64 *	-0,33 *
HOPE PATHWAY	-0,23 *	-0,35 *	1,00	0,71 *	0,93 *	0,36 *	0,51 *	0,47 *	0,47 *	0,36 *
HOPE AGENCY	-0,25 *	-0,47 *	0,71 *	1,00	0,91 *	0,53 *	0,64 *	0,62 *	0,63 *	0,28 *
HOPE TOTAL	-0,24 *	-0,44 *	0,93 *	0,91 *	1,00	0,47 *	0,61 *	0,59 *	0,59 *	0,33 *
SOC C SROZUM	-0,36 *	-0,59 *	0,36 *	0,53 *	0,47 *	1,00	0,80 *	0,69 *	0,92 *	0,53 *
SOC MA ZVLADN	-0,28 *	-0,65 *	0,51 *	0,64 *	0,61 *	0,80 *	1,00	0,72 *	0,92 *	0,47 *
SOC ME SMYSL	-0,36 *	-0,53 *	0,47 *	0,62 *	0,59 *	0,69 *	0,72 *	1,00	0,87 *	0,41 *
SOC TOTAL	-0,35 *	-0,64 *	0,47 *	0,63 *	0,59 *	0,92 *	0,92 *	0,87 *	1,00	0,52 *
TOTAL I-E	-0,14	-0,33 *	0,36 *	0,28 *	0,33 *	0,53 *	0,47 *	0,41 *	0,52 *	1,00

Vysvětlivky: UZKOSTNOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová úzkostnost (*attachment anxiety*), VYHYBAVOST TOTAL - celkové skóre na škále vztahová vyhýbavost (*attachment avoidance*). HOPE PATHWAY - skóre subškály cesta *pathway*, HOPE AGENCY - skóre subškály snaha *agency*, HOPE TOTAL - celkové skóre Škály naděje. Pozn.: *Korelace je signifikantní na hladině $p < 0,05$. SOC C SROZUM - skóre škály srozumitelnost *comprehensibility*, SOC (MA) ZVLADN - skóre škály zvládnutelnost *manageability*, SOC (ME) SMYSL - skóre škály smysluplnost *meaningfulness*, SOC TOTAL - celkové skóre dotazníku SOC. TOTAL I-E - celkové skóre internalismu škály I-E.

Pozn.: *Korelace je signifikantní na hladině $p < 0,05$.