

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

INTENZITA EMOČNEJ EXPRESIE
V ZÁVISLOSTI NA DIMENZIÁCH
VZŤAHOVEJ VÄZBY
V ORGANIZAČNOM KONTEXTE

INTENSITY OF EMOTIONAL EXPRESSION IN THE
CONTEXT OF THE ATTACHMENT THEORY IN
ORGANIZATIONAL BACKGROUND



Bakalárska diplomová práca

Autor: **Ema Omastová**

Vedúci práce: **PhDr. Martin Seitl, Ph.D.**

Olomouc

2022

Pod'akovanie

Na tomto mieste by som chcela poďakovať PhDr. Martinovi Seitlovi, Ph.D. za vedenie, investovaný čas do mojej práce, odborný prístup, trpezlivosť a pomoc. V neposlednom rade by som mu chcela poďakovať za prínosné konzultácie, ktoré mi v procese písania vždy ochotne poskytol. Ďalej by som chcela poďakovať všetkým respondentom za ich pomoc a spoluprácu, pretože bez nich by táto práce nevznikla. Veľká vďaka patrí aj Ing. Kataríne Kumorovitzovej pri jej obrovskej pomoci so získavaním respondentov. Moje poďakovanie patrí aj mojej kamarátke Andrejke za jej nevyčerpatelnú dávku trpezlivosti a ochoty pri mojich otázkach týkajúcich sa matematických výpočtov. Veľmi pekne ďakujem aj Miške Kumorovitzovej za jazykovú korektúru práce. Z celého srdca ďakujem aj môjmu priateľovi a rodine, ktorí ma podporovali nie len počas písania tejto práce ale rovnako aj po celú dobu môjho štúdia. Na záver ďakujem aj mojím skvelým kamarátkam za dodanie motivácie vždy keď som ju potrebovala.

Čestne prehlasujem, že som bakalársku diplomovú prácu na tému „Intenzita emočnej expresie v závislosti na dimenziách vzťahovej väzby v organizačnom kontexte“ vypracovala samostatne pod odborným dohľadom vedúceho diplomovej práce a uviedla som všetky použité podklady a literatúru.

V Olomouci dňa

Podpis

OBSAH

Číslo	Kapitola	Strana
	ÚVOD.....	5
	TEORETICKÁ ČASŤ.....	6
1	Teória vzťahovej väzby	7
	1.1. Základy teórie vzťahovej väzby	7
	1.2. Podstata a fungovanie vzťahovej väzby	8
	1.3. Štýly vzťahovej väzby	10
	1.4. Vzťahová väzba v dospelosti.....	12
	1.4.1 Meranie vzťahovej väzby	13
	1.5. Vzťahová väzba v pracovnom prostredí.....	14
	1.5.1 Typ vzťahovej väzby a jeho vplyv v pracovnom prostredí.....	16
	1.5.2 Vzťahová väzba a jej vplyv pri interakciách na pracovisku.....	18
2	Emočná regulácia	21
	2.1. Emočná regulácia ako súčasť zrenia	21
3	Emočná expresia.....	24
	3.1. Meranie emočného výrazu	26
4	Emočná regulácia a expresia v pracovnom prostredí.....	27
	4.1. Pracovné prostredie	27
	4.2. Emočná regulácia a expresia v pracovnom prostredí	28
5	Emócie a vzťahová väzba v pracovnom prostredí.....	30
	5.1. Jedinci s istou vzťahovou väzbou.....	31
	5.2. Jedinci s neistou vzťahovou väzbou	31
	5.2.1 Vzťahová úzkosť	31
	5.2.2 Vzťahová vyhábanosť	32
	VÝSKUMNÁ ČASŤ.....	34
6	Výskumný problém, ciele a hypotézy	35
	6.1. Výskumný problém	35
	6.2. Výskumné ciele	36
	6.3. Hypotézy výskumu.....	36
7	Typ výskumu a použité metódy	38
	7.1. Testové metódy	38
	7.1.1 Dotazník Prežívania blízkych vzťahov (ECR-R-16).....	38
	7.1.2 Dotazník EWR-I.....	40
	7.1.3 Noldus FaceReader.....	40
8	Zber dát a výskumný súbor	42
	8.1. Výskumný súbor.....	42

8.2.	Zber dát a priebeh výskumu	44
8.3.	Etické hľadisko a ochrana súkromia.....	46
8.4.	Analýza a vyhodnotenie dát	47
9	Práca s dátami a jej výsledky	48
9.1.	Deskriptívne charakteristiky výskumného súboru	48
9.2.	Výsledky overenia platnosti štatistických hypotéz.....	49
9.2.1	Výsledky predvýskumnej časti.....	50
9.2.2	Výsledky hlavnej výskumnej časti	51
10	Vyjadrenie sa k výskumným otázkam a k platnosti hypotéz	56
11	Diskusia	58
12	Záver.....	65
13	Súhrn	67
LITERATÚRA.....		71
PRÍLOHY		81
	Príloha 1: Abstrakt v slovenskom jazyku	82
	Príloha 2: Abstrakt v anglickom jazyku	83
	Príloha 3: Informovaný súhlas	84
	Príloha 4: Sociodemografický dotazník.....	85
	Príloha 5: Inventár EWR-I-1	86

ÚVOD

Vzťahová väzba je považovaná za významnú teóriu, ktorá si získala svoje miesto v mnohých oblastiach psychológie, vrátane psychológie práce a organizácie. Jej autorom je John Bowlby, ktorý tvrdí, že človek má vrodenuú dispozíciu vytvárať emocionálne vzťahy. Táto schopnosť pretrváva počas celého priebehu života. V dospelosti trávime veľkú časť nášho času v práci. Aj z tohto dôvodu je teória vzťahovej väzby dôležitým faktorom pri chápaní vzorcov správania a prežívania jedincov v pracovnom prostredí.

Keďže teória vzťahovej väzby súvisí s potrebou vytvárať blízke vzťahy s druhými je zreteľné, že emócie predstavujú neoddeliteľnú súčasť tohto procesu. Emócie plnia základnú komunikačnú, regulačnú a sociálnu funkciu. Sú vnímané komplexne a predstavujú súčasť nie len osobnej, ale aj pracovnej oblasti života človeka. Aj preto predstavujú významný predmet záujmu organizačnej psychológie. V práci je vplyv emócií a ich regulácie kľúčový z hľadiska rôznych organizačných výstupov. Jedna z mnohých funkcií emočnej regulácie je regulovanie vonkajších prejavov emócií, čo poukazuje na jej priame prepojenie na emočnú expresiu.

Teoretická časť práce sa venuje trom hlavným oblastiam: vzťahová väzba, emočná regulácia a expresia a pracovné prostredie. Záverečná kapitola teoretickej časti obsahuje výskumy, ktorých autori sa zaoberali podobnými témami. Práve zistenia vyplývajúce z týchto štúdií slúžili ako podklad pri stanovení výskumných hypotéz.

Cieľom tejto práce je preskúmať možné rozdiely v tvárovej expresii emócií viazanej na podnety v pracovnom prostredí v závislosti na vzťahovej väzbe jedincov.

Zmapovanie vplyvu dimenzií vzťahovej väzby na emočnú expresiu by mohlo znamenať prínos nových poznatkov pre ďalšie výskumné štúdie, ktorých výsledky by mohli slúžiť k lepšiemu porozumeniu správania jedincov v organizačnom kontexte.

TEORETICKÁ ČASŤ

1 TEÓRIA VZŤAHOVEJ VÄZBY

V prvej kapitole popíšeme vývoj a základy teórie vzťahovej väzby, ktorej počiatky sú spájané najmä s menami John Bowlby a Mary Ainsworthová. Ďalej uvedieme význam vzťahovej väzby v dospelosti človeka. Následne sa budeme venovať významu tejto teórie v organizačnom kontexte.

V tejto práci používame prevažne termín **teória vzťahovej väzby**, no v odbornej literatúre sú zaužívané aj iné synonymá, ako napríklad **teória attachmentu** či **teória citovej väzby**. Kľúčový pojem **attachment**, ktorý je s touto teóriou spojený, sa v jednotlivých zdrojoch uvádza aj pod termínmi ako **pril'nutie**, **pripútanie** alebo **primknutie** (Lečbych, 2016).

1.1. Základy teórie vzťahovej väzby

Teória vzťahovej väzby je všeobecne uznávaná teória medziľudských vzťahov a je zároveň považovaná za jeden z najvýznamnejších konceptov v psychológii (Finkel, Simpson, 2015). Za jej vznik sa zaslúžil britský psychoanalytik John Bowlby, ktorý sa pôvodne venoval pozorovaniu správania a prežívania novorodencov, ku ktorému dochádzalo po odlúčení novorodencov od ich rodičov (Fraley, 2018).

Bowlby (2010, 160) definuje attachment ako „*stále emočné puto charakterizované potrebou vyhľadávať a udržiavať blízkosť s určitou osobou a to hlavne v stresových situáciách*“. Vytvára sa k primárnej vzťahovej osobe, ktorou býva v našich kultúrnych podmienkach zväčša matka (Kulísek, 2000).

Pojem vzťahová osoba tvorí základy teórie vzťahovej väzby a nesie špeciálny význam, pričom nejde len o nejakú blízku osobu, ale je reč o špecifickej osobe, na ktorú sa jedinec v prípade potreby ochrany a podpory obráti (Mikulincer & Shaver, 2016).

Bowlby (2010) ďalej upozorňuje, že neexistuje iba jedna vzťahová osoba, ale dieťa si postupne buduje hierarchiu vzťahových osôb. Hierarchia je vytvorená na základe skúsenosti jedinca s tým, ako je o neho v stresových situáciách postarané.

Ak však nastane situácia, že táto figúra nie je dostupná, jedinec sa snaží nájsť sekundárnu vzťahovú osobu (Lečbych, 2016). Platí, že počet sekundárnych väzbových osôb nie je presne stanovený, a teda môže byť u každého jedinca rozdielny (Brisch, 2011).

Vytvorenie príľnutia je označované za vrodenu tendenciu, ktorá má ochrannú funkciu a prispieva tak k vyššej šanci na prežitie a zdravý vývoj daného jedinca. Ten sa po narodení o seba ešte nedokáže postarať a je tak závislý na inej osobe (Bowlby, 2010). Takýto vzťah sa vytvára na základe bazálnej dôvery alebo nedôvery medzi danými jedincami. Zároveň je významný pre budovanie komplexných vzťahov v ďalších etapách života človeka (Lečbych, 2016).

Druhou významnou osobou v oblasti teórie vzťahovej väzby je Mary Ainsworthová. Ainsworthová sa zaslúžila nielen o empirické overovanie základných poznatkov teórie, ale taktiež pomohla rozšíriť samotnú myšlienku o niekoľko vlastných konceptov (Parkes, Hinde, Marris, 2006).

Na základe výskumov Ainsworthovej s kolegami (1970) a Solomovej (1990) venovaných primárnym vzťahom medzi dieťaťom a vzťahovou osobou, sa v 90. rokoch 20. storočia táto teória rozvinula na univerzálny interpretačný rámec dospelj vzťahovosti (Hazan, Shaver, 1990). Stala sa významným nástrojom pre porozumenie vzťahov v poradenskej, sociálnej či organizačnej psychológii (Mikulincer & Shaver, 2016).

1.2. Podstata a fungovanie vzťahovej väzby

Bowlby (2010) hovorí o takzvanom vrodennom **väzbovom systéme**, ktorého základnou funkciou je ochrana. Aktivuje sa v nebezpečných či stresových situáciách a spúšťa radu afektívnych reakcií za účelom regulovať vnímané ohrozenie (Mikulincer et al., 2002).

Ohrozujúce podnety pobúdajú jedinca aj k hľadaniu opory u vzťahovej osoby. K deaktivácií dochádza v momente, kedy boli signály vyslyšané a ako odpoveď bola poskytnutá adekvátna reakcia (napr. ochrana či emočná podpora) (Mikulincer & Shaver, 2016). V prítomnosti vzťahovej figúry sa jedinec cíti neohrozene a bezpečne (Bowlby, 2010).

Ak však k podpore nedochádza alebo je nedostatočná, tak jedinec trpí pocitmi úzkosti a snaží sa o opätovné naviazanie blízkosti s vzťahovou figúrou. Tieto pocity môžu prejsť aj do prejavov hnevu a ovplyvniť celú radu vonkajších, ale aj vnútorných procesov

(Bowlby, 2010). Takýto stav je spojený s aktiváciou **sekundárnych stratégií**, ktoré nesú názov hyperaktivácia a deaktivácia (Mikulincer, Shaver, 2016).

Hyperaktivácia reprezentuje aktívne snahy jedinca o získanie pozornosti a ochrany od väzbovej osoby s cieľom dostať sa do jej blízkosti. **Deaktivácia** predstavuje potlačenie väzbových potrieb, kedy sa jedinec buď usiluje o čo najväčšiu nezávislosť, príp. o obmedzenie akýchkoľvek interakcií spojených s blízkosťou vzťahových figúr, alebo môže ísť o prosté ignorovanie negatívnych stavov, ktoré by mohli spôsobiť potrebu hľadania väzbovej osoby (Mikulincer, Shaver, 2016; Richards, Schat, 2011).

Aby sa osoba stala vzťahovou figúrou musí plniť tri základné funkcie (Mikulincer et al., 2002).

Jednak je cieľom udržovanie blízkosti (*proximity seeking*), ktorú človek vo vzťahovej osobe v situácii ohrozenia vyhľadáva. Ďalej táto figúra plní funkciu takzvaného bezpečného prístavu (*safe heaven*), pod čím rozumieme schopnosť poskytnúť ochranu, komfort, podporu či úľavu. Po tretie primárna vzťahová osoba predstavuje funkciu takzvanej bezpečnej základne (*secure base*), ktorá jedincovi umožňuje angažovať sa a nadväzovať vzťahy mimo tejto primárnej vzťahovej väzby (Hazan & Shaver, 1994). V neposlednom rade vďaka poskytnutiu bezpečného prostredia sa naskytuje možnosť v pokoji objavovať a skúmať okolité prostredie (Hazan & Shaver, 1987).

Prakticky to teda znamená, že dosiahnutím bezpečnej základne sa človek cíti sebaistejšie a je pripravený explorať okolie. Platí, že väzobný systém je v úzkom prepojení s **exploračným systémom** (Bowlby, 2010).

Samostatnosť a exploračné správanie je výsledkom bezpečnej väzby. Presnejšie povedané, ak väzobný systém práve nie je aktivovaný, jedinec má väčšiu tendenciu skúmať svoje okolie bez potreby spoliehať sa na vzťahovú osobu. Tento proces býva označovaný ako **paradox závislosti** (*dependency paradox*), kedy práve funkčné vzťahy predstavujú základ pre funkčné samostatné fungovanie (Feeney, 2007).

Za jeden z kľúčových pojmov k pochopeniu fungovania teórie vzťahovej väzby sú považované **vnútorné pracovné modely**. Ide o psychické štruktúry, ktoré nielen riadia formovanie informácií, ale aj regulujú emócie. Sú vytvorené a uložené vo forme vnútorných reprezentácií sveta a významných osôb, vrátane seba. Zásadný vplyv na ich utváranie má emočná dostupnosť a miera vnímavosti vzťahovej osoby voči potrebám jednotlivca (Bretherton, 1985). Vnútorné pracovné modely sú formované pre každú vzťahovú osobu

zvlášť a sú kľúčové v smere riadenia väzbového správania (Brisch, 2011). Časom sú tieto schémy zovšeobecňované a taktiež slúžia k predpovedaniu a interpretovaniu správania iných (Main et al., 1985 in Collins, 1996).

Vnútorne pracovné modely významne ovplyvňujú vzorce prežívania vzťahov so vzťahovými osobami počas života (Bowlby, 2010). Vykazujú určitú stabilitu, čo však neznamená, že sú fixné a nemenné. Menia sa vplyvom nových vzťahových zážitkov a fungujú prevažne na nevedomej úrovni (Štefánková, 2005). Generalizované pracovné modely sú známe aj pod označením štýl vzťahovej väzby (Yip et al., 2018).

Mary Ainsworthová (1970) sa spolu s kolegami venovala určeniu kvality citového príľnutia. Na základe svojich pozorovaní vybudovala Test neznámej situácie, ktorý vo svojej podstate skúma aj vyššie spomenuté funkcie primárnej vzťahovej osoby. Jej hlavným príspevkom do teórie vzťahovej väzby však boli tri základné štýly vzťahovej väzby vychádzajúce z Bowlbyho konceptu vnútorných pracovných modelov. Boli sformulované z výsledkov pozorovania a rozdelené na tri základné typy väzby:

- bezpečnú (istú),
- úzkostnú,
- a vyhýbavú.

Na základe ďalších pozorovaní a výskumov bol Mainovou a Solomonovou (1990) identifikovaný štvrtý typ väzby s názvom dezorganizovaná väzba. Úzkosť a vyhýbavosť sú vo všeobecnosti znakmi sporných vnútorných pracovných modelov (Lečbych, 2016).

1.3. Štýly vzťahovej väzby

Typ vzťahovej väzby identifikuje individuálne rozdiely vo vzťahovom systéme. Ide o vzorec tvorený očakávaniami, potrebami, emóciami a správaním, ktorý je výsledkom jednak histórie väzbových zážitkov v prvotných vzťahoch s primárnou figúrou, ale v priebehu života sa mení vplyvom ostatných významných vzťahov v dospelosti. Štýl vzťahovej väzby daného jedinca predstavuje jeho vnútorné pracovné modely a tradičné fungovanie jeho väzobného systému **v určitom vzťahu** alebo **naprieč jednotlivými vzťahmi** (Mikulincer & Shaver, 2016).

V podstate sú však identifikované dva základné typy vzťahovej väzby: **istý** (*secure*) a **neistý** (Kulísek, 2000). Neistá väzba bola spočiatku rozdelená do dvoch základných skupín, no neskôr pribudla aj tretia. Nedávno bol do typológie zaradený štvrtý druh väzby.

Jednotlivé typy vzťahovej väzby môžu byť vymedzené nasledovne:

Istý typ (*secure*) – jedinci s týmto typom vzťahovej väzby považujú vzťahovú osobu za istú základňu, na ktorú sa v prípade núdze môžu obrátiť. (Lečbych 2016). V dospelosti sú schopní regulovať svoje prežívanie a súčasne disponujú schopnosťou zrkadliť správanie a afekt iných ľudí. Ďalej sú odolnejší, stres sa u nich objavuje v menšom množstve a v prípade potreby sa, na rozdiel od ostatných typov väzby, nebránia psychologickému starostlivosti.

Úzkostný (*nadmerne zaujatý*) typ (*preoccupied*) – títo jedinci sa k vzťahovej figúre správajú ambivalentne. Na jednej strane vyhľadávajú jej blízkosť, no súčasne ju odmietajú. V dospelosti bývajú ľahko zahltení emóciami, úzkostní či závislí. Pretrváva aj ich negatívny prístup k vzťahovej osobe (Lečbych, Pospíšilíková, 2012).

Vyhýbavý (*dištancovaný*) typ (*dismissing avoidant*) – jednotlivci s týmto typom väzby dokážu používať obranné mechanizmy adaptívnym spôsobom (Fraleay, 2018). V dospelosti je však typické dištancovanie sa od intímnych vzťahov a celkové zľahčovanie ich významu v živote človeka. Jedinci inklinujú k emočnej otupenosti, chladu a vyhýbajú sa afektom. Ďalej dávajú do popredia silu a nezávislosť (Lečbych, Pospíšilíková, 2012).

Bázlivo vyhýbavý typ (*dezorganizovaný*) (*deorganized*) – druh väzby popísaný Mainovou a Solomonovou (1990), predstavuje zmes vyhýbavého a ambivalentného správania. Medzi typické prejavy jedincov s dezorganizovaným typom príľnutia patria navzájom sa vylučujúce prvky správania. Dochádza k náhlym obmenám afiliatívnych a vyhýbavých prvkov voči vzťahovej figúre. V dospelosti sa takto pripútaní jedinci prejavujú dezorganizovanosťou a nepredvídateľnosťou vo svojich vzťahoch (Lečbych, Pospíšilíková, 2012). Lečbych (2016) označuje tento typ väzby za značný predpoklad duševných porúch.

Výsledky ďalších výskumov však ukázali, že táto typológia nie je dostačujúca a nedokáže pokryť variabilitu vzťahovej väzby. Začal sa presadzovať pohľad na typ a organizáciu citového príľnutia ako na spojitý dvojdimenzionálny priestor, kde sú spomínané typy vzťahovej väzby chápané ako jednotlivé oblasti (Mikulincer & Shaver, 2015).

Centrálnymi dvoma dimenziami v tomto prístupe sú **úzkostnosť a vyhýbavosť**. Pod vzťahovou úzkostnosťou sa rozumie obava z odmietnutia, oddelenia či opustenia. Na druhej strane vzťahová vyhýbavosť predstavuje nespokojnosť v blízkych vzťahoch či momentoch vyvolávajúcich závislosť na inej osobe (Lečbych, 2016). Dimenzionálnemu prístupu bude venovaný priestor v kapitole 1.5.

1.4. Vzťahová väzba v dospelosti

Bowlby (2010) priznáva, že väzobné správanie nepretrváva len v detstve, no pokračuje aj v dospelosti, pričom sa môže prejavovať aj voči osobám mimo rodiny, inštitúcií, pracovných skupín. Aj medzi týmito osobami je vybudovaná hierarchia, ktorá môže byť celkovo tvorená desiatkami až stovkami vzťahových figúr (Mikulincer & Shaver, 2016). Bowlby (2010, 185) ďalej upozorňuje na jeho „*životne dôležitú rolu, ktorú hrá v živote človeka od kolisky až po hrob*“.

Vyššie spomenutý pojem, vnútorné pracovné modely, sa v priebehu života vplyvom stretnutí s novými osobami a vzťahmi, vyvíja a mení. Celkové väzbové správanie v dospelosti je teda ovplyvnené nie len prvotnými skúsenosťami s primárnou figúrou, ale aj ďalšími vzťahmi vznikajúcimi v priebehu života individua. (Mikulincer & Shaver, 2016). Na základe týchto a podobných myšlienok sa sociálni a klinickí psychológovia začali pozeráť na teóriu citovej väzby ako rámec pre porozumenie sociálneho fungovania v dospelosti (Collins, 1996).

Mikulincer & Shaver (2016), poprední autori v oblasti teórie vzťahovej väzby v dospelosti, vychádzali z faktu, že tak ako sa v detstve vytvorí blízky vzťah medzi matkou a dieťaťom, rovnakým spôsobom k tomu dochádza aj vo významných vzťahoch v dospelosti.

Napriek tomu však existujú isté rozdiely medzi vzťahovou väzbou v detstve a v dospelosti. Predovšetkým ide o nárast recipacity v starostlivosti medzi partnermi. Významným rozdielom v dospelosti je aj nová oblasť, v ktorej primárnou vzťahovou osobou už nie je rodič, ale stáva sa ňou rovesník. Zároveň pribúda úplne nová oblasť vzťahu – sexualita. Rozdiel spočíva aj tom, že vyhľadávanie podpory u vzťahovej osoby je v tomto období závislý aj na kontexte a prostredí. Odlišnosťou medzi detstvom a dospelosťou je, že u dospelých jedincov v prípade ohrozenia nedochádza vždy k priamemu vyhľadaniu blízkosti vzťahovej osoby, ale postačia jednotlivé mentálne reprezentácie o nej. Tak môže

dôjsť k vybudovaniu pocitu bezpečia, ktorý jedincovi samotnému pomáha vysporiadať sa s náročnými momentmi (Mikulincer & Shaver, 2016).

Samozrejme, aj počas dospelého života môže dôjsť k situáciám, kedy predstavivosť nepostačuje a u jedinca je aktivované správanie zamerané na reálne vyhľadanie vzťahovej osoby. K aktivácií väzobného systému dochádza v momente, keď je vyskytujúca sa udalosť vnímaná jedincom ako ohrozujúca. Vtedy dochádza k myšlienkam na väzobnú osobu či predstavám o nej alebo sa aktivujú stratégie, ktoré by mali umožniť dostať sa do jej blízkosti. Bowlby (2010) tento vzorec správania označil ako **primárnu stratégiu**. Vyhodnocovanie nebezpečenstva a následná aktivácia systému môže prebiehať na vedomej, ale aj nevedomej úrovni. Kvalita zdrojov mentálnych reprezentácií má vplyv na spracovanie informácií aj na následne jednanie (Mikulincer & Shaver, 2016).

1.4.1 Meranie vzťahovej väzby

Mary Mainová vytvorila **Adult Attachment Interview (AII)** čím otvorila brány do skúmania väzbových skúsenosti z detstva a ich následnú reprezentáciu v dospelosti (Brisch, 2011).

Hazanová a Shaver (1987 in Cígler, 2019) sa taktiež významne zaslúžili o rozšírenie teórie citovej väzby v partnerských vzťahoch v dospelosti. Na základe svojich pozorovaní vyvinuli sebaopisovací nástroj – **Adult Attachment Scale (AAS)** určený na meranie vzťahovej väzby v dospelosti. Po jeho vyplnení a vyhodnotení boli respondenti zaradení do jednej z troch kategórií vzťahovej väzby podľa Mary Ainsworthovej, uvedených vyššie. Cígler et al. (2019, 58) označuje vznik tohto nástroja ako „*zmysluplnú spojnicu medzi teóriou väzby v ranom detstve a teóriami lásky v dospelom veku.*“

Z následných výskumov však vyplynul dôležitý poznatok, a to že na typ vzťahovej väzby dospelých jedincov je namiesto kategoriálneho popisu štýlov vhodnejšie aplikovať dimenzionálneho pojetie. Tento prístup je popísaný dvoma dimenziami – **úzkosťou** a **vyhýbavosťou** (Lečbych, Pospíšilíková, 2012).

Dimenzia **úzkosti**, charakterizuje strach z rozdelenia, opustenia. Je typická túžbou po blízkosti a ochrane, ale zároveň je s ňou spojený strach o dostupnosť vzťahovej osoby a vlastnú hodnotu. Druhá dimenzia s názvom **vyhýbavosť** sa vyznačuje vyhýbaním sa intimite, závislosti či prejavovaniu emócií. Okrem toho do nej spadá nedôvera jedinca v prospešné konanie ostatných ľudí. Tento postoj tak vedie k uprednostneniu vlastnej

samostatnosti a emočného dištancovania od druhých. Vďaka jeho použitiu bude preto umožnené lepšie zachytiť dynamiku jednotlivých štýlov (Fraley, 2018).

Bartholomewová a Horowitz (1991) interpretovali tieto dimenzie na pozadí Bowlbyho terminológie o vnútorných pracovných modeloch seba a ostatných. Podľa nich by mala byť dimenzia úzkostnosti chápaná ako **model seba** (pozitívny vs. negatívny) a dimenzia vyhýbavosti je reprezentantom **modelu ostatných** (pozitívny vs. negatívny). Tvrdili, že kombinácia spomínaných dimenzií umožňuje definovanie štyroch vzorcov vzťahovej väzby v dvojdimenzionálnom priestore (Bartholomew, Horowitz 1991).

Dimenzie zachytávajú základne štruktúry, ktoré predstavujú podklad pre určenie rozdielov medzi jednotlivými štýlmi. Zároveň sú reprezentantmi kľúčových princípov, ktoré stanovujú, ako sa väzbový systém bude prejavovať v dospelých vzťahoch (Collins, Read, 1990). Na základe miery zastúpenia dvoch hlavných dimenzií u individua dochádza v situáciách stresu a neistoty osoby k sekundárnym stratégiám hyperaktivácie a/alebo deaktivácie väzbového systému (Mikulincer, Shaver, 2016).

Dospelí skórujúci vysoko v dimenzii úzkostnosti, smerujú k vyšším prejavom citlivosti, žiadosti o pomoc či prejavom hnevu. Jedinci s vyšším skóre na dimenzii vyhýbavosti majú naopak tendenciu skrývať svoju citlivosť, potreby pomoci a usilujú sa o zvládnutie situácie na vlastnú zodpovednosť. Osoby, u ktorých výsledky ukazujú vysokú úroveň oboch dimenzií, môžu kolísať medzi dvoma stratégiami, cítiť sa zraniteľne, ale navonok sa prejavovať utiahnuto. Títo jedinci sú tak zaradení k Mainovou a Solomonovou (1990) popísanému štýlu – dezorganizovaný (Mikulincer, Shaver, 2016).

Vzťahová úzkostnosť a vzťahová vyhýbavosť sú dve dimenzie merané škálou **Experience in Close Relationship** (ECR) vytvorenou Brennanom, Clarkom a Shaverom (1998 in Cígler et. al, 2019). Práve tento nástroj sa radí k jednej z najpoužívanejších metód na určenie vzťahovej väzby v dospelosti (Cígler et al., 2019).

1.5. Vzťahová väzba v pracovnom prostredí

Spočiatku mnoho organizačných a pracovných psychológov nepovažovalo teóriu citovej väzby za relevantnú vo vzťahu k pracovnému prostrediu, a to najmä z dôvodu, že bola vyvinutá a v minulosti aplikovaná predovšetkým na blízke vzťahy medzi rodičmi a deťmi. Príčinou odmietania bola aj prevaha rysovej teórie a spochybňovanie konceptu s psychodynamickými koreňmi (Harms, 2011).

Na začiatku 90. rokov 20. storočia však na základe výsledkov výskumov Hazanovej a Shavera (1990) bola teória vzťahovej väzby uvedená aj do oblasti psychológie práce a organizácie. Ich výskumná práca sa týkala vplyvu vzťahovej väzby na vnímanie vzťahov na pracovisku a na prácu samotnú (Seitl, 2014).

Postupne sa rozrastal počet štúdií v oblasti pracoviska zameraných najmä na tému vodcovstva, kde je paralela medzi rodičom a dieťaťom zjavná. Ďalej sa skúmali aj témy súvislosti vzťahovej väzby a straty spokojnosti či dôvery na pracovisku (Harms, 2011).

Predpokladá sa, že teória vzťahovej väzby sa v pracovnom prostredí prejavuje dvojakým spôsobom. V prvom rade by malo dôjsť k prenosu väzby z blízkych vzťahov na vzťahy pracovné. Po druhé by mal typ väzby u daného jedinca ovplyvňovať jeho správanie a prežívanie v práci. Prvý predpoklad je však do istej miery obmedzený, pretože prejavy v blízkych vzťahoch sa spravidla odlišujú od prejavov v tých pracovných. Řehan (2007) upozorňuje, že pracovné vzťahy sú primárne účelové a závisia od konkrétnej situácie. Ďalším na nich pôsobiacim faktorom sú isté očakávané vzorce správania vyplývajúce zo zastávanej pracovnej role.

Hazanová a Shaver (1990) prirovnávajú lásku a prácu v dospelosti k väzbe a objavovaniu v detstve. Na základe výsledkov svojho výskumu dospeli k tvrdeniu, že druh vzťahovej väzby v dospelosti a pracovná orientácia je podobná dynamike vzťahovej väzby v detstve. Práve práca má rovnakú funkciu ako explorácia v detstve, nakoľko predstavuje hlavný zdroj spôsobilosti dospelého jedinca a zároveň reprezentuje príležitosť k ďalším etapám objavovania.

Výsledky štúdie ďalej ukázali, že bezpečne pripútaní jedinci vykazovali vysoký level pracovnej spokojnosti v oblasti kolektívu, pracovnej bezpečnosti a príjmu. Podľa týchto autorov vyhýbavo pripútaní jedinci môžu považovať prácu za príležitosť na odvedenie pozornosti od vzťahov. S tým súvisí aj ich prevažujúca nespokojnosť s kolegami na pracovisku. Podobné skóre ako u bezpečne pripútaných jedincov sa u vyhýbavých objavilo na poli pracovnej spokojnosti. Pre úzkostných jedincov môže práca zase predstavovať možnosť uspokojenia väzobných potrieb. Pre týchto ľudí sú ďalej typické pocity vzťahujúce sa k neistote v práci či nedostatkom ocenenia zo strany kolegov (Hazan & Shaver, 1990).

Ak nedochádza k naplneniu väzobných potrieb v organizačnom kontexte, prejavuje sa to vo forme zvýšeného stresu, vyššej miery výskytu syndrómu vyhorenia (Schirmer & Lopez, 2001; Littman-Ovadia, Oren, & Lavy, 2013 in Yip et al., 2018).

1.5.1 Typ vzťahovej väzby a jeho vplyv v pracovnom prostredí

Konkrétny typ citovej väzby vybudovaný v súvislosti so skúsenosťami s primárnou figúrou v detstve a následne ďalšími vzťahy v priebehu života, je považovaný za priameho činiteľa regulujúceho vzťahy na pracovisku a práci samotnej (Seitl, 2014). Ovplyvňuje teda okrem iného to, ako jednotlivci vnímajú seba a ostatných, čo navonok riadi ich správanie a myslenie voči druhým (Richards, Schat, 2011).

Vzťahová bezpečnosť

U bezpečne pripútaných jedincov je charakteristická sebadôvera k vlastnej práci. Kladná spätná väzba od ostatných a pozitívne výsledky vynaloženého úsilia patria k ďalším typickým znakom bezpečne pripútaných jedincov. Prácu ako takú si užívajú, nakoľko u nich nepretrvávajú obavy zo zlyhania (Seitl, 2014). S celkovým kladným naladením súvisí aj pracovná spokojnosť a subjektívne hodnotená nízka hladina stresu (Hazan & Shaver, 1990). Bezpečne pripútaní jedinci majú predpoklady k vedeniu, flexibilitě, tímovej orientácii či emočnej stabilite (Charvát, Seitl, 2018).

Celkovo sa s týmto typom citovej väzby spája pozitívne fyzické a psychické zdravie (Joplin, Nelson, Quick, 1999), tiež prosociálne postoje a využívanie efektívnych stratégií na zvládanie stresu (Falvo et al., 2012).

Vzťahová vyhýbavosť

Dospelí, skórujúci vysoko na škále vyhýbavosti sa pokúšajú o čo najmenší blízky kontakt s ostatnými, čo okrem iného rezultuje aj v nízku iniciatívu viesť druhých. Typická je taktiež nízka senzitivita, ktorá má za následok zníženú schopnosť zaznamenať zmeny v interpersonálnom prostredí. Zamestnanci s vyhýbavým pripútaním disponujú nízkou emotivitou a ignorovaním emócií ostatných ľudí (Mikulincer & Shaver, 2016). V súvislosti s rolou emotivity možno predpokladať zhoršenú dispozíciu zaznamenať podstatné emócie v medziľudskej komunikácii. Hazanová a Shaver (1990) ďalej zistili, že títo jedinci hodnotili svoj pracovný výkon nízko a rovnaké hodnotenie očakávali aj od svojich kolegov.

Výskum Richardsa a Schata (2011) zase spája vyhýbavosť s vyššou mierou sebavedomia. Vo všeobecnosti je však prevažujúca dimenzia vyhýbavosti spájaná s osobnostnými predpokladmi pre samostatné a nezávislé a menej pre tímové pracovné pozície (Seitl, 2014).

K preferovaniu samostatnosti na pracovisku patrí aj potláčanie negatívnych emócií. Ďalej to súvisí s nevyhľadávaním pomoci od spolupracovníkov pri riešení problémov či ťažkostí (Bocato & Capozza, 2011). Z dôvodu preferencie samostatnej práce môžu podporné intervencie zo strany organizácie u zamestnancov s vyhýbavým pripútaním pôsobiť kontraproduktívne (Richards, Schat, 2011). Odmietanie vzťahov s ostatnými sa dá vysvetliť aj ako obranný mechanizmus vyhýbavých voči potenciálnemu odmietnutiu a zachovania si tak úrovne vlastnej sebaúcty (Bocato & Capozza, 2011).

Vyhýbaví tiež uvádzali väčšie množstvo konfliktov so spolupracovníkmi (Hardy, Barkham, 1994). S tým môže súvisieť častý zámer takto pripútaných zamestnancov podať výpoveď (Mikulincer & Shaver, 2016).

Vzťahová úzkosť

Seitl (2014) na základe výsledkov svojej štúdie označuje za typický znak úzkostných respondentov vyššiu iniciatívnosť v interpersonálnom priestore. Tá je prepojená so strachom z vyradenia či odmietnutia pri neadekvátnych výsledkoch.

Napriek tomu zamestnanci s vyšším skóre na dimenzii úzkostnosti pocítovali úzkosť pokiaľ ide o vzťahy na pracovisku a pracovný výkon (Hardy, Barkham, 1994). Pokiaľ u úzkostne pripútaných zamestnancov nie sú dostatočne naplnené ich potreby afiliácie, môže dôjsť k zhoršeniu pracovného fungovania (Richards, Schat, 2011).

Úzkostní jedinci sa ďalej vyznačujú menšou sebaistotou, ktorá interferuje s nižšou schopnosťou rozhodnosti. (Geller & Bamberger, 2009).

Ďalším znakom vysokého skóre na dimenzii úzkostnosti je emocionálna nestabilita a nízke sebavedomie. Na to, aby boli úzkostne pripútaní jedinci úspešní, je potrebná stabilita, plnenie interpersonálnych požiadaviek a zároveň je dôležité vymedziť hranice v pracovnej a aj medziľudskej sfére (Seitl, 2014).

Aktiváciu väzobného systému na pracovisku spúšťajú spravidla rôzne výzvy, kedy úzkostné osoby vyhľadávajú podporu u iných kolegov. Rôzne štúdie však ukazujú, že obava úzkostne pripútaných zamestnancov z odmietnutia ich môže od týchto tendencií brzdiť. Richards a Schat (2011) však tvrdia, že vzťahy na pracovisku nie sú tak hlboko zakorenené ako tie v súkromnom živote, čo by malo viesť k zníženiu týchto obáv.

K potenciálnym silným stránkam osobnosti úzkostne pripútaných jedincov patrí tímová orientácia a motivácia k vedeniu (Charvát, Seitl, 2018). Celkovo sa títo pracujúci

prejavujú vyšším levelom vyhľadávania emočnej podpory a zvýšeným uvažovaním nad skončením pracovného pomeru (Richard, Schat, 2011).

V skutočnom prostredí dochádza k neustálemu vývinu konkrétneho typu vzťahovej väzby. Ten môže byť podmienený kladne alebo záporne v závislosti od dôležitých životných udalostí, vrátane samotnej pracovnej dynamiky (Seitl, 2014).

Seitl a Charvát (2018) zdôrazňujú, že každý z uvedených typov väzby má silné stránky v inom smere a ani jeden z typov príľnutia by nemal byť vnímaný znevýhodnene.

1.5.2 Vzťahová väzba a jej vplyv pri interakciách na pracovisku

Vzťahová väzba a dôvera

Harms (2011) tvrdí, že práve vzťahová orientácia riadi či sú ostatní vnímaní ako hodní dôvery alebo nie. Iste pripútaní jedinci sa zvyknú viac angažovať v exploračnom správaní či riskovaní, pretože vzťahovú osobu vnímajú ako bezpečnú základňu.

Výskumy ďalej naznačujú, že vyhýbavosť a úzkosť sa spája s nižšou dôverou (Harms, 2011). Obzvlášť pri vyhýbavosti sa neočakáva vyhľadávanie podpory od kolegov, pretože pre tento typ pripútania je charakteristická nedôvera voči ostatným (Mikulincer, & Shaver, 2016).

Výsledky výskumu Simmonsa a kolegov (2009) zameraného na skúmanie dimenzie vzťahovej bezpečnosti ukázali, že bezpeční jedinci inklinujú k vyššej úrovni dôvery vo svojho nadriadeného, ktorá pozitívne ovplyvňuje ich pracovný výkon (Harms, Bai, & Ham, 2016 in Yip et al., 2018).

Vzťahová väzba a stres

So stresom na pracovisku sa taktiež spája syndróm vyhorenia, ktorý je dôsledkom chronického stresu vyvolaného emočnými a interpersonálnymi stresormi na pracovisku (Maslach, 2003).

V stresových situáciách je typické, že nasledovníci vyhľadávajú blízkosť svojho nadriadeného, ktorý by im mal poskytnúť ochranu, bol schopný poradiť a naviesť k efektívnemu pracovnému výkonu (Bass, 1985 in Mikulincer, & Shaver, 2016).

Bezpečná vzťahová väzba je na základe schopnosti dobrej emočnej regulácie spojená najmä so zdarným zvládaním stresových situácií či pozitívnym well-beingom (Hazan & Shaver, 1990). Úzkostní zamestnanci sa naopak zameriavajú na negatívne emócie či

myšlienky (Falvo et al., 2012) a vykazujú tak menšiu pracovnú spokojnosť spolu s vyšším levelom stresu a syndrómom vyhorenia (Harms, 2011).

Vyhýbaví sa aj v prípade stresu snažia potlačiť takéto udalosti, a taktiež je pre nich typická nižšia schopnosť pracovať s afektmi (Falvo et al., 2012). Na základe ich neschopnosti odpútať sa od negatívnych emócií je taktiež očakávaná vyššia miera syndrómu vyhorenia (Harms, 2011).

Vzťahová väzba a spätná väzba

Kladná spätná väzba od kolegov voči úzkostným jedincom smeruje k ich vyššej oddanosti ku skupine a k väčšej snahe byť nápomocný. Avšak pri nerešpektovaní týchto jedincov zo strany ostatných zamestnancov sa objavuje nižšia miera oddanosti. Taktiež im to pripomína ich problémy so svojou vlastnou sebaúctou a zosilňuje ich precitlivosť voči prijatiu členmi skupiny. Na druhej strane sa však u úzkostných jedincov v takýchto momentoch objavuje väčšia snaha vyhovieť skupine ako prostriedok k napraveniu sebaúcty (Erez et. al., 2009).

Jedinci s vysokým skóre na dimenzii úzkostnosti, v spojitosti so svojou nestálou obavou o hodnotenie ostatnými, majú teda tendenciu pracovať na svojich nedostatkoch. Práve títo pracujúci často získavajú pozitívnu spätnú väzbu od skupiny, ktorá je ďalej spájaná s lepším vykonávaním profesie (Yip et al., 2018).

Vzťahová väzba a vodca –nasledovník

LMX (Leader- Member Exchange) je teória reprezentujúca kvalitu vzťahov medzi lídrom a nasledovníkom. Je známe, že medzi týmito dvoma jedincami vzniká mnoho nezhôd, ktoré sa vysvetľujú predovšetkým tým, že do tohto vzťahu vstupuje každý z nich s inými očakávaniami. Práve preto by teória vzťahovej väzby mohla predstavovať vysvetlenie týchto rozdielov založených na individuálnych rozdieloch (Harms, 2011).

Popper & Maysseless (2003) tvrdia, že okrem partnera sa môže v dospelosti stať vzťahovou osobou vodca v organizačnom prostredí. Vzťah vodca – nasledovník teda predstavuje istú paralelu k vyhľadávaniu opory v kontexte vzťahovej väzby.

Ak nastane aktivácia väzobného systému u úzkostného nasledovníka, tak má tendenciu správať sa spôsobom, ktorý má zachytiť pozornosť svojho vodcu, avšak s dôsledkami kontraproduktívneho pracovného správania. Pri prevládajúcej dimenzii vyhýbavosti sa v takýchto situáciách snažia od svojho nadriadeného dištancovať. Bezpečne

pripútaní jedinci majú spravidla so svojimi vedúcimi pozitívne vzťahy. Pri plnení funkcie istež základne zo strany lídra, dochádza u zamestnancov k vyšším levelom proaktivity. (Yip et al., 2018).

2 EMOČNÁ REGULÁCIA

V tejto kapitole načrtneme základy pojmu emočná regulácia, ktorá okrem iných dôležitých funkcií umožňuje regulovať aj vonkajšie prejavy emócií, a je tak v blízkom prepojení s emočnou expresiou.

Jedna z mnohých definícií emočnej regulácie hovorí, že ide o súbor procesov, ktorými jedinec ovplyvňuje emócie, ktoré práve má, kedy ich má, a zároveň ako sú prežívané a prejavované (Gross, 1998). Tieto procesy môžu byť jednak automatické alebo kontrolované a môžu prebiehať na vedomej alebo nevedomej úrovni (Poláčková Šolcová, 2018).

V každodennom živote ide o proces automatický, ktorému človek nevenuje pozornosť. Je to tak v prípade správne zvládnutých zautomatizovaných rutinných postupov. V momente, keď hovoríme o situácii, ktorá prekračuje rámec istého stereotypu, jedinec začne emočnej regulácií aktívne zapájať pozornosť (Stuchlíková, 2010).

Nesprávna emočná regulácia vedie k emočným, kognitívnym či behaviorálnym výstupom, ktoré sú v danej situácii nedostatočne prispôsobivé (Stuchlíková 2010). K takýmto situáciám dochádza rovnako v prípade slabej, ale aj pri nadmernej emočnej regulácií. Zhoršená schopnosť regulácie vlastných emócií je taktiež považovaná za ukazovateľa patologického správania. Vtedy sa hovorí o **emočnej dysregulácií**, ktorá môže viesť k rade psychosociálnym problémom (Stuchlíková, 2010).

Calkins a Hill (2007) upozorňujú, že celkovým účelom procesu emočnej regulácie nie je len znižovanie prežívania negatívnych skúsenosti, ale tiež schopnosť pracovať so žiaducimi emóciami v rôznych situáciách a kontextoch.

2.1. Emočná regulácia ako súčasť zrenia

Emočná regulácia sa vyvíja ako súčasť zrenia. V jednotlivých etapách života človeka existujú určité momenty, kedy práve level emočnej regulácie dokáže vypovedať o stupni duševného vývoja jedinca. S dobre rozvinutou schopnosťou sa spája dispozícia, ako správne reagovať v prípade konkrétnej emócie, vedieť si vysvetliť jej význam v kontexte vlastného sociokultúrneho prostredia, a tiež ako emóciu adekvátne prejať navonok (Poláčková

Šolcová, 2018). S vekom dochádza k dozretiu kognitívnych a sociálnych regulačných stratégií, čoho výsledkom je zlepšenie schopnosti manipulovať s emočným nabudením (John, Gross, 2004).

V zásade sa vychádza z predpokladu, že prostredníctvom socializačného procesu, ktorého sa spravidla účastní každý jedinec, dochádza k formovaniu expresivity emócií tak, aby vyhovela spoločenským normám (Poláčková Šolcová, 2018).

Jedno z vymedzení emočnej regulácie definuje existenciu troch hlavných ciest regulácie emócií: **kognitívne**, **sociálne** a **behaviorálne** stratégie. Pri dobre rozvinutej schopnosti regulácie jedincom dochádza ku kombinácii všetkých ciest (Stuchlíková, 2010).

Kognitívne stratégie sú orientované na zmenu zmyslu a prehodnotenia afektívnej situácie rozdielnymi cestami, ako napríklad nachádzanie pozitív či rozptýlenie pozornosti. Pod pojmom sociálne stratégie sa myslí, napríklad vyhľadanie priateľov (Poláčková Šolcová, 2018).

Behaviorálnou formou jedinec reguluje svoje emócie prostredníctvom kontroly či regulácie vlastného emocionálneho prejavu (Stuchlíková, 2010). Tieto stratégie sú zamerané primárne na expresívne zložky emócií a ide tak o proces ovplyvňujúci výskyt a intenzitu emočného prejavu a emočného prežívania. Emócie bývajú regulované navonok mimikou v tvári, verbálnym či behaviorálnym prejavom alebo aj postojom či chôdzou (Poláčková Šolcová, 2018).

Podľa **procesného modelu** navrhnutého Grossom (1998) existujú dva hlavné druhy stratégií regulácie emócií, a to s ohľadom na dobu, v ktorej sa v emočnom procese objavujú. Jedna je orientovaná na **spúšťačie predpoklady**, nastávajúca pred spustením samotnej emócie. V tomto prípade najprv človek hodnotí vonkajšie alebo vnútorné emočné podnety, na základe ktorých dochádza k určitej sade behaviorálnej, prežitkovej a fyziologickej odpovede. Práve tie môžu byť rôzne formované a v konečnom dôsledku zodpovedajú za výsledný prejav emócie. Jedným z druhov tejto techniky je takzvané **prehodnotenie** (*reappraisal*), kedy je situácia interpretovaná spôsobom, ktorý znižuje jej emočnú závažnosť (Gross & John, 2004). Táto forma regulácie má za účel znížiť úroveň subjektívneho prežívania emócie, s čím úzko súvisí aj emočne expresívne správanie, vrátane emočného výrazu. Je vhodná predovšetkým v komplexných situáciách sociálneho charakteru (Stuchlíková, 2010).

Druhou skupinou stratégií identifikovanou Grossom (1998) sú stratégie zamerané na **odpoveď**, teda na situácie nastávajúce po tom, kedy sa emócia skutočne prežíva. K tomuto druhu stratégií patrí aj takzvaná **modulácia odpovede**, ktorá zahŕňa priame ovplyvňovanie fyziologických a behaviorálnych reakcií, napríklad cez supresiu či expresiu.

Potlačenie (*supression*) je jedna z ďalších známych stratégií regulácie emócií zameraných na odpoveď. Je spojená najmä s tlmením emočného výrazu, vďaka ktorému by malo dôjsť k úbytku s ním viazaným pocitov. Výsledky výskumných štúdií Gossa a Levensona (1997) však ukázali, že toto tvrdenie sa týka len niektorých emócií (pýcha, pobavenie), ale u iných sa jeho platnosť nepreukázala (znechutenie, smútok). Platí však, že regulácia behaviorálnej reakcie je prepojená s vnútornou reakciou na konkrétnu emóciu alebo z nej niekedy pramení (Eisenbergová et al., 2000 in Poláčková Šolcová, 2018).

Pre človeka je dôležité, aby bol schopný flexibilne pracovať s reguláciou svojich emócií za účelom prispôsobenia svojich emočných prejavov momentálnym potrebám. Netreba zabúdať, že môže ísť aj o zosilnenie emočnej odpovede (Gross et al., 2008; 2015 in Aldao, Tull, 2015). Úspešné osvojenie týchto procesov vedie k zdarnému riadeniu každodenných požiadaviek (Aldao, Tull, 2015).

3 EMOČNÁ EXPRESIA

V rámci tejto kapitoly predstavíme konštrukt emočná expresia, ktorý je prehĺbením a rozšírením doposiaľ uvedených informácií o emočnej regulácii. Je to tak predovšetkým z dôvodu, že konkrétna expresia emócií v situácii je výsledkom behaviorálnych regulačných stratégií.

Na podklade vyššie uvedených faktov je zjavné, že regulácia emócií je tvorená rôznymi faktormi. V rámci kontextu psychológie je dôležité taktiež rozumieť, ako sa regulácia prejavuje v správaní, prežívaní či myslení človeka. Cieľom výskumníkov je na základe týchto poznatkov umožniť vysvetliť a predpovedať správanie človeka. Vhodným prostriedkom je práve sociálny a behaviorálny prejav regulácie emócií, nakoľko je dobre merateľný.

Expresívnemu správaniu, ako jednej zo základných zložiek emócií, sa venoval už Charles Darwin (1872 in Plháková, 2003). Považoval ho za vrodené vzorce mimického, gestikulačného, zvukového správania, ktorého cieľom je uľahčovať vnútroduhovú komunikáciu a zvyšovať tak šance na prežitie (Plháková, 2003).

Paul Ekman a Wallace Friesen sú priekopníkmi v skúmaní vyjadrovania primárnych emócií. Za ich prelomový objav môže byť označený výskum na členoch izolovaného kmeňa v Novej Guinei. Títo jedinci mali za úlohu identifikovať výraz emócií ľudí zo západného sveta na základe predstavených fotografií. Rozpoznať emočný výraz domorodcov tohto kmeňa následne dostali za úlohu aj americkí študenti (Ekman, 2015). Výsledky výskumu tak ukázali, že „určité mimické tvárové prejavy sú univerzálne prepojené s primárnymi emóciami“ (Ekman, Friesen, 1971 in Plháková, 2003, 396).

Ekman a Friesen (1969) zistili, že naprieč kultúrami existujú situácie, ktoré vyvolávajú rovnakú emóciu bez ohľadu na kultúru, odkiaľ jedinec pochádza. Objavili sa však aj rozdiely, ktoré boli podľa nich spôsobené odlišným pôvodom participantov. Tento jav bol neskôr vysvetlený pomocou **neurokultúrnej teórie**, ktorá vysvetľuje dva faktory určujúce emočnú expresiu. Jedna z nich je viazaná na univerzálnosť výrazu emócií a druhá na jeho premenlivosť naprieč jednotlivými kultúrami. Platí, že pohyb svaly na tvári vyvolaný konkrétnou emóciou je naprieč kultúrami rovnaký. Rozdiel však pramení

v regulácii tohto výrazu, čoho príčinou sú podľa Ekmana a Friesena (1969) iné zvyklosti či podmienky kultúr.

Na základe tohto zistenia prišli Ekman s Friesenom (1969 in Ekman, 2015, 22) so svojim konceptom s názvom **pravidlá prejavovania** (*display rules*), ktoré sa zakladajú na tom „*kde, ako a komu môže človek určitú emóciu prejavovať a kedy sa tak deje*“. Predpokladali, že tieto pravidlá sú sociálne naučené a medzi jednotlivými kultúrami existujú rozdiely.

Odhladnuc od kultúry, v ktorej jedinec vyrastá, má významný vplyv na prejavovanie emocionálnych výrazov práve rodina. Ekman a Friesen (2015) tvrdia, že tvár je primárnym miestom pre vyjadrovanie emócií a mnohé znalosti o emóciách a výrazoch tváre pramenia od rodičov a ostatných členov rodiny. Znalosť pravidiel týkajúcich sa expresie emócií býva hlboko zafixovaná už od raného detstva a kontrola výrazu v tvári už prebieha úplne automaticky, bez aktívneho uvažovania.

Ekman a Friesen (1971) stanovili popri svojom výskume univerzálnych výrazov v tvári, šesť primárnych emócií, ktorými sú radosť, smútok, hnev, znechutenie, strach a prekvapenie.

Nefalšovaný a úprimný výraz emócií sa však očakáva spravidla iba v prvých rokoch života človeka. Postupom času je výrazové správanie ovplyvnené rôznymi sociálnymi faktormi (Plháková, 2003).

Ekman a Friesen (1969, 1975) vymedzili niekoľko spôsobov, ktorými v rámci sociálnych interakcií dochádza pomocou expresie k manipuláciám so svojimi emóciami, a teda človek môže so svojím emočným prejavom pracovať prostredníctvom:

- zosilnenia či zoslabenia prejavu emócie,
- potlačenia a neutralizácie emócie,
- autentického prejavu emócie,
- maskovania aktuálnej emócie inou emóciou a
- kvalifikáciou – dodatkovým prejavom je pozmenený význam momentálne prežívanej emócie.

Protipól emočnej expresie predstavuje **emočná inhibícia**, ktorá je definovaná ako zoslabenie emočnej skúsenosti jedincom. Jej typickým sprievodným znakom je tlmenie prejavu behaviorálnej zložky emočnej reakcie. Ide súbežne o dej, ktorým je potlačené

sociálne či individuálne neželané alebo nevhodné správanie (Traue, Pannebaker, 1993 in Poláčková Šolcová, 2018).

3.1. Meranie emočného výrazu

Emócie predstavujú bohatý zdroj informácií nielen v každodennom živote, ale taktiež vo výskumnom svete, kde mnohokrát reprezentujú kľúč slúžiaci k porozumeniu ľudského správania. Ich skúmanie na vedeckej úrovni si vyžaduje exaktnosť, ktorá je pre samotného pozorovateľa veľmi práca a náročná.

Prvé výskumy zamerané na výraz tváre sa opierali predovšetkým o teóriu diskretných emócií a sústredili sa na analýzu šiestich základných emócií (Stöckli et al., 2018).

Ekman a Friesen predstavili v roku 1978 **Kódovací systém mimiky tváre** (*Facial Action Coding System, FACS*), ktorý predstavuje základ pre meranie emócií z výrazu tváre. Umožňuje rozpoznať sekvenciu mimických pohybov, ktoré sa vyskytujú ako behaviorálny sprievod práve prežívaných emócií. FACS aplikuje na popis tvárového výrazu takzvané **akčné jednotky** – AUs (*action units*). Ide o pohyby tváre, ktoré zodpovedajú za výraz tváre a následne za expresiu emócií (Ekman, Friesen, 1976). Jedna akčná jednotka predstavuje pohyb, ktorý nemusí byť závislý na ostatných. Niektoré svaly môžu spadať pod viaceré akčné jednotky. Kódovanie pomocou FACS umožňuje usudzovať o primárnych emóciách, pretože výsledky predošlých výskumov ukázali, že kombinácia konkrétnej skupiny AUs zodpovedá za konkrétnu emóciu (Stöckli et al., 2018). Dnes je FACS využívaný mnohými vedcami zaoberajúcimi sa skúmaním ľudskej mimiky (Ekman, 2015).

Vďaka prudkému rozvoju počítačovej vedy v posledných desaťročiach začali vznikať automatizované nástroje na analýzu výrazov tváre. Hlavným dôvodom ich vzniku môžeme považovať snahu o prekonanie časových limitov, ktoré plynuli z kódovania vykonávaného samotnými výskumníkmi (Skiendziel et al., 2019).

V súčasnosti existujú, okrem ľudského pozorovania následného kódovania, dve automatizované metódy, ktoré umožňujú meranie emócií z výrazu tváre (Stöckli. et al., 2018). Prvou je **tvárová elektromyografická aktivita** (*Facial electromyography activity*), ktorá spočíva v meraní elektrických zmien v tvárových svaloch (Wilson, 2018). Druhou možnosťou je **automatizovaná tvárová analýza** vykonávaná počítačovými softvérmi, ku ktorým radíme napríklad CERT, FaceReader (Stöckli et al., 2018).

4 EMOČNÁ REGULÁCIA A EXPRESIA V PRACOVNOM PROSTREDÍ

V tejto kapitole predstavíme vymedzenie pojmu pracovné prostredie. Následne je táto kapitola venovaná významu, súvislostiam či vplyvom emočnej regulácie a emočnej expresie v pracovnom prostredí.

4.1. Pracovné prostredie

Majorita pracovníkov sa v rámci svojej pracovnej činnosti nachádza v pracovnom prostredí, v ktorom na nich vplýva niekoľko faktorov. Tie majú následne efekt na správanie a prežívanie každého zamestnanca (Pauknerová, 2006). Pod tieto faktory spadá, napríklad svetlo, hluk, pracovné prostriedky, osobné pomôcky, atď., ktoré by mali byť v súhre s *„fyziologickými, psychologickými, hygienickými a estetickými požiadavkami pracovníkov“* (Štikar et al., 1998, 44)

Pre dobrú úroveň efektivity práce a pracovnú spokojnosť je potrebné, aby bolo pracovné prostredie upravované a prispôsobované aktuálnym požiadavkám zamestnancov (Štikar et al., 2003).

Michalík (2009, 4) definuje pracovné prostredie ako *„podklad pre existenciu a činnosť človeka v pracovnom systéme“*.

Ďalej vymedzuje nasledujúce zložky pracovného prostredia:

- formálna stránka – vybavenie pracoviska, usporiadanie, vymedzenie pracovného priestoru a podobne,
- činnosťná stránka – charakter činnosti, motivácia, rozvoj a vzdelávanie,
- vzťahová stránka – vzťahy s kolegami a
- bezpečnostná stránka – bezpečnosť zamestnancov a majetku danej organizácie.

4.2. Emočná regulácia a expresia v pracovnom prostredí

„Emócie ovplyvňujú nie len vlastné myšlienky a správanie, ale rovnako formujú emócie, myšlienky a správanie ostatných v akomkoľvek prostredí, vrátane pracovného.“ (Hareli & Rafaeli, 2008, 36). Hrajú dôležitú rolu v niekoľkých pracovných oblastiach ako pracovný výkon, rozhodovanie, kreativita, tímová práca či vedenie. Každý zamestnanec totiž prináša do organizácie svoje osobnostné črty, nálady a emócie. Jeho afektívne prežitky a výrazy ovplyvňujú aj ostatných členov organizácie (Troth et al., 2018)

Lawrence et al. (2011) potvrdzujú, že stratégie emočnej regulácie (prehodnotenie, potlačenie, expresia) a špecifické kombinácie stratégií emočnej regulácie a emočnej expresie majú rôzne efekty ako na individuálne, tak aj na interpersonálne výstupy zamestnancov.

Štúdie ukazujú, že regulovanie emócií na individuálnej rovine súvisí s lepšou kvalitou komunikácie, fyzickým zdravím, ale aj well beingom či pracovným výkonom. Pod individuálnu rovinu sa zaraďujú stratégie napomáhajúce zamestnancom regulovať ich vlastné emočné prežitky a emočné prejavy. Regulovanie emócií na interpersonálnom leveli súvisí s lepšou starostlivosťou o zákazníkov a spokojnosťou, ale aj s vnímaním kolegov na priateľskej úrovni. Regulácia na interpersonálnej rovine sa vzťahuje na stratégie spravujúce emočné prejavy a prežitky ostatných alebo využívajúcich ostatných za účelom regulácie vlastných emócií (Troth et al., 2018).

Emočná regulácia sa v oblasti organizačnej psychológie používa na vysvetlenie intrapersonálnej regulácie emócií ako reakcie na stresory vyskytujúce sa v pracovnom prostredí, ale tiež je využívaná v kontexte objasnenia interpersonálnej regulácie emócií počas medziskupinových interakcií (Lawrence et al., 2011). Diefendorff, Richard a Yang (2008) na základe výsledkov svojej štúdie tvrdia, že rôzne typy emočnej regulácie sú využívané pri výskyte určitých typoch pracovných stresorov (organizačných alebo interpersonálnych) a zároveň sú viazané na prežívanie konkrétnych negatívnych emócií.

Zamestnanci však obvykle regulujú svoje emócie a prejavy za účelom vyhovenia normám a očakávaniam na pracovisku, ale aj požiadavkám vyplývajúcim zo zaujímanej pracovnej role (Bono et al., 2007). Kontrolovaný prejav emócií v tvári sa vyžaduje od niektorých pracovných pozícií a je kľúčový k prosperovaniu na takejto pracovnej pozícii

(Ekman, Friesen, 2015). Koncept **pravidiel prejavovania** (*display rules*) od autorov Ekmanom a Friesenom (2015) bol skúmaný niekoľkými štúdiami v súvislosti s psychickým a fyzickým zdravím zamestnancov. Tieto pravidlá sú väčšinou stanovené organizáciou na základe očakávanej adekvátnej emočnej expresie zamestnancov na verejnosti (Grandey, 2000). Ich aplikovanie v praxi ma za následok nesúlad medzi pociťovanými a prejavovanými emóciami (Ashforth and Humphrey, 1993 in Schaubroeck, Jones, 2000).

Vedomie svojich emócií pomáha zamestnancom aplikovať vhodné reakcie na rôzne situácie na pracovisku. Existujú taktiež zistenia, upresňujúce, aká stratégia emočnej regulácie na pracovisku je vhodnejšia a aká menej vhodná (Diefendorff, Richard, 2003).

Za posledných niekoľko dekád pribúda rastúci záujem o rolu emočnej regulácie a expresie v pracovnom kontexte, nakoľko ide o neoddeliteľný komponent ovplyvňujúci procesy v organizačnom prostredí. Štúdie ukazujú, že sa ojedinele objavuje izolovane, ale skôr ako súčasť interpersonálneho priestoru prepojeného vzťahu na pracovisku. Fakt, že emočná regulácia sa v pracovnom prostredí vyskytuje na niekoľkých rovinách, neustále zvyšuje záujem o jej skúmanie (Troth et al., 2018). Aj na základe tejto skutočnosti sa táto práca venuje skúmaniu prejavu emócií ako neodlučiteľnej súčasti pracovného prostredia.

5 EMÓCIE A VZŤAHOVÁ VÄZBA V PRACOVNOM PROSTREDÍ

V tejto záverečnej teoretickej kapitole predstavíme vzájomné vzťahy medzi emóciami, teóriou vzťahovej väzby a pracovným prostredím, ktoré budú zároveň doplnené zisteniami z doterajších výskumných štúdií zaoberajúcimi sa touto problematikou.

Rola vzťahového systému v rámci procesu emočnej regulácie je veľmi podstatná. Už vo svojich dielach sa Bowlby (2012) venoval emóciám vyvolaným väzbou, odlúčením či stratou (Mikulincer, & Shaver, 2016). Emócie vo väzbovom vzťahu označil za podstatné regulačné mechanizmy (Bowlby, 2012).

Podľa teórie vzťahovej väzby je kvalita pripútania v detstve viazaná na cesty, ktorými jedinci dokážu manipulovať so svojimi emóciami a ako sú zvyknutí reagovať na emócie ostatných jedincov v ďalších etapách života (Niedenthal et al., 2002). Na základe zistení Grossmana a Zimmermanna (1997) dochádza so stúpajúcim vekom k riadeniu emočnej regulácie psychickými štruktúrami, ktoré boli vybudované vplyvom skúsenosti jedinca so vzťahovými osobami už v ranom detstve. Všetky tieto skúsenosti vedú k tvorbe vzorcov emočnej regulácie vo forme vnútorných pracovných modelov. Postupom času dochádza k zmene interpsychickej emočnej regulácie na intrapsychickú.

Skúsenosti väzobných vzťahov s primárnou osobou sú uložené v implicitnej pamäti ako mentálne reprezentácie, respektíve vnútorné pracovné modely, a majú za následok aplikovanie automatických a nevedomých stratégií emočnej regulácie (Schore, 2014).

Koncepty vzťahovej väzby a emočnej regulácie spolu úzko súvisia, nakoľko vhodné vzťahy s primárnou figúrou prispievajú k rozvoju schopnosti správnej emočnej regulácie. Tieto schopnosti sú dôležité v kontexte vzťahovej dynamiky v priebehu celého života. Pri jedincoch s neistým typom vzťahovej väzby je nastavenie iné ako pri istom pripútaní (Drozd, Drozdová, 2015).

5.1. Jedinci s istou vzťahovou väzbou

Vo všeobecnosti jedinci s istou väzbou dokážu lepšie regulovať svoje emócie než úzkostní alebo vyhýbaví jedinci. Na základe zistení Zimmermanna (1999) istá väzba vedie k emóciám, ktoré sú vedome dostupné a priliehavé k situácii.

Bezpečná väzba je spojená s otvoreným štýlom emočnej regulácie (Caldwell, Shaver, 2012), s čím sa spája aj adekvátna schopnosť pripustiť a vyjadriť emočný distress bez toho, aby ním bol jedinec kompletne pohltený (Buchheim & Mergenthaler, 2000 in Consedine, Magai, 2003). Bezpečne pripútaní jedinci reagujú efektívne na emočnú expresiu vyjadrenú vzťahovou figúrou a zároveň dokážu pracovať so svojimi vlastnými emóciami (Kobak & Hazan, 1991). Ďalej sa táto forma príľnutia spája s vybalansovaným emočným repertoárom a otvorenosťou voči emočným skúsenostiam (Consedine, Magai, 2003).

U týchto jedincov je na základe zistení Cassidy (1994) a Malatesta (1990) prežívané a prejavované široké spektrum emócií. Voľne prejavujú aj pozitívne aj negatívne emócie (Brumariu, 2015) a nemajú problém ich komunikovať voľne a presne s ostatnými (Mikulincer, & Shaver, 2019). Rovnaké zistenia v prejavovaní emócií zistili aj (Ávila, Brandão, Teixeira, Coimbra, & Matos, 2015).

5.2. Jedinci s neistou vzťahovou väzbou

Jedinci s neistou väzbovou orientáciou (vysoká vyhýbavosť, vysoká úzkosť), v dôsledku menej efektívnych regulačných stratégií zameraných na negatívne emócie, zažívajú viac negatívnych a menej pozitívnych afektov (Mikulincer, & Shaver, 2016). Zimmermann (1999) tvrdí, že neisté pripútanie smeruje k situačne menej adekvátnemu prejavu emócií.

5.2.1 Vzťahová úzkosť

Sumer a Knight (2001) spájajú vzťahovú úzkosť s výrazným prenosom negatívnych zážitkov z domáceho do pracovného prostredia. Títo jedinci sa predovšetkým prejavujú prehnaným záujmom o emócie a zlou sebareflexiou.

Úzkosť je spájaná s **hyperaktívnymi stratégiami**, ktorých aplikovanie rezultuje v intenzívne vnímanie podnetov hrozby. Následne sú však životné situácie jedincom vyhodnotené ako ohrozujúce, čo aktivuje väzobné správanie a obavy nezávisle na existencii skutočnej hrozby (Mikulincer et al., 2002). Patria sem aj stratégie emočnej

regulácie, ako napríklad hypervigilancia, prehnané negatívne reakcie voči interpersonálnym a emočným hrozbám (Kafetsios et al., 2014).

Vysoké skóre na dimenzii úzkostnosti sa na pracovisku vyznačuje stratégiou emočnej regulácie nazvanou hľadanie podpory (*support seeking*) zameranej na vyhľadanie emocionálnej podpory v organizácii (Richards, Schat, 2011).

Pre vzťahovú úzkosť je ďalej typická ruminácia (intenzívne myslenie) negatívnych myšlienok a pocitov (Mikulincer & Florian, 1998 in Richards & Hackett 2012). Má za účel zvýšiť pozornosť voči ohrozeniu, zintenzívniť distress a zdôrazniť bezmocnosť a citlivosť (Caldwell, Shaver, 2012). Taktiež sú s touto dimenziou spájané ťažkosti s odpútaním sa od stresujúcich skúseností. Richards & Hackett (2012) uvádzajú neschopnosť správne využívať stratégie prehodnotenia alebo potlačenia ako vysvetlenie uvedených tendencií.

So zameriavaním pozornosti na negatívne emócie a myšlienky je pre úzkostných jedincov charakteristická výrazná expresia negatívnych emócií (Winterheld, 2016). Dochádza u nich teda k priamemu prejavu hnevu a ostatných negatívnych emócií (Mikulincer, Shaver & Feeney, 2008).

5.2.2 Vzťahová vyhýbavosť

Vyhýbavosť sa vyznačuje deaktiváciou systému, a teda obmedzovaním emočne nabitých spomienok a myšlienok (Kafetsios et al., 2014). Pri regulácii emócií sa vyhýbaví jedinci pokúšajú o blokovanie či inhibície akéhokoľvek emočného stavu. Týka sa to predovšetkým emócií ako strach, hnev či smútok, pretože práve tieto emocionálne stavy sú spájané s prejavom citlivosti. Využívajú stratégie orientované na redukciu alebo maskovanie verbálneho, ale aj neverbálneho prejavu emócií (Mikulincer & Shaver, 2019).

Vyhýbaví jedinci majú tendenciu potláčať emócie, čo vo výsledku smeruje aj k redukcii interakcií s ostatnými (Richards, Schat, 2011). S touto tendenciou bola v predchádzajúcich výskumoch vo vzťahovej vyhýbavosti zistená inhibícia emočnej expresie (Caldwell & Shaver, 2012; Winterheld, 2016).

Richards & Schat (2011) dodávajú, že dimenzia vyhýbavej vzťahovej väzby umožňuje predpokladať využívanie stratégie emočnej regulácie povrchové hranie (*surface acting*) na pracovisku, slúžiacej na potlačenie prejavovania pociťovaných emócií navonok.

Vyhýbavé pripútanie môže okrem iného brániť jedincovi v všímaní si vlastných emocionálnych reakcií (Mikulincer, & Shaver, 2019).

Miera emočnej expresie v závislosti na dimenziách vzťahovej väzby v pracovnom kontexte je však ešte neprebádanou oblasťou. Na základe vyššie popísaných súvislostí ide podľa nášho názoru o významnú oblasť psychológie práce a organizácie, ktorá si zaslúži pozornosť, nakoľko môže priniesť mnoho poznatkov uľahčujúcich porozumenie k správaniu a prežívaniu zamestnancov naprieč organizáciami.

VÝSKUMNÁ ČASŤ

6 VÝSKUMNÝ PROBLÉM, CIELE A HYPOTÉZY

6.1. Výskumný problém

Teória vzťahovej väzby predstavuje významnú oblasť výskumu v rámci správania a fungovania zamestnancov v pracovnej oblasti. Pre psychológiu práce a organizácie sa táto teória osvedčila napríklad pri zlepšení predikcie či porozumení jednotlivých organizačných výstupov.

Výskumným problémom, ktorým sa táto práca zaoberá, je preskúmanie potenciálnych odlišností v tvárovej expresii emócií v závislosti na dimenziách vzťahovej väzby. Podnety, zvolené za účelom vyvolania emočnej expresie pritom budú pochádzať z organizačného prostredia a budú prezentované pracujúcim dospelým.

Expresia emócií je tesne prepojená s emočnou reguláciou, nakoľko je výsledkom regulačných behaviorálnych stratégií. To znamená, že ich osvojenie sa bude priamo premietat' práve do vonkajšieho prejavu emócií (Stuchlíková, 2010). Na základe výsledkov vykonaných výskumov sa rozdiely vo vnútorných pracovných modeloch značne vzťahujú k rozdielom v efektívite aplikovaných stratégií emočnej regulácie (Štefánková, 2005). Podľa tohto zistenia sme postupovali pri tvorbe hypotéz.

Pri vzťahovej vyhýbavosti bola v predchádzajúcich výskumoch (Richards & Schat 2011; Mikulincer & Shaver, 2016) zistená inhibícia a potlačovanie prejavov emócií. To znamená, že pri stratégiách regulácií emócií vyhýbavých jedincov je charakteristická tendencia blokovat' akýkoľvek emočný stav. Tento druh pripútania je podľa Caldwell a Shavera (2012) a Winterhelda (2016) spojený aj s tlmením alebo maskovaním neverbálnej emočnej expresie. Z dôvodu potenciálneho vedomia diskomfortu z emočných situácií je regulácia pravdepodobne do veľkej miery nevedomá (Schore, 2014). Na základe vyššie popísaných zákonitostí predpokladáme, že ak je regulácia inhibičná, bude tak inhibičný aj prejav emócií. Preto stanovujeme hypotézu: Vyhýbavo pripútaní jedinci majú tendenciu potláčať svoju emočnú expresiu.

Na druhej strane vzťahová úzkosť je spájaná sa hyperaktívnymi stratégiami, ktoré okrem iného rezultujú v maladaptívnu emočnú reguláciu (Mikulincer & Shvaer, 2016).

Títo jedinci teda často reagujú prehnane negatívnymi reakciami voči interpersonálnym a emočným hrozbám (Kafetsios et al., 2014). Charakteristické je aj prílišné zameranie pozornosti voči negatívnym emóciám a myšlienkam, čo následne vedie k výraznej expresii negatívnych emócií (Winterheld, 2016). Práve toto zistenie nás doviedlo k hypotéze: Úzkostne pripútaní jedinci majú tendenciu voľne prejavovať svoju emočnú expresiu.

Výskum expresie emócií vo vzťahu k dimenziám vzťahovej väzby je doposiaľ málo rozvinutou oblasťou preto za hlavný prínos tejto práce považujeme overenie vzťahu medzi intenzitou emočnej expresie a dimenziami vzťahovej väzby v oblasti práce.

6.2. Výskumné ciele

Cieľ viazaný k predvýskumnej časti bol stanovený nasledovne:

1. Overiť či zvolené ukážky predstavujú dostatočné podnety k vyvolaniu stanovených emócií.

Cieľom hlavného výskumu je na súbore pracujúcich dospelých zmapovať potenciálne rozdiely v tvárovej emočnej expresii nadväzujúcej na stimuly v pracovnom prostredí v závislosti na dimenzii vzťahovej väzby respondentov. Na základe uvedeného sme stanovili dva hlavné výskumné ciele:

2. Zistiť súvislosti medzi dimenziami vzťahovej väzby a následnou mierou expresie emócií vyplývajúcej z prezentovaných podnetov u pracujúcich dospelých.
3. Preskúmať možnosti predikcie miery expresie emócií s využitím dimenzií vzťahovej väzby.

6.3. Hypotézy výskumu

V predvýskumnej časti bol stanovený jeden výskumný cieľ, ku ktorému nebola zostavená žiadna hypotéza. V hlavnej výskumnej časti bolo k stanoveným 2 výskumným cieľom sformulovaných 10 hypotéz. Vymedzené ciele a hypotézy budú prezentované vrámci tejto kapitoly.

K naplneniu vymedzeného cieľu číslo 1 v rámci predvýskumu: ***Overiť či zvolené ukážky predstavujú dostatočné podnety k vyvolaniu stanovených emócií*** nebola stanovená žiadna štatistická hypotéza, pretože sme tento cieľ vymedzili ako exploračný.

K výskumnému cieľu číslo 2 z hlavnej výskumnej časti: ***Zistiť súvislosti medzi dimenziami vzťahovej väzby a následnou mierou expresie emócií vyplývajúcej z prezentovaných podnetov u pracujúcich dospelých*** boli stanovené nasledovné hypotézy:

- **H2a:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1.
- **H2b:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2.
- **H2c:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie hnev v ukážke 3.
- **H2d:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 4.

- **H3a:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1.
- **H3b:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2.
- **H3c:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosť a intenzitou expresie emócie hnev v ukážke 3.
- **H3d:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 4.

K výskumnému cieľu číslo 3: ***Preskúmať možnosti predikcie expresie emócií s využitím dimenzií vzťahovej väzby boli*** stanovené nasledovné hypotézy:

- **H4:** Vyššia miera vyhýbavosti znižuje pravdepodobnosť expresie emócie radosť.
- **H5:** Vyššia miera úzkosti zvyšuje pravdepodobnosť expresie emócie hnev.

7 TYP VÝZKUMU A POUŽITÉ METODY

K prevedeniu výskumu bol zvolený **kvantitatívny metodologický design** za použitia dotazníkového šetrenia a počítačového programu Noldus FaceReader. K získaniu dát boli použité 3 rôzne metódy. Z dotazníkových metód bol za účelom stanovenia všeobecnej vzťahovej väzby použitý Dotazník Prožívání blízkých vztahů- zkrácená verze (ECR-R-16). Ďalej na určenie formy vzťahovej väzby v práci bol použitý inventár Experiences in Work Relationships – Individual (EWR-I-15). K zmapovaniu tvárovej emočnej expresie u participantov bol použitý softvérový nástroj Noldus FaceReader určený na objektívnu analýzu výrazu tváre za účelom odhalenia človekom skutočne prežívanej emócie. Jednotlivé metódy budú popísané v ďalšom priebehu tejto kapitoly.

Na začiatku výskumného šetrenia bol každému respondentovi predložený dotazník zameraný na zistenie sociodemografických údajov. Zisťovali sa kategórie ako vek, stupeň ukončeného vzdelania, seniorita (dĺžka pôsobenia v organizácii) respondenta a účastníková doba pôsobenia na aktuálnej pracovnej pozícii. Každý respondent zároveň v tomto dotazníku uvádzal svoj unikátny kód, ktorý pozostával z prvých troch písmen matky za slobodna a posledných troch čísel telefónneho čísla respondenta. Pri spracovaní a analýze dát nám tento kód slúžil k lepšie manipulácii a orientácii v dátach.

7.1. Testové metódy

V rámci tejto kapitoly budú popísane jednotlivé metódy, ktoré boli vo výskume použité.

7.1.1 Dotazník Prežívania blízkých vzťahov (ECR-R-16)

Pôvodná verzia metódy Prežívania blízkých vzťahov (ECR) od autorov Brennanovej, Clarkovej a Shavera vznikla v roku 1998. Ide o jeden z najpopulárnejších nástrojov na meranie vzťahovej väzby v dospelosti, o čom vypovedá aj množstvo štúdií, v ktorých bol použitý (Švecová et al., 2021). Dôvodom úspechu je hlavne schopnosť dotazníka nazerať na prežívanie blízkých vzťahov cez dimenzionálny prístup, ktorý predstavuje radu výhod v porovnaní s typologickým prístupom (Cígler et al., 2019). Dotazníkom sú hodnotené dve vzťahové dimenzie. Jednak je to dimenzia **úzkostnosť** reflektujúca úzkosť

spojenú s odmietnutím či opustením a potom dimenzia **vyhýbavosť**, ktorú definujú nepríjemné pocity voči blízkosti a závislosti na iných (Brennan, Clark, Shaver, 1998 in Hašto et al. 2018).

Dotazník ECR je sebaopisová metóda umožňujúca stanoviť vzťahové správanie u dospelých jedincov. Česká verzia ECR vznikla v roku 2012 (Lečbych, Pospíšilíková, 2012) a skladá sa z 36 položiek venovaných meraniu vzťahovej väzby v dospelosti. Respondenti svoje odpovedi na jednotlivé otázky označujú na sedembodovej Likertovej škále, kde 1 značí „úplne nesúhlasím“ a 7 „úplne súhlasím“. Jednotlivé výroky náležia dvom vzťahovým dimenziám:

- vzťahová úzkosť – napr. položka „Ohľadne svojich vzťahov si robím veľa starostí.“
- vzťahová vyhýbavosť – napr. položka „Je pre mňa ľahké prejavovať náklonnosť svojmu partnerovi/partnerke.“ (Hašto et al., 2018).

Dotazník Prežívania blízkych vzťahov (ECR-R) (Fraleley, Waller, Brennan, 2000) je revidovanou verziou pôvodnej verzie dotazníku (ECR). Položky v revidovanej verzii boli zvolené na základe teórie odpovede na položku (*item response theory*), ale boli vybrané z totožného bloku položiek ako tie pre ECR. Oba dotazníky sú určené k posúdeniu individuálnych rozdielov s ohľadom na vzťahovú úzkosť a vzťahovú vyhýbavosť (Fraleley, 2012).

Za prvý vzorový výskum ECR-R v našom prostredí sa považuje realizovaný Kaščákovou a kolegami (2016) na vzorke 1000 respondentov. Jeho prínosom bolo overenie platnosti českého dotazníka Prožívání blízkých vzťahov (ECR-R-16) v skrátenej verzii obsahujúcej 16 položiek. Výsledky štúdie preukázali dobré psychometrické vlastnosti a ide teda o validný nástroj v rámci nášho kultúrneho kontextu. Voľba výrokov bola uskutočnená na základe štatistických výsledkov tak, aby boli ponechané dôležité oblasti pre obidve škály. Výsledná verzia ECR-R-16 obsahuje 8 výrokov náležiacich vzťahovej úzkosti a 8 výrokov vzťahovej vyhýbavosti, ktoré sú zároveň reverzne formulované. Z dôvodu dôležitosti ponechania všetkých oblastí vyhýbavosti a úzkosti sa neodporúča dotazník skracovať o ďalšie položky, ale používať práve verziu ECR-R-16.

K výslednému skóre jednotlivých škál sa dopracujeme prevedením hodnôt inverzných položiek a následným sčítaním a spriemerovaním jednotlivých subškál. Týmto

spôsobom je získané skóre jednak pre dimenziu úzkostnosti a aj skóre dimenzie vyhýbavosti (Hašto et al., 2018). Tento variant dotazníka bol použitý aj v našom výskumnom šetrení.

7.1.2 Dotazník EWR-I

Dotazník Experiences in Work Relationships Individual (EWR-I) je sebakposudzovacou škálou vytvorenou na meranie sekundárnych stratégií vzťahovej väzby v zamestnaní. Jeho 45 položková verzia s 3 dimenziami bola vydaná Seitlom, Seitlovou a Střelcom v roku 2017. Položky boli formulované za účelom nepriameho merania vzťahu úzkostnosti a vyhýbavosti prostredníctvom ich prejavov v pracovnom správaní. V tejto práci bola použitá 15 položková verzia tvorená dvoma subškálami zodpovedajúcim **interpersonálnej hyperaktivácií** a **interpersonálnej deaktivácií** (Seitl et al., 2022) Hyperaktivačné stratégie predstavujú prejav vzťahovej úzkostnosti a deaktivované stratégie prejav vzťahovej vyhýbavosti. Škály obsahujú položky popisujúce prejavy správania, ktoré sú typické pre zmienené sekundárne stratégie v pracovnom prostredí (Sulejmanov et al., 2020; Střelec, 2019). Ostatné položky popisujú pocity respondenta voči ostatným kolegom bez ich pozorovateľného správania (Střelec, 2019). Jednotlivé výroky sú hodnotené respondentom na sedembodovej škále Likertovho typu, pričom 1 znamená „rozhodne nesúhlasím“ a 7 „rozhodne súhlasím“. Celkovo 8 položiek patrí k subškále hyperaktivácia z toho dve sú reverznými položkami. Zvyšných 7 položiek náleží subškále deaktivácia a obsahuje 1 reverzne formulovanú položku.

K vypočítaniu hrubých skóre je potrebné najprv prevrátiť reverzne skórované položky. Následne sú sčítané odpovede na všetky položky náležiacie k príslušným škálam.

S ohľadom na nevalidné vyplnenie dotazníku ECR-R-16 časťou respondentov výberového súboru sme sa rozhodli nepristúpiť k spracovaniu dát získaných týmto inventárom. V ďalších fázach výskumu sme pracovali s dátami získanými pomocou dotazníka EWR-I-15.

7.1.3 Noldus FaceReader

Noldus FaceReader je program určený na automatickú analýzu tváre a rozpoznanie mimiky. Bol vytvorený na klasifikáciu emocionálnych stavov, ktoré môžeme rozdeliť do šiestich kategórií: šťastný, smutný, nahnevaný, prekvapený, vystrašený a znechutený. Tieto kategórie zodpovedajú primárnym emóciám popísaným Paulom Ekmanom (1970). FaceReader dokáže identifikovať aj neutrálny výraz (Loirejns, Krips, 2021).

Ďalej dokáže rozpoznať polohu hlavy a smerovanie pohľadu. Registruje aj podrobné črty tváre – zatvorené alebo otvorené oči a ústa. Okrem tejto základnej funkcie dokáže FaceReader zaznamenať aj základné údaje participanta ako je jeho vek, pohlavie či etnická príslušnosť.

Softvér dokáže analyzovať mimiku tváre jednak priamo prostredníctvom živého záznamu z webkamery alebo z už existujúceho videozáznamu či fotografie. FaceReader využíva na analýzu automatický systém kódovania, ktorý pramení z Ekmanovho a Friesenovho (2003) Kódovacieho systému mimiky tváre (*angl. FACS*). Sústredí sa teda na zachytávanie akčných jednotiek (*Action Units*), ktoré sú zodpovedné za mimické výrazy.

Pred samotnou analýzou je dôležité vybrať jeden z modelov tváre podľa toho, ktorý z nich najviac zodpovedá práve analyzovanému subjektu. Analýza tváre spočíva v troch základných krokoch. Prvým z nich je **detekcia tváre** prostredníctvom špeciálneho algoritmu. Ďalej prebieha **vytvorenie modelu tváre** pomocou techniky založenej na hlbokých nervových sieťach. Výsledkom je umelo vytvorený model tváre, ktorý popisuje na tvári takmer 500 kľúčových bodov. Tieto body sú spracované a esenciálne k popisu stavu tváre skúmaného subjektu. Finálna **klasifikácia výrazu tváre** je založená na spomínanej umelo vytvorenej nervovej sieti, ktorá umožňuje rozpoznať vzorce vo výraze. Výstupom týchto troch krokov sú základné špeciálne výrazy, orientácia hlavy, nabudenie či valencia (Loirejns, Krips, 2021).

Za hlavný výstup FaceReaderu je považované vyhodnotenie mimiky testovaného subjektu ako behaviorálneho prejavu prežívaných emócií. Každý výraz je hodnotený na škále intenzity od 0 po 1, kde 0 značí neprítomnosť a 1 úplnú prítomnosť výrazu. Okrem intenzity jednotlivých výrazov FaceReader vyhodnocuje aj ich valenciu. Valencia vypovedá o tom, či má emočný stav participanta kladný alebo záporný náboj. Program vyhodnotí aj nabudenie, ktorého hodnota vypovedá o aktivite subjektu, pričom hodnota (+1) predstavuje aktivitu a (0) neaktivitu (Loirejns, Krips, 2021).

Využitie programu FaceReader však so sebou prináša isté riziká. Výraz v tvári môže byť ľuďmi totiž zámerne ovplyvňovaný. Môže byť potláčaný alebo predstieraný, čo môže viesť k nesprávnemu vyhodnoteniu o prežívanej emócií. Feldman-Barrettová (2018 in Sedláčková, 2019) vyjadruje svoj kritický názor k tejto metóde a tvrdí, že výrazy v tvári sú konštruované na základe kultúrnych stereotypov. Podľa nej nemôžeme s istotou tvrdiť, že konkrétna emócia má práve daný výraz na tvári.

8 ZBER DÁT A VÝSKUMNÝ SÚBOR

V tejto kapitole bude prezentovaný základný výskumný design. Úvod kapitoly je venovaný popisu základného a výberového súboru. Ďalej bude popísaný presný priebeh zberu dát a priebeh výskum. Časť z tejto kapitoly bude venovaná aj etickému hľadisku výskumného šetrenia. V závere kapitoly bude stručne načrtnutý postup pri analýze a spracovaní dát.

8.1. Výskumný súbor

Základný výskumný súbor tvoria pracujúci dospelí zamestnaní v rôznych pracovných oblastiach. Výberovým výskumným súborom bolo 60 respondentov s vekovým rozpätím 53 rokov. Výber výskumnej vzorky bol získaný nepravdepodobnostnou metódou a to konkrétne metódou zámerného výberu.

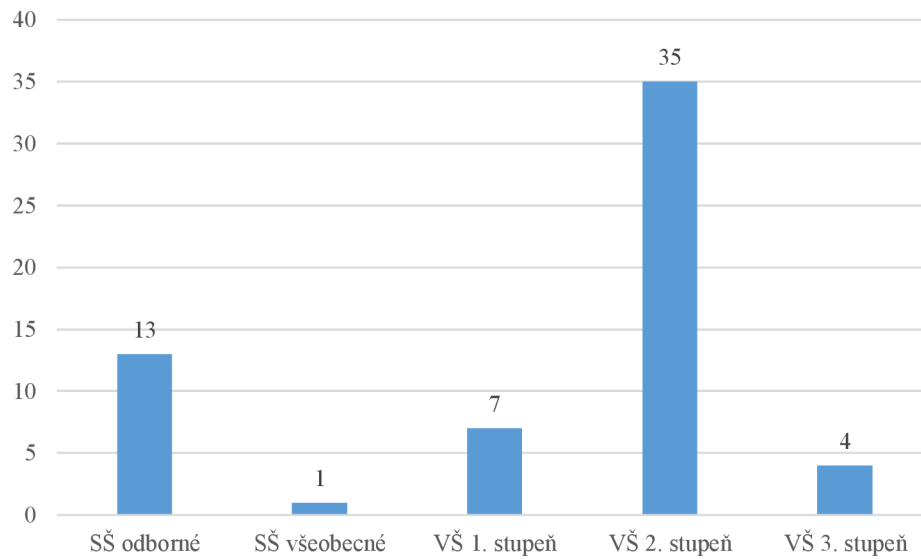
V Tab. 1 sú predstavené deskriptívne charakteristiky skúmaného výberu. Z celkového počtu respondentov bolo 38 ženského rodu a 22 mužského rodu. Priemerný vek respondentov je 43,1 rokov, pričom minimum je 19 rokov a maximum 72 rokov.

Tab. 1: Deskriptívne charakteristiky výskumného súboru

skupina	počet	priemer	smerodajná odchýlka	minimum	maximum
ženy	38	44,66	14,06	23	70
muži	22	40,43	15,18	19	72
celý súbor	60	43,08	14,62	19	72

Z hľadiska dosiahnutého stupňa vzdelania pozostával výskumný súbor prevažne z respondentov s ukončeným 2. stupňom vysokoškolského vzdelania (35). Jednotlivé stupne dosiahnutého vzdelania sú za účelom lepšej prehľadnosti znázornené na Obr. 2.

Obr. 2: Zastúpenie jednotlivých stupňov vzdelania vo výskumnom súbore



Respondenti z výberového súboru sú zamestnaní v rôznych pracovných odvetviach: administratíva, doprava, ekonómia, energetika, gastronómia, geodézia, informačné technológie, marketing, ochrana majetku, podnikanie, právo, stavebníctvo, strojárstvo, školstvo, verejná správa a zdravotníctvo. Zastúpenie v jednotlivých pracovných oblastiach aj hľadiska rodu je presnejšie znázornené v Tab. 2.

Tab. 2: Prehľad pracovných odvetví výberového súboru

Celý súbor	ženy	muži	spolu
administratíva	6	1	7
doprava	1	1	2
ekonómia	3	1	4
energetika	0	1	1
environmentalistika	0	1	1
gastronómia	0	1	1
geodézia	0	1	1
IT	3	3	6
marketing	1	0	1
ochrana majetku	1	1	2
podnikanie	2	3	5
právo	1	0	1
stavebníctvo	1	1	2
strojárstvo	1	2	3
školsťvo	6	1	7
verejná správa	5	2	7
zdravotníctvo	7	2	9

Priemerná dĺžka pôsobenia na aktuálnej pozícii respondentov bola 7,67 rokov (min=0,08; max=40). Z hľadiska otázky seniority (dĺžky pôsobenia v organizácií) bola priemerná doba výskumného súboru 11,84 rokov (min=0,2; max=42).

Hlavnému výskumnému šetreniu ešte predchádzalo predvýskumné šetrenie, ktorého sa zúčastnilo 5 respondentov. Z tohto súboru bol hneď v úvode práce s dátami vyradený jeden respondent, nakoľko jeho dáta boli nevalidné. Tento súbor tvorili 3 respondenti mužského rodu a 1 respondentka ženského rodu. Priemerný vek respondentov predvýskumnej časti bol 48,75 rokov. Ukončené vysokoškolského vzdelanie mala väčšina súboru (3 respondenti), pričom zvyšok dosiahol stredoškolské vzdelanie s maturitou (1 respondent).

8.2. Zber dát a priebeh výskumu

Dáta boli získavané metódou zámerného výberu. Oslovení boli jedinci, ktorí pochádzali z okolia známych autorky a v čase oslovenia boli aktívne zastávajúci pracovnú pozíciu. Zapojení respondenti pochádzali z rôznych pracovných oblastí, ktoré sú presne vymedzené v Tab. 2 v predchádzajúcej podkapitole venujúcej sa popisu výskumného súboru.

Mapovanie emočnej expresie prebiehalo na základe vopred zvolených stimulov, ktoré mali evokovať prežívanie jednotlivých emócií. Týmito podnetmi boli vybrané ukážky zo seriálu *Nový Amsterdam (New Amsterdam)*. Ide o americký dramatický televízny seriál stanice NBC, ktorého premiéra prebehla v roku 2018. Seriál sa odohráva v prostredí nemocnice a zaznamenáva príbeh doktora, ktorý sa stane riaditeľom jednej z najstarších nemocníc v Spojených štátoch amerických a usiluje sa o reformu s cieľom poskytovať pacientom lepšiu starostlivosť (Graham et. al, 2018). Tento seriál bol zvolený práve z dôvodu prezentovaného pracovného kontextu, nakoľko cieľom výskumu je sledovanie odlišnosti expresie emócií u respondentov v organizačnom kontexte.

Vo výskume bola prezentovaná pilotná epizóda seriálu *New Amsterdam*, v ktorej boli vopred stanovené ukážky vyvolávajúce niekoľko základných emócií. Celkovo bolo vybraných 7 ukážok. Konkrétne šlo o dve ukážky, ktoré mali u sledujúceho respondenta vyvolať radosť, tri ukážky vzbudzujúce hnev a dve podnecujúce prekvapenie.

Samotné výskumné šetrenie pozostávalo z časti predvýskum a z časti hlavný výskum. Predvýskumná časť bola zaradená z dôvodu overenia či vybrané pasáže seriálovej epizódy u respondentov skutočne vyvolávajú stanovené emócie.

Zber dát do predvýskumu prebiehal od 13. augusta 2021 do 19. augusta 2021. Predvýskum prebehol formou osobného stretnutia s každým z piatich respondentov. Respondenti boli oslovení online alebo prostredníctvom telefonického kontaktu, kedy im bol vysvetlený priebeh a cieľ výskumu. Po odsúhlasení ich účasti bol dohodnutý termín stretnutia. Stretnutie s respondentmi prebiehalo v pokojnej a tichej miestnosti. Predvýskum spočíval v prehraní zvolenej epizódy seriálu *Nový Amsterdam (New Amsterdam)*. Počas sledovania epizódy seriálu bolo zapnuté nahrávanie záznamu webkamerou notebooku, ktoré zaznamenávalo tvár participanta. Po pozretí epizódy bol s respondentom vykonaný krátky rozhovor za účelom vysvetlenia možných nejasností vzniknutých počas výskumného šetrenia.

Do hlavnej časti výskumu boli dáta zbierané od 1. októbra 2021 do 24. novembra 2021, pričom zber bol realizovaný kombinovanou formou. Do tejto fázy výskumu boli zaradené celkovo 4 ukážky. Jedna ukážka bola vybraná k navodeniu emócie radosť, jedna k emócií hnev a dve ukážky boli zvolené vzbudeniu k emócií prekvapenie. Respondentom bol opäť predstavený účel a priebeh výskumu online formou alebo prostredníctvom telefonického kontaktu.

Dáta od 10 respondentov boli získané na základe osobného stretnutia. S ich súhlasom na účasti bolo dohodnuté osobné stretnutie za účelom vykonania výskumného šetrenia. Na stretnutí bol pred zahájením začiatku výskumu respondentovi predložený informovaný súhlas. Po jeho vyplnení nasledovalo vyplnenie dotazníka zisťujúceho sociodemografické údaje participanta. Následne bol predložený dotazník ECR-R-16. Po vyplnení dotazníkov v uvedenom poradí nasledovalo prehratie epizódy seriálu *Nový Amsterdam (New Amsterdam)*. Počas sledovania videa bola respondentom, rovnako ako v predvýskume, snímaná tvár respondentu webkamerou na notebooku. Po dopozeraní epizódy bolo nahrávanie zastavené a videonahrávka tváre respondenta uložená. Nasledovalo predloženie dotazníka EWR-I-15 respondentovi. Po jeho vyplnení bol respondentovi oznámený koniec výskumného šetrenia a nasledoval krátky rozhovor s respondentom za účelom prediskutovania možných nejasností.

Od zvyšných 50 respondentov boli dáta získané online formou jednak z dôvodu časovej úspory, ale aj kvôli prebiehajúcej pandémie Covid-19. Po súhlase s účasťou bol tejto skupine respondentov zaslaný email obsahujúci podrobný návod s postupom pri výskumnom šetrení. V prílohe emailu boli taktiež priložené dotazníky s označením poradia, v ktorom mali byť vyplnené. V emailoch boli respondenti požiadaní o nahranie videa počas pozerania seriálu. Nahrávka bola následne zaslaná autorke práce. Vyplnené dotazníky spolu s informovaným súhlasom boli naskenované a odoslané späť autorke. Po celú dobu priebehu šetrenia mali účastníci v prípade potreby možnosť kontaktovať autorku tejto práce.

8.3. Etické hľadisko a ochrana súkromia

Pred začatím spolupráce bol každý oslovený respondent oboznámený s informáciami o cieľoch a priebehu výskumného šetrenia.

Každý respondent pred začiatkom výskumu podpísal Informovaný súhlas s poskytnutím údajov pre výskumné účely. Tento dokument obsahoval informáciu o dobrovoľnej účasti a anonymite všetkých poskytnutých údajov a získaných dát. Anonymita bola zaistená vytvorením vlastného unikátneho kódu každým respondentom. Postup k vytvoreniu kódu bol popísaný v kapitole 7. Ďalej bol participant oboznámený s možnosťou kedykoľvek z výskumu odstúpiť a ukončiť jeho účasť. V informovanom súhlase boli taktiež predstavení členovia výskumného tímu, ktorí mali prístup k získaným dátam. S údajmi bolo nakladané v súlade so zákonnými a etickými normami.

8.4. Analýza a vyhodnotenie dát

Zozbierané dáta z vyplnených dotazníkov boli prepísané do vopred pripravených matíc vo forme dátových tabuliek v programe Microsoft Excel 2016. Nahrané video záznamy boli vložené do počítačového softvéru Noldus Facereader. Po podrobení analýzy boli vyexportované do dátových tabuliek v Microsoft Excel 2016 a v tomto programe boli ďalej spracovávané. Vyhodnotenie dát prebiehalo z predvýskumu v programe Statistica 13.4. Zo štatistických metód bol využitý T-test pre dva závislé výbery. Dáta patriace k hlavnej časti výskumu boli spracované v programe Statistica 13.4 a programe SPSS. K štatistickému vyhodnoteniu dát bol zvolený Spearmanov korelačný koeficient a binomiálna logistická regresia.

9 PRÁCA S DÁTAMI A JEJ VÝSLEDKY

V tejto kapitole budú predstavené výsledky štatistickej analýzy dát. Na úvod budú popísané výsledky deskriptívnej štatistiky vzťahujúcej sa k nášmu výskumnému súboru. Ďalším krokom bude overenie normálneho rozloženia dát za účelom zistiť, či pri analýze môžu byť aplikované parametrické štatistické metódy. Ďalej budú prezentované výsledky a overenie vymedzených hypotéz z predvýskumnej časti a tiež hypotéz z hlavného výskumu a ich následný popis platnosti z hľadiska inferenčnej štatistiky.

9.1. Deskriptívne charakteristiky výskumného súboru

Jedným zo skúmaných fenoménov v tejto práci je vzťahová väzba v pracovnom prostredí. Na jej meranie sme využili dotazník EWR-I-15. Dáta získané od respondentov vo výskume vyplývajúce z inventára EWR-I-15 sú zhrnuté v Tab. 3. Pri pohľade do Tab. 3 je priemerná hodnota šubškály interpersonálnej hyperaktívacie výskumného súboru (4,68) v porovnaní s normou vyššia. To isté platí aj pre hodnotu šubškály interpersonálnej deaktívacie (3,51).

Tab. 3: Deskriptívne charakteristiky dotazníku EWR-I (N=60)

Subškála	N	Priemer	SD	Priemer norma	SD norma
Interpersonálna hyperaktívacia	60	4,68	0,88	4,21	0,98
Interpersonálna deaktívacia	60	3,51	0,82	3,16	0,92

Pozn.: N = počet respondentov; SD = smerodajná odchýlka

Vo výskumnom šetrení bol v rámci zmapovania celkovej vzťahovej väzby jednotlivých účastníkov použitý aj dotazník ECR-R-16. Dosiahnuté hodnoty nášho výskumného súboru sú prezentované v Tab. 4. Uvedené hodnoty sú vypočítané len pre 54 respondentov z celkových 60, nakoľko 6 účastníkov vyplnilo inventár ECR-R-16 nevalidným

spôsobom. V rámci výskumného celého súboru môžeme pozorovať nižší priemer vzťahovej úzkostnosti (2,17) ako aj priemer vzťahovej vyhábanosti (2,27) v porovnaní s normou.

Tab. 4: Deskriptívne charakteristiky dotazníku ECR-R-16 (N=54)

Subškála	N	Priemer	SD	Priemer norma	SD norma
Vzťahová úzkostnosť	54	2,17	0,97	2,41	1,21
Vzťahová vyhábanosť	54	2,27	0,91	2,98	1,50

Pozn.: N = počet respondentov; SD = smerodajná odchýlka

Pred samotným začiatkom vyhodnocovania platnosti vymedzených hypotéz hlavnej časti boli uskutočnené výpočty hodnôt vnútornej konzistencie jednotlivých škál pri našej výskumnej vzorke. Na výpočet sme využili Cronbachov α koeficient, ktorý bol vypočítaný pre jednotlivé subškály naprieč všetkými použitými dotazníkovými metódami.

V Tab. 5 sú prezentované hodnoty nami vyhodnotených Cronbachovych koeficientov α spolu s porovnaním hodnôt od pôvodných autorov alebo prekladateľov použitých metód.

Tab. 5: Výsledky vnútornej konzistencie škál podľa Cronbachovho koeficientu α

Metóda	Škály	α	α^*
EWR-I	Hyperaktivácia	0,71	0,79
	Deaktivácia	0,67	0,78
ECR-R 16	Úzkostnosť	0,76	0,84
	Vyhábanosť	0,85	0,90

Pozn.: α^* = hodnota vnútornej konzistencie metód podľa autorov alebo prekladateľov

9.2. Výsledky overenia platnosti štatistických hypotéz

V tejto podkapitole budú uvedené výsledky vzťahujúce sa k hypotézam ako z predvýskumnej, tak aj z hlavnej časti výskumu.

9.2.1 Výsledky predvýskumnej časti

K predvýskumnej časti sme nesformulovali žiadne hypotézy. Rozhodli sme sa tak na základe toho, že výskumný cieľ viazaný k tejto časti bol stanovený ako exploračný.

Na základe splnenej podmienky vyplývajúcej z histogramu normálneho rozloženia dát bol k testovaniu zvolený párový T-test. Daná hypotéza bola testovaná na hladine významnosti $\alpha=0,05$.

Zvolenou štatistickou metódou bola získaná p-hodnota $<0,001$ naprieč jednotlivými ukázkami u takmer všetkých respondentov. U participanta 5 bola pri ukážke 5 bol vyhodnotený štatisticky nevýznamný výsledok ($p=0,2$), čo znamená, že efekt ukážky bol u neho neočakávaný a teda nevyvolal u neho stanovenú emóciu. T-test nebol vyhodnotený u participanta 3 pri ukážke 6, nakoľko boli jeho dáta nevalidné. Prehľad jednotlivých p-hodnôt a hodnôt štatistiky T sú presne uvedené v Tab. 6.

Tab. 6: Prehľad výsledkov párového T- testu na predvýskumnej vzorke

	Skúmaná emócia	Participant 1		Participant 3		Participant 4		Participant 5	
		t	p	t	p	t	p	t	p
Ukážka 1	radosť	-131,12	<0,001	-16,08	<0,001	-17,18	<0,001	-11,67	<0,001
Ukážka 2	hnev	-15,50	<0,001	-57,58	<0,001	15,86	<0,001	17,56	<0,001
Ukážka 3	prekvapenie	4,50	<0,001	20,01	<0,001	70,18	<0,001	-10,52	<0,001
Ukážka 4	hnev	-3,77	<0,001	27,42	<0,001	12,78	<0,001	12,81	<0,001
Ukážka 5	hnev	-24,75	<0,001	-7,94	<0,001	15,68	<0,001	-1,27	0,2
Ukážka 6	radosť	31,26	<0,001	x	x	-33,80	<0,001	-7,27	<0,001
Ukážka 7	prekvapenie	-12,33	<0,001	20,51	<0,001	62,44	<0,001	-6,57	<0,001

Výsledok teda môže byť interpretovaný tak, že miera prejavenej emócií naprieč jednotlivými ukázkami s podnecujúcim obsahom je teda štatisticky významne vyššia ako u ukážok bez podnecujúceho materiálu.

Na základe tohto zistenia sme dospeli k záveru, že nami vybrané ukážky mali u participantov očakávaný efekt. Napriek dosiahnutiu očakávaného efektu vo všetkých ukázkach sme sa do hlavnej časti výskumu rozhodli zaradiť iba 4 ukážky.

9.2.2 Výsledky hlavnej výskumnej časti

Keďže sa táto práca zaoberá vzťahom dimenzií vzťahovej väzby a tvárovej expresie emócií boli vykonané výpočty, ktoré nám poskytli bližšie porozumenie týmto vzťahom. Stanovené hypotézy boli overené na hladine významnosti $\alpha=0,05$.

Na úvod bola overená normálna distribúcia dát na základe histogramu. Podmienka normality nebola u dát z tejto časti výskumu splnená, na základe čoho boli použité neparametrické štatistické metódy. Konkrétne bol zvolený test Spearmanovho korelačného koeficientu. V Tab. 7 predstavujeme korelačnú maticu pre celý súbor dát, kde je možné vidieť jednotlivé hodnoty korelačných koeficientov.

- **H2a:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1.

Medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1 sme pozorovali slabý, ale signifikantný vzťah v zápornom smere, $r_s = -0,26$; $p = 0,05$.

Hypotézu H2a prijímame.

- **H2b:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2.

Medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2 sme pozorovali slabý, ale signifikantný vzťah v zápornom smere, $r_s = -0,28$; $p = 0,03$.

Hypotézu H2b prijímame.

- **H2c:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie hnev v ukážke 3.

Medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou emočnej expresie emócie hnev v ukážke 3 neexistuje signifikantná súvislosť, $r_s = 0,01$; $p = 0,93$.

Hypotézu H2c zamietame.

- **H2d:** Existuje negatívna súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 4.

Medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou emočnej expresie emócie prekvapenie v ukážke 4 neexistuje signifikantná súvislosť, $r_s = 0,01$ $p = 0,93$.

Hypotézu H2d zamietame.

- **H3a:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1.

Medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1 sme pozorovali nesignifikantný vzťah, $r_s = 0,02$; $p = 0,86$.

Hypotézu H3a zamietame.

- **H3b:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2.

Medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2 nebol nájdený signifikantný vzťah, $r_s = -0,21$; $p = 0,11$

Hypotézu H3b zamietame.

- **H3c:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie hnev v ukážke 3.

Medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie hnev v ukážke 3 pozorujeme stredne silný signifikantný vzťah v zápornom smere, $r_s = -0,30$; $p = 0,02$.

Hypotézu H3c zamietame.

- **H3d:** Existuje pozitívna súvislosť medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 4.

Medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 4 pozorujeme slabý, ale signifikantný vzťah v zápornom smere, $r_s = -0,29$; $p = 0,03$.

Hypotézu H3d zamietame.

Tab. 7: Korelácie celkového súboru dát

	EWR-I_HYP	EWR-I_DEA	Ukážka 1	Ukážka 2	Ukážka 3	Ukážka 4
EWR-I_HYP	1	-0,14	0,02	-0,21	-0,30*	0,29*
EWR-I_DEA	-0,14	1	-0,26*	-0,28*	0,01	0,01
Ukážka 1	0,02	-0,26*	1	0,27*	-0,11	0,11
Ukážka 2	-0,21	-0,28*	0,27*	1	0,03	0,32*
Ukážka 3	-0,30*	0,01	-0,11	0,03	1	0,40**
Ukážka 4	-0,29*	0,01	0,11	0,32*	0,40**	1

Pozn.: *korelácia je významná na 5 % hladine štatistickej významnosti ($p < 0,05$);

**korelácia je významná na 1 % hladine štatistickej významnosti ($p < 0,01$)

Na základe zaznamenaných korelačných vzťahov medzi dimenziami vzťahovej väzby a intenzitou expresie emócií sme sa rozhodli z každej dimenzie overiť jednu signifikantnú koreláciu prostredníctvom binomiálnej logistickej regresie. V skúmanom súbore bola nájdená štatisticky významná negatívna korelácia medzi vzťahovou vyhýbavosťou a expresiou emócie radosť v ukážke 1. Rovnako bola nájdená štatisticky významná korelácia medzi vzťahovou úzkosťou a expresiou emócie hnev v ukážke 3. Na základe týchto zistení boli stanovené nasledovné hypotézy k overeniu možnosti predikčného vzťahu:

- **H4:** Vyššia miera vyhýbavosti znižuje pravdepodobnosť expresie emócie radosť.

Binomiálna logistická regresia bola prevedená za účelom preskúmania efektov veku, pohlavia, dimenzie úzkosti a dimenzie vyhýbavosti na intenzitu expresie emócie radosť. Overenie linearity bolo prevedené prostredníctvom Box-Tidwellovho (1962) testu. Jeho výsledky ukázali, že podmienka linearity bola splnená. Model logistickej regresie bol štatisticky významný $\chi^2(4)=9,70$; $p=0,05$. Model vysvetľuje 20,7% (Nagelkerke R²) rozptylu v intenzite expresie emócie radosť a správne definuje 69,5% prípadov. Citlivosť bola 83,3% a špecifickosť 45,5%, pozitívne predpokladaná hodnota bola 42,53% a negatívne predpokladaná hodnota bola 22,13%. Z piatich prediktorov bol štatisticky významný iba jeden a to dimenzia vyhýbavosti. Rastúca miera vyhýbavosti bola asociovaná s úbytkom intenzity expresie emócie radosť. Jedinci skórujúci na subškále deaktivácia dotazníku EWR-I mali 2,85-krát väčšiu šancu k potlačeniu expresie radosti v danej ukážke ako jedinci neskórujúci na tejto dimenzii. Vplyv jednotlivých nezávislých premenných z modelu na závislú premennú popisujeme v Tab. 8.

Hypotézu H4 prijímame.

Tab. 8: Predikcia pravdepodobnosti expresie emócie radosť na základe pohlavia, veku, dimenzie vyhýbavosti a dimenzie úzkostnosti pomocou logistickej regresie

	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)	95% I.S. pre	
							EXP(B)	
							Horná hranica	Dolná hranica
Pohlavie	-0,84	0,62	1,83	1,00	0,18	0,43	0,13	1,46
Vek	0,00	0,02	0,00	1,00	0,95	1,00	0,96	1,05
Hyperaktiváci– priemer	0,00	0,36	0,00	1,00	0,99	1,00	0,49	2,04
Deaktivácia – priemer	-1,05	0,44	5,59	1,00	0,02	0,35	0,15	0,84
Konštanta	4,61	2,43	3,59	1,00	0,06	100,20		

- **H5:** Vyššia miera úzkostnosti zvyšuje pravdepodobnosť expresie emócie hnev.

Binomiálna logistická regresia bola prevedená za účelom preskúmania efektov veku, pohlavia, dimenzie úzkostnosti a dimenzie vyhýbavosti na intenzitu expresie emócie hnev. Overenie linearity bolo prevedené prostredníctvom Box-Tidwellovho (1962) testu. Jeho výsledky ukázali, že podmienka linearity bola splnená. Model logistickej regresie bol štatisticky významný $\chi^2(4)=11,05$; $p=0,03$. Model vysvetľuje 26,6% (Nagelkerke R^2) rozptylu v intenzite expresie emócie hnev a správne definuje 81,7% prípadov. Citlivosť bola 33,3% a špecifickosť 93,8%. Pozitívne predpokladaná hodnota bola 34,29% a negatívne predpokladaná hodnota bola 50,94%. Z piatich prediktorov bol štatisticky významný iba jeden a to dimenzia úzkostnosti. Rastúca miera úzkostnosti bola asociovaná s úbytkom intenzity expresie emócie hnev. Jedinci skórujúci na subškále hyperaktivácia dotazníku EWR-I mali 2,95-krát väčšiu šancu k potlačeniu expresie hnevu v danej ukážke ako jedinci neskórujúci na tejto dimenzii. Vplyv jednotlivých nezávislých premenných z modelu na závislú premennú popisujeme v Tab. 9.

Hypotézu H5 zamietame.

Tab. 9: Predikcia pravdepodobnosti expresie emócie radosť na genderu, veku, dimenzie vyhýbavosti a dimenzie úzkostnosti pomocou logistickej regresie

	B	S.E.	Wald	df	Sig.	Exp(B)	95% I.S. pre	
							EXP(B)	
							Dolná hranica	Horná hranica
Pohlavie	1,33	0,75	3,13	1,00	0,08	3,78	0,87	16,52
Vek	0,03	0,03	1,19	1,00	0,28	1,03	0,97	1,09
Hyperaktivácia – priemer	-1,08	0,52	4,32	1,00	0,04	0,34	0,12	0,94
Deaktivácia – priemer	-0,19	0,49	0,16	1,00	0,69	0,82	0,31	2,15
Konštanta	2,13	2,88	0,55	1,00	0,46	8,45		

10 VYJADRENIE SA K VÝSKUMNÝM OTÁZKAM A K PLATNOSTI HYPOTÉZ

V našom výskumne sme si stanovili 3 výskumné ciele, ku ktorým sme si vymedzili celkovo 10 hypotéz. V tejto kapitole predstavíme zhrnutie predchádzajúcej kapitoly zaoberajúcej sa výsledkami predvýskumnej a aj hlavnej výskumnej časti.

V časti predvýskum sme si nestanovili **žiadnu hypotézu**, nakoľko bol tento cieľ definovaný ako exploračný.

Zistili sme, že nami zvolené ukážky boli dostatočne podnetné k vyvolaniu stanovených emócií.

K výskumnému cieľu číslo 1 sme stanovili 8 hypotéz.

Hypotézu **H2a**, predpokladajúcu negatívnu súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1, **prijímame**, nakoľko sa preukázala signifikantná slabá negatívna korelácia.

Hypotézu **H2b**, predpokladajúcu negatívnu súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2, **prijímame**, nakoľko sa preukázala signifikantná slabá negatívna korelácia.

Hypotézu **H2c**, predpokladajúcu negatívnu súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie hnev v ukážke 3, **zamietame**, nakoľko sa štatisticky významná súvislosť nepreukázala.

Hypotézu **H2d**, predpokladajúcu negatívnu súvislosť medzi dimenziou vyhýbavosť a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 4, **zamietame**, nakoľko sa štatisticky významná súvislosť nepreukázala.

Hypotézu **H3a**, predpokladajúcu pozitívnu súvislosť medzi dimenziou úzkosťnosť a intenzitou expresie emócie radosť v ukážke 1, **zamietame**, nakoľko sa štatisticky významná súvislosť nepreukázala.

Hypotézu **H3b**, predpokladajúcu pozitívnu súvislosť medzi dimenziou úzkostnosť a intenzitou emócie expresie prekvapenie v ukážke 2, **zamietame**, nakoľko sa štatisticky významná súvislosť nepreukázala.

Hypotézu **H3c**, predpokladajúcu pozitívnu súvislosť medzi dimenziou úzkostnosť a intenzitou emócie expresie hnev v ukážke 3, **zamietame**, nakoľko sa preukázala stredne silná korelácia v zápornom smere.

Hypotézu **H3d**, predpokladajúcu pozitívnu súvislosť medzi dimenziou úzkostnosť a intenzitou emócie expresie prekvapenie v ukážke 4, **zamietame**, nakoľko sa preukázala slabá korelácia v zápornom smere.

K výskumnému cieľu číslo 3 sme stanovili 2 hypotézy.

Hypotézu **H4**, predpokladajúcu nižšiu pravdepodobnosť expresie emócie radosť pri vyššej miere vyhýbavosti, **prijímame**, nakoľko model identifikoval, že s rastúcou mierou vyhýbavosti klesá miera expresie emócie radosť.

Hypotézu **H5**, predpokladajúcu vyššiu pravdepodobnosť expresie emócie hnev pri vyššej miere úzkostnosti, **zamietame**, nakoľko model identifikoval, že s rastúcou mierou úzkostnosti klesá miera expresie emócie hnev.

11 DISKUSIA

Táto bakalárska práca sa zaoberá možnými vzťahmi medzi dimenziami vzťahovej väzby a emočnou expresiou v rámci organizačného kontextu. Naš výskum pozostával z predvýskumnej časti a z hlavnej výskumnej časti. Na základe výskumného problému sme si v predvýskumnej časti stanovili cieľ overiť, či nami zvolené ukážky vyvolávali u respondentov stanovené emócie. V hlavnej výskumnej časti sa prvý cieľ zaoberá súvislosťami medzi dimenziami vzťahovej väzby a následnou mierou expresie emócií vyplývajúcej z prezentovaných podnetov u pracujúcich dospelých. Za účelom overenia nájdených korelačných vzťahov sme si stanovili ďalší výskumný cieľ, a síce preskúmať možnosti predikcie expresie emócií s využitím dimenzií vzťahovej väzby. Našu snahu považujeme za vydarenú, nakoľko sa nám podarilo priblížiť stanovené výskumné hypotézy vychádzajúce z výskumných cieľov.

Výskumný súbor predvýskumnej časti zahŕňal 5 respondentov z toho dvaja boli ženského rodu a traja mužského rodu. Jeden respondent bol však hneď v úvode z dôvodu nevalidných dát z predvýskumného súboru vylúčený. Výskumný súbor hlavnej časti pozostával z 60 pracujúcich dospelých, ktorí sú zamestnaní v rôznych pracovných odvetviach, nakoľko cieľom výskumu bolo zmapovanie celej populácie pracujúcich dospelých. Z hľadiska charakteristiky výskumného súboru, tak v zastúpení z hľadiska rodu prevažovali ženy (38) nad mužmi (22). Za výhodu nášho výberového výskumného súboru označujeme predovšetkým fakt, že sa jedná o pracujúcich dospelých a teda výskum bol prevedený na reálnej pracovnej populácii. Prvým limitom výberového súboru je jeho samotný rozsah už pri predvýskumnej časti. Cieľom analýzy dát na predvýskumnej vzorke bolo overiť, či sú nami vybrané pasáže seriálu dostatočne intenzívnym podnetom k vyvolaniu vybranej emócie. K splneniu cieľa predvýskumnej časti bol zo štatistických metód zvolený párový T-test. Naš cieľ sme na základe výsledkov T-testu považovali za splnený. Presný prehľad p-hodnôt a hodnôt testovej štatistiky je prezentovaný v podkapitole 9.2. Napriek výsledkom z predvýskumu sme sa po opätovnom prehodnotení vyzývacej povahy ukážok rozhodli do hlavnej časti zaradiť 4 podnecujúce ukážky. Celá predvýskumná časť bola vykonaná prostredníctvom osobného kontaktu s respondentmi, vďaka čomu bola zabezpečená rovnako dobrá kvalita získaného materiálu. Výsledky predvýskumu nám síce ukazovali signifikantné hodnoty, ale výsledky hlavnej časti výskumu vykazovali menej

korelačných vzťahov, ako sme očakávali. Na základe tohto zistenia usudzujeme, že by bolo pri prípadnej replikácii výskumu v budúcnosti vhodné vykonať predvýskumné šetrenie na väčšej výskumnej vzorke. Limit veľkosti výberovej vzorky sa týka taktiež hlavnej časti výskumu, nakoľko dosahoval spodnú hranicu stanoveného rozsahu.

Pre získanie dát bola zvolená kombinovaná forma zberu dát – online aj osobná forma. Väčšina dát bola získaná online spôsobom, a to z dôvodu časovej úspornosti, ale aj kvôli prebiehajúcej pandémie Covid-19. Výhoda online formy zberu dát pre účastníkov bola možnosť venovať sa výskumu podľa vlastných časových preferencií. Nevýhodou bola občasná horšia kvalita zaslaného materiálu. Menšia časť potrebných dát bola zadovážená prostredníctvom osobného kontaktu s respondentmi. Jej hlavnou výhodou bola väčšia kontrola kvality získavaných dát. Naopak za nevýhodu by sa dal označiť časový aspekt.

Za možný limit hlavnej časti výskumu možno označiť časovú náročnosť samotného výskumného šetrenia, nakoľko celková doba trvania výskumu bola zhruba približne 50 až 60 minút. Bola teda namáhavá na koncentráciu participantov, ktorí sa pri vyplňaní jednotlivých dotazníkov a v priebehu sledovania seriálu mohli unaviť. To mohlo viesť ku klesnutiu pozornosti, v čoho dôsledku nemuseli dostatočne vnímať a reagovať na nami vybrané pasáže seriálu.

V našom výskume boli použité 2 dotazníkové metódy založené na sebaopisovacej metóde.

Prvou z použitých metód bola skrátená verzia českej škály Experiences in Close Relationships (ECR-CZ-16) zameraná na meranie dimenzií vzťahovej väzby v dospelosti. Táto forma bola vytvorená Kaščákovou a kolegami (2016). Obsahuje položky orientované predovšetkým na intímne pocity či skúsenosti a menej na behaviorálne prejavy. Z tohto dôvodu môže byť tento inventár pre radu zamestnancov príliš osobný. Pri vyhodnocovaní tejto metódy sme však narazili na problém, a síce 6 respondentov nevyplnilo dotazník validným spôsobom. Z tohto dôvodu bola práca s inventárom ECR-R-CZ-16 v ďalšom priebehu spracovania a analýza dát obmedzená. Za možnú príčinu nevalidného vyplnenia tohto dotazníka označujeme práve intímne orientované položky. Pre radu účastníkov mohlo byť odpovedanie na tieto položky nekomfortné, čo viedlo k jeho neplatnému vyplneniu.

Druhým využitým nástrojom bol dotazník EWR-I-15, ktorý zisťuje formu vzťahovej väzby v zamestnaní. Vo výskume bola použitá 15 položková verzia merajúca vzťahové dimenzie. K vzťahovej úzkostnosti patrí škála hyperaktivácia a k vyhýbavosti škála

deaktivácia. (Seitl et al., 2022). Jej použite považujeme za prínosné, nakoľko bola vytvorená k nepriamemu meraniu dimenzií vzťahovej väzby prostredníctvom ich prejavov v pracovnom správaní. Na druhej strane však mala táto metóda v našom výskumnom súbore nízku hodnotu Cronbachovho koeficientu, čoho následkom môže byť čiastočná nepresnosť našich výsledkov.

Z dôvodu nevalidného vyplnenia dotazníka ECR-R-16 niekoľkými respondentmi sme sa rozhodli neprístupit' k spracovaniu dát z tohto inventáru a pracovali sme s dátami získanými prostredníctvom EWR-I-15.

Vo výskume bol zároveň využitý počítačový softvér Noldus FaceReader, ktorý objektívnym spôsobom analyzuje výraz tváre s cieľom identifikovať skutočne prežívanú emóciu (Loirejns, Krips, 2021). Keďže sa za hlavný problém rozpoznania efektu emócií na organizačné výstupy považuje práve ich meranie, aplikáciu FaceReaderu vo výskume označujeme za pokrokovú. Ide inovatívnu cestu ako môžeme spoľahlivým spôsobom môžeme identifikovať emócie skúmanej osoby. Feldman-Barrettová (2018 in Sedláčková, 2019) však upozorňuje že sa v skutočnosti nejde o meranie emócií, pretože FaceReader meria expresiu emócií v tvári. Existuje však rozdiel medzi tým, čo tvár prejavuje a skutočným prežitkom. Z tohto dôvodu môžu byť nami získané výsledky parciálne nepresné.

Potenciálnym nedostatkom môže byť aj použitie sebaopisných inventárov, ktoré disponujú hlavnou nevýhodou, a to snahou prezentovať sa v lepšom svetle či rôznymi odpoveďovými tendenciami (Bačíková et al., 2019).

Aj keď boli účastníci výskumu vopred informovaní, že spracovanie dát bude anonymné, tak pri samotnom vyplňaní jednotlivých inventárov mohli obavy z odhalenia anonymity obmedziť ich pravdivé vyplnenie, nakoľko respondenti pochádzali či už bližšieho alebo vzdialenejšieho okolia autorky. Napriek súhlasu s účasťou na výskume sa ďalej mohli niektorí z účastníkov cítiť v ďalšej časti výskumu nepríjemne pri vedomí, že je ich tvár snímaná kamerou. Práve takéto myšlienky im mohli brániť v plnej koncentrácii sa na prezentovaný dej.

Za účelom splnenia nášho stanoveného výskumného cieľa – preskúmať súvislosti medzi dimenziami vzťahovej väzby a emočnou expresiou – boli vytvorené dve základné hypotézy. Na základe výskumov (Mikulincer & Shaver, 2016) sme očakávali, že jedinci s úzkostnou vzťahovou väzbou a jedinci s vyhýbavou vzťahovou väzbou budú odlišní

v prejavoch emočnej expresie. Hypotézy vzťahujúce sa k obojdim dimenziám sme si rozdelili do čiastkových hypotéz podľa jednotlivých emócií (radosť, hnev, prekvapenie), pre ktoré sme mali zvolené ukážky v epizóde seriálu *Nový Amsterdam (New Amsterdam)* a zisťovali korelácie pre každú ukážku zvlášť. Po testovaní normality rozloženia našich dát sme sa z dôvodu nesplnenia tejto podmienky rozhodli vydať cestou neparametrických štatistických metód. Pre výpočet sme zvolili Spearmanov korelačný koeficient.

Prvá z hypotéz sa zaoberala vzťahovou vyhýbavosťou ako jednou z dimenzií vzťahovej väzby. Vzťahová vyhýbavosť sa vymedzuje jedincovou nedôverou voči záujmom a intenciam ostatných. To následne rezultuje v preferovanie samostatnosti, emočného odstupu a celkovým emočným neangažovaním sa (Mikulincer & Shaver, 2016). V súvislosti s vyhýbavým pripútaním hovoria mnohí autori o inhibícií a potlačovaní prejavov emócií (Caldwell & Shaver, 2012; Richards & Schat, 2011; Winterheld, 2016). Na základe týchto tvrdení sme predpokladali, že vyhýbaví jedinci budú potláčať svoju emočnú expresiu. Hypotézu H2a sme potvrdili, nakoľko bol nájdený signifikantný výsledok slabej negatívnej korelácie. Rovnako bol nájdený štatisticky významný vzťah v negatívnom smere medzi vzťahovou vyhýbavosťou a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2, ktorý nás dovedol k prijatiu aj tejto hypotézy. Tieto výsledky teda môžeme interpretovať tak, že vzťahová vyhýbavosť súvisí s potlačením prejavu emočnej expresie emócie radosť. To znamená, že vyhýbavo pripútaní jedinci inklinujú k menšej intenzite prejavu tejto emócie.

Rovnako bol nájdený štatisticky významný vzťah v negatívnom smere medzi vzťahovou vyhýbavosťou a intenzitou expresie emócie prekvapenie v ukážke 2, ktorý nás dovedol k prijatiu aj tejto hypotézy. V ukážke 4 zameranej na prekvapenie však nebol potvrdený štatisticky významný vzťah a táto hypotéza bola zamietnutá. Z hľadiska emócie prekvapenie boli výsledky nejednoznačné, pretože v jednej ukážke venovanej tejto emócií došlo k inhibícií emočnej expresie, ale v druhej ukážke nebol medzi premennými nájdený štatisticky významný vzťah. Tento jav si vysvetlíjeme rôznou vyzývavou charakteristikou ukážok, nakoľko ukážka 4 sa týka prekvapivého návratu lekárky späť do zamestnania, napriek predchádzajúcim nezhodám so svojím šéfom. Prichádza mu oznámiť, že v nemocnici ostáva a že sa koniec-koncov vrátila práve kvôli zmenám, ktoré zaviedol. Tie mali za následok vyššie nabudenie a pracovnú motiváciu ostatných lekárov, ktorá v nemocnici pred príchodom nového šéfa chýbala. U vyhýbavých jedincov táto ukážka však k expresii emócie prekvapenie nemusela viesť práve kvôli ich zníženej emočnej

angažovanosti a celkovému blokovaniu emócií či myšlienok, ktoré by mohli znamenať blízkosť či sympatie voči ostatným (Mikulincer & Shaver, 2016).

Signifikantný vzťah však nebol nájdený medzi dimenziou vyhýbavosť a emóciou hnev. Jedná sa o zanedbateľnú negatívnu súvislosť, ktorá nedosahuje štatistickej významnosti. Zistenie, že neexistuje štatisticky významná negatívna súvislosť medzi expresiou hnevu a vzťahovou vyhýbavosťou, je však v rozpore s predchádzajúcimi výskumnými zisteniami (Richards & Schat, 2011; Winterheld, 2016). Ako možné vysvetlenie nenájdenia signifikantného vzťahu medzi vyhýbavosťou a hnevom práve v tejto ukážke vidíme nedostatočne silnú vzbudzujúcu povahu ukážky. Vyhýbaví jedinci sú, okrem inhibície emócií, typickí pre svoju nízku senzitivitu nízku emotivitu či ignorovanie emócií, Následkom tohto javu je aj zhoršená schopnosť rozpoznať podstatné emócie v medziľudskej komunikácii (Mikulincer & Shaver, 2019). Možno práve preto u nich nebola táto ukážka dostatočne podnecujúca k tomu, aby došlo k priamej inhibícii emócie hnev, ale došlo len k jej prostému nevyjadreniu. Za možným vysvetlením tohto výsledku môže stáť malý rozsah nášho súboru a preto predpokladáme, že vzťah by sa mohol prejavovať pri väčšom počte respondentov. Z tohto dôvodu vidíme priestor pre ďalšie skúmanie.

V druhej hypotéze sme sa zameriavali na vzťahovú úzkosnosť, ktorá je druhou dimenziou vzťahovej väzby. Vymedzuje sa strachom z odmietnutia druhými a obavou o nedostupnosť blízkej osoby v prípadoch núdze (Mikulincer & Shaver, 2016). Aj pri úzkosnosti sme skúmali jej súvislosť s intenzitou expresie naprieč jednotlivými emóciami z ukážok (radosť, hnev, prekvapenie) a podľa toho sme postupovali pri formulácii hypotéz. Pre úzkostných jedincov je charakteristická maladaptívna emočná regulácia (Kafetsios et al., 2014) spojená s vysokou emocionalitou a priamym prežívaním a prejavom hnevu a iných negatívnych emócií (Mikulincer, Shaver & Feeney, 2008). Podľa týchto poznatkov sme predpokladali, že úzkostní jedinci budú voľne prejavovať svoje emócie. Pri ukážke 3 vyvolávajúcej hnev sme zaznamenali signifikantnú stredne silnú negatívnu koreláciu. Tá nás ale viedla k zamietnutiu našej hypotézy, nakoľko sme predpokladali koreláciu v pozitívnom smere. Medzi expresiou emócie prekvapenie v ukážke 4 a vzťahovou úzkosnosťou bola taktiež zistená štatisticky významná negatívna korelácia. Tento výsledok nás však opäť viedol k zamietnutiu stanovenej hypotézy, pretože sme medzi týmito premennými predpokladali pozitívnu koreláciu. Nakoniec súvislosť medzi expresiou emócie radosť v ukážke 1 a vzťahovou úzkosnosťou nebola preukázaná. Signifikantný

vzťah nebol potvrdený ani medzi ukážkou 2 a dimenziou úzkostnosti. Na základe tohto výsledku sme túto hypotézu zamietli.

Podľa vyššie uvedených výsledkov môžeme usúdiť, že v našom výskumnom súbore oba typy neistej vzťahovej väzby inklinujú potlačeniu prejavu svojich emócií. Za možné vysvetlenie tohto javu by sme mohli označiť vplyv samotného kontextu v jednotlivých prezentovaných ukážkach, pretože k inhibícií emočného prejavu dochádzalo v rozdielnych ukážkach u úzkostných a u vyhýbavých účastníkov.

Z hľadiska znakov jedincov s úzkostnou vzťahovou väzbou je charakteristická nižšia citlivosť a ochota pomoci ostatným, nakoľko sú títo jedinci zameraní na svoje vlastné potreby (Seitl, 2014). Ide o nedostatok emočnej kapacity pre druhých v situáciách, v ktorých je potrebné prejaviť sústrasť alebo sa empaticky vcítiť do nepríjemnej situácie druhého človeka (Mikulincer & Shaver, 2016). Na základe týchto zistení hodnotíme, že ich expresia bola menej intenzívna práve v nami vybraných ukážkach, kde sa jednalo práve o kontext spojený s nepríjemnou situáciou žiaducou empatiu voči postavám v seriáli. V prípade vyhýbavých jedincov sme predpokladali všeobecné potláčanie akéhokoľvek emočného prejavu, nakoľko je pre týchto jedincov typická emočná neangažovanosť a všeobecné vyhýbanie sa situáciám vyžadujúcich blízkosť s druhými osobami (Mikulincer & Shaver, 2016).

Výskumný cieľ číslo 3 sme vymedzili ako prediktívny, nakoľko sme sa snažili zistiť, či je možné predpovedať expresiu emócií na dimenziách vzťahovej väzby. Vzhľadom k získaným korelačným vzťahom sme sa rozhodli pre overenie jednej významnej korelácie z každej dimenzie prostredníctvom modelu binomiálnej logistickej analýzy. Model overujúci vzťah vzťahovej vyhýbavosti a expresie emócie radosť vysvetľuje 20,7% rozptylu (Nagelkerke R^2) v intenzite expresie emócie radosť. Tento model teda potvrdil náš predpoklad, a síce že vzťahová vyhýbavosť štatisticky významne znižuje pravdepodobnosť expresie emócie radosť. Druhý vypočítaný model testoval vzťah vzťahovej úzkostnosti a expresie emócie hnev a vysvetľoval 26,6% rozptylu (Nagelkerke R^2) v intenzite expresie emócie hnev. Tento model sa zhodoval s nami získanou koreláciou týchto dvoch premenných. Model ukazoval, že rastúca vzťahová úzkosť znižuje pravdepodobnosť expresie emócie hnev.

Ako odporúčanie pre ďalší nadväzujúci výskum považujeme jeho replikáciu na širšej vzorke. Ďalší výskum by sa mohol taktiež zameriavať na konkrétne motivátory jedincov smerujúce k potláčaniu svojich emócií.

Aj napriek zmieneným nedostatkom sme toho názoru, že výsledky zmienené v tejto bakalárskej práci môžu byť užitočné pre skúmanie teórie vzťahovej väzby v pracovnom prostredí. Zároveň považujeme nami získané poznatky za podklad pre ďalšie výskumné štúdie.

12 ZÁVER

Cieľom predloženej bakalárskej práce bolo preskúmať potenciálne rozdiely v tvárovej expresii emócií viazanej na stimuly pochádzajúce z organizačného prostredia na súbore pracujúcich dospelých v závislosti na dimenzii vzťahovej väzby. Vo výskumnom šetrení bola respondentom prezentovaná epizóda seriálu, v ktorej bolo obsiahnutých niekoľko ukážok s cieľom vyvolať stanovené emócie – radosť, hnev, prekvapenie.

Tohto výskumu s kvantitatívnym zameraním sa zúčastnilo celkom 60 respondentov, ktorých dimenziu vzťahovej väzby sme posudzovali prostredníctvom ECR-R-16, EWR-I-15. Tvárový prejav emócií účastníkov výskumu bol meraný prostredníctvom programu Noldus FaceReader.

V tejto kapitole predstavíme hlavné výsledky, ku ktorým sme sa za pomoci štatistickej analýzy (test Spearmanovho korelačného koeficientu a binomiálna logistická regresia) dopracovali.

Podľa výsledkov vykonanej korelačnej analýzy sa nepodarilo potvrdiť výsledky predchádzajúcich výskumov a teoretických zistení o tom, že úzkostne pripútaní jedinci majú sklon k voľnému prejavu emócií. Na našej výskumnej vzorke nebol nádejný štatistický významný vzťah medzi emóciou radosť a dimenziou úzkostnosť. Bola však zistená signifikantná korelácia v negatívnom smere medzi úzkostným typom vzťahovej väzby a emóciami hnev a prekvapenie. Výsledok modelu binomiálnej logistickej regresie taktiež ukázal, že vyššia úzkosť štatisticky významne predikuje potlačenie emócie hnev. Toto zistenie bolo priamym protikladom k nami stanovenej hypotéze. Možné vysvetlenie sme videli v konkrétnom kontexte ukážky vyžadujúcej empatické vcítenie sa do seriálovej postavy, ktoré ale úzkostným jedincom chýba.

Pomocou korelačnej analýzy bol však nájdený štatisticky významný vzťah medzi vyhýbavo pripútanými jedincami a intenzitou tvárovej expresie emócií. Konkrétne bola nájdená negatívna signifikantná korelácia medzi vzťahovou vyhýbavosťou a emóciami radosť a prekvapenie. Model binomálnej logistickej regresie, overujúci vzťah vzťahovej vyhýbavosti a expresie emócie radosť, potvrdil, že rastúca miera vyhýbavosti umožňuje signifikantne predikovať potlačenie expresie emócie radosť. Toto zistenie sa zhoduje s predošlými výskumnými výsledkami a síce, že vyhýbavá dimenzia vzťahovej väzby je

spojená s inhibíciou emočného prejavu. V našom výskumnom súbore však nebol zaznamenaný vzťah medzi emóciou hnev a vzťahovou vyhýbavosťou.

Naše výsledky je tak potrebné interpretovať s ohľadom na obmedzenia výskumu, ktorými bola predovšetkým veľkosť výskumného súboru.

13 SÚHRN

Táto bakalárska práca sa zaoberá problematikou teórie vzťahovej väzby, emočnej expresie a pracovným prostredím. Cieľom výskumu bolo na súbore pracujúcich dospelých preskúmať potenciálne súvislosti medzi dimenziami vzťahovej väzby a emočnou expresiou viazanou na prezentované podnety z organizačného prostredia. Práca je rozdelená na teoretickú a výskumnú časť.

V teoretickej časti tejto práce je prvá kapitola venovaná hlavným konceptom a princípom teórie vzťahovej väzby s orientáciou na obdobie dospelosti. Sú v nej obsiahnuté oblasti fungovania väzbového systému, jeho rozdielne prejavy pri aktivácii vzhľadom k jednotlivým štýlom a dimenziám väzby. Pre účel tejto práce je dôležité dimenzionálne vymedzenie vzťahovej väzby, ktoré sa delí na vzťahovú úzkosť a vzťahovú vyhýbavosť (Mikulincer & Shaver, 2016). V ďalšom priebehu kapitoly sú predstavené významné psychodiagnostické nástroje. Záver tejto kapitoly je zameraný na predstavenie konceptu prejavov správania jednotlivých dimenzií vzťahovej väzby v pracovnom prostredí prostredníctvom zistení vyplývajúcich z uskutočnených výskumov.

Druhá kapitola je venovaná emočnej regulácii ako jednej z hlavných častí emočného procesu. Emočná regulácia zahŕňa procesy ovplyvňujúce, aké emócie sú jedincom prežívané, a zároveň ako sú prejavované. V každodennom živote ide o zautomatizovaný proces, ktorého charakteristiky sa odvíjajú od mnohých faktorov ako napríklad životné skúsenosti, životný kontext, ale aj momentálna situácia jedinca (Gross, 1998). Jedna zo základných ciest emočnej regulácie sú takzvané behaviorálne stratégie zamerané na expresívne zložky emócií. Na formovaní vzorcov emočnej regulácie sa aktívne podieľa aj typ vzťahovej väzby.

Tretia kapitola o emočnej expresii je úzko prepojená s predchádzajúcou kapitolou. Emočná expresia sa dá považovať za prehlbenie a rozšírenie poznatkov o emočnej regulácii, pretože je výsledkom behaviorálnych regulačných stratégií. Emočná expresia predstavuje vonkajší prejav človekom prežívaných emócií (Stuchlíkova, 2010). V tejto kapitole sú prezentované počiatky konštruktu emočná expresia až po predstavenie rôznych spôsobov, akými je možné emočnú expresiu merať. Práve jej meranie je predmetom intenzívneho

záujmu výskumníkov, pretože napomáha vysvetleniu a porozumeniu správania človeka (Plhákova, 2003).

Predposledná kapitola teoretickej časti sa venuje vymedzeniu pojmu pracovné prostredie. Následne sú vysvetlené vplyvy emočnej regulácie a expresie na pracovný proces ako jeho neoddeliteľnej súčasti. Ovplyvňujú oblasti ako pracovný výkon, rozhodovanie, kreativita, tímovú prácu a leadership. Pracovník prináša do zamestnania svoje osobnostné črty, nálady či emócie, ktoré pôsobia na ostatných členov organizácie (Troth et al., 2018).

Posledná kapitola tejto časti práce sa zaoberá dimenziami vzťahovej väzby a ich charakteristickými prejavmi v pracovnom prostredí. V rámci kapitoly sú vymedzené aj rôzne výskumné štúdie venujúce sa jednotlivým konštruktom, ktorým sa práca venuje.

Výskumná časť tejto práce sa venuje výskumnému problému a na neho viazaných výskumným cieľov, ktoré sme si vymedzili. V ďalšom priebehu je popísaný výskumný design a stanovené hypotézy. Hlavnej výskumnej časti predchádzala ešte predvýskumná časť, ktorej cieľom bolo overiť či podnety, ktoré mali evokovať stanovené emócie, boli výskumným tímom zvolené správne. V epizóde bolo vymedzených 7 ukážok, ktoré boli označené za vyvolávajúce emócie, pri tom každá z nich bola zameraná na jednu emóciu (radosť, hnev, prekvapenie). Predvýskumu sa zúčastnilo 5 participantov. Získané dáta boli vyhodnotené v programe Statistica 13.4 pomocou párového T-testu. Výsledky boli štatisticky významné, čo nás doviedlo k záveru, že v hlavnej časti výskumu budú použité všetky zvolené ukážky. Do hlavnej výskumnej časti boli však z dôvodu prehodnotenia vyzývacej charakteristiky nakoniec zvolené 4 ukážky.

Prvým cieľom hlavnej časti výskumu bolo zmapovať možné súvislosti medzi dimenziami vzťahovej väzby a prejavenu emočnou expresiou ako reakciou na prezentované podnety u pracujúcich dospelých. Druhým výskumným cieľom bolo preskúmať možnosti predikcie expresie emócií s využitím dimenzií vzťahovej väzby.

Vo výskume bolo použitých niekoľko výskumných nástrojov za účelom merania stanovených premenných. Konkrétne boli využité 2 štandardizované dotazníky a jeden dotazník zisťujúci sociodemografické údaje respondentov. Dimenzie vzťahovej väzby boli merané prostredníctvom českých verzií sebaopisovacích metód ECR-R-16 (Experience in Close Relationship) a EWR-I-15 (Experiences in Work Relationship – Individual).

ECR-R-16 je inventár určený k meraniu vzťahovej väzby v dospelosti a je zameraný skôr na informácie o intímnych pocitoch, než na behaviorálne prejavy jedinca. Obsahuje

škálu úzkostnosti a škálu vyhýbavosti a dokopy tvorí 16 položiek, ktoré sú hodnotené na 7-bodovej Likertovej škále (Kaščáková et al., 2016). EWR-I-15 je nástroj, ktorý je určený k diagnostike vzťahovej väzby v pracovnom prostredí. V tomto výskumnom šetrení bola použitá zatiaľ nepublikovaná verzia, ktorá obsahuje 15 položiek, hodnotiacich subškály interpersonálnu hyperaktiváciu a interpersonálnu deaktiváciu. Položky sú hodnotené na 7-bodovej škále Likertovho typu (Seitl et al., 2022). K meraniu emočnej expresie bol využitý počítačový program FaceReader od spoločnosti Noldus. Jeho účelom je objektívne zaznamenanie prežívaných emócií na základe analýzy video nahrávky zachytávajúcej tvár jednotlivca (Loirejns, Krips, 2021).

Vzhľadom k nevalidnému vyplneniu dotazníka ECR-R-16 šiestimi respondentmi sme sa pri spracovaní a analýze dát rozhodli pracovať hlavne s inventárom EWR-I-15.

Základný výberový súbor predstavujú pracujúci dospelí. Výberový súbor hlavnej časti výskumu tvorilo 60 osôb aktívne vykonávajúcich pracovnú činnosť. Zber dát bol uskutočnený metódou zámerného výberu. Na získanie dát od respondentov bola využitá aj elektronická forma aj osobná forma. Poradie škál bolo nasledovné. Inventár ECR-R-16 bol participantom predložený v úvode výskumného šetrenia. Následne bola účastníkom prehraná epizóda seriálu s podnecujúcimi ukážkami. Popri sledovaní seriálu bola tvár participanta snímaná webkamerou a zároveň bol nahrávaný video záznam, ktorý bol vo fáze spracovania dát podrobený analýze v programe Noldus FaceReader. Po dopozieraní seriálu bol participantovi k vyplneniu predložený dotazník EWR-I-15.

Za účelom splnenia vymedzeného výskumného cieľa a testovania hypotéz bol použitý kvantitatívny design. Štatistické výpočty boli prevedené v programe Statistica 13.4, SPSS a Microsoft Excel 2016. Podľa teoretických zistení sme predpokladali pozitívny vzťah medzi vzťahovou úzkosťou a intenzitou emočnej expresie. Ďalej sme predpokladali negatívny vzťah medzi vzťahovou vyhýbavosťou a intenzitou emočnej expresie.

Vzájomné vzťahy medzi dimenziami vzťahovej väzby a intenzitou prejavu emócií v tvári boli testované pomocou Spearmanovho korelačného koeficientu. Hypotézy boli pre každú dimenziu rozdelené do čiastkových hypotéz, ktoré sa zameriavali na vzťah dimenzie a konkrétnej emócie v ukážke. Medzi vzťahovou vyhýbavosťou a expresiou emócie radosť bol nájdený signifikantný negatívny vzťah. Tieto výsledky korešpondujú s teóriou, ktorá tvrdí, že vyhýbaví jedinci sa snažia vyhnúť situáciám, v ktorých by sa museli emočne angažovať s čím je spojená aj ich tendencia k potlačeniu emočného prejavu. Pri jednej

ukážke zameranej na expresiu emócie prekvapenie a dimenziou vyhýbavosť bol zistený štatisticky významný negatívny vzťah. Žiadny signifikantný vzťah však nebol potvrdený medzi vyhýbavosťou a druhou ukážkou orientovanou na expresiu emócie prekvapenie. Výsledky sú teda nejednoznačné a vysvetľujeme si ich rozdielnym vyzývacím potenciálom ukážok. Žiadny signifikantný vzťah nebol nájdený medzi vyhýbavosťou a prejavom emócie hnev. Podľa našich predpokladov by sa vzťah mohol prejavovať pri väčšom rozsahu výskumného súboru.

Medzi dimenziou úzkostnosť a prejavom emócie hnev bol nájdený signifikantný vzťah v negatívnom smere. Negatívny vzťah bol pri tejto dimenzii zistený aj pri prejave emócie prekvapenie. Žiadny signifikantný vzťah nebol zaznamenaný pri expresii emócie radosť a dimenzii úzkostnosť. Naše výsledky pre dimenziu úzkostnosť vykazujú inhibíciu emočného prejavu u participantov, čo nie je v súlade s teoretickými poznatkami. Túto skutočnosť si vysvetľujeme konkrétnym obsahom účastníkom prezentovaných ukážok. Išlo o ukážku, ktoré vyžadujú schopnosť sa vcítiť sa do druhého. Úzkostní jedinci sú však orientovaní predovšetkým na seba a chýba im dispozícia byť empatický k druhým.

Predikcia expresie skúmaných emócií podľa dimenzií vzťahovej väzby bola testovaná pomocou binomiálnej logistickej regresie.

Dáta, ktoré vstupovali do výpočtu regresie splnili vymedzené podmienky. Pred vykonaním výpočtu regresie boli vypočítané korelácie medzi nezávislými a závislými premennými. Výsledky binomiálnej logistickej regresie potvrdili vplyv vzťahovej väzby na intenzitu expresie emócií. Konkrétne korešpondovali s výsledkami, ktoré sme získali pri výpočte korelácií. Výsledky regresie potvrdili negatívny vzťah medzi vzťahovou vyhýbavosťou a emóciou radosť a rovnako medzi úzkostnosťou a emóciou hnev.

Nami získané výsledky sú zaťažené niekoľkými limitmi, ktoré boli spomenuté v kapitole Diskusia. Jeden z hlavných limitov sa dá považovať malý rozsah výberového výskumného súboru a celková náročnosť výskumného šetrenia pre účastníkov výskumu či už z časového alebo osobného hľadiska. Pre prípadnú replikáciu tohto výskumu v budúcnosti odporúčame pracovať s väčšou výskumnou vzorkou.

Aj napriek uvedeným limitom považujeme túto bakalársku prácu za dobrý podklad pre ďalšie výskumné štúdie, nakoľko emočná expresia a dimenzie vzťahovej väzby sú v našom prostredí zatiaľ málo preskúmanou oblasťou.

LITERATÚRA

1. Ainsworth, M. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49-67. doi:10.2307/1127388
2. Aldao, A., & Tull, M. T. (2015). Putting emotion regulation in context. *Current Opinion in Psychology*, 3, 100-107. doi:10.1016/j.copsyc.2015.03.022
3. Bačíková, M., Janovská, A., Orosová, O. (2019). *Základy metodologie pedagogické-psychologického výskumu*. (2. vyd.). Košice: ŠafárikPress. Získané 1.3.2022 z <https://unibook.upjs.sk/img/cms/2019/FF/zaklady-metodologie-ped-psych-vyskumu-2-vyd-web.pdf>
4. Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226- 244. Získané 16.9.2021 z <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.332.3652&rep=rep1&type=pdf>
5. Boccato, G., & Capozza, D. O. R. A. (2011). Attachment styles and social groups: Review of a decade. *Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 18(1), 19-30. Získané 1.8.2021 z <http://www.tpm.org/wp-content/uploads/2014/11/18.1.2.pdf>
6. Bono, J. E., Foldes, H. J., Vinson, G., & Muros, J. P. (2007). Workplace emotions: The role of supervision and leadership. *Journal of applied Psychology*, 92(5), 1357. doi:10.1037/0021-9010.92.5.1357
7. Bowlby, J. (2010). *Vazba: teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. Praha: Portál.
8. Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). *Self-report measurement of adult attachment*. In: Simpson, J. A., Rholes, W. S. (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (46-76). New York: Guilford Press. Získané 14.10.2021 z <http://labs.psychology.illinois.edu/~rcfraley/measures/brennan.html>
9. Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the society for research in child development*, 3-35. doi:10.2307/3333824

10. Brisch, K. H. (2011). *Poruchy vztahové vazby. Od teorie k terapii*. Praha: Portál.
11. Brumariu, L. E. (2015). Parent–child attachment and emotion regulation. *New directions for child and adolescent development*, 2015(148), 31-45.
doi:10.1002/cad.20098
12. Caldwell, J. G., & Shaver, P. R. (2012). Exploring the cognitive-emotional pathways between adult attachment and ego-resiliency. *Individual Differences Research*, 10(3).
Získané 15.9.2021 z http://www.drjoncaldwell.com/wp-content/uploads/2012/11/Caldwell-2012-Attachment-and-Resiliency_IDR_Final-Print-Copy.pdf
13. Calkins, S. and Hill, A. (2007). Caregiver Influences on Emerging Emotion Regulation: Biological and Environmental Transactions in Early Development. In: Gross, J.J., Ed., *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press.
14. Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 228-249. doi:10.1111/j.1540-5834.1994.tb01287.x
15. Cígler, H., Cvrčková, A., Daňsová, P., Hašto, J., Charvát, M., Ježek, S., Kaščáková, N., Lacinová, L., & Seidl, M. (2019). Experiences in Close Relationships: České verze metod pro měření vazby vycházející z dotazníku ECR. *E-psychologie*, 13(3), 57-74.
doi:10.29364/epsy.359
16. Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). *Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663. doi:10.1037/0022-3514.58.4.644
17. Collins, N.L. (1996). Working models of Attachment: Implications for Explanation, Emotion, and Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 810-832. doi:10.1037/0022-3514.71.4.810
18. Consedine, N. S., & Magai, C. (2003). Attachment and emotion experience in later life: The view from emotions theory. *Attachment & Human Development*, 5(2), 165-187. doi:10.1080/1461673031000108496
19. Diefendorff, J. M., & Richard, E. M. (2003). Antecedents and consequences of emotional display rule perceptions. *Journal of applied psychology*, 88(2), 284.
doi:10.1037/0021-9010.88.2.284

20. Diefendorff, J. M., Richard, E. M., & Yang, J. (2008). Linking emotion regulation strategies to affective events and negative emotions at work. *Journal of Vocational behavior*, 73(3), 498-508. doi:10.1016/j.jvb.2008.09.006
21. Drozd, M., & Drozdová, . K. (2015). Vztahová vazba a regulace emocí, implikace pro psychoterapii. *Psychoterapie*, 9(2). Získane 18.8.2021 z <https://journals.muni.cz/psychoterapie/article/view/9696>
22. Ekman, P. (2015). *Odhalené emoce*. Brno: Jan Melvil Publishing.
23. Ekman, P., & Friesen, W. V. (1969). The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding. *Semiotica*. 1(1), 49-98. doi:10.1515/semi.1969.1.1.49
24. Ekman, P., & Friesen, W. V. (1976). Measuring facial movement. *Environmental Psychology & Nonverbal Behavior*, 1(1), 56–75. doi:10.1007/BF01115465
25. Ekman, P., Friesen P. W. (2003). *Emoce pod maskou*. Praha: BizBooks.
26. Erez, A., Sleebos, E., Mikulincer, M., Van Ijzendoorn, M. H., Ellemers, N., & Kroonenberg, P. M. (2009). Attachment anxiety, intra-group (dis) respect, actual efforts, and group donation. *European Journal of Social Psychology*, 39(5), 734-746. doi:10.1002/ejsp.571
27. Falvo, R., Favara, I., Di Bernardo, G. A., Boccato, G., & Capozza, D. (2012). Attachment styles in organizations: A study performed in a hospital. *TPM-Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 19(4), 263–279. Získane 17.8.2021 z <http://www.tpmmap.org/wp-content/uploads/2014/11/19.4.2.pdf>
28. Feeney, B. C. (2007). The dependency paradox in close relationships: accepting dependence promotes independence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(2), 268. doi:10.1037/0022-3514.92.2.268
29. Finkel, E., Simpson, J. (2015). Editorial overview: Relationship science. *Current Opinion in Psychology*, (1), 1-5. doi:10.1016/j.copsyc.2015.01.012
30. Fraley, R. C. (2012). Information on the Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) Adult Attachment Questionnaire. Získané 5.1.2022 z <http://labs.psychology.illinois.edu/~rcfraley/measures/ecrr.htm>

31. Fraley, R. C. (2018). *A Brief Overview of Adult Attachment Theory and Research*.
Získané 19.8.2021
z <http://internal.psychology.illinois.edu/~rcfraley/attachment.htm>
32. Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology*, 78(2), 350. doi:10.1037/0022-3514.78.2.350
33. Geller, D., & Bamberger, P. (2009). Bringing avoidance and anxiety to the job: Attachment style and instrumental helping behavior among co-workers. *Human Relations*, 62(12), 1803-1827. doi:10.1177/0018726709337524
34. Graham, N., Manheimer, E., Declerque, D., Baker M. (2018, 25. septembra). Pilot (Séria 1, Epizóda 1) (Epizóda seriálu). In *New Amsterdam* (Seriál). NBC.
35. Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology: Special Issue: New directions in research on emotion*, 2, 271–299. doi:10.1037/1089-2680.2.3.271.
36. Hardy, G., & Barkman, M. (1994). The relationship between interpersonal attachment styles and work difficulties. *Human Relations*, 47, 263–281. doi: 10.1177/001872679404700302
37. Hareli, S., & Rafaeli, A. (2008). Emotion cycles: On the social influence of emotion in organizations. *Research in organizational behavior*, 28, 35-59. doi:10.1016/j.riob.2008.04.007
38. Harms, P. (2011). Adult attachment styles in the workplace. *Human Resource Management Review*, 21, 285-296. Získané 8.9.2021 z <https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1084&context=managementfacpub>
39. Hašto, J., Kaščáková, N., Fürstová, J., Šolcová, I. P., Vacková, K. A., Heveriová, M., & Tavel, P. (2018). Dotazník Prožívání blízkých vztahů (ECR-R) a sociodemografické rozdiely vo vzťahovej úzkostnosti a vyhýbavosti. *Československá psychologie*, 56. Získané z 8.2.2021 https://www.researchgate.net/profile/Iva-Solcova-2/publication/328364746_The_Life_Stressor_Checklist_LSC-R_The_occurrence_of_stressors_in_adult_Czech_population_and_the_association_with_health/links/5bc993b592851cae21b1dc0d/The-Life-Stressor-Checklist-LSC-R-

The-occurrence-of-stressors-in-adult-Czech-population-and-the-association-with-health.pdf#page=58

40. Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52(3), 511-524. doi: 10.1037/0022-3514.52.3.511
41. Hazan, C., & Shaver, P. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 270-280. Získané 25.9.2021 z <http://adultattachmentlab.human.cornell.edu/HazanShaver1990.pdf>
42. Hazan, C., & Shaver, P. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1–22. Získané 25.9.2021 z <https://adultattachmentlab.human.cornell.edu/HazanShaver1994.pdf>
43. John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of Personality*, 72, 1301–1333. doi:10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x
44. Joplin, J. R. W., Nelson, D. L., & Quick, J. C. (1999). Attachment behavior and health: Relationships at work and home. *Journal of Organizational Behavior*, 20(6), 783–796. doi:10.1002/(SICI)1099-1379(199911)20:6<783::AID-JOB923>3.0.CO;2-P
45. Kafetsios, K., Andriopoulos, P., & Papachiou, A. (2014). Relationship status moderates avoidant attachment differences in positive emotion decoding accuracy. *Personal Relationships*, 21(2), 191-205. doi:10.1111/pere.12026
46. Kaščáková, N., Husárová, D., Hašto, J., Kolarčík, P., Šolcová, I. P., Gecková, A. M., & Tavel, P. (2016). Validation of a 16-Item short form of the Czech version of the Experiences in Close Relationships Revised questionnaire in a representative sample. *Psychological Reports*, 119(3), 804-825. doi:10.1177/0033294116667725
47. Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 861–869. doi:10.1037/0022-3514.60.6.861
48. Kulísek, P. (2000). Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment). *Československá psychologie*, 44(5), 404-423. Získané 5.10.2021 z

https://is.muni.cz/www/mordechai/7159323/07_Problemy_teorie_raneho_citoveho_p_rilnuti_attachment_.pdf

49. Lawrence, S. A., Troth, A. C., Jordan, P. J., & Collins, A. L. (2011). A review of emotion regulation and development of a framework for emotion regulation in the workplace. *The role of individual differences in occupational stress and well being*. doi:10.1108/S1479-3555(2011)0000009010
50. Lečbych, M. (2016). *Rorschachova metoda. Interpretativní přístup k interpretaci*. Praha: Grada.
51. Lečbych, M., & Pospíšilíková, K. (2012). Česká verze škály Experiences in Close Relationships (ECR): pilotní studie posouzení vztahové vazby v dospělosti. *Epsychologie*, 6(3), 1-11. Získané 15.1.2022 z https://www.researchgate.net/profile/Martin-Lecbych/publication/260749078_Ceska_verze_skaly_Experiences_in_Close_Relationships_ECR_Pilotni_studie_posouzeni_vztahove_vazby_v_dospelosti/links/54c8a0290cf22d626a39d03e/Ceska-verze-skaly-Experiences-in-Close-Relationships-ECR-Pilotni-studie-posouzeni-vztahove-vazby-v-dospelosti.pdf
52. Loijens, L., Krips, O. (2021). *FaceReader Methodology Note*. Wageningen, The Netherlands: Noldus Information Technology. Získané 28.8.2021 z https://www.noldus.com/resources/pdf/noldus-white-paper-facereader-methodology.pdf?utm_campaign=Downloads&utm_medium=email&utm_content=59367721&utm_source=hs_automation
53. 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 (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). The University of Chicago Press. Získané 15.8.2021 z https://books.google.sk/books?hl=sk&lr=&id=WzHifiCXE8EC&oi=fnd&pg=PA121&dq=main+solomon+1990&ots=WVriuLzt-k&sig=ZrQMbiXi9slaj4HtOUAP37rLHn8&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
54. Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current directions in psychological science*, 12(5), 189-192. doi:10.1111/1467-8721.01258

55. Michalík, D. (2009). *Co je potřeba pro optimální pracovní prostředí? Příručka pro kancelářská pracoviště*. Praha: Oddělení psychologie Ope MV ČR. Získané 11.9.2021 z www.mvcr.cz/soubor/optimalnipracovni-prostredi-pdf.aspx
56. Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
57. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2015). The psychological effects of the contextual activation of security-enhancing mental representations in adulthood. *Current Opinion in Psychology*, 1, 18-21. doi:10.1016/j.copsyc.2015.01.008
58. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6-10. doi: 10.1016/j.copsyc.2018.02.006
59. 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 and social psychology*, 83(4), 881. Získané 22.9.2021 z https://adultattachment.faculty.ucdavis.edu/wp-content/uploads/sites/66/2015/09/Mikulincer_2002_Activation-of-the-attachment-system-in-adulthood.pdf
60. Niedenthal, P. M., Brauer, M., Robin, L., & Innes-Ker, Å. H. (2002). Adult attachment and the perception of facial expression of emotion. *Journal of personality and social psychology*, 82(3), 419. doi: 10.1037/0022-3514.82.3.419
61. Parkes, C., Hinde, J., Marris. (2006). *Attachment across the life cycle*. London and New York. Routledge.
62. Pauknerová, D. (2006). *Psychologie pro ekonomy a manažery*. Praha: Grada
63. Plháková, A. (2003). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.
64. Poláčková Šolcová, I. (2018). *Emoce. Regulace a vývoj v průběhu života*. Praha: Grada.
65. Popper, M., & Mayseless, O. (2003). Back to basics: applying a parenting perspective to transformational leadership. *Leadership Quarterly*, 14, 41-65. doi:10.1016/S1048-9843(02)00183-2.

66. Richards, D. A., & Hackett, R. D. (2012). Attachment and emotion regulation: Compensatory interactions and leader–member exchange. *The Leadership Quarterly*, 23(4), 686-701. doi:10.1016/j.leaqua.2012.03.005
67. Richards, D. A., & Schat A. C. H. (2011). Attachment at (Not to) Work: Applying Attachment Theory to Explain Individual Behavior in Organizations. *Journal of Applied Psychology*, 96, 169-182. doi:10.1037/a0020372
68. Řehan, V. (2007). *Sociální psychologie I*. Olomouc: Vydavatelstvo UP Olomouc.
69. Sedláčková, P. (2019). *Experimentální výzkum vlivu terorismu na emoce: Metody měření emočních reakcí lidí na prezentaci terorismu* (Bakalárska práca). Masarykova univerzita. Informačný systém Masarykovskej univerzity. Získané 23.2.2022 z <https://is.muni.cz/th/zz1b2/>
70. Seitl, M. (2014). *Teorie vztahové vazby v dospělosti a sebezpouzení osobnostních charakteristik relevantních v pracovním prostředí*. In D. Fedáková, M. Bozogáňová, & L. Ištoňová (Eds.), *Zborník príspevkov z 13. ročníka medzinárodnej konferencie „Psychológia práce a organizácie 2014“* (243-254). Košice: SVÚ SAV. Získané 3.9.2021 z https://ppao.upol.cz/wp-content/uploads/2016/02/psychologia-prace-a-organizacie-2014_finale.pdf
71. Seitl, M., & Charvát, M. (2018). Attachment styles: A motivational framework of personality dispositions in selection and consueling. *Človek a spoločnosť*, 21(1), 12-28.
72. Seitl, M., Charvát, M., Kafetsios, K., Střelec, J., & Seitlová, K. (2022). Experiences in Work Relationships: A Measure of Attachment Strategies at work. *Psychological Reports* (Online first). doi:10.1177/00332941221075249
73. Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & human development*, 4(2), 133-161. doi: 10.1080/14616730210154171
74. Shaver, P. R., Mikulincer, M., & Feeney, B. C. (2008). *What's Love Got to Do with It-Insecurity and Anger Attachment Relationships*. *Va. J. Soc. Pol'y & L.*, 16, 491. Získané 15.2.2022 z https://heinonline.org/HOL/Page?collection=journals&handle=hein.journals/vajsplw16&id=508&men_tab=srchresults

75. Schaubroeck, J., Jones R. J. (2000). Antecedents of workplace emotional labour dimensions and moderators of their effects on physical symptoms. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 21(2), 163-183. doi:10.1002/(SICI)1099-1379(200003)21:2<163::AID-JOB37>3.0.CO;2-L
76. Schore, A. N. (2014). *The right brain is dominant in psychotherapy*. *Psychotherapy*, 51(3), 388–397. doi:10.1037/a0037083
77. Simmons, B., Gooty, J., Nelson, D., & Little L. (2009). Secure attachment: Implications for hope, trust, burnout, and performance. *Journal of Organizational Behavior*. 30(2), 233-247. doi: 10.1002/job.585
78. Skiendziel, T., Rösch, AG., Schultheiss, OC. (2019). *Assessing the convergent validity between the automated emotion recognition software Noldus FaceReader 7 and Facial Action Coding System Scoring*. Erlangen: Friedrich-Alexander University. doi: 10.1371/journal.pone.0223905
79. Stöckli, S., Schulte-Mecklenbeck, M., Borer, S., & Samson, A. C. (2018). Facial expression analysis with AFFDEX and FACET: A validation study. *Behavior research methods*, 50(4), 1446-1460. doi:10.3758/s13428-017-0996-1
80. Štělec, J. (2019) *Vztahová vazba v zaměstnání a predikce interpersonální složky pracovní výkonnosti* (Nepublikovaná magisterská diplomová práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
81. Stuchlíková, I. (2010). *Základy psychologie emocí*. Praha: Portál.
82. Sulejmanov, F., Seidl, M., & Molinari, A. (2020). Attachment and coping strategies as predictors of mental overload among members of the security services of the Czech republic. *Človek a spoločnosť. Internetový časopis pre pôvodné teoretické a výskumné štúdie z oblasti spoločenských vied*, 23(1). Získané 13.2.2022 z <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=881558>
83. Sumer, H. C., & Knight, P. A. (2001). How do people with different attachment styles balance work and family? A personality perspective on work–family linkage. *Journal of Applied Psychology*, 86(4), 653. doi:10.1037/0021-9010.86.4.653
84. Štikar, J. (1998). *Základy psychologie práce a organizace*. Praha: Karolinum.
85. Štikar, J. (2003). *Psychologie ve světě práce*. Praha: Karolinum.

86. Švecová, J., Kaščáková, N., Furstová, J., Hašto, J., & Tavel, P. (2021). Validácia slovenskej skrátenej škály prežívania v blízkych vzťahoch (ECR-R-SK-14). *Československá Psychologie*, 65(2), 146-162. doi:10.51561/cspsych.65.2.146
87. Troth, A. C., Lawrence, S. A., Jordan, P. J., & Ashkanasy, N. M. (2018). Interpersonal emotion regulation in the workplace: A conceptual and operational review and future research agenda. *International Journal of Management Reviews*, 20(2), 523-543. doi: 10.1111/ijmr.12144
88. Wilson, J. (2018). *What Is Facial EMG and How Does It Work?*. [Správa z blogu]. Získané 22.8.2021 z <https://imotions.com/blog/facial-electromyography/>
89. Winterheld, H. A. (2016). Calibrating use of emotion regulation strategies to the relationship context: An attachment perspective. *Journal of Personality*, 84(3), 369-380. doi:10.1111/jopy.12165
90. Yip, J., Ehrhardt, K., Black, H., & Walker, D. O. (2018). Attachment theory at work: A review and directions for future research. *Journal of Organizational Behavior*, 39, 185- 198. doi:10.1002/job.2204
91. Zimmermann, P. (1999). Structure and functions of internal working models of attachment and their role for emotion regulation. *Attachment & Human Development*, 1(3), 291-306. doi:10.1080/14616739900134161

PRÍLOHY

Zoznam príloh

1. Abstrakt v slovenskom jazyku
2. Abstrakt v anglickom jazyku
3. Informovaný súhlas
4. Sociodemografický dotazník
5. Inventár EWR-I-15

Príloha 1: Abstrakt v slovenskom jazyku

ABSTRAKT DIPLOMOVEJ PRÁCE

Názov práce: Intenzita emočnej expresie v závislosti na dimenziách vzťahovej väzby v organizačnom kontexte.

Autor práce: Ema Omastová

Vedúci práce: PhDr. Martin Seidl, PhD.

Počet strán a znakov: 82 a 121 210

Počet príloh: 5

Počet titulov použitej literatúry: 91

Abstrakt:

Bakalárska práca sa zaoberá emočnou expresiou, dimenziami vzťahovej väzby a organizačným kontextom. Cieľom predkladanej práce je preskúmať potenciálne rozdiely v tvárovej emočnej expresii nadväzujúcej na stimuly v pracovnom prostredí u pracujúcich dospelých v závislosti na ich vzťahovej väzbe. V teoretickej časti práce je obsiahnuté doterajšie poznanie o jednotlivých konštruktoch. Vo výskume je použitý kvantitatívny prístup. Výberový súbor je tvorený pracujúcimi dospelými pochádzajúcimi z rôznych pracovných odvetví. Súbor pozostáva konkrétne zo 60 respondentov vo vekovom rozpätí od 19 do 72 rokov. Vo výskumnom šetrení sú použité dotazníkové metódy EWR-I-15, ECR-R-16 a počítačový softvér Noldus FaceReader. Výsledky vykazujú, že rovnako ako dimenzia vzťahovej úzkostnosti, tak aj dimenzia vzťahovej vyhýbavosti vedú k potlačeniu expresie emócií.

Kľúčové slová: emočná expresia, attachment, organizačné prostredie, FaceReader

Príloha 2: Abstrakt v anglickom jazyku

ABSTRACT OF THESIS

Title: Intensity of emotional expression in the context of the Attachment Theory in organizational background

Author: Ema Omastová

Supervisor: PhDr. Martin Seitl, PhD.

Number of pages and characters: 80 a 121 210

Number of appendices: 5

Number of references: 91

Abstract:

This Bachelor's thesis deals with emotional expression, attachment dimensions and organizational context. The aim of the presented work is to examine the potential differences in facial emotional expression following stimuli in the work environment in working adults depending on their attachment dimension. The theoretical part of the work consists of existing knowledge about individual constructs. A quantitative approach is used in the research. The sample consists of working adults from different occupations, specifically of 60 respondents in the age range of 19 to 72 years. The EWR-I-15, ECR-R-16 questionnaire methods and computer software Noldus FaceReader are used in the research survey. The results show that both the attachment anxiety and attachment avoidance lead to suppression of emotional expression.

Key words: emotion expression, attachment, organizational context, FaceReader

Príloha 3: Informovaný súhlas



Korešpondenční adresa: Křížkovského 10, 771 80 Olomouc
Sídlo: Vodární 6, 779 00 Olomouc
Tel.: +420 585 633 700 | Fax +420 585 633 700
Email: psychologie@upol.cz | www.psych.upol.cz

Informovaný súhlas s poskytnutím údajov pre výskumné účely

**Meno respondenta/
respondentky:** _____

Dátum narodenia: _____

Adresa: _____

E-mail: _____

Kód respondenta: _____

Respondent/ka súhlasí s účasťou vo výskume za nižšie uvedených podmienok:

1. Batéria výskumných metód pozostáva z vyplnenia sady dotazníkov a z kamerového zaznamenávania tváre počas sledovania video ukážky.
2. Pred zahájením výskumu bol respondent/ka oboznámený s informáciami o jeho priebehu a účele.
3. Respondent/ka svojim podpisom potvrdzuje svoju dobrovoľnú účasť na výskume.
4. Respondent/ka svojim podpisom potvrdzuje, že sa pred začiatkom spolupráce na výskumných metódach necíti unavený/á, chorý/á, alebo pod vplyvom liekov a látok pôsobiacich na centrálnu nervovú sústavu.
5. K priamym materiálom, ktoré budú získané v priebehu výskumu, má prístup iba členovia výskumného tímu Ema Omastová (autorka práce) a PhDr. Martin Seitl, PhD. (vedúci práce).
6. Získané dáta budú využité k výskumnému účelu (overovaniu štatistických hypotéz). Dáta získané z jednotlivých metód budú súčasťou číselných a kvalitatívnych súborov, ktoré sú anonymizované a spracované bez súvislosti s údajmi, ktoré by mohli vo výstupoch identifikovať respondenta/respondentku. Dáta budú po podrobení potrebnej analýze vymazané.
7. Respondent/ka má právo kedykoľvek svoj súhlas s výskumným využitím dát zrušiť.
8. Respondent/ka prehlasuje, že v súlade so zákonom č. 101/2000 Sb. o ochrane osobných údajov a vyššie uvedenými bodmi súhlasí so spracovaním osobných údajov získaných počas psychologickéj diagnostiky. Autorka práce sa zaväzuje nakladať s údajmi podľa vyššie uvedeného zákona a bodov tohto informovaného súhlasu.

Dátum _____

Podpis respondenta/respondentky

Príloha 4: Sociodemografický dotazník



Korešpondenčná adresa: Křížkovského 10, 771 80 Olomouc
Sídlo: Vodární 6, 779 00 Olomouc
Tel.: +420 585 633 700 | Fax +420 585 633 700
Email: psychologie@upol.cz | www.psych.upol.cz

Demografické údaje účastníka- dotazník

Na úvod Vás poprosím o vyplnenie nasledujúcich údajov. Pri jednotlivých otázkach buď zaškrtnite jednu možnosť alebo napíšte odpoveď slovom na vyhradené miesto.

Úroveň najvyššie dosiahnutého vzdelania:

- stredoškolské odborné s maturitou
- stredoškolské odborné bez maturity
- stredoškolské všeobecné s maturitou
- vysokoškolské prvého stupňa
- vysokoškolské druhého stupňa
- vysokoškolské tretieho stupňa
- iné: _____

Rod:

- Mužský
- Ženský

Vek

Obor:

Seniorita –

(dĺžka odpracovaného obdobia v jednej organizácii):

Doba pôsobenia na aktuálnej pozícii:



Príloha 5: Inventár EWR-I-1

① rozhodně nesouhlasím	② nesouhlasím	③ spíše nesouhlasím	④ nevím	⑤ spíše souhlasím	⑥ souhlasím	⑦ rozhodně souhlasím
------------------------------	------------------	---------------------------	------------	-------------------------	----------------	----------------------------

1. Když o mně ostatní hovoří za mými zády, nechává mě to v klidu ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
2. Jakmile se někdo začne se mnou v práci sblížovat, přistihnu se, jak se odtahují pryč ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
3. Spolupracovníkům, kteří velmi rychle navazují kontakty, nerozumím ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
4. Na nová setkání moc nejsem ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
5. Když mám neshody s partnerem/partnerkou doma, myslím na to i v práci ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
6. Je pro mě obtížně druhým zcela věřit ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
7. Cítím se velmi špatně, když mě druzí odmítají ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
8. Je pro mě snadné být v práci druhým osobně blízko ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
9. Když mě nikdo ze spolupracovníků dlouho neocení, jsem zklamaný/á ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
10. Považují mě za zdrženlivého člověka ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
11. Napětí ve vztahu ke spolupracovníkům snáším dobře ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
12. Když mě někdo ze spolupracovníků kritizuje, dlouho o tom přemýšlím ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
13. Po některých setkáních ještě dlouho myslím na to, jaký dojem jsem vyvolal/a ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
14. V zaměstnání pěstuji přátelské vztahy jen minimálně ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦
15. Když jsem v práci nespokojený/á, promítne se to i doma.... ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦

Děkujeme za vyplnění.