

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**VZTAHOVÁ VAZBA, COPINGOVÉ STRATEGIE A
MOTIVACE STUDENTŮ K ZAHRANIČNÍMU
STUDIJNÍMU VÝJEZDU**

**ATTACHMENT, COPING STRATEGIES AND MOTIVATION OF
STUDENTS TO STUDY ABROAD**



MAGISTERSKÁ DIPLOMOVÁ PRÁCE

Autor: Bc. Barbora Kasalová

Vedoucí práce: PhDr. Klára Seitlová, PhD.

Olomouc

2017

Poděkování

Mé poděkování patří především PhDr. Kláře Seitlové, PhD. za její laskavé vedení, trpělivost, konstruktivní rady a cenné připomínky v průběhu celé práce. Ráda bych na tomto místě poděkovala také vedení FF UP za spolupráci a možnost zabývat se tímto tématem. Děkuji také koordinátorce Katedry psychologie UP pro zahraničí Mgr. Tereze Sadkové za užitečnou zpětnou vazbu v prvních krocích tvorby dotazníku vlastní konstrukce. Mé díky dále patří všem respondentům za jejich otevřenost. V neposlední řadě velmi děkuji mým rodičům, partnerovi a přátelům za podporu, kterou mi poskytovali.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou diplomovou práci na téma *„Preference pracovního prostředí v souvislosti s teorií attachmentu“* vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucí diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

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

V Olomouci dne 6. dubna 2017

Podpis

OBSAH

ÚVOD	5
I. TEORETICKÁ ČÁST	6
1 Teorie attachmentu	7
1.1 Vznik teorie attachmentu	7
1.2 Přenos attachmentu do období dospělosti	12
1.3 Teorie attachmentu a její charakteristiky v kontextu studia v zahraničí.....	14
2 Zvládání stresu	16
2.1 Odolnost vůči zátěži	17
2.2 Obranné mechanismy	19
2.3 Coping a copingové strategie	20
2.4 Copingové strategie českých studentů	23
3 Motivace	25
3.1 Motivace studentů ke studiu v zahraničí	26
3.2 České výzkumy motivace studentů k zahraničním studijním pobytům	29
4 Zahraniční mobilita	31
4.1 Zahraniční studijní pobyty na FF UP	31
5 Souvislosti attachmentu, copingových strategií a motivace studovat v zahraničí	33
II. VÝZKUMNÁ ČÁST	35
6 Hlavní výzkumné problémy.....	36
6.1 Hypotézy	36
6.2 Výzkumné otázky	39
7 Aplikovaná metodika	41
7.1 Zkrácená česká verze Experiences in Close Relationships (ECR-CZ).....	41
7.2 Strategie zvládání stresu (SVF 78)	43
8 Technický plán výzkumu	46
9 Metody zpracování a analýzy dat.....	48
10 Etické problémy a způsob jejich řešení	50
11 Základní a výběrový soubor	52
12 Popis a interpretace výsledků	56
12.1 Výsledky pro attachment	56
12.2 Výsledky pro attachment a copingové strategie	57
12.3 Copingové strategie	59
12.4 Cizí jazyky	61
12.5 Aktivita nad rámec studia	61
12.6 Motivace k výjezdům	61
12.7 Vedlejší výsledky	66
13 Diskuze	72
14 Závěry	75
SOUHRN.....	76

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ A LITERATURY	80
ABSTRAKT MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE	89
ABSTRACT OF THESIS.....	90
PŘÍLOHY	91
Příloha 1: Podklad pro zadání diplomové práce	92
Příloha 2: Testová baterie.....	93
Příloha 3: Výzkumné plakáty.....	94
Příloha 4: E-mail určený ke sběru dat od absolventů zahraničních studijních pobytů	95

ÚVOD

Tato práce se zabývá tématy vztahové vazby, strategií zvládnání stresu a motivací studentů k zahraničním studijním pobytům. V českém prostředí se jedná o zatím nedostatečně prozkoumané téma, zj. co se týče spojení se zahraničními studijními pobyty. Taktéž problematika motivace studentů k zahraničním výjezdům je u nás v nedostatečné míře zkoumána, ačkoliv se jeví jako velmi zajímavá a důležitá pro všechny zúčastněné strany.

Tato práce vznikla na základě spolupráce s vedením Filozofické fakulty Univerzity Palackého, jehož cílem je zpřístupnit a zefektivnit veškeré výjezdové procesy od volby destinace až po návrat domů. Dalším důvodem je záměr dlouhodobě zvyšovat zájem studentů o zahraniční výjezdy. Navýšení počtu absolventů zahraničních studijních pobytů může být z mnoha důvodů přínosné jak pro samotné studenty (těmto výhodám se v práci taktéž věnujeme), tak pro FF UP, která jím může dosáhnout například vyšší prestiže v žebříčcích vysokých škol či vyšší atraktivity pro budoucí uchazeče o studium.

Oblastí vztahové vazby u studentů jsem se již zabývala ve své bakalářské práci, v níž jsem se výzkumně zaměřila na generaci Y. Tento směr nyní rozšiřuji o dimenzi zvládnání stresu. Ta se dle četných zahraničních studií jeví pro oblast zahraniční mobility spolu s teorií vztahové vazby jako velmi významná. Cílem této práce je nestranně zodpovědět všechny stanovené otázky.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 Teorie attachmentu

V první kapitole se zabýváme klíčovým teoretickým konceptem pro tuto diplomovou práci – teorií attachmentu. Nejprve si vymezíme samotný pojem, poté historické pozadí teorie, představíme si její pozdější vývoj až do současnosti a zaměříme se také na aktuální výzkum attachmentu.

V české literatuře není ekvivalent pro anglický výraz attachment zcela ustálen. Lze se setkat s termíny citové pouto (Kubička & Matějček, 2003), citová vazba, samostatně pouto či svazek (Slaměník, 2011), dále přilnutí (Plháková, 2007), připoutání (Břicháček, 2003) či přimknutí (Fonagy & Target, 2005).

Pro označení celé teorie (angl. *attachment theory*) se v české literatuře používají sousloví teorie attachmentu, teorie přilnutí, teorie připoutání, teorie (rané) vztahové vazby nebo teorie citové vazby.

V této práci používáme pro označení celého konceptu slovní spojení **teorie attachmentu**. Pro attachment pak volíme český ekvivalent **vztahová vazba**. Ten je současně nositelem interpersonálního významu, jímž se v této práci zabýváme.

1.1 Vznik teorie attachmentu

Attachment je psychologický konstrukt, jímž se jako první začal zabývat počátkem 50. let 20. století anglický psychoanalytik **John Bowlby** (2010). Při formulování teorie attachmentu se Bowlby inspiroval množstvím teorií, z nich např. etologií rakouského zoologa Konrada Lorenze či nizozemského biologa Niko Tinbergena. Ovlivnily jej také experimenty na opicích rodu makak rhesus amerického psychologa Harryho Harlowa (Bowlby, 2010).

Na straně jedné vycházel Bowlby (2010) z darwinismu, na straně druhé jako psychoanalytik z freudismu, pohlížejícím na dítě jako na bytost se silnými pudy. Na rozdíl od Sigmunda Freuda však pudy chápal více darwinisticky, tj. jako evolucí vyvinuté síly přirozeného výběru, které dítěti zvyšují šanci na přežití. Mezi základní pudová jednání zařadil právě vazbu k matce. Tato vazba se podle něj projevuje 5 instinktivními reakcemi:

krmením, úsměvem, mazlením, pláčem a následováním. Psychopatologii pak Bowlby (2010) v psychoanalytickém duchu odvozuje z poruch vazby v raném věku.

Bowlby (2010) postuloval, že se tato vztahová vazba **v raném dětství** vytváří, jsou-li dospělé pečující osoby vůči dítěti dostatečně otevřené a vnímavé v interakci s ním. Vazebná postava, tj. ta, k níž je vazba vytvořena, symbolizuje pro dítě bezpečí, což mu dovoluje prozkoumávat svět a následně se do bezpečí opět vracet. Pečující osoba tak dítěti dodává také pocit jistoty. Ztratí-li dítě tuto jistotu, třebaže jen dočasně, prožívá podle Bowlbyho (2010) emoce úzkosti a smutku. Kvalita této vazby se projeví aktivizováním vztahového systému ve stresové situaci a významně ovlivňuje další emoční vývoj nejen v raném dětství, ale i později.

V roce 1951 zveřejnil Bowlby ve své práci *Maternal care and mental health* pro Světovou zdravotnickou organizaci hypotézu, že děti prožívají v raném dětství vřelý, intimní a nepřetržitý **vztah s matkou**, resp. pečující osobou. Uvedl, že jim tento vztah přináší uspokojení a potěšení, a nedostatek této zkušenosti může mít závažné a nevratné psychické následky (Bowlby, 1951). Sám Bowlby (2010) napsal, že tato hypotéza vyvolala v odborných kruzích rozruch a snesla se na něj nejedna kritika kvůli nedostatečnému podložení empirickými daty.

Podle Bowlbyho (1982) dítě přichází na svět s potřebou vyhledávat a udržovat těsný vztah k pečující osobě. První takový vztah přináší zj. situace kojení. Vztah dále rozvíjejí další interakce. Ve výsledku se dítě po několika měsících především v situaci ohrožení silně přimyká k pečovateli. V jejich blízkosti pociťuje bezpečí, lásku a jistotu, při jejich vzdálení naopak projevuje tzv. separační úzkost, někdy také hněv a smutek.

V souvislosti s tvrzením, že vztahová vazba přináší dítěti pocit bezpečí a jistoty, rozlišil Bowlby dva typy reakcí na vzdálení se pečujících osob. První je **poplašná reakce**, která aktivuje systém chování ve vztahové vazbě v důsledku strachu z ohrožení. A druhá **úzkostná reakce**, vyvolaná strachem z odloučení od pečující osoby (Slaměník, 2011). Důležité také je, že potřeba vztahové vazby nemusí být zcela nebo vůbec naplněna. Charakter rané vztahové vazby se však stává předobrazem prožívání a očekávání v pozdějších vztazích. Vztahová vazba podle Bowlbyho (2010) vyjadřuje těsnou vazbu

partnerů, pro kterou je charakteristický pocit jistoty a bezpečí. Chápe ji tak především jako vazbu emoční.

V 70. letech proslula srovnávacím výzkumem vztahové vazby americká vývojová psycholožka **Mary Ainsworthová** (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 2014). Ainsworth Bowlbyho teorii tímto krokem nejen podpořila, ale také dále propracovala.

Přišla s osobitým, longitudinálním přístupem ke zkoumání prvních dětských objektních vztahů. Nejprve sledovala v průběhu prvního roku po narození dyády matka–dítě a poté v prvním roce dítěte hodnotila kvalitu jejich vzájemného vztahu (Ainsworth et al., 2014).

Proslavila se zj. laboratorním postupem zvaným **Neznámá situace**, angl. *Strange Situation* (Ainsworth et al., 2014). Jedná se o výzkumný postup složený z 8 epizod ve standardním pořadí pro všechny subjekty. V experimentální místnosti byla pozorována interakce matky s dítětem, při čemž došlo ke dvěma separacím – matčiným odchodům.

Nejprve matka odešla za přítomnosti cizí osoby, podruhé zůstalo v místnosti dítě samo (Ainsworth et al., 2014). Tato zpočátku velmi kontroverzní metoda se zabývala rovnováhou vztahové vazby a průzkumným chováním ročních dětí v podmínkách nízkého a vysokého stresu (Bretherton, 1992).

Bretherton (1992) tak přirovnává Neznámou situaci k malému dramatu o 8 epizodách, ve kterém se v laboratorní herně seznámí matka a dítě, k nimž se později připojí cizí žena. Zatímco si neznámá žena hraje s dítětem, opustí matka na moment hernu a následně se vrátí. Druhá separace proběhne tak, že z herny odejde matka i cizí žena. Dítě je tedy v herně ponecháno samo. Nakonec se matka i neznámá žena vrátí.

Ainsworthová a kol. (2014) zjistili, že děti v přítomnosti své matky prozkoumávaly dětský koutek a hračky s větším odhodláním, než když byla v herně přítomná neznámá žena nebo když matka odešla.

Přestože byly tyto výsledky teoreticky zajímavé, Ainsworthová a kol. (2014) se více zaměřili na neočekávané vzory chování kojenců při shledání. Několik dětí totiž po návratu matky odchozí na 3 nebo méně minut projevovalo hněv. Tyto děti brečely, vyžadovaly kontakt, ale po návratu matky se nechtěly mazlit. Namísto toho dokazovaly matce svoji

ambivalenci kopáním a bitím. U další skupiny dětí se zdálo, že se matce po jejím návratu vyhýbají nebo že ji při přivítání odbývají, ačkoli se po ní v její nepřítomnosti sháněly.

Jak píše Bretherton (1992), analýza dat z prostředí domova pak přinesla informace, že ty děti, které byly směrem k setkání s matkou v Neznámé situaci ambivalentní či vyhýbavé, s ní měly doma méně harmonický vztah než většinové děti, které vyhledávaly blízkost, interakci či kontakt při shledání.

Na základě reakcí dětí na Neznámou situaci je Ainsworthová a kol. (2014) rozdělili na dvě základní skupiny – děti s bezpečnou a děti s nejistou vazbou. Nejistou vazbu pak rozčlenila na typ vyhýbavý a ambivalentní. Děti popsané jako mající bezpečnou vazbu matku po návratu ihned vyhledávaly, vyžadovaly její blízkost a navazovaly s ní kontakt. Matky těchto dětí byly citlivé vůči reakcím dítěte.

Ainsworthová a kol. (2014) všechny zkoumané děti sledovala i později a ukázalo se, že děti s bezpečnou vazbou byly v předškolním nebo i školním věku hodnoceny jako sebejistější, snáze navazovaly vztah s učitelkami ve školce a obecně měly méně problémů v chování než děti s jiným typem vazby.

U skupiny dětí s nejistým/vyhýbavým vztahem, která se kontaktu s matkou po jejím návratu spíše vyhýbala, byly při pozorování v domácím prostředí zaznamenány epizody nepředvídatelné agrese nasměřované k matce. Jejich matky byly v průběhu prvního roku života hodnoceny jako málo citlivé s výraznou tendencí odmítat fyzický kontakt se svým dítětem. V průběhu druhého a třetího roku života dítěte se od ostatních matek odlišovaly nedostatkem exprese emocí, a to i v případě agresivních projevů dítěte.

Matky třetího typu – dětí s nejistým/ambivalentním vztahem k nim, který se po ukončení separace vyznačoval vyhledáváním fyzického kontaktu a současně vyjadřováním hněvu a vzdoru, byly v průběhu prvního roku života hodnoceny jako méně citlivé.

Protože některé děti do žádné ze tří stylů vazeb nespadaly, popsali Main a Solomon (1990) ještě 4. typ vazby, a to vztah nejistý – dezorganizovaný. Langmeier a Krejčířová (2006) k tomuto typu dodávají, že se u těchto dětí často vyskytovaly neobvyklé až bizarní projevy chování (např. se dítě na určitou chvíli zaseklo a nijak nereagovalo, jindy naopak reagovalo, ale ambivalentně či agresivně). Autorská dvojice (Langmeier & Krejčířová, 2006)

dále uvádí, že v období staršího dětství a dospívání je u těchto dětí zaznamenáno vysoké riziko rozvoje psychiatrických onemocnění.

Na původní Neznámou situaci navázala např. studie s názvem 1978–2008, 40 let Neznámé situace (Simonelli, Moreti, Penta & Maffeis, 2012). Autoři pozorovali 76 dvanáctiměsíčních dětí podle modelu laboratorního procesu Neznámé situace (Ainsworth et al., 2014). Účelem této studie bylo jednak vyhodnotit distribuci vazby dítě–matka v italské kultuře a vzorovou klasifikaci porovnat s ostatními národními a mezinárodními neklinickými vzorky a jednak porovnat klasifikaci vztahové vazby s globálními popisnými vzory za pomoci mikroanalytického kódovacího systému Mary Ainsworthové (angl. *Interactive Behavior Scales*). Výsledky meta-analýzy ukázaly oproti americkému vzorku signifikantně nižší podíl bezpečné vazby a vyšší podíl nejisté vyhýbavé vazby ve vzorku italském.

S upraveným dělením stylů vztahové vazby přišla psycholožka Bartholomew a psycholog Horowitz (1991). V rámci vazby založené na bázi úzkosti a vyhýbání rozlišili typ **jistý** (angl. *secure*), **úzkostně-zaujatý** (angl. *preoccupied*), **bázlivě-vyhýbavý** (angl. *fearful*) a **vyhýbavý distancovaný** (angl. *dismissing*).

Zatímco dimenzi úzkosti definovali jako strach z opuštění a nedostatečné lásky, dimenzi vyhýbání jako zřeknutí se intimity a emocionálního vkladu do vztahu.

Co se týče konkrétního popisu, pro jistý typ je typické nízké skóre v úzkosti i vyhýbání a vyznačuje se důvěrou v sebe sama i jemu blízkých lidí. Proti němu stojí typ bojácný, který má vysoké skóre v úzkosti i vyhýbání, a přestože touží po těsných vztazích, je velmi obezřetný, protože se bojí ublížení nebo odmítnutí jinými. Pro sobecký typ je pak charakteristické nízké skóre ve vyhýbání a vysoké v úzkosti. Sobecký typ je nadměrně ostražitý v interpersonálních vztazích a trápí se tím, že druzí nemusí investovat do vztahu ve stejné míře jako on. Protikladný je pro něj zdrženlivý typ, který vysoce skóruje ve vyhýbání a málo v úzkosti. Současně má tendenci popírat důležitost těsných vztahů, neboť si vysoce cení své nezávislosti (Bartholomew & Horowitz, 1991). Toto dělení vycházející z Bowlbyho teorie se posléze ujalo při aplikaci teorie attachmentu na dospělých jedincích.

Stručně by se dalo říci, že John Bowlby a Mary Ainsworthová a jejich následovatelé považují touhu po vytvoření vazebného vztahu za významnou lidskou potřebu. Ve chvíli, kdy se taková vzájemná vazba podaří, přináší oběma stranám (jak pečující osobě, tak dítěti) pocity štěstí, radosti a vysokou míru subjektivního uspokojení. Dítěti navíc zdařená vazba přispívá k vývoji ve vyrovnanou osobnost. Pokud se však vazba nezdaří, negativně ovlivní nejen jeho momentální život, ale také jeho život budoucí.

Po výzkumech zaměřených na pečující osobu a dítě vyvstala otázka, zda a popř. do jaké míry se projevuje v dětství vyvinutá strategie vztahové vazby v období dospělosti (Křivohlavý, 2013).

1.2 Přenos attachmentu do období dospělosti

Mnohé výzkumy potvrdily přenos stylu vztahové vazby formované v dětství do dospělosti. Na následujících řádcích nabízíme ukázkou těch, které zkoumaly vztahovou vazbu v dospělosti v souvislosti s dalšími psychologickými konstrukty.

Výzkum teorie attachmentu v dospělosti podnítili např. Bartholomew a Horowitz (1991), kteří, jak již bylo referováno, postulovali 4 skupiny stylů vztahové vazby. V rámci své studie nezávisle posuzovali styly vztahové vazby mladých dospělých v rámci jejich původní rodiny a poté prostřednictvím vrstevníků respondentů. Při porovnání našli shodu a dodali, že je tento model stylů vztahové vazby také použitelný při posuzování vztahů v rodině.

Dále např. autoři (Shorey & Snyder, 2006) výzkumu zaměřeného na roli stylu vztahové vazby v oblasti psychopatologie a psychoterapie postulovali, že styly vztahové vazby v dospělosti řídí způsob, jak lidé vnímají a reagují na své prostředí a také jak odlišně reagují na daný typ léčby.

Tématem vztahové vazby klienta k psychoterapeutovi se pak zabýval výzkum z roku 2015 (Lilliengren, Falkenström, Sandell, Mothander & Werbart). V tomto případě se zkoumal vztah bezpečného stylu vztahové vazby k terapeutovi, klientem hodnocené aliance a terapeutického výsledku. Autoři na 70 mladých dospělých podstupujících psychoanalytickou terapii zjistili, že jistý styl vztahové vazby predikuje zlepšování v celkovém fungování klienta. Tato studie naznačila, že vývoj bezpečného stylu vztahové vazby k terapeutovi předznamenává dobré terapeutické výsledky.

Dále byla v oblasti vztahové vazby u dospělých zkoumána souvislost emočního uvědomění s depresivními symptomy (Monti & Rudolph, 2014). Potvrdilo se očekávání, že vyhýbavý a úzkostný styl vztahové vazby negativně koreluje s emočním uvědoměním a pozitivně s depresí. Emoční uvědomění pak s depresí korelovalo negativně. Výzkum poukazuje na možnou intervenci v oblasti emočního uvědomění u depresivních žen s vyhýbavým stylem vztahové vazby s cílem redukovat jejich depresivní symptomy. U úzkostného stylu vztahové vazby nebyla nalezena s emočním uvědoměním významná souvislost.

Na partnerské vztahy se zaměřil např. výzkum zkoumající souvislost úzkostného a vyhýbavého stylu vztahové vazby, pozitivního a negativního náboženského zvládnání a manželského přizpůsobení (Pollard, Riggs & Hook, 2014). Bylo zjištěno, že vyhýbavý partnerský styl vztahové vazby je asociován s menší mírou pozitivního náboženského zvládnání a úzkostný partnerský styl s větší mírou negativního náboženského zvládnání.

Dále bylo ve výzkumu zabývajícím se nezávazným sexem mezi vysokoškolskými studenty (Owen, Rhoades, Stanley & Fincham, 2008) zjištěno, že nejistý styl vztahové vazby není asociován s vyšší pravděpodobností provozování nezávazného sexu.

V dalším výzkumu (Konrath, Chopik, Courtney, Hsing & O'Brien, 2014) provedeném na vzorku více než 25 tisících vysokoškolských studentů bylo nejprve v roce 1988 a poté opakovaně až do roku 2011 zjišťováno procentuální zastoupení stylů vztahové vazby dělených dle Bartholomew a Horowitz (1991). Zatímco procento studentů s jistým stylem vztahové vazby se za období 23 let snížilo o 7,36 %; zastoupení nejistého stylu vztahové vazby (vyhýbavý distancovaný, bázlivě-vyhýbavý a úzkostně-zaujatý styl) o tutéž procentuální hodnotu vzrostlo.

Na vysokoškolské studenty pedagogických oborů se zaměřil výzkum (Prosen & Smrtnik Vitulic, 2012) zkoumající styly vztahové vazby a jejich důležitost pro práci v této profesi. Výsledky ukázaly vysokou úroveň bezpečného stylu vztahové vazby mezi studenty pedagogiky pro 1. stupeň a studenty sociální pedagogiky, zatímco u skupiny studentů předškolního vzdělávání byla úroveň bezpečného stylu vztahové vazby signifikantně nižší. Z celkového souboru vykazovala jistý styl přibližně polovina studentů v každé ze tří porovnávaných skupin. Tato studie poukázala na nejistý styl vztahové vazby (úzkostný

a vyhýbavý) u studentů učitelství pro mateřské školy, u nichž se vyskytoval nejčastěji, a doporučila jejich další zkoumání. Také ukázala na důležitost kvality vztahové vazby jednak pro studium, jednak pro budoucí práci studentů.

Zajímavým zaměřením přispěla výzkumu v oblasti teorie attachmentu také studie sledující přenos vnitřních pracovních modelů vztahové vazby do virtuálního sociálního prostředí (Schönbrodt & Asendorpf, 2012). V tomto výzkumu koreloval styl vztahové vazby participantů s jejich chováním k virtuálním partnerům a partnerkám. Toto zjištění naznačilo možnost přenosu stylu vztahové vazby také do virtuálního prostředí.

Tyto a mnohé další výzkumy tak podpořily myšlenku vztahové vazby v dospělosti a poukázaly na aplikovatelnost této teorie na široké spektrum vztahů – nejen pečujících a romantických, ale také v rámci dalšího sociálního kontextu. V následující podkapitole nyní zúžíme náš zájem na výzkum vztahové vazby v kontextu vzdělávání v zahraničí, na nějž se v této práci zaměřujeme.

1.3 Teorie attachmentu a její charakteristiky v kontextu studia v zahraničí

Po zadání hesel attachment (attachment styles, attachment patterns) a studium v zahraničí nenacházíme v multivyhledávači EBSCO Discovery Service ani v samostatných databázích (např. ProQuest Psychology Database, PsycINFO, Web of Science) žádnou relevantní studii.

Tento jev si vysvětlujeme preferencí zkoumat v oblasti zahraničního studia jiné podoby attachmentu, než představuje vztahová vazba. Tematicky nejbližší studie upřednostňují tzv. place attachment neboli vazbu k určitému místu, často k domovu či k univerzitnímu kampusu (Xu, de Bakker, Strijker & Wu, 2015; Qingjiu & Maliki, 2013). Problematikou place attachmentu se zabývaly některé diplomové práce také v Česku (např. Vojteková, 2013; Darebníková, 2014; Rapošová, 2014; Niesner, 2015). Server theses.cz nabízí tématům vztahové vazby a studiu v zahraničí pouze jedinou práci, kterou blíže představujeme.

Kotrlová (2014) se v rámci své diplomové práce (n = 365) inspirovala vlastní zkušeností ze studia v programu ERASMUS a věnovala se tématu partnerských vztahů na dálku z pohledu vztahových charakteristik včetně vztahové vazby. Zde mj. zjistila,

že vyhýbavý styl attachmentu snižuje u vztahů na dálku míru závazku, spokojenosti a intimity mezi partnery. Za příčinu rozpadů těchto vztahů spatřuje mj. vysokou míru vztahové vyhýbavosti a nízké intimity u ženského pohlaví. U mužů je to dle autorky pocit nízkého závazku. Autorka dále zjistila, že studenti s nízkou mírou vztahové úzkostnosti často nepovažují vztah na dálku za vztah na dálku.

Z výzkumů představených v této kapitole usuzujeme, že lze teorii attachmentu aplikovat na populaci studentů, a to zj. na oblast jejich zahraničních studijních pobytů, kde je tato problematika nedostatečně prozkoumaná.

V současném výzkumu věnujícímu se této oblasti se však objevuje potenciál pro další výzkumný zájem, zvláště co se týče české populace a souvislostí s dalšími psychologickými konstrukty, o nichž píšeme v následujících kapitolách. Z tohoto důvodu se ve druhé kapitole zaměříme na strategie zvládnání stresu u studentů absolvujících zahraniční pobyty.

2 Zvládání stresu

V této kapitole si charakterizujeme stres a psychickou zátěž, odolnost vůči zátěži, zvládání psychické zátěže a s tím spojené pojmy. Zmíníme také současná výzkumná zjištění o copingových strategiích vztahující se k české populaci.

Na psychickou zátěž lze nahlížet v souvislosti s pojmem stres. O obou hovoříme, podléhá-li jedinec různým druhům tlaků. Stres však lze chápat dvěma způsoby – jednak jako situaci, při níž se jedinec nachází vlivem nepříznivých životních podmínek pod tlakem, jednak jako samotné faktory, které tento stav vyvolávají (Křivohlavý, 2009).

Dle Selyeho terminologie (Selye, 1983) lze rozlišovat stres na dva typy: **eustres** (optimální míra zátěže, příjemná, žádoucí) a **distres** (neoptimální míra zátěže, nadměrná, zatěžující) (Křivohlavý, 2010). Dle Paulíka (2010) je možné rozumět stresu, resp. distresu jako specifické variantě psychické zátěže. Jedná se podle něj o stav, kdy zátěž překročí únosnou hranici adaptačních schopností organismu jedince v určitých podmínkách.

Jednotlivé podněty zátěžové situace, které krátkodobě či dlouhodobě převyšují hranici odolnosti jedince, nebo jeho odolnost využívají v minimální či nulové míře, označujeme jako **stresory**. Tyto lze rozdělit na stresory reálné a potenciální. Reálné stresory představují aktuálně ohrožující a rušivé faktory. Potenciální stresory si lze představit jako situační aspekty, které mohou při určité intenzitě, frekvenci, kumulaci nebo době trvání vyvolat stres (Paulík, 2010).

Přehodnocení potenciálních stresorů na stresory reálné ovlivňují tyto faktory:

- Subjektivní hodnocení jedince (hodnotí vnější podmínky, možnosti intervence a situaci zvládnout),
- Individuální osobnostní charakteristiky (odolnost, pracovní kapacita, vysvětlující styl, intelekt, neuroticismus, konstruktivní myšlení apod.),
- Způsob vyrovnávání se se zátěží (zvládání zátěže, obranné reakce),
- Přítomnost či nepřítomnost nepříznivých životních událostí (životní změny apod.),
- Stávající zkušenosti jedince se stresem,
- Sociální opora,
- Sociální status (Paulík, 2010).

Stresové situace pak představují momenty, kdy kladené nároky výrazně převyšují osobnostní dispozice jedince, či v jejich důsledku k využití osobnostních dispozic souvisejících s adaptačními schopnostmi vůbec nedojde. V tomto kontextu hovoříme o **salutorech** neboli o těch faktorech, které pomáhají stresovou situaci zvládat (Křivohlavý, 2010). Salutory tedy zvyšují psychickou odolnost – posilují, povzbuzují, dodávají sílu a podporují výdrž při zápasu se stresem. Může jimi být pociťovaná smysluplnost vykonávané činnosti, přesvědčení o významu vlastního snažení, pochvala či uznání od druhých apod. (Křivohlavý, 2009).

V odborné literatuře se lze setkat také s anglickým termínem *uplifts* (doslovně „zvedáky“), které Křivohlavý (2009) překládá jako „posily“. Tento pojem vystihuje situace, které obrazně „staví na nohy“. Např. obdržení dobrých zpráv či přítomnost pozitivní sociální opory (tamtéž).

2.1 Odolnost vůči zátěži

Psychickou odolnost jedince ovlivňují vedle schopnosti zvládat zátěž a faktorů, které na odolnost přímo působí, také osobnostní charakteristiky jedinců. Ukázalo se, že některé osobnostní charakteristiky hrají významnou roli v obou směrech při řešení stresových situací. Některé charakteristiky pomáhají zátěž zvládat lépe, jiné stresovou situaci naopak komplikují (Křivohlavý, 2009).

Odolnost v zátěžových situacích označuje pojem **resilience** neboli nezdolnost (Langmeier & Krejčířová, 2006). Jedná se o protiklad zranitelnosti. Vyjadřuje míru houževnatosti, nezlomnosti a schopnosti rychle se vzpamatovat z náročné životní situace. Toto pojetí odolnosti objevila vývojová psycholožka Emmy Wernerová při pozorování chudých dětí na ostrově Kauai. Zaujalo ji, že třetina těchto dětí dospěla v kompetentní jedince. Vděčily za to především kombinaci autonomie se schopností požádat o pomoc v náročných situacích druhé. V dětství u nich byly také pozorovány zájmy vzbuzující v nich radost, emocionální citlivost, schopnost dobře komunikovat, zvládat problémy a obecně víra ve své schopnosti. Ačkoliv obvykle ve školním prostředí nepatřily mezi nejchytřejší děti, byla u nich zaznamenána vysoká míra sebehodnocení (self-esteem). Tu podporovali zejména dospělí pečovatelé (Křivohlavý, 2009).

Dalším významným konstruktem v oblasti odolnosti vůči zátěži je **hardiness**. Susan Kobasová se zaměřila na vedoucí pracovníky střední sociální vrstvy. Porovnávala jedince, kteří měli v zaměstnání vyšší míru absence z důvodu nemoci a zažili množství stresu, se skupinou jedinců, kteří naopak stresu zažili méně. Na základě svého zkoumání dospěla ke 3 osobnostním charakteristikám, v nichž se lišili: řízení a kontrola dění (control), oddanost (commitment) a chápání těžkostí jako výzvy (challenge). Tyto vlastnosti zaštitila Kobasová termínem hardiness ve smyslu osobnostní tvrdosti (Křivohlavý, 2009). Jedincům vykazující vyšší úroveň hardiness byla ve výzkumech naměřena nižší míra distresu a vyšší míra sebeovládání. Tito respondenti častěji využívali aktivní copingové strategie na úkor pasivity a vyhýbavým tendencím vůči zátěži. Byli charakterizováni jako osoby o sebe lépe pečující, s lepším somatickým i psychickým zdravotním stavem, lepším zvládnutím následků po kardiologických operacích a častějším využíváním sociální opory (Paulík, 2010).

Třetím významným konstruktem, který zde považujeme za důležité zmínit, je odolnost v podobě **koherence**. Izraelsko-americký sociolog Aaron Antonovsky se zabýval vlastnostmi, které pomohli Židům přežít holokaust. Souhrnně tyto charakteristiky nazval pojmem koherence (sense of coherence). Tvoří ji opět 3 složky v podobě dimenzí (tj. mají záporný a kladný pól): srozumitelnost situace, smysluplnost boje a zvládnutelnost úkolu. Srozumitelností Antonovsky rozumí chápání světa, věcí i lidí jako něčeho logicky pochopitelného. Jedinci s kladnou hodnotou srozumitelnosti vnímají funkce a hodnotu jednotlivých věcí a lidí. Pro jedince se zápornou hodnotou srozumitelnosti pak představuje svět spíše mozaiku poskládanou z nesourodých střípků. Smysluplnost Antonovsky popisuje jako motivaci jedince směřovat k určitému životnímu cíli. V pozitivním pólu si ji lze představit jako přesvědčení jedince o smysluplnosti aktuálně prožívané situace a jejího řešení. V negativním vypadá jako odcizení (alienation), citová neangažovanost na dění a jeho příčině. Poslední, zvládnutelnost je definována jako vnímání jedince svých možností, kterými disponuje ke zvládnutí kladených požadavků. Kladný pól charakterizuje povědomí o adekvátnosti sil a možností vlastních, ale i lidí v okolí, které přispívají k řešení situace (Křivohlavý, 2009).

2.2 Obranné mechanismy

Do problematiky psychické zátěže spadá téma obranných mechanismů, které přinesla psychoanalýza. Jedná se o psychické procesy, zj. nevědomé obranné postupy Ega, sloužící k odstranění úzkosti a intrapsychických konfliktů osobnosti (Cakirpaloglu, 2012). Křivohlavý (2002b, 106) vyzývá k opatrnosti při jejich hodnocení a dodává, že jde o „často klamné, iluzorní, fantastické, realitu nerespektující a někdy až matoucí formy zvládnání životních těžkostí.“ Jedinec se se zátěžovou situací za pomoci obranných mechanismů vyrovnává na nevědomé úrovni, reakci nepředchází zhodnocení situace a jejím výsledkem je automatické chování (Paulík, 2010).

Mezi nejznámější druhy obranných reakcí patří represe, suprese, regrese, inverze, popírání, introjekce, racionalizace a intelektualizace, sebeobviňování, externalizace viny, identifikace, projekce, přesun, reaktivní výtvar a sublimace (Křivohlavý, 2002b; Cakirpaloglu, 2012).

Represe znamená vytěsnění z vědomí reálných obsahů (např. traumat), které jsou vnitřní cenzurou potlačeny a vytěsněny z vědomí jedince. **Supresi** představuje záměrné a vědomé potlačení obsahů, které by za normálních okolností byly ve vědomí (např. zastírání skutečného děje silou vůle). **Regrese** je charakterizována jako sestup jedince na vývojově nižší úroveň (dospělý jedinec např. začne trucovat, stáhne se do sebe). **Inverzí** se rozumí opačné chování, než je očekáváno (např. si jedinec místo verbalizace, že trpí bolestí, hraje na hrdinu). **Popírání** definujeme jako zakázání si myslet na určité obsahy, hovořit o nich, slyšet je apod. **Introjekce** znamená promítání starostí druhých do vlastního života (např. přisvojování si jejich životních problémů, jako by byly vlastní).

Racionalizace a **intelektualizace** představují podobné obranné mechanismy. V případě racionalizace se jedná o aplikaci rádooby moudrých důvodů na obhájení konání nemoudrých věcí. Intelektualizace je charakterizována jako hledání intelektuálních důvodů pro konané nesmyslnosti. K **sebeobviňování** dochází, obviňuje-li se např. jedinec v nadměrné míře za svůj zdravotní stav kvůli svému dřívějšímu jednání. **Externalizace viny** se naopak projevuje jako snaha vinit druhé za to, co se s daným jedincem děje.

Identifikace spočívá ve ztotožnění se jedince s jiným člověkem. **Projekci** pak představuje promítání vlastních neúspěchů, viny a dalších nežádoucích vlastností druhým

lidem (např. přisuzování druhým vlastních chyb). **Přesun** se projevuje jako útočná obrana vůči méně nebezpečným jedincům či objektům, která usnadňuje ventilaci frustrace. **Reaktivní výtvor** způsobuje přeměnu nepříjemných pocitů či tendencí v jejich společensky přijatelný opak (např. jedinec přemění svou nevědomou nenávist v lásku). Poslední, **sublimace**, představuje vyspělou obranu spočívající v přeměně nepříjemných tendencí jedince v sociálně prospěšné pocity, motivy nebo činy (Křivohlavý, 2002b; Cakirpaloglu, 2012).

Paulík (2010) řadí mezi obrany využívané při zátěži také **naučenou bezmocnost** (Seligman, 1972). Tato spočívá v přesvědčení jedince, že je bezvýznamné řešit problémové situace vlastním úsilím, a tak se chrání před potenciálním selháním předstíranou neschopností a slabostí.

Na závěr Paulík (2010) přidává strategii **záměrného sebeznevýhodňování**, která probíhá na rozdíl od většiny zmíněných obranných mechanismů na vědomé úrovni. Tato strategie představuje defenzivní manévr před možným neúspěchem a následným obviněním ze strany okolí z neschopnosti.

2.3 Coping a copingové strategie

Anglický termín coping (z angl. *to cope* = zvládnout, vyrovnat se s něčím) je již v české literatuře rozšířený a nepřekládá se (Špatenková, 2004). Jak uvádí Cimrmannová (2013, 22), používá se jako označení pro „*zvládání zátěžových situací a krizí*.“ Osvojením si vhodných technik a postupů snižujících psychickou zátěž je možné posilovat odolnost jedince (Vymětal, 2009).

Americký psycholog Lazarus (1966), známý díky celoživotní práci na tomto poli, definuje coping jako proces řízení vnějších a vnitřních faktorů, které jedinec pociťující stres hodnotí jako ohrožující.

Lazarus dále přibližuje coping prostřednictvím 4 tvrzení:

- Nejedná se o jednorázovou záležitost, ale o dynamický proces;
- Nejde o automatickou reakci;
- Vyžaduje určitou vědomou snahu a námahu;
- Jde o snahu řídit dění (Křivohlavý, 2009).

Od obranných mechanismů se coping liší tím, že probíhá na vědomé úrovni, dochází při něm ke zhodnocení situace a vlastních možností a výsledkem je promyšlené chování (Cimrmanová, 2013; Paulík, 2010). Cimrmanová (2013) dále vysvětluje, že ke copingu dochází na základě souhry životních požadavků, snaže porozumět jim a reagovat na ně.

Coping se taktéž liší od pojmu adaptace, která se představuje zvládnání zátěže jako takové. Copingu lze v užším smyslu rozumět jako již speciálnímu mechanismu uplatňujícímu se v situacích, kdy je míra zátěže výrazně vyšší či nižší vzhledem k odolnosti jedince, a je tedy zapotřebí vyvinout zvýšené úsilí k jejímu zvládnutí (Paulík, 2010).

Lazarus a Folkmanová (1984) za copingové strategie považují činnosti zaměřené na vyrovnávání se se situací subjektivně vnímanou jako zátěžovou a přesahující možnosti daného jedince. Janke a Erdmannová (2003) hovoří o copingových strategiích jako o plánovitých či neplánovitých „způsobech“ zpracování stresu, které na vědomé či nevědomé úrovni směřují k jeho zmírnění nebo ukončení.

U copingových strategií se lze setkat se synonymy strategie zvládnání stresu, zvládnání, zvládací strategie, strategie při zpracování stresu, taktiky zvládnání, techniky zvládnání apod. (Janke & Erdman, 2003; Křivohlavý, 2002a; Křivohlavý, 2002b; Křivohlavý, 2009; Paulík, 2010). Proces zvládnání zátěže může být v odborné literatuře pojmenován jako čelení stresu, moderování stresu nebo stress management (Křivohlavý, 2009).

Paulík (2010) rozlišuje copingové strategie a copingové styly. Copingovými styly rozumí (tamtéž, 81) „*obecnější, stabilnější charakteristiky chování v zátěžové situaci více osobnostně zakotvené a podložené i vrozenými činiteli.*“ V tomto případě lze na copingové styly nahlížet jako na charakteristické tendence jedince, které u něj lze ve stresových situacích očekávat. Copingové strategie oproti tomu Paulík (tamtéž) chápe jako situačně podmíněné volby postupů. V jeho pojetí jsou tedy copingové styly obecnější a vyznačují se trvalou preferencí určitých strategií zvládnání zátěže.

Mezi významně zkoumané copingové styly se řadí dvojice **vyhýbání se stresu** neboli avoidant style a **stavění se na odpor stresu** neboli confrontative či vigilant style. Copingový styl vyhýbání se stresu se vyznačuje tendencí uniknout stresovým situacím, minimalizovat je. Tento přístup může být užitečný zj. v případech, kdy očekáváme, že bude stres probíhat krátkodobě a v menší míře. Naopak styl stavění se stresu na odpor se projevuje aktivní

konfrontací jedince s tím, co jej ohrožuje a může být výhodný u opakujícího se a déle trvajícího stresu (Holahan & Moos, 1987). Vyhýbavý styl je dále častý u jedinců nedisponujících dostatečnými zdroji (finančními, zdravotní potíže, vyšší věk) k dlouhodobému zvládnání (Křivohlavý, 2009).

Z copingových stylů dále můžeme zmínit **sebeznehodnocující styl**. Typicky jej využívají jedinci, kteří v situaci ohrožení očekávají neúspěch. Jejich reakcí je veřejná proklamace vlastních indispozic či jiných omluv a výmluv, které brání tomu, aby situaci zvládl. Sebeznehodnocujícím stylem je např. prohlašování, že jde o nevyrovnaný boj, bránění se, že není možné v dané situaci uspět kvůli zdravotním potížím apod.

Podle Křivohlavého (2010) se projevují při zvládnání stresu dvě činnosti. První se snaží odstranit stresory a druhá sleduje posilování vlastních sil pro boj se stresem. Toto lze přirovnat k rovnováze na miskách vah – je-li na jedné straně potřeba něco ubrat (zátěž), musí se na straně druhé přidat (mechanismy přispívající k odstraňování či minimalizaci stresu).

V duchu této myšlenky nabízí Vymětal (2009) dělení na krátkodobé a dlouhodobé strategie zvládnání stresu. Zatímco krátkodobé strategie cílí na okamžitou redukci stresové reakce organismu, dlouhodobé strategie mají za úkol snížit samotnou míru prožívané zátěže. Souvisí tak se zdravým životním stylem, rozvojem zájmů, schopností relaxovat a plánovat čas, ale i s analýzou problémů a jejich řešením. Mezi **krátkodobé strategie zvládnání stresu** jmenovitě řadí práci s dechem, vodu, pohyb, vnitřní monolog, záměrný odklon pozornosti jinak a čas (např. „počítání do deseti“). Jako **dlouhodobé strategie zvládnání stresu** uvádí správnou životosprávu; plánování; kontrolu a případnou změnu přístupů vyvolávajících stres; analýzu problému a osvojení si systematického řešení problémů; kognitivní přerámování; pěstování zájmů a zálib; pohyb, pravidelnou tělesnou činnost; péči o mezilidské vztahy a otevřenou komunikaci; rozšiřování schopností, dovedností, kvalifikace, kompetence a relaxační cvičení.

Průkopník tématu copingu Lazarus (1966, in Paulík, 2010) popsal ve své práci 4 druhy copingových strategií vůči obtěžujícím a rušivým fenoménům, které označuje jako *noxy*. Prvním je útok na noxy, druhý tvoří různé druhy aktivit směřujících k posilování vlastní

obranyschopnosti vůči noxám, třetím typem je vyhýbání se noxám a čtvrtým apatie (pocity beznaděje, deprese, bezmocnosti).

Mezi nejčastěji uváděné strategie zvládnání stresu patří strategie zaměřené na emoce, strategie zaměřené na problém (obě vycházející z Lazarusovy práce), strategie zvládnání přiblížením a strategie zvládnání vyhnutím. **Strategie zaměřené na emoce** se koncentrují na minimalizaci nepříjemných pocitů, jako jsou např. pocity viny nebo snaha nemyslet na to. Naopak **strategie zaměřené na problém** upřednostňují řešení problému a pomocí myšlení řešit postupy. Může se jednat např. o vyhledávání informací, hledání sociální opory, sebeovládání, distancování se, přijetí osobní odpovědnosti za dění apod. Podobné jsou **strategie zvládnání přiblížením**, které se snaží problém analyzovat, zabývají se jím. V tomto se překrývají s předchozími strategiemi. Oproti tomu rozlišujeme také **strategie zvládnání vyhnutím**, které charakterizuje tendence problému se vyhnout, např. jeho popřením či neochotou o něm mluvit (Křivohlavý, 2010; Paulík, 2010).

V této kapitole je vhodné uvést, že úspěšné zvládnutí těžkostí, byť s optimálně zvolenými strategiemi, se někdy neobejde bez své daně (cost of coping). Tento ukazatel představuje změny, které nastaly vlivem prožívaného stresu; vtiskly se do života jedince za cenu dobrého vyrovnání se s těžkostmi. Příkladem může být snížení funkce imunitního systému po zvládnutí stresové události (Křivohlavý, 2009).

2.4 Copingové strategie českých studentů

Výzkumem copingových strategií mezi českými studenty se v poslední době zabývala nejedna práce. V následujících odstavcích si představíme výsledky vybraných studií.

Kvintová (2011) ve své dizertační práci uvádí, že studenti (n = 522) využívají v pojetí dotazníku SVF 78 (Janke & Erdmann, 2003) pozitivní strategie kontroly (tj. kontrolu situace, kontrolu reakce a pozitivní sebeinstrukce) v menší míře než nestudentská populace. Dále zaznamenala obecnou preferenci využívání pozitivních strategií u mužů a preferenci strategií negativních u žen.

Josífková (2013) se zabývala úspěšností a spokojeností vysokoškolských studentů (n = 161) a souvislostí s osobnostními faktory zvládacími strategiemi. Jako hlavní cíl práce

autorka uvádí bližší prozkoumání souvislostí studijní úspěšnosti a spokojenosti v období studijní zátěže, zj. zkoušek. K posouzení copingových strategií použila taktéž dotazník SVF 78. Autorka se pomocí shlukové analýzy pokusila o rozdělení studentů do 4 skupin, které se mj. lišily také ve schopnosti zvládnání stresu. Zde představujeme její členění spolu s uvedením převládajících copingových strategií:

- „Student úzkostný, neurotický, s rysy maladaptace“ (převaha negativních copingových strategií),
- „Student s nepříliš výraznými charakteristikami, průměrný“ (převaha potřeby sociální opory a vyhýbání se),
- „Student sebeúčinný s nízkou mírou stresu, strategický, spokojený“ (převaha pozitivních copingových strategií),
- „Student zvědavý, ale nesevdomitý, nestrategický, málo spokojený – s ničím si příliš neláme hlavu, ale občas ho nepříjemné pocity dostihnou“ (převaha negativních copingových strategií).

Jeřábková (2016) se ve své magisterské práci věnovala stresu u studentů, které čekaly státní závěrečné zkoušky. Dospěla ke zjištění, že studenti, kteří v SVF 78 preferují potřebu sociální opory, vykazují signifikantně vyšší míru úzkosti. Autorka tento výsledek komentuje, že je v rozporu se závěrem zahraniční studie (Kurt, Balci, Kose, 2014), kteří zjistili, že sociální kontakty studentů signifikantně snižují míru úzkosti.

Příručka SVF 78 (Janke & Erdmann, 2003, 14) však subtest Potřeba sociální opory definuje jako: *„tendenci jedince, který si při stresu přeje navázat kontakt s druhými, aby získal podporu při zpracování nebo řešení problému.“* A dále (tamtéž, 14): *„Tendence hledat sociální oporu může být jednak výrazem spíše pasivně rezignačních, bezmocných postojů...“* Autoři této metody tedy připouští, že může vyhledávání sociální opory souviset s pocitem bezmoci. Ta může být dle našeho názoru provázaná s úzkostmi jedince. Navíc je poněkud rozdílné, zda jedinec obecně udržuje bohaté sociální kontakty, tedy i v období psychické zátěže, či zda je úmyslně vyhledává za účelem získání opory ve stresových situacích.

V následující kapitole si představíme motivaci. Zaměříme se především na motivaci studentů vycestovat za zahraničním studiem.

3 Motivace

V této kapitole si představíme pojem motivace a s ním související teoretická východiska. Neopomeneme ani výzkumná zjištění z oblasti motivace studentů k účasti na zahraničních studijních pobytech.

Pojem **motivace** pochází z latinského slovesa *movere* mající význam uvádět v pohyb, pohybovat (Vysekalová, Komárková, Herzmann & Herink, 2012; Preiss & Křivohlavý, 2009). Motivace znamená „něco uvést v pohyb tak, aby to poté určitým směrem postupovalo“ (Preiss & Křivohlavý, 2009, 16). Lze ji chápat jako vnitřní síly vedoucí k našemu jednání. Mají tedy určitý směr, intenzitu a ovlivňují délku trvání motivované činnosti (Vysekalová et al., 2012). Cakirpaloglu (2012, 180) definici motivace shrnuje jako „proces spouštění, zaměření a regulace aktivity člověka na objekty a cíle.“

Říčan (2010) hovoří o dvou základních (homeostatických) modelech lidské motivace. Prvním je **model nedostatku** (vakua), který vyjadřuje pocit prázdnoty a touhu po naplnění (např. potřeba potravy, pití, vzduchu aj.). Jako druhý uvádí opačný **model vybití** (přetlaku). V tomto případě se dosahuje pocitu naplnění vzdáním se něčeho (např. potřeba odreagovat se). Oba tyto modely předpokládají, že jejich naplněním dojde k homeostatickému vyrovnání.

K motivaci se vztahuje výraz **motiv**, který je jejím „základním vnitřním zdrojem“ (Výrost & Slaměník, 2008, 147). Motiv označuje spouštěcí sílu či psychickou tendenci, která stimuluje osobnost k relevantní aktivitě, tedy k cíli. Podle Říčana (2010) bývá čin často determinován vícero motivy najednou.

Motivy se nejčastěji dělí na **vrozené** a **získané**, primární a sekundární či na biologické a sociální (Cakirpaloglu, 2012). Vrozené motivy představují základní biologické a fyziologické potřeby, které určuje heredita a genetická výbava jedince. Oproti tomu získané motivy zahrnují nové tendence vyvíjené v průběhu života.

Vrozené motivy lze alternativně označovat jako **primární** a získané jako **sekundární**. Primární motivy lze současně chápat také jako pro člověka stěžejní z hlediska existence. V tomto pojetí bychom mezi ně mimo biologické potřeby řadili také motivy sociální (zj. afiliace), bezpečí a další (Cakirpaloglu, 2012).

Biologické motivy zaštiťují veškeré vrozené potřeby organismu, které vychází z genetické výbavy jedince. Existují také biologické potřeby vznikající až prostřednictvím osvojení v kontextu sociální interakce (např. potřeba nikotinu, alkoholu). **Sociální** motivy představují potřeby, které lze uspokojit pouze v sociálním prostředí. K jejich naplnění tedy dochází díky jiným lidem, skupinám či společenským institucím (Cakirpaloglu, 2012).

Motiv má obecnější význam než pojem **potřeba**. Tu chápeme jako vnitřní stav určitého přebytku či nedostatku v organismu (Cakirpaloglu, 2012). Nejzákladnějšími potřebami jsou, podobně jako je tomu u motivů, potřeby fyziologické. Tyto rozlišujeme na primární a sekundární (Říčan, 2010). Mezi primární potřeby patří např. potřeba kyslíku, vody nebo potravy. K sekundárním fyziologickým potřebám řadíme potřeby vzniklé návykem, např. potřeba alkoholu.

3.1 Motivace studentů ke studiu v zahraničí

V souvislosti s globalizací světa nabývá na významu zkušenost se studiem v zahraničí. Motivací ve smyslu faktorů přispívajících k rozhodnutí učinit či neučinit tento krok se u studentů již zabývala nejedna studie (NguyenVoges, 2015). Zde si uvedeme výsledky vybraných výzkumných prací.

Na úvod je však nutno podotknout, že jsou tyto studie zpravidla postavené na zkoumání jednotlivců, kteří o studium v zahraničí zájem buďto projeví, nebo neprojeví. Výzkumy se tedy táží, proč se studenti rozhodli daným způsobem. Tento přístup umožňuje predikci pravděpodobnosti studentů zapojit se do některého z programů zahraničního studia, avšak nedokáže podrobněji vysvětlit zdroje vedoucí k jejich motivaci (NguyenVoges, 2015). Z praktického hlediska dáváme v této práci přednost výzkumu motivačních faktorů před vysvětlováním zdrojů motivace.

Z metaanalýzy tytéž autorky (NguyenVoges, 2015) zabývající se výzkumy motivace ke vzdělávání v zahraničí u studentů ze Spojených států amerických vyplynula shoda. Popsaní výzkumníci dospěli ke společnému závěru, že motivaci k zahraničnímu studiu ovlivňují sociální sítě.

Nyaupane, Paris a Teye (2011) se také zaměřili na studenty Spojených států amerických (n = 136), kteří absolvovali letní studium v jiné zemi. Autoři v rámci tohoto výzkumu extrahovali 4 motivační faktory ke vzdělávání v zahraničí:

- Cestování do zahraničí (např. poznat jinou zemi, kulturu, lidi),
- Únik (např. odejít ze stresové situace, sociálních vazeb, každodenního života),
- Sociální (např. cestování s přáteli, nakupování věcí v dané zemi),
- Akademická (např. získat kredity, prozkoumat kariérní možnosti).

Lane-Toomey a Lane (2012) využily výhod smíšeného designu a pomocí dotazníkového šetření (n = 601) kombinovaného s ohniskovou skupinou (n = 76) oslovily studenty ze Spojených států amerických. Zjišťovaly, co je motivovalo k volbě zahraničního studia v oblasti Blízkého východu a severní Afriky. Jako nejvýznamnější motiv se jevil jasný záměr těchto studentů pracovat v budoucnu ve vládní sféře. Tímto směřováním se lišili od studentů, kteří si vybrali běžnější destinace. Dále byli často motivováni neobvyklou zahraniční zkušeností, kterou vnímali jako výzvu, porozuměním dané kultuře a prodloužením studia vzhledem k nestabilnímu trhu práce. Více než 80 % respondentů v tomto výzkumu také jako motiv uvedlo zlepšení jazykových dovedností.

Sánchez, Fornerino a Zhang (2008) se zabývaly souvislostí mezi motivací studentů ze Spojených států amerických, Číny a Francie a jejich úmyslem studovat v zahraničí. Zjistily, že se některé motivační faktory u studentů ze všech tří zemí shodují, ale liší se souvislost mezi motivací a samotným úmyslem – vztah v tomto případě moderovala proměnná pojmenovaná jako míra bariér.

V čínském výzkumu (Yi, 2001) zaměřeném na motivaci ke studiu v zahraničí u vysokoškolských a středoškolských studentů (n = 650) bylo zjištěno, že tito studenti doufají, že se jim v zahraničí dostane lepšího vzdělání a porozumění jiným kulturám. Dále věří, že v budoucnu naleznou lepší zaměstnání.

V tomto výzkumu (Yi, 2001) bylo také zjištěno, že se studenti pro tuto zahraniční zkušenost rozhodují na základě přání svých rodičů. Oba rodiče čínských studentů se ve svém názoru shodovali a čím vyššího dosáhli oni sami vzdělání, tím více si toto pro své děti přáli. Nejvíce tomu byli nakloněni rodiče zaměstnaní na odborných a technických pozicích, podnikatelé, korporátní pracovníci aj. Nejméně pak např. rodiče zaměstnaní

v armádě či u policie. Motivaci ke studiu v zahraničí ovlivňovala také finanční situace rodiny, tendence emigrovat a konexe v zahraničí.

Čínským vzorkem se zabývala také dvojice autorek (Griner & Sobol, 2014), která zkoumala vliv globalizace na motivaci univerzitních studentů (n = 642) ke studiu v zahraničí. Pomocí smíšeného přístupu stanovila 5 motivačních faktorů:

- Osobnostní dynamiku (touha po zahraničním vzdělání, kariéře a sociální statutu),
- Reverzní motivaci (faktory držící čínské studenty v rodné zemi),
- Rodičovský vliv (přání po zahraniční zkušenosti ze strany rodičů),
- Globalizační persúaze (světový vliv na zájmy studentů, westernizace Číny apod.),
- Odlehlé faktory (arbitrární vlivy na motivaci, např. znalosti o možnostech studia).

Tak jako v předchozím výzkumu (Yi, 2001) byl i zde shledán jako významný motivační faktor vliv rodičů. Autorky zde dále podtrhují vliv globalizace a učení se cizím jazykům. Podle nich pokročilá a vyšší úroveň jejich znalosti snižuje obavy ze zahraničního studia.

Bokareva (2014) mapovala motivaci ke vzdělávání v zahraničí mezi ruskými studenty (n = 149). Z výpovědí 118 jedinců, kteří o něj projevili zájem, sestavila pomocí indukční metody 5 obecných motivů. Tyto motivy měli studenti následně za úkol posoudit dle subjektivní významnosti na škále od 1 do 5 (1 = nejméně motivující, 5 = nejvíce motivující). Z výsledků vyplynulo, že se mezi nevlivnější motivy u ruských studentů řadí záměr:

- Získat zkušenost s jinou kulturou,
- Emigrovat,
- Získat diplom na zahraniční univerzitě.

V tomto výzkumu (Bokareva, 2014) bylo dále zjištěno, že se ruští studenti o možnost studia v zahraničí zajímají z důvodů: nedostatečně rozvinuté profesní oblasti v jejich zemi a úmyslem přinést do Ruska znalosti.

Tagg (2014) realizoval rozhovory se studenty ze zahraničí (n = 2677), kteří se rozhodli vystudovat doktorát na novozélandské univerzitě. Ukázalo se, že byl Nový Zéland jako destinace první volbou pro 64 % studentů. Tuto preferenci zapříčinila bezpečnost země, kvalita a uznávání kvalifikací a nákladů z Nového Zélandu. Z výzkumu také vyplynulo, že pro studenty ze Západu na rozdíl od asijských bylo důležité cestování, příroda a životní

styl založený na učení se zkušeností. Naopak asijští studenti vyhledávali kariérní rozvoj a příležitosti.

Jiné výzkumníky (Chirkov, Vansteenkiste, Tao & Lynch, 2007; Chirkov, Safdar, Guzman & Playford, 2008) zajímalo, co motivovalo ke studiu v Belgii a v Kanadě studenty z jiných zemí (1. studie n = 122 a 98, 2. studie n = 228 a 72). V obou výzkumech dospěli ke konzistentnímu závěru, že autonomní motivace jedince studovat v zahraničí predikuje schopnost přizpůsobit se v kterékoli době během akademického roku.

Zajímavé výzkumné pojetí realizoval mezi zahraničními studenty (n = 20) Hernández (2010). Teoreticky vycházel ze dvou typů motivace k učení druhého jazyka dle Gardnera a Lamberta (1959), kteří rozlišili motivaci na:

- Integrativní (tj. motivace učit se druhý jazyk za účelem interakce s lidmi mluvícími tímto jazykem),
- Instrumentální (tj. motivace učit se druhý jazyk z pragmatických důvodů, např. kariérních).

Hernández (2010) svým výzkumem mj. přispěl tím, že našel pozitivní korelaci mezi integrativní motivací zahraničních studentů a jejich interakcí s kulturou druhého jazyka.

Na závěr představujeme výzkum (Novak, Slatinšek & Devetak, 2013) motivace studentů ke studiu v zahraničí (n = 288), kteří se v letech 2006–2011 účastnili programů zahraniční mobility. Studenti sestávali ze tří evropských zemí – Německa, Norska a Slovinska. Na základě zjištění se autoři shodují, že je většina těchto studentů motivována ziskem zkušeností se samotným studiem v zahraničí a dále ziskem životních zkušeností.

3.2 České výzkumy motivace studentů k zahraničním studijním pobytům

V Česku se dle stránky theses.cz zabývala motivací studentů k zahraničnímu studijnímu pobytu v programu ERASMUS jediná diplomová práce (Kudlová, 2014). Zde autorka uvádí (tamtéž, 11), že ačkoliv uchazeči píšou motivační dopis, je zjišťování jejich skutečné motivace komplikované, neboť zůstává mnoho motivů zatajeno. Autorka porovnávala studenty (n = 100) Univerzity Karlovy a Vysoké školy ekonomické v Praze. Obě skupiny vykazovaly velmi podobné četnosti u jednotlivých motivů. Nevýhodou této práce je, že autorka blíže nespécifikuje způsob získávání a analýzy těchto dat. Lze se jen domnívat,

že se jedná o kvalitativní analýzu (metodu vytváření trsů) odpovědí u otázky tázající se na motivaci v dotazníku pro absolventy výjezdu. S přihlédnutím na sníženou výpovědní hodnotu zde uvádíme kvůli doposud omezenému výzkumu v oblasti zahraničních studijních pobytů dílčí výsledek její práce. Jako nejčastější důvody k absolvování programu ERASMUS uváděli studenti UK a VŠE tyto (vybírali jednu či více možností):

- Získání životní zkušenosti (UK 49 a VŠE 45 respondentů),
- Zlepšení jazykových schopností (UK 41 a VŠE 38 respondentů),
- Prohloubení odborných znalostí (UK 34 a VŠE 33 respondentů),
- Lepší profesní uplatněním v budoucnosti (UK 28 a VŠE 33 respondentů).

Dále se okrajově zabývala motivací studentů ke studiu v zahraničí bakalářská práce (Philippi, 2012) zaměřená na absolventy programu ERASMUS Mundus, který se liší od programu ERASMUS, resp. ERASMUS+. Do průzkumu se zapojili absolventi programu zahrnující studenty a jednoho zaměstnance (n = 67). Respondenti pocházeli jak z evropských, tak izraelských institucí. Na otázku motivace nejčastěji odpovídali:

- Změna studijního prostředí a naučení se novým přístupům (39 % respondentů),
- Získání nových hodnotných zkušeností pro budoucí studium nebo práci (36 %),
- Poznávání nových kultur (31 %),
- Poznávání nových lidí (13 %),
- Učení se novému jazyku (13 %),
- Zdokonalování se v jazyce (10 %),
- Poznávání nové země a cestování (10 %).

Jako méně významný motivační faktor se jevílo poznání sama sebe (3 %) a stipendium (1 %). Žádnou motivaci uvedlo 1 % respondentů.

Po představení výsledků této bakalářské práce uzavíráme kapitolu o motivaci. Na závěr lze na základě probádané odborné literatury konstatovat, že jde v Česku oproti jiným zemím (zj. evropským) o nedostatečně probádané téma.

4 Zahraniční mobilita

Vzhledem k zaměření této diplomové práce na zahraniční studijní pobyty považujeme za důležité vysvětlit základní pojmy s nimi spojené. V této kapitole si představíme terminologii a programy Filozofické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, které umožňují studentům absolvovat vzdělávání v zahraničí.

Studentům a dalším pedagogickým i nepedagogickým pracovníkům jsou poskytovány programy, které podporují širokou škálu aktivit v zahraničí – výzkumné, vzdělávací, dobrovolnické aj. Všechny tyto možnosti zaštiťuje pojem **zahraniční mobilita**. Do zahraniční mobility tedy spadají studijní krátkodobé i dlouhodobé pobyty, výzkumné či pracovní stáže, konference, semináře, zahraniční cesty, dobrovolnická činnost aj. Zahraniční mobilita dále zahrnuje jednak pohyb vlastních studentů a pracovníků do zahraničí, jednak přijetí studentů a pracovníků ze zahraničí.

Na Filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci se zahraniční mobilitou vlastních i zahraničních studentů či pedagogů zabývá Oddělení pro zahraniční záležitosti.

4.1. Zahraniční studijní pobyty na FF UP

Oddělení pro zahraniční záležitosti FF UP umožňuje studentům absolvovat zahraniční pobyty zaměřené na studium v rámci 8 okruhů programů (Filozofická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, nedat.).

Prvním je **Program na podporu rozvoje internacionalizace**. Zahrnuje mobilitu studentů na základě mezinárodních smluv MŠMT (programy + AKTION a DAAD). Dále zahrnuje mobilitu na základě bilaterálních smluv o přímé spolupráci mezi vysokými školami (programy Mobilita studentů FF UP a FREEMOVERS).

Druhým okruhem je **CEEPUS** neboli střeoevropský výměnný univerzitní program. Tento program se zaměřuje na regionální kooperaci v rámci univerzitních sítí a je určený pro pregraduální studenty, kteří již dokončili druhý semestr, dále pro studenty postgraduální a taktéž vysokoškolské pedagogy.

Třetí možností je **ERASMUS+**. Jedná se o nový vzdělávací program Evropské unie pro období let 2014–2020. Tento program se vztahuje na studenty, pedagogy a administrativní pracovníky.

Čtvrtý okruh tvoří ostatní programy tzv. **Lifelong Learning Programmes EU**. V tomto případě jsou studentům zpřístupněny programy Comenius, Leonardo da Vinci, Jean Monnet, Grundtvig, ERASMUS Mundus, Tempus, SCIE Švýcarska, Norské fondy a fondy EHP.

Pátou možností zahraničních studijních pobytů představuje **Višegrádský fond**. Ten cílí především na spolupráci mezi zeměmi Višegrádské čtyřky, tj. mezi Českou republikou, Slovenskem, Polskem a Maďarskem. Nabízí finanční podporu postgraduálním studentům do 35 let určenou ke studiu či výzkumu.

Šestá nabízeným okruhem je **Merillův program**. Jedná se o roční studijní program na vysoké škole ve Spojených státech amerických sponzorovaný Charlesem Merillem a dále americkými partnerskými školami. Program se vztahuje na studenty prezenčního studia Univerzity Palackého ve 2. – 4. ročníku, popř. ve 2. ročníku bakalářského studia.

Sedmý program mobility je uskutečňován prostřednictvím **Fulbrightovy nadace**. Fulbrightův stipendijní program umožňuje českým občanům studovat, vyučovat či realizovat výzkum ve Spojených státech amerických a naopak – umožňuje tyto aktivity americkým občanům v Česku. Cílem tohoto programu je především zvýšení vzájemného porozumění mezi oběma státy prostřednictvím výměny myšlenek a názorů a dále poznání kultur a institucí.

Osmou a poslední variantou jsou tzv. **jiná stipendia**, která zahrnují množství českých i zahraničních stipendií určených studentům na zahraničních studijních pobytech.

Tímto výčtem možností zahraniční mobility, resp. zahraničních studijních pobytů na FF UP uzavíráme čtvrtou kapitolu. V poslední kapitole teoretické části práce se zaměříme na výsledky nejnovějších studií zabývajících se souvislostmi attachmentu, copingových strategií a motivací ke studiu v zahraničí.

5 Souvislosti attachmentu, copingových strategií a motivace studovat v zahraničí

V této kapitole si představíme vybrané výzkumy vztahující se k tématům této práce. Tj. takové studie, které hledaly statistickou závislost mezi vztahovou vazbou, copingovými strategiemi a motivací ke vzdělávání v zahraničí.

Attachment byl již zkoumán jak u studentů absolvujících studium v zahraničí, tak u absolventů, kteří v zahraničí pracují (např. Reich & Siegel, 2002). U české populace byl také zkoumán v oblasti partnerských vztahů na dálku (vlivem studia jednoho z partnerů v zahraničí). Vztahová vazba byla dále, co se týče studentů v zahraničí, aplikovaná na vztah k určitému místu, vztah k domovu či s ohledem na představu domova.

Na možnosti budoucího výzkumu v oblasti vztahové vazby, stresu a akulturace poukázal výzkum (Wang & Mallinckrodt, 2006) zaměřený na zahraniční studenty z Číny a Taiwanu (n = 104). Autoři zjistili, že vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost jsou signifikantními prediktory sociokulturního přizpůsobení a psychologického distresu. Tito autoři použili k měření vztahové vazby dotazník Experiences in Close Relationships a k měření akulturace Acculturation Index (AI). Obě metody jsou ve výzkumech těchto témat hojně používané.

Další výzkum (Brisset, Safdar, Lewis & Sabatier, 2010) se zabýval psychologickou a sociokulturní adaptací univerzitních studentů ve Francii – Francouzů a Vietnamců (n = 213). V této studii byly zjištěnými relevantními faktory směrem k sociokulturní a psychologické adaptaci vztahová intimita a úzkostnost jako osobnostní rys, moderované psychologickým distresem.

Mazahreh (2015) se ve své dizertační práci zabýval vlivem attachmentu u vysokoškolských studentů (n = 122) na zvládání stresu a kariérní přizpůsobivost. Autor použil k měření attachmentu dotazník Parental Bonding Instrument (Parker, Tupling & Brown, 1979), k měření zvládání stresu pak Stress Coping Resources Inventory-Short Form (Matheny & Curlette, 2010). Z výsledků vplynuly signifikantní korelace mezi dílčími dimenzemi attachmentu a zdroji zvládání stresu. Na druhou stranu však nebyl nalezen

žádný rozdíl ve zdrojích zvládnání stresu mezi skupinami s optimální vazbou („Optimal Bonding group“) a neoptimální vazbou („Non Optimal Bonding group“).

Dilek, Gur, Sener & Cetindag (2012) taktéž zjišťovali vliv attachmentu vysokoškolských studentů (n = 711) k rodičům na zvládnání stresu, přičemž porovnávali studenty zdravotní a pedagogické fakulty. Attachment měřili na tureckém vzorku pomocí dotazníku Parental Attachment Style Instrument a k měření zvládnání stresu Ways of Coping Inventory. Studenti zdravotní fakulty vykazovali signifikantně nižší výskyt jisté vztahové vazby oproti studentům fakulty pedagogické. Z copingových strategií pak vykazovaly ženy vyšší míru vyhledávání sociální opory než muži. Ti naopak oproti dívkám ve vyšší míře využívali optimistický přístup. Tyto výsledky se shodují s obdobnými studiemi.

Jiný turecký výzkum (Deniz & Işık, 2010) hledal souvislosti mezi attachmentem a copingovými styly u vysokoškolských studentů (n = 421). Attachment měřili pomocí Relationships Questionnaire a copingové styly pomocí Coping with Stress Scale. Autoři našli signifikantní korelaci pouze mezi copingem zaměřeným na problém a vyhýbavým distancovaným, bázlivě-vyhýbavým a úzkostně-zaujatým stylem vztahové vazby.

Další magisterská práce (Ozdincová, 2014) se kvalitativně zaměřila na studenty na dlouhodobém studijním pobytu (n = 6) z pohledu změn v rámci jejich identity. Studie přinesla poznatky, že si studenti během dlouhodobých studijních pobytů prochází celkem 6 fázemi, přičemž každá z nich zahrnuje určité jevy a děje. Lze je charakterizovat jako: 1. první kroky, 2. orientace, 3. nová země, 4. plně v systému, 5. poslední tažení, 6. zpátky doma. Tato práce dále zjistila, že na proměnu identity studentů má vliv také úspěšné zvládnutí zkoušek. I tento výzkum, leč s malým výzkumným vzorkem, poukázal na možnost zkoumání copingových strategií u studentů v zahraničí.

V předešlých kapitolách jsme si představili hlavní teoretické konstrukty, z nichž tato práce vychází. Jsou jimi teorie attachmentu, copingové strategie a motivace studentů v kontextu zahraničního studijního pobytu. Zmínili jsme také nabízené programy pro zahraniční studijní pobyty na Filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci

Touto kapitolou o doposud zjištěných souvislostech mezi námi explorovanými psychologickými konstrukty uzavíráme teoretickou část práce. V následujících kapitolách se věnujeme popisu samotného výzkumu.

II. VÝZKUMNÁ ČÁST

6 Hlavní výzkumné problémy

V návaznosti na teoretickou část považujeme za **výzkumný problém** této práce posouzení souvislostí mezi vztahovou vazbou, copingovými strategiemi a motivací studentů k zahraničním studijním pobytům. V práci se tak konkrétně zabýváme popisem vztahové vazby, hledání souvislostí s copingovými strategiemi a zmapováním motivačních a demotivačních faktorů studentů k zahraničnímu studiu. Na následujících stranách se věnujeme cílům výzkumu, hypotézám a výzkumným otázkám.

Mezi **výzkumné cíle** řadíme následující:

1. popsat **vztahovou vazbu** u studentů FF UP: a) kteří se zúčastnili zahraničního studijního pobytu nabízeného FF UP, b) kteří se během svého dosavadního studia nezúčastnili žádného z programů zahraniční mobility; nalézt **souvislosti** mezi vztahovou vazbou a **copingovými strategiemi** studentů; popsat pomocí dotazníku **motivaci** ke studijnímu výjezdu;

2. zmapovat **doporučení** studentů pro zvýšení zájmu o zahraniční mobilitu a potenciálně tak přispět k zefektivnění výjezdových procesů od volby destinace až po návrat domů.

Vytvoření doporučení pro FF UP a jejich následná aplikace může přispět k navýšení počtu studentů, kteří využijí některý z programů zahraniční mobility. To může dále přispět ke zvyšování úrovně FF i celé univerzity v rámci tuzemských a zahraničních měřítek. Zvýšením počtu studentů na výjezdech lze také přispět k navýšení zájmu uchazečů o studium právě na FF UP.

6.1 Hypotézy

Celkem jsme pro náš výzkum stanovili na základě rozvahy nad teoretickým východiskem 17 hypotéz. Pro přehlednost je členíme dle výzkumného tématu. U vybraných hypotéz stanovujeme variantu „a“ pro subškálu vztahové vyhýbavosti a variantu „b“ pro subškálu vztahové úzkostnosti škály ECR-CZ.

V oblasti **attachmentu** jsme se rozhodli prozkoumat rozdíly stylů vztahové vazby (kategoriální proměnná byla převedena na kvantitativní) mezi absolventy zahraničních

studijních pobytů a nezúčastněnými. Dále se zabýváme rozdíly v míře vztahové vyhýbavosti a úzkostnosti u mužů a žen, na které poukázala ve své diplomové práci Kotrlová (2014). Zjistila, že vyhýbavý styl attachmentu snižuje u vztahů na dálku míru závazku, spokojenosti a intimity mezi partnery. U žen zmapovala vysokou míru vztahové vyhýbavosti a nízké intimity, u mužů pocit nízkého závazku.

H 1: *Absolventi zahraničních studijních pobytů se od studentů, kteří se jich nezúčastnili, liší ve stylu vztahové vazby.*

H 2a: *Absolventi zahraničních studijních pobytů se od studentů, kteří se jich nezúčastnili, liší ve skóru vztahové vyhýbavosti.*

H 2b: *Absolventi zahraničních studijních pobytů se od studentů, kteří se jich nezúčastnili, liší ve skóru vztahové úzkostnosti.*

H 3: *Ženy absolventky se liší od mužů absolventů ve skóru vztahové vyhýbavosti.*

H 4: *Ženy absolventky se liší ve skóru vztahové vyhýbavosti od žen, které se zahraničních studijního pobytu nezúčastnily.*

Pro oblast **attachmentu a copingových strategií** jsme stanovili následující hypotézy. Na souvislost vyšší míry vztahové vyhýbavosti a úzkostnosti s maladaptivním perfekcionismem a využíváním neefektivních copingových strategií (H 5a, 5b) poukázali ve své studii Wei, Heppner, Russell a Young (2006). Také bylo zjištěno, že jedinci s vyhýbavou vztahovou vazbou častěji zvládali stres pomocí strategie úniku od zátěže (H 6), jedinci s úzkostnou vztahovou vazbou více využívali strategie zaměřené na emoce (H 7a, 7b) a jedinci s jistou vztahovou vazbou častěji vyhledávali sociální oporu (H 8a, 8b; Mikulincer, Florian & Weller, 1993).

Na potenciální pozitivní statistickou souvislost vztahové úzkostnosti a vyhledávání sociální podpory (H 8b) poukázal také výzkum Jeřábkové (2016). Dále Kotrlová (2014) ve svém výzkumu naznačila souvislost mezi vztahovou vyhýbavostí a dominantním řešením konfliktů, které má svou definicí blízko ke copingové strategii Kontrola reakcí (H 9a, 9b). Poslední hypotéza (H 10) z této kategorie se věnuje souvislosti mezi vztahovou vyhýbavostí a vyhýbáním v podobě copingové strategie.

H 5a: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Negativních strategií (NEG).*

H 5b: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Negativních strategií (NEG).*

H 6: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Únikové tendence.*

H 7a: *Existuje statisticky významná negativní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Kontroly reakcí.*

H 7b: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Kontroly reakcí.*

H 8a: *Existuje statisticky významná negativní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Potřeby sociální opory.*

H 8b: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Potřeby sociální opory.*

H 9a: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Kontroly situace.*

H 9b: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Kontroly situace.*

H 10: *Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Vyhýbání se.*

Pro oblast **copingových strategií** jsme stanovili tyto hypotézy. Vycházejí z příručky autorů metody SVF 78 (Janke & Erdmann, 2003) a směřují k porovnání těchto informací s výsledky našeho výzkumného souboru. Hypotéza H 13 je dále postavena na zjištění, že studentky oproti studentům častěji vyhledávají sociální oporu (Dilek, Gur, Sener & Cetindag, 2012).

H 11: *Muži z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v POZ 1 než ženy z obou skupin.*

H 12: *Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v NEG než muži z obou skupin.*

H 13: Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v subtestu *Potřeba sociální opory* oproti mužům z obou skupin.

H 14: Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v subtestu *Vyhýbání se* oproti mužům z obou skupin.

H 15: Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v subtestu *Náhradní uspokojení* oproti mužům z obou skupin.

Cizí jazyky

H 16: Skupina absolventů se od nezúčastněných studentů zahraničních studijních pobytů liší v počtu ovládaných cizích jazyků.

Aktivita nad rámec studia

Otázka na aktivitu studentů nad rámec studia navazuje na výzkumy od Viktorové (2016), která ve své studii zabývající se kritérii akademické úspěšnosti poukázala na význam studijního průměru a aktivit nad rámec studia. Činnosti vykonávané během studia považuje za jeden z možných prediktorů budoucí akademické úspěšnosti. Nás v tomto směru zajímá, zda se v těchto aktivitách liší studenti vyjíždějící na zahraniční studijní pobyt od studentů nezúčastněných.

H 17: Absolventi zahraničních studijních pobytů se od nezúčastněných studentů liší v počtu aktivit vykonávaných nad rámec studia.

6.2 Výzkumné otázky

Pro tento výzkum jsme zvolili smíšený design, využíváme výhody kvantitativního i kvalitativního přístupu (podrobněji viz kapitola 9 Metody zpracování a analýzy dat). V souvislosti s kvalitativní částí stanovujeme následující výzkumné otázky.

VO 1: *Jaké jsou hlavní motivační faktory studentů zúčastnit se zahraničního studijního pobytu?*

VO 2: *Jaké jsou hlavní motivační faktory studentů nezúčastnit se zahraničních studijních pobytů?*

VO 3: *Co studentům nejvíce pomáhalo zvládat průběh výjezdu?*

VO 4: *Co nejvíce pomáhalo studentům na výjezdu ze strany hostující univerzity?*

VO 5: *Co studenti doporučují ke zvýšení počtu zájemců o zahraniční studijní pobyty?*

Zde výčet hypotéz a výzkumných otázek uzavíráme. Z důvodu vysokého počtu proměnných není možné do stanovených hypotéz zahrnout všechny potenciální souvislosti či rozdíly. Ve výsledcích výzkumu proto představíme jednak vyjádření k hypotézám a jednak kvalitativní a další vedlejší výsledky uváděné např. v četnostech jednotlivých odpovědí na otázky z dotazníku.

V další kapitole popisujeme aplikovanou metodiku v tomto výzkumu.

7 Aplikovaná metodika

Na následujících stránkách pojednáváme o základních charakteristikách aplikovaných nástrojů. Pro naše potřeby jsme využili: dotazník vlastní konstrukce, zkrácenou českou verzi škály Experiences in Close Relationships a dotazník Strategie zvládání stresu.

Dotazník vlastní konstrukce (viz Příloha 2: Dotazník) byl sestaven pro účely zjištění identifikačního údaje studenta (univerzitní číslo nebo rodné číslo), díky němuž bylo možné přeskočit sociodemografické údaje a u absolventů zahraničního pobytu také konkrétní otázky ohledně tohoto výjezdu. Dále tento dotazník cílil na cizí jazyky, motivaci k zahraničnímu studijnímu pobytu, informovanost o možnostech výjezdů a mimoškolní aktivity. Skupině absolventů pobytů byly také položeny doplňující otázky k zahraničnímu studijnímu pobytu nevidované univerzitou. Na závěr celé testové baterie byla přidána otázka na další sdělení respondentů.

Před spuštěním sběru dat byl uskutečněn pilotní výzkum, který byl realizován pro ověření srozumitelnosti úvodních instrukcí a jednotlivých položek. U uzavřených otázek byly dále posuzovány možnosti odpovědí. Dotazník byl upraven na základě zpětné vazby získané od 11 studentů z řad absolventů i neúčastněných zahraničních studijních pobytů. K úpravě také významnou měrou přispěly připomínky ze strany proděkana pro zahraniční záležitosti na FF UP, proděkanky pro studijní a sociální záležitosti na FF UP a koordinátorky pro zahraničí z Katedry psychologie UP.

7.1 Zkrácená česká verze Experiences in Close Relationships (ECR-CZ)

Druhou část tvoří zkrácená česká verze škály Experiences in Close Relationships neboli **ECR-CZ**, která slouží k popisu vztahové vazby, resp. k určení míry vztahové úzkostnosti a vyhýbavosti. Verze ECR-CZ je navržena Seitlem, Charvátlem a Lečbychem (2016). Tito autoři na $n = 1072$ identifikovali v původní 36položkové verzi ECR (český překlad Lečbych & Pospíšilíková, 2012; české normy Lečbych, Charvát & Seidl, 2016) pomocí faktorové analýzy 5 nadbytečných položek. Jejich vyřazením dosáhli vyšší přesnosti a vytvořili zkrácenou verzi ECR-CZ, která čítá 31 položek. Současně vznikly normy zvlášť pro věková pásma a byla ověřena validita a reliabilita nástroje.

Původními autory škály ECR jsou Brennanová, Clarková a Shaver (1998), kteří navázali na sociálně-psychologický trend v diagnostice attachmentu. Při konstrukci zvolili dimenzionální pojetí a nejprve stanovili 60 subškál, z nichž po podrobení analýze zůstaly škály 2 po 18 položkách. V roce 2007 publikovali Mikulincer a Shaver přehled dosavadních studií aplikujících ECR.

Jak již bylo zmíněno, ECR-CZ tvoří 2 nezávislé subškály – vztahová úzkostnost a vztahová vyhýbavost. Hodnocení položek probíhá na sedmistupňové škále Likertova typu (1 = rozhodně nesouhlasím, 2 = nesouhlasím, 3 = spíše nesouhlasím, 4 = nevím, 5 = spíše souhlasím, 6 = souhlasím, 7 = rozhodně souhlasím). U některých z nich platí reverzní skórování. Výsledkem škály jsou dosažené T-skóry vypočítané k oběma subškálám. Pomocí těchto T-skóru lze na 4 vzniklých kvadrantech určit odpovídající typ vztahové vazby – jistý, vyhýbavý, úzkostný nebo dezorganizovaný.



Obr. 1: Znázornění 4 stylů vztahových vazeb dle škály ECR-CZ

ECR-CZ doporučují výzkumníci Seidl, Charvát a Lečbych (2016) využít především pro práci s jednotlivci a mimo výzkum zaměřený na mezinárodní srovnání, neboť v zahraničním výzkumu převažuje právě původní ECR. Pro tento výzkum jsme se rozhodli použít zkrácenou verzi ECR-CZ z důvodů cílení této práce na specifickou českou populaci (viz předchozí kapitola) a vyšší psychometrické přesnosti metody.

Ve svém výzkumu attachmentu a rizikového chování u adolescentů ve věku 18–22 let (n = 644) již aplikoval škálu ECR-CZ Herentin (2017). Ten porovnal své popisné

charakteristiky výzkumného souboru z hlediska ECR-CZ s charakteristikami Seitla, Charvátka a Lečbycha (2016) a umožnil je tak využít i v našem výzkumu.

Tab. 1: Vybrané popisné charakteristiky výzkumného souboru Seitla, Charvátka a Lečbycha (2016)

Věk sk.	Rod	N	Klas. mod. ECR-CZ Vyhýbavost 36 pol.		Red. mod. ECR-CZ Vyhýbavost 31 pol.		Klas. model ECR Úzkostnost 36 pol.		Red. mod. ECR-CZ Úzkostnost 31 pol.	
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
18-24 let	Muži	119	3,38	,78	3,13	,87	3,87	1,06	3,93	1,08
	Ženy	555	3,43	,85	3,23	,94	3,80	,83	3,85	,85
	Celkem	674	3,42	,84	3,21	,93	3,81	,88	3,86	,90

Pozn.: N = velikost výzkumného vzorku, M = průměr (celkové skóre škál jsou počítány jako průměry všech položek dané škály); SD = směrodatná odchylka škály.

Tab. 2: Vybrané popisné charakteristiky výzkumného souboru Herentina (2017)

Věk sk.	Rod	N	Vyhýbavost (36 pol.)		Vyhýbavost (31 pol.)		Úzkostnost (36 pol.)		Úzkostnost (31)	
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
18-22 let	Muži	242	3,9	0,99	3,73	1,07	4,14	1,08	4,21	1,10
	Ženy	402	3,96	0,97	3,83	1,02	4,18	0,96	4,24	0,97
	Celkem	644	3,94	0,98	3,79	1,04	4,16	1	4,23	1,02

Pozn.: Zkratky v této tabulce se shodují se zkratkami v tabulce předchozí.

7.2 Strategie zvládnání stresu (SVF 78)

Dotazník Strategie zvládnání stresu neboli **SVF 78** (Janke & Erdmann, 2003) čítající 78 položek vychází z původní a delší verze SVF-120. Autorem českého překladu je Švancara. Jedná se o vícedimenzionální sebesposuzovací inventář zaměřený na zachycení postupů, pomocí nichž jedinci zpracovávají zátěžové situace.

Tento dotazník je postaven na 7 teoretických předpokladech. První z nich tvrdí, že prožívaný stres jakožto soubor psychických a somatických změn vytváří stimul pro reakce směřující k navrácení původního psychosomatického stavu. Tyto odpovědi jsou označovány jako strategie zvládnání stresu. Druhý předpoklad říká, že strategie zvládnání stresu užívané daným jedincem jsou v čase relativně stabilní. Třetí teoretický předpoklad hovoří o tom, že strategie zvládnání stresu relativně nezávisí na druhu zátěže. Čtvrtý předpoklad přináší informaci, že strategie užívané ke zvládnání stresu jsou relativně nezávislé na typu zátěžové reakce. Pátý předpoklad uvádí existenci vícero nezávislých způsobů zvládnání stresu. Šestý

předpoklad říká, že různé strategie zvládnání stresu jsou na jiných osobnostních charakteristikách částečně nebo zcela nezávislé. A poslední, sedmý teoretický předpoklad, na němž stojí dotazník SVF 78, tvrdí, že strategie zvládnání stresu probíhají natolik vědomě, že je možné se na ně verbálně dotázat (Janke & Erdmannová, 2003).

Dotazník SVF 78 tvoří 13 subtestů: Podhodnocení, Odmítání viny, Odklon, Náhradní uspokojení, Kontrola situace, Kontrola reakcí, Pozitivní sebeinstrukce, Potřeba sociální opory, Vyhýbání se, Úniková tendence, Perseverace, Rezignace a Sebeobviňování.

Těchto 13 copingových strategií je dále členěno do 3 kategorií: Pozitivní strategie (POZ), Zřídka se vyskytující strategie (Z) a Negativní strategie (NEG). Z toho Pozitivní strategie jsou rozdělené na 3 subkategorie: Strategie přehodnocení a strategie devalvace (POZ 1), Strategie odklonu (POZ 2) a Strategie kontroly (POZ 3).

Tab. 3: Jednotlivé subtesty a jejich charakteristiky dle dotazníku SVF 78

Název subtestu	Zařazení	Popis
Podhodnocení	POZ 1	Tendence podhodnocovat vlastní reakce
Odmítání viny	POZ 1	Nedostatek vlastní odpovědnosti za zátěž
Odklon	POZ 2	Odvracení se od zátěže a tendence navodit psychické stavy zmírňující stres
Náhradní uspokojení	POZ 2	Tendence k jednání směřující ke kladným, se stresem nekompatibilním citům
Kontrola situace	POZ 3	Tendence získat kontrolu nad zátěží
Kontrola reakcí	POZ 3	Tendence kontrolovat vlastní reakce při zátěži
Pozitivní sebeinstrukce	POZ 3	Přisuzování si kompetence a dodávání si odvahy v zátěži
Potřeba sociální opory	Z	Tendence navazovat ve stresu kontakt s druhými pro získání podpory
Vyhýbání se	Z	Tendence vyhnout se zátěži a zamezit další konfrontaci s podobnou situací
Úniková tendence	NEG	Tendence vyváznout ze zátěže
Perseverace	NEG	Neschopnost se myšlenkově odpoutat od prožívané zátěže
Rezignace	NEG	Subjektivní nedostatek možností zvládat zátěž
Sebeobviňování	NEG	Tendence přisuzovat v zátěži chyby sobě samému

Dotazník je určen pro testování dospělých jedinců, předpokládá jejich samostatnou práci. SVF 78 využívá stručné a srozumitelné instrukce, přičemž se úmyslně vyhýbá užití termínu stres. Dle autorů (Janke & Erdmannová, 2003, 10) „*se osvědčil při srovnávání skupin vystavených různým formám zátěže...*“

Z hlediska věku probandů jsou dle autorů (Janke & Erdmannová, 2003) u mladší věkové skupiny ve srovnání se střední a starší věkovou skupinou zaznamenány v průměru vyšší hodnoty v subtestech Náhradní uspokojení, Potřeba sociální opory, Rezignace a Sebeobviňování. Oproti střední věkové skupině mají taktéž vyšší průměrné hodnoty v Perseveraci. Starší věková skupina pak dosahuje nejvyšších hodnot ve zřídka se vyskytujícím Vyhýbání se.

Co se týče vlivu pohlaví na copingové strategie, Janke a Erdmannová (2003) v příručce uvádí, že muži dosahují vyšších hodnot v subtestech Podhodnocení a Odmítání viny. Dosahují tedy vyšších hodnot v oblasti POZ 1, která tyto subtesty zahrnuje. Ženy častěji volí Sociální oporu, Únikové tendence, Perseveraci, Rezignaci, Sebeobviňování. Dále mají ženy sklon k Náhradnímu uspokojení a Vyhýbání se. Ženy celkově dosahují vyšších hodnot v oblasti negativních strategií.

SVF 78 jsme zvolili pro jeho časté využívání v českých výzkumech. Jeho užitečnost při výzkumu zaměřeném na studenty v České republice již naznačily a ověřily mnohé studie (např. Balcar, Trnka & Kuška, 2011; Chládková, 2014; Chýlová & Natovová, 2012; Jeřábková, 2016; Josífková, 2013; Kvintová, 2010). V menší míře je dotazník aplikován na studentskou populaci i v zahraničí (např. Hassan et al., 2006; Herzer, Wendt & Hamm, 2015), což nabízí možnost mezinárodního srovnání. Jeho výhodou je také stručnost a jednoznačnost zadání a položek.

V následující, osmé kapitole se zabýváme technicko-ideovým plánem tohoto výzkumu.

8 Technický plán výzkumu

Tento výzkum byl realizovaný v rámci výzkumného tématu Aplikace teorie Attachmentu v pracovním prostředí na Katedře psychologie Univerzity Palackého v Olomouci. Současně navazuje na bakalářskou práci (Kasalová, 2015), která zkoumala preference pracovního prostředí v kontextu teorie attachmentu na vzorku studentů FF UP.

Současně výzkumný tým spolupracuje s paralelním výzkumem, který provádí studenti na Katedře Aplikované Ekonomie Univerzity Palackého. Tato studie se věnuje statistické analýze dat, které získává FF UP od studentů absolvujících zahraniční studijní pobyty. Náš výzkum pak doplňuje pohled na problematiku o psychologické hledisko – mapování vztahové vazby, copingových strategií a motivace studentů.

Tato studie byla iniciována poptávkou vedení FF UP, s níž byla opakovaně v průběhu realizace výzkumu také konzultována. Po rozhodnutí věnovat se tomuto výzkumnému záměru následovalo provedení podrobné rešerše odborné literatury týkající se výzkumného tématu. Poté byl navrhnout techno-ideový plán, v jehož rámci byly upřesněny další kroky.

Další fáze obnášela vytvoření dotazníku vlastní konstrukce. Tento dotazník byl upraven na základě uskutečněného pilotního výzkumu a zpětné vazby od proděkana pro zahraniční záležitosti na FF UP, proděkanky pro studijní a sociální záležitosti na FF UP a koordinátorky pro zahraničí na Katedře psychologie UP. Poté proběhlo zkompletování všech potřebných nástrojů do jedné online testové baterie.

Ve třetí fázi byly navrženy propagační a informační materiály. Patří mezi ně výzkumný plakát ve třech verzích dle oslovovaných skupin základního souboru. Dále sepsání bližších informací o výzkumu a jejich publikace na webových stránkách Katedry psychologie UP a sepsání oficiálního e-mailu rozesílaného jménem FF UP základnímu souboru. Tento krok obsahoval vytvoření informovaného souhlasu umístěného v úvodu testové baterie.

Čtvrtá fáze zahrnovala vytvoření motivačního plánu s cílem zajistit co nejvyšší počet respondentů. Poté probíhalo samotné oslovování studentů oficiální cestou e-mailem a neoficiální cestou na sociální síti.

Pátá fáze se věnuje analýze dat a rozvahou nad nimi. Prostřednictvím tohoto výzkumu byla od studentů získávána data navíc, kterým se v této diplomové práci bezprostředně nevěnujeme, ale poslouží dalšímu, hlubšímu výzkumu v oblasti zahraničních studijních pobytů.

Šestá fáze souvisí s motivačním plánem. Ten byl nastaven tak, že každý respondent, který na sebe uvedl kontaktní e-mail, obdrží po vyhodnocení dat své výsledky testů ECR-CZ a SVF 78.

Tímto krokem uzavíráme kapitolu o technicko-ideovém plánu a v následující kapitole popisujeme postupy při zpracování a analýze získaných dat.

9 Metody zpracování a analýzy dat

Z hlediska metodologického rámce výzkumu byl použit **smíšený design** s převahou kvantitativní části, přičemž kvalitativní část se týká zj. zmapování motivace studentů a je ve vztahu ke kvantitativním datům doplňková, data obohacující. Využití obou metod může vést k rozšíření pohledu na zkoumaný jev. Po realizaci výzkumu a zpracování výsledků bude provedena následná evaluace výstupů z obou přístupů a vyhodnocení zpětné vazby od respondentů (v dotazníku jako poslední otázka), čímž zajistíme triangulaci zvolených metod a postupů.

Konkrétně byl použit tzv. Concurrent Nested Design (Creswell, Plano Clark, Gutman & Hanson, 2003). Ten je založený na současném sběru kvalitativních i kvantitativních dat a dominanci jedné z metod, v našem případě kvantitativní. Kvalitativní metoda v tomto typu výzkumu pak zjišťuje dodatečné informace, mírně odlišné a navázané na kvantitativní. Z pohledu Miovského (2006) bude mít kvalitativní metoda podobu formativního přístupu evaluace – prostřednictvím dat získáme přehled o zkoumaném jevu.

Nejprve byla získaná matice dat podrobena třídění, kontrole a čištění (podrobněji popsáno viz kapitola 11) v programu Microsoft Office Excel 2016. Dále byly v této fázi vybrané proměnné pro účely statistické analýzy transformovány z kategoriálních na kvantitativní. Pro následnou deskriptivní statistiku a matematicko-statistickou analýzu dat byl použit program Statistica 12.

V dalším kroku jsme pomocí **Shapiro-Wilkova testu** ověřovali normalitu rozložení pro všechny proměnné. U některých z nich (např. styly vztahové vazby, počet cizích jazyků a aktivit nad rámec studia) vyšla signifikantní hodnota $p < 0,05$. Na základě velikostí obou zkoumaných skupin (absolventi i nezúčastnění $n > 30$) a centrálního limitního teorému jsme však přistoupili k volbě parametrických statistických metod.

Pro ověření rozdílů byl zvolen **t-test pro dva nezávislé výběry**. V případech absence normálního rozložení a vzorků s heterogenním rozptylem bylo přistoupeno k použití neparametrické varianty – **Mann-Whitneyově U testu**.

Pro posouzení souvislostí mezi proměnnými byl použit **Pearsonův korelační koeficient**. S jeho pomocí zjišťujeme tendenci konkrétních hodnot jedné proměnné

vyskytovat se současně s určitými hodnotami druhé proměnné. Korelační koeficient udává směr (tzn. přímou či nepřímou úměrnost) a sílu statistické souvislosti.

Pro analýzu kvalitativních dat získaných z otevřených otázek v dotazníku byla zvolena metoda otevřeného kódování. Jedná se o „...část analýzy, která se zabývá označováním a kategorizací pojmů pomocí pečlivého studia údajů“ (Strauss & Corbin, 1999, 43). Při otevřeném kódování rozebíráme údaje na samostatné části, vzájemně je porovnáváme a hledáme podobnosti či rozdíly. Současně jsou kladeny otázky ohledně jevů, které údaje obsahují (tamtéž).

Po provedení **otevřeného kódování** byly ze vzniklých trsy extrahovány jednotlivé kategorie. Tento postup v podobě **kategorizace** Strauss a Corbinová (1999, 45) definují jako „proces seskupování pojmů, které se zdají příslušet stejnému jevu.“ Vznikly tak obecnější, nadřazené pojmy jednotlivým subkategoriím. Po provedení kategorizace bylo přistoupeno k **axiálnímu kódování**, které znovu srovnává získané kategorie, seskupuje je novým způsobem a vytváří nová spojení. Zvažuje se tak strategie, kontext údajů, jejich interakce a možné následky (tamtéž). Ke vzniklým kódům byly pro přehlednost uvedeny četnosti výskytu mezi respondenty a vysvětleny kategorie, které zahrnovaly.

V následující kapitole se věnujeme etickým aspektům výzkumu.

10 Etické problémy a způsob jejich řešení

Náš výzkum se řídil výzkumnými a publikačními standardy **etického kodexu** Americké psychologické asociace (APA, 2017). Dále splňuje etické principy revidovaného meta-kodexu Evropské federace psychologických asociací (EFPA, 2016). Etiku užívání psychologických testů dle EFPA srozumitelně shrnuje ve svém článku Ježek (2010). Tyto obecné zásady tvoří: respekt, kompetence, odpovědnost a integrita. Hlásíme se taktéž k Etickému kodexu Českomoravské psychologické společnosti (ČMPS, 2017).

Pro účely výzkumu byl vypracován **informovaný souhlas**, který účastníkům sděloval obecný výzkumný záměr, průběh a odhadovanou dobu vyplňování. Respondenti odesláním testové baterie dobrovolně souhlasili se zpracováním sdělených údajů. Dále byli informováni o skutečnosti, že budou data ve výzkumu finálně zpracovávána jako anonymní a výzkumný tým zajistí jejich ochranu před zneužitím třetím subjektem. Respondenti byli na závěr srozuměni s možností kdykoliv ukončit svou účast ve výzkumu. V úvodních instrukcích taktéž zazněly kontakty na výzkumný tým pro případ jakýchkoli otázek.

Požádání účastníky o vyplnění jejich **identifikačního údaje** (univerzitního čísla nebo rodného čísla) umožnilo přeskočit množství otázek zaměřených na sociodemografické údaje a u absolventů pobytů také na podrobnosti o nich. Tímto krokem byl dotazník značně zkrácen v souladu s principem co nejmenšího možného počtu otázek na pouze potřebné údaje vzhledem k hypotézám a cílům výzkumu. Zjišťování a zpracovávání těchto údajů probíhalo na základě dohody s vedením FF UP. Výzkumný tým dále podepsal s FF UP mlčenlivost o údajích studentů. Z důvodu získávání těchto identifikačních údajů nelze považovat dotazník za anonymní.

Přístup k získaným datům byl umožněn pouze výzkumnému týmu, který soubor s datovou maticí zabezpečil heslem. Ačkoliv, je přístup do online dotazníkové platformy Survio také důkladně zaheslován, existuje riziko nabourání se do tohoto online účtu. Tomu se snažíme předejít co nejsilnějším heslem a udržování dat v tomto prostředí po jen bezprostředně nutnou dobu.

Dotazníkové šetření probíhalo na bázi dobrovolnosti. Dobrovolné bylo také uvedení **kontaktního e-mailu** na konci testové baterie. Ten souvisel s motivačním plánem – sloužil k zaslání výsledků testů ECR a SVF 78 účastníkům.

Ve všech fázích této studie byla zajištěna **ochrana získaných dat** před zneužitím třetím subjektem. Tato informace zazněla v úvodní informaci online dotazníku, k němuž byl přístup patřičně zaheslován. Je však nutné připustit slabou stránku online sběru dat, kdy může být prolomen přístup k datům. Tuto nevýhodu skýtá také uchovávání dat v počítači, který byl taktéž zaheslován.

V souvislosti s oslovováním studentů na sociální síti Facebook, došlo po ukončení výzkumu ke smazání výzkumných plakátů a opuštění skupin, do nichž nám byl umožněn vstup.

Jedenáctá kapitola se věnuje charakteristikám základního a výběrového souboru. Blíže také pojednává o strategiích získávání dat a realizovaných způsobech jejich sběru.

11 Základní a výběrový soubor

V této práci jsme se na základě dohodnuté spolupráce s FF UP zaměřili na studenty právě této fakulty. **Základní soubor** neboli populaci tak tvoří všichni studenti FF UP, kteří studovali v době probíhajícího výzkumu, a dále absolventi FF UP, kteří byli v akademickém roce 2015/2016 na zahraničním studijním pobytu.

Základní soubor zahrnuje 2 skupiny. Jednak studenty, kteří se za dobu svého studia na FF UP zúčastnili zahraničního studijního výjezdu, jednak ty, kteří na žádném zahraničním pobytu nebyli. V akademickém roce 2016/2017 je na FF UP evidováno celkem $N = 5592$ studentů. V zimním semestru tohoto akademického roku vycestovalo na pobyt 80 studentů. V předchozím akademickém roce, tzn. 2015/2016 se zahraničního studijního pobytu zúčastnilo celkem 379 studentů.

V akademickém roce 2016/2017 dále studuje 3014 studentů prezenční bakalářské studium, 1244 prezenční navazující magisterské, 2 prezenční magisterské, 585 kombinované bakalářské, 206 kombinované navazující magisterské a 541 doktorské studium. Na FF UP bylo otevřeno více než 600 kombinací jednooborových a dvouoborových studijních programů na 21 katedrách (přednáška na Dni otevřených dveří FF UP, 25. listopadu 2016).

Výzkumný soubor byl určen na základě potřeby výzkumu zaměřeného na výjezdy studentů FF UP, kde je snahou především motivovat studenty k výjezdům, zvýšit počet absolventů pobytů a zpřístupnit a zefektivnit veškeré výjezdové procesy od volby destinace až po návrat domů. Pro podrobnější zmapování této problematiky jsme se rozhodli výzkumný soubor rozdělit na 2 dílčí skupiny: a) studenty FF UP, kteří se zde během svého dosavadního studia zúčastnili některého ze zahraničních studijních pobytů; b) studenty FF UP, kteří se zde doposud žádného zahraničního studijního pobytu nezúčastnili.

Náš výzkumný soubor dohromady tvoří $n = 132$ studentů FF UP. Z toho se šetření zúčastnilo 76 absolventů pobytů a 56 nezúčastněných studentů. Vzorek je dále složen ze 111 žen (84 %) a 21 mužů (16 %). Ve skupině absolventů pobytů bylo 66 žen a 10 mužů. Ve skupině nezúčastněných bylo 45 žen a 11 mužů.

Tab. 4: Absolutní četnosti pohlaví ve výběrovém souboru

Skupina studentů	Pohlaví	
	Ženy	Muži
Absolventi zahr. studijního pobytu	66	10
Nezúčastnění zahr. Studijního pobytu	45	11
Celkem	111	21

Průměrný věk celého výzkumného souboru dosahuje 23,44 let, medián = 23,07 a modus = 22,76 let. Věkové rozpětí je 19–30 let. Podrobněji viz tabulka č. 5 níže.

Tab. 5: Popisné charakteristiky souboru z hlediska věku

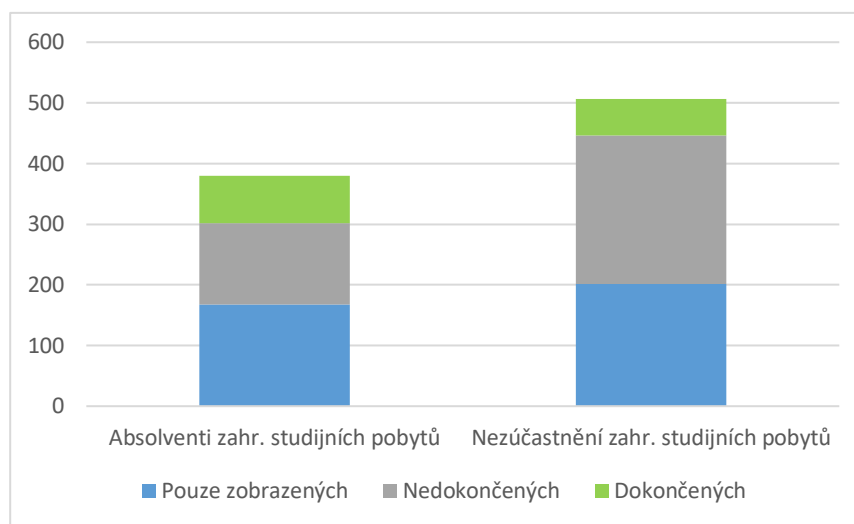
	Počet	Průměr	Sm. odchylka	Min.	Max.
Muži	21	23,65	2,53	19,82	28,98
Ženy	111	23,39	2,26	19,30	30,51
Celý soubor	132	23,44	2,29	19,30	30,51

Získávání výběrového souboru probíhalo v online prostředí. Testová baterie byla šířena jak oficiální, tak neoficiální cestou. Oficiální oslovení respondentů bylo uskutečněno pomocí e-mailu ze strany FF UP – e-mail byl zasílán pouze studentům, kteří se zúčastnili zahraničního studijního výjezdu, a to ve třech vlnách. Neoficiální cesta vedla skrze sdílení dotazníku v přístupných skupinách jednotlivých ročníků, oborů a také ve skupině Univerzity Palackého v Olomouci na sociální síti Facebook. Bližší informace s odkazem na výzkum byly taktéž publikovány v sekci Oznámení studentům (Seitlová, 2017) na webové stránce Katedry psychologie Univerzity Palackého v Olomouci.

Tyto způsoby získávání výběrového souboru byly zvoleny jednak pro snadné a rychlé oslovení všech studentů běžně se vyskytujících v online prostředí, jednak díky možnosti oficiálního oslovení jménem FF UP e-mailem.

Celkem bylo zaznamenáno 380 návštěv¹ dotazníku pro absolventy zahraničních studijních pobytů, z nichž dotazník dokončilo 78 (tj. 21 %). Nezúčastnění studenti dosáhli 507 návštěv dotazníku, kdy k dokončení dospělo 60 (tj. 12 %).

Graf 1: Počet zobrazených, dokončených a nedokončených dotazníků



Z celkového počtu 78 respondentů ve skupině absolventů pobytů byli 2 probandi vyřazeni. Jeden pro nesplnění stanovených kritérií, druhý pro dotazník vyplněný pouze z poloviny. Druhý respondent byl kontaktován na základě uvedeného e-mailu s prosbou o druhý pokus. Na výzvu zareagoval a svůj dotazník znovu vyplnil a odeslal. Z počtu 56 respondentů ve skupině nezúčastněných studentů bylo pro nesplnění stanovených kritérií vyřazeno 5. V obou skupinách o celkově 132 respondentech tak bylo dohromady vyřazeno 7 respondentů.

Sběr dat probíhal online formou. Zvolili jsme si kombinaci metody samovýběru (tedy způsobem založeným na principu dobrovolnosti respondentů), záměrného výběru (cílené vyhledávání nezúčastněných a absolventů zahraničních pobytů) a sněhové koule (využívá vazeb mezi jednotlivci v cílové populaci).

Sběr výzkumných dat probíhal pro kvantitativní a kvalitativní data současně (testová baterie), dle Creswella a kol. (2003) se jedná o tzv. souběžný sběr dat smíšeného výzkumu. Dle Creswellova hlediska priority převažuje svou vahou část kvantitativní nad částí

¹ Pojem „návštěva“ zde znamená všechna opakovaná otevření dotazníku. Nejedná se tedy počet tzv. jedinečných zobrazení, tento číselný údaj by byl nižší.

kvalitativní. Sběr dat trval 52 dnů, a to od 25. 1. 2017 do 17. 3. 2017. První dva týdny sběru dat ještě spadaly do zkouškového období, kdy je obecně těžší studenty oslovit. Zbývající období bylo spojeno se začátkem nového semestru.

Respondenti byli k vyplnění dotazníku motivováni zasláním osobních výsledků z oblasti vztahové vazby a copingových strategií. Celkem o ně ze 132 respondentů požádalo prostřednictvím uvedení kontaktního e-mailu 107 účastníků (81 %). Součástí **motivačního plánu** k účasti na výzkumu bylo také vytvoření 3 variant výzkumného plakátu (viz Příloha 3: Výzkumné plakáty). Na nich se po předchozím schválení objevila oficiální loga FF UP a Katedry Psychologie FF UP. Pro studenty mohla být v neposlední řadě také motivační možnost přispět sdělením svých postojů a zkušeností ke zlepšování procesu zahraniční mobility od výběru destinace po návrat domů.

Následující kapitola pojednává o výsledcích dosažených tímto výzkumem a jejich interpretaci.

12 Popis a interpretace výsledků

V této kapitole se věnujeme popisu a interpretaci výzkumných výsledků. Pro přehlednost rozdělujeme kapitolu do podkapitol dle tématu: attachment, attachment a copingové strategie, copingové strategie, cizí jazyky, aktivita nad rámec studia, motivace k výjezdům a vedlejší výsledky s deskriptivní statistikou a částí kvalitativního výzkumu.

12.1 Výsledky pro attachment

Vzhledem k nenormálnímu rozložení a heterogenitě rozptylů proměnné u absolventů a nezúčastněných respondentů jsme provedli neparametrickou metodu Mann-Whitneyův U test. Byl zjištěn signifikantní rozdíl ($p < 0,05$) ve stylech vztahové vazby mezi absolventy a nezúčastněnými studenty. Hypotézu **H1** tedy **přijímáme**.

Tab. 6: Výsledky Mann-Whitneyova U testu pro H1

Mann-Whitneyův U test dle proměn. 1 = absolventi, 2 = nezúčastnění
Označené testy jsou významné na hladině $p < .05000$

Sčt poč. skup. 1	Sčt poč. skup. 2	U	Z	p-hodn	Z upravené	p-hodn.	2*1str. přesné p
4577,50	4200,50	1651,50	-2,19	0,03	-2,76	0,01	0,03

Taktéž pro druhou hypotézu byl proveden Mann-Whitneyův U test. Ve variantě „a“ ani „b“ nebyl na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ zjištěn signifikantní rozdíl (pro variantu „a“ $p = 0,10$ a pro „b“ $p = 0,45$). Hypotézy **H2a** a **H2b** tedy **zamítáme**.

Pro testování H 3 byl opět použit Mann-Whitneyův U test. Na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ nebyl zjištěn signifikantní rozdíl ($p = 0,32$), proto **H 3 zamítáme**.

Čtvrtou hypotézu bylo možné z důvodu normality rozložení testovat pomocí t-testu pro dva nezávislé výběry. Mezi skupinami nebyl při $\alpha = 0,05$ zjištěn signifikantní rozdíl. Mohl by se však projevit u rozsáhlejšího souboru, neboť se $p = 0,08$ blíží stanovené hodnotě α . **H 4** v tomto případě **zamítáme**.

Shrnutí přijatých hypotéz:

H 1: Absolventi zahraničních studijních pobytů se od studentů, kteří se jich nezúčastnili, liší ve stylu vztahové vazby.

Shrnutí zamítnutých hypotéz:

H 2a: Absolventi zahraničních studijních pobytů se od studentů, kteří se jich nezúčastnili, liší ve skóru vztahové vyhýbavosti.

H 2b: Absolventi zahraničních studijních pobytů se od studentů, kteří se jich nezúčastnili, liší ve skóru vztahové úzkostnosti.

H 3: Ženy absolventky se liší od mužů absolventů ve skóru vztahové vyhýbavosti.

H 4: Ženy absolventky se liší ve skóre vztahové vyhýbavosti od žen, které se zahraničního studijního pobytu nezúčastnily.

12.2 Výsledky pro attachment a copingové strategie

Pro testování hypotéz o souvislostech H 5 až H 10 byl použit Pearsonův korelační koeficient. Výsledky zobrazuje korelační matice. Pro zajímavost a další možný výzkum uvádíme také výsledky korelací pro muže a ženy.

Na základě výsledků **přijímáme** na hladině významnosti $\alpha=0,05$ hypotézy **H 5b** ($r=0,35$), **H 6** ($r=0,24$), **H 8a** ($r=-0,47$) a **H 8b** ($r=0,33$). Z důvodu neprokázání signifikantní korelace **nepřijímáme** **H 5a**, **H 7a**, **H 7b**, **H 9a**, **H 9b** a **H 10**.

Tab. 7: Korelace subtestů SVF 78 a subškál ECR-CZ

Subtest SVF 78	Vztah. vyhýbavost ECR-CZ			Vztah. úzkostnost ECR-CZ		
	Celý soubor	Muži	Ženy	Celý soubor	Muži	Ženy
Podhodnocení	-0,04	0,04	0,01	-0,09	-0,69*	-0,21*
Odmítání viny	-0,08	0,07	-0,03	0,06	-0,58*	0,01
Odklon	-0,27*	-0,08	-0,03	-0,05	-0,40	0,01
Náhradní uspokojení	-0,18	-0,08	-0,03	-0,06	0,07	0,01
Kontrola situace	-0,20	0,15	-0,27*	0,13	-0,12	-0,06
Kontrola reakcí	-0,06	0,16	0,00	0,05	-0,50*	-0,03
Pozitivní sebeinstrukce	-0,16	0,02	-0,19*	-0,14	-0,44*	-0,19*
Potřeba sociální opory	-0,47*	-0,43	-0,44*	0,33*	0,35	0,17
Vyhýbání se	0,00	0,22	0,06	0,09	-0,28	0,06
Úniková tendence	0,24*	-0,16	0,32*	0,24*	0,17	0,32*
Perseverace	0,08	0,14	0,04	0,35*	0,49*	0,42*

Subtest SVF 78	Vztah. vyhýbavost ECR- CZ			Vztah. úzkostnost ECR-CZ		
	Celý soubor	Muži	Ženy	Celý soubor	Muži	Ženy
Rezignace	0,22	0,25	0,17	0,25*	0,36	0,40*
Sebeobviňování	0,09	0,14	0,01	0,25*	0,37	0,30*
POZ 1	-0,06	0,06	0,00	-0,03	-0,72*	-0,15
POZ 2	-0,27*	-0,10	-0,04	-0,07	-0,18	0,01
POZ 3	-0,17	0,13	-0,19	0,06	-0,43	-0,11
POZ	-0,22	0,07	-0,12	-0,01	-0,64*	-0,11
NEG	0,19	0,14	0,17	0,35*	0,50*	0,47*

Poznámka: „*“ – statistická významnost na hladině p=0,05.

Shrnutí přijatých hypotéz:

H 5b: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Negativních strategií (NEG).

H 6: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Únikové tendence.

H 8a: Existuje statisticky významná negativní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Potřeby sociální opory.

H 8b: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Potřeby sociální opory.

Shrnutí zamítnutých hypotéz:

H 5a: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Negativních strategií (NEG).

H 7a: Existuje statisticky významná negativní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Kontroly reakcí.

H 7b: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Kontroly reakcí.

H 9a: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Kontroly situace.

H 9b: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové úzkostnosti a Kontroly situace.

H 10: Existuje statisticky významná pozitivní souvislost mezi skórem vztahové vyhýbavosti a Vyhýbání se.

12.3 Copingové strategie

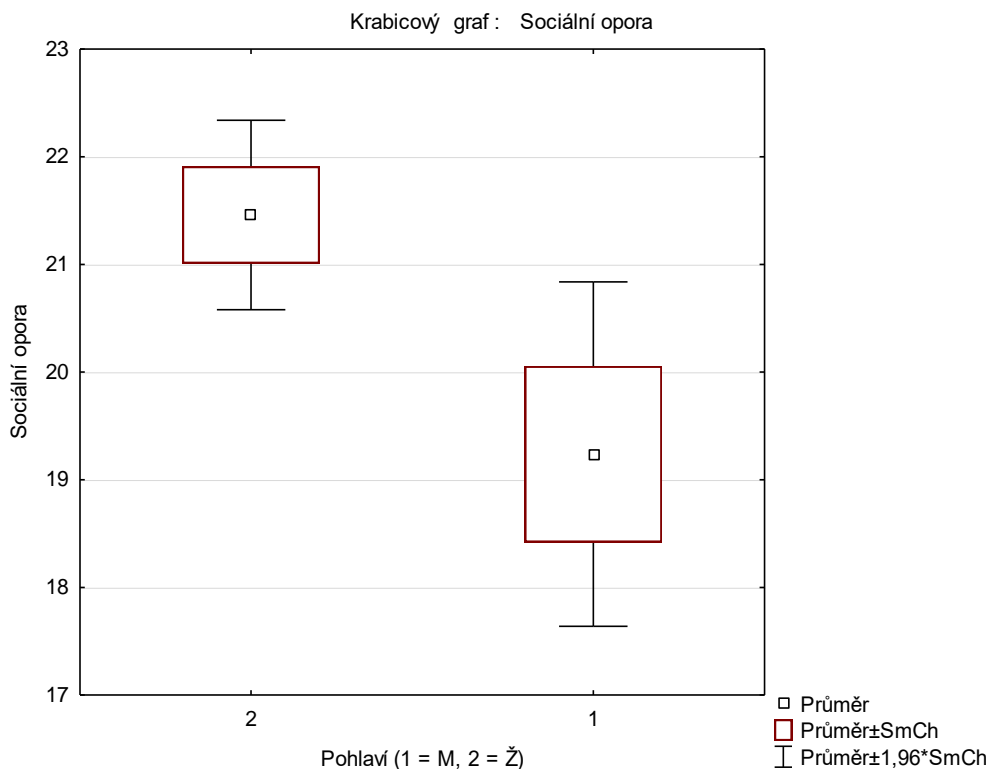
Pro H 11 nebyl za pomoci t-testu při hladině významnosti $\alpha=0,05$ zjištěn rozdíl mezi zkoumanými soubory ($p=0,39$). T-testem nebyla podpořena ani H 12 ($p=0,81$). **H 11 a H 12** proto **zamítáme**. Naopak u H 13 byl zjištěn signifikantní rozdíl ($p<0,05$). Výsledky ukazují, že ženy dosahují statisticky významně vyššího skóru v subtestu Potřeba sociální opory oproti mužům. **H 13** tedy **přijímáme**.

Tab. 8: Výsledky t-testu pro H 13

t-testy; grupováno: Pohlaví (1 = muži, 2 = ženy)
Skup. 1: 2, skup. 2: 1

Průměr 2	Průměr 1	t	sv	p	Sm. odch. 2	Sm. odch. 1	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
21,46	19,24	2,03	130	0,04	4,73	3,74	1,60	0,23

Graf 2: Krabicový graf pro H 13, znázorňující hodnoty Sociální opory u mužů a žen.



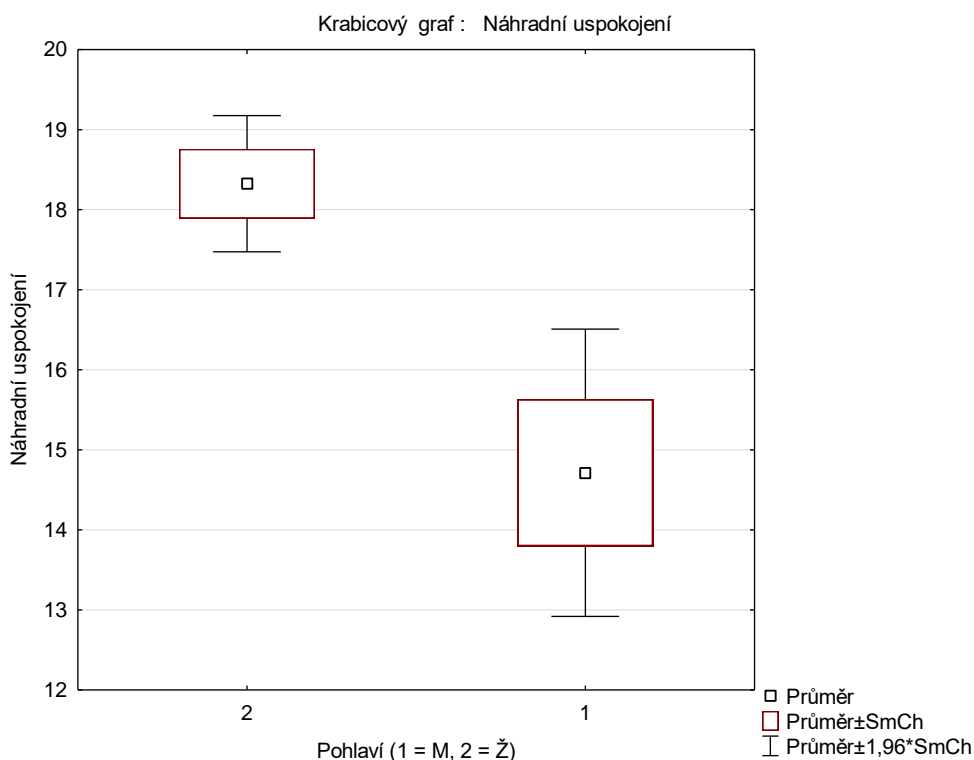
U H 14 také nebyl na základě dvouvýběrového t-testu zjištěn signifikantní rozdíl ($p=0,16$), proto **H 14 zamítáme**. Po testování dvouvýběrovým t-testem H 15 však statisticky významný rozdíl prokázán byl, a to při $p<0,001$. Ženy dosahují signifikantně vyššího skóru v subtestu Náhradní uspokojení oproti mužům. **H 15 tedy přijímáme**.

Tab. 9: Výsledky t-testu pro H 15

t-testy; grupováno: Pohlaví (1 = muži, 2 = ženy)
Skup. 1: 2, skup. 2: 1

Průměr 2	Průměr 1	t	sv	p	Sm. odch. 2	Sm. odch. 1	F-poměr Rozptyly	p Rozptyly
18,32	4,71	3,36	130	<0,00	4,570980	4,196938	1,186188	0,0685681

Graf 3: Krabicový graf pro H 15 s hodnotami Náhradního uspokojení u mužů a žen



Shrnutí přijatých hypotéz:

H 13: Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v subtestu *Potřeba sociální opory* oproti mužům z obou skupin.

H 15: Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v subtestu *Náhradní uspokojení* oproti mužům z obou skupin.

Shrnutí zamítnutých hypotéz:

H 11: *Muži z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v POZ 1 než ženy z obou skupin.*

H 12: *Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v NEG než muži z obou skupin.*

H 14: *Ženy z obou skupin dosahují v průměru vyšších hodnot v subtestu Vyhýbání se oproti mužům z obou skupin.*

12.4 Cizí jazyky

Šestnáctou hypotézu jsme na základě splnění podmínek pro parametrickou metodu testovali pomocí dvouvýběrového t-testu. Byl zkoumán rozdíl v počtu cizích jazyků, které ovládají absolventi a nezúčastnění studenti zahraničních studijních pobytů. Testování předcházelo sečtení cizích jazyků pro jednotlivce a doplnění o cizí jazyky, které studenti uváděli jako další ovládané v otevřené otázce. Pro tuto hypotézu nebyl pomocí t-testu zjištěn signifikantní rozdíl ($p=0,43$) na hladině významnosti $\alpha=0,05$. **H 16** tedy **zamítáme**.

H 16: *Skupina absolventů se od nezúčastněných studentů zahraničních studijních pobytů liší v počtu ovládaných cizích jazyků.*

12.5 Aktivita nad rámec studia

Sedmnáctá hypotéza navazuje na výzkum Viktorové (2016), která naznačila význam aktivit nad rámec studia jako jednoho z možných prediktorů studijní úspěšnosti. Naším cílem bylo porovnat skupinu absolventů a nezúčastněných studentů zahraničních studijních pobytů v počtu těchto aktivit. Na základě provedeného dvouvýběrového t-testu nebyl mezi absolventy a nezúčastněnými studenty prokázán signifikantní rozdíl na hladině významnosti $\alpha=0,05$. **H 17** tedy **zamítáme**.

H 17: *Absolventi zahraničních studijních pobytů se od nezúčastněných studentů liší v počtu aktivit vykonávaných nad rámec studia.*

12.6 Motivace k výjezdům

Oběma skupinám studentů byly položeny otázky zaměřené na **motivaci k výjezdu**. Následující vyhodnocení získaných dat se na rozdíl od předchozích výsledků věnuje pouze **kvalitativní analýze** otevřených otázek v dotazníku zaměřených především na motivaci studentů k zahraničním studijním pobytům. Tato data byla zpracována metodou axiálního kódování. Jednotlivé kódy podrobněji popisujeme petitem a v závorce k nim uvádíme absolutní četnost výskytu mezi respondenty.

Absolventi zahraničních studijních pobytů

Absolventů pobytů jsme se nejprve zeptali na důvody, pro které je **studium v zahraničí lákalo**. Jmenovali tyto: cizí jazyk (50); studium v zahraničí (29); poznání jiné kultury (29); lidé (28); cestování (27); život v zahraničí (23); nové zkušenosti (21); osamostatnění (19); zážitky (18); výzva a osobní rozvoj (11); příležitost vycestovat (8); lepší pracovní uplatnění (5); prestiž (2); vědecká práce (2); oddálení nástupu do praxe (1); práce v zahraničí (1); uznání kreditů (1).

Kód „cizí jazyk“ zahrnuje odpovědi ohledně zlepšení se v cizím jazyce, naučení se nového jazyka či jeho každodenní používání v dané zemi. „Studium v zahraničí“ pojímá jednak možnost studovat v cizině, jednak poznat jiný vzdělávací systém, styl výuky, pojetí daného oboru či nové předměty. „Lidé“ zahrnují navazování nových kontaktů, získání nových přátel, seznámení se se zahraničními studenty apod. „Zážitky“ obsahují poznání něčeho nového a dobrodružství. Do kódu „výzva a osobní rozvoj“ spadá např. vystoupení ze své komfortní zóny, zkouška vlastní limitů, najít sebe sama, zvýšení sebedůvěry či zlepšení komunikačních dovedností. „Příležitost vycestovat“ uváděli respondenti ve významu ojedinělé možnosti s výhodou finanční dotace. „Lepší pracovní uplatnění“ míří na budoucí výhodu na pracovním trhu a zajímavou položku do životopisu. Studenti neopomenuli ani prestiž účastnit se výjezdu a jeho využití pro účely vlastní vědecké činnosti.

Další otázka mířila na důvody, kterými byli absolventi od výjezdu **odrazováni**. Uvedli tyto: finanční náročnost (20); zařizování výjezdu (17); komplikace studia na FF UP (14); odloučení od blízkých (13); obavy z neznámého (10); vzdálenost od domova (9); nároky zahraničního studia (7); komunikace v cizím jazyce (6); osamocení (5); dlouhá doba výjezdu (3); obavy z neúspěchu (3); horší informovanost (2); krátká doba výjezdu; nedostatek předmětů v AJ (1). Třináct respondentů naopak neodrazovalo nic.

Kód „finanční náročnost“ obsahuje náklady spojené s výjezdem, zj. v zemích s vyššími životními náklady. „Zařizování výjezdu“ pojímá povinnou administrativu před výjezdem, v průběhu i po něm, hledání ubytování apod. Do „komplikace studia na FF UP“ spadají obavy z neuznání předmětů, dohánění studia v ČR, prodlužování studia a popř. nemožnost přerušit na daný rok studium kvůli vyčerpání bezplatných let studia. „Odloučení od blízkých“ zahrnuje stesk po rodině, partnerech, přátelích a dalších osobách. „Obavy z neznámého“ pak představují strach z nového prostředí a lidí.

V rámci souboru otevřených otázek zaměřených na motivaci jsme se absolventů pobytů tázali také na faktory, které jim **pomáhaly zvládat** průběh výjezdu. Jmenovali následující: další studenti (46); blízcí z domova (20); koordinátoři (14); předchozí zkušenost s výjezdem (4); vstřícnost hostující univerzity (12); cizí jazyk (8); vlastní odolnost (7); volnočasové aktivity (5); buddy systém (4); finance (2); pocit užitečnosti výjezdu (2); zájem o obor (2); hezké počasí (1); komunikativnost (1); místní lidé (1); zaměstnanci MŠMT ČR (1); znalost dané země (1). Tři studenti dále uvedli, že pro ně bylo vše samo o sobě dobře zvládnutelné.

Kód „další studenti“ zahrnuje jednak studenty v zemi výjezdu (tamní, z jiných zemí i české), jednak studenty, kteří s respondentem sdíleli své zkušenosti z výjezdu. „Blízcí z domova“ představují rodinu, partnery, přátele, vzájemné návštěvy během výjezdu. Do kódu „koordinátoři“ spadají jak zahraniční koordinátoři a další personál Zahraničního oddělení FF UP, tak ze strany hostující univerzity. „Vlastní odolnost“ představuje odhodlanost a zarputilost respondentů zvládnout výjezd, poradit si se vším. „Volnočasové aktivity“ zahrnují koníčky, sport, zážitky z cestování. „Buddy systém“ představují mentoři v zemi výjezdu, zpravidla také studenti, kteří pomáhali studentům FF UP.

V další otázce na zvládání jsme se více zaměřili na to, co studentům konkrétně pomáhalo ze **strany hostující univerzity**. Studenti uvedli tyto faktory: univerzitní personál (40); koordinátor (23); ESN organizace (11); přehledné informace (11); podpora ze strany místních studentů (7); pomoc po praktické stránce (6); adaptační kurz (5); studentské organizace (3); volnočasové aktivity (3); způsob výuky (2); knihovna a menza (1); komunikativnost v angličtině (1); předměty dle jazykové úrovně (1). Pět studentů naopak uvedlo, že nebylo nic, co by jim ze strany hostující univerzity pomáhalo.

Do kódu „univerzitní personál“ spadají vyučující a zaměstnanci univerzity, zj. zahraničních oddělení; studenti poukazovali na jejich vstřícnost. „ESN organizace“ zahrnuje buddy systém a pořádané orientační týdny pro příjíždějící studenty. „Přehledné informace“ představují dostupnost včasných a jasných informací např. prostřednictvím e-mailu, letáků či speciálních webových stránek. Kód „podpora ze strany místních studentů“ zahrnuje jednak studenty určené univerzitou (např. vyzvednutí na letišti), jednak jakoukoli jinou

pomoc místních studentů. Do „pomoci po praktické stránce“ spadá pomoc se založením bankovního účtu, se zajištěním ubytování, s doklady, pojištěním, ale také např. program, v jehož rámci si lze na dobu výjezdu vypůjčit vše potřebné (nádoby apod.). „Volnočasové aktivity“ představují kroužky a jiné akce pořádané univerzitou. „Způsob výuky“ pojímá pečlivě připravené a systematicky vedené předměty.

Poslední otázka z tohoto souboru pro absolventy pobytů směřovala na **doporučení** ke zvýšení počtu vyjíždějících studentů. Jmenovali následující: propagace (32); více uznávaných předmětů (28); větší finanční podpora (19); vstřícnost FF UP (17); širší nabídka výjezdů (7); lepší výuka cizích jazyků (4); povinnost absolvovat výjezd (2); možnost získat „dvojitý“ diplom (1); možnost studovat FF UP při výjezdu distančně (1); nezapočítávání prodloužení studia z důvodu výjezdu do bezplatných let (1). Čtyři studenti oproti předchozím vyjádřili negativní postoj vůči navyšování počtu absolventů zahraniční mobility.

Kód „propagace“ zahrnuje zvyšování povědomí mezi studenty o možnostech výjezdů (zj. jiných programů, než je ERASMUS+), zvyšování prestiže výjezdů, přínosnosti (např. na pracovním trhu), vyvracení mýtů, zmírňování obav apod. A to jak ze strany koordinátorů a jiných pracovníků FF UP, tak ze strany studentů, kteří již výjezdy absolvovali. Studenti opakovali možnost přednášek či besed s nimi. Kód „více uznávaných předmětů“ směřuje k častému prodlužování studia z důvodu částečného či úplného neuznání kreditů z hostující univerzity. „Větší finanční podpora“ pak cílí především na země s vyššími životními náklady, např. Francie, Nizozemsko, Japonsko. „Vstřícnost FF UP“ zahrnuje méně administrativní zátěže, vstřícnost pedagogů (např. individuální termíny zkoušek), ochotu koordinátorů, pomoc při zařizování výjezdu u studentů dvou oborů, lepší rozvržení A předmětů tak, aby usnadnilo výjezd apod. „Širší nabídka“ směřuje k zájmu o více volných míst, pestřejší nabídku univerzit, ale i o různé dlouhá období (např. kratší než půlroční výjezdy, ve volitelných termínech). Kód „povinnost absolvovat výjezd“ zahrnuje dvě odpovědi cílící na zavedení povinnosti absolvovat studijní pobyt pro studenty cizích jazyků tak, jako je tomu např. v Německu.

Nezúčastnění studenti zahraničních studijních pobytů

Nezúčastnění studenti, kteří odpověděli, že zahraniční studijní výjezd **zvažovali**, uvedli tyto **důvody**: cizí jazyk (28), nové zkušenosti (25), cestování (13), poznání jiné kultury (12), lidé (12), studium v zahraničí (8), život v zahraničí (7), lepší pracovní uplatnění (3), finanční podpora (3), osobní rozvoj (3), samostatnost (3), diplomová práce (2), zájem o zahraničí (1), pozitivní reference od zúčastněných (1), neopakovatelná příležitost (1).

Do kódu „cizí jazyk“ spadá zj. naučení se nového jazyka a zlepšení se v již ovládaném. Kód „nové zkušenosti“ zahrnuje čerpání nových zkušeností, životních zkušeností a rozšíření obzorů. „Cestování“ představuje poznávání nových míst a prostředí, dále možnost cestovat ještě před nastoupením do práce. „Poznání jiné kultury“ zahrnuje poznávání nové kultury či kultur. Kód „lidé“ obsahuje seznámení se s novými

lidmi, navázání kontaktů, získání nových přátel. „Studium v zahraničí“ pojímá jednak poznání výuky daného oboru jinde, jednak fungování zahraničních škol. Kód „život v zahraničí“ pak zahrnuje poznání života v dané zemi a zlepšení orientace v jejím prostředí. Studenti neopomenuli význam výjezdu jako položky v životopisu – možnost lepšího pracovního uplatnění, příležitost získat finanční podporu na vycestování a osobní rozvoj.

Dále jsme se těchto nezúčastněných studentů ptali na **důvody**, kvůli kterým výjezd naopak **nezvažovali**. Uvedli následující: upřednostnění studia v ČR (12); ještě jsem nemohl/a (8); účast stále zvažuji (6); finanční důvody (5); nedostatečná nabídka zemí (4); rodinné důvody (4); aktivity v ČR (3); nedostatečná znalost cizích jazyků (3); osamocení v cizí zemi (3); zúčastním se v budoucí době (3); náročné zařizování výjezdů (2); nestihl/a jsem termíny (2); zdravotní důvody (2); nenadálé okolnosti (1); nepřemýšlel/a jsem o nich (1); obavy o bezpečnost (1); spokojenost v ČR (1); studium dvou samostatných oborů (1); vybíravost v jídle (1).

Kód „upřednostnění studia v ČR“ zahrnuje preferenci splnění všech podmínek studia na FF UP, a to např. bez nutnosti opakovat předměty, prodlužovat, popř. kvůli prodloužení platit další ročník. Do kódu „ještě jsem nemohl/a“ spadají studenti 1. ročníku bakalářského studia či studenti, kteří měnili studijní obor. „Aktivity v ČR“ zahrnují pracovní nabídku, podnikání a jiné činnosti naplánované do budoucna v ČR. „Osamocení“ obsahuje obavy z navazování mezilidských vztahů a nutnost spolehnout se v cizí zemi sám/a na sebe.

Nezúčastněným studentům, kteří odpověděli, že o zahraniční výjezd nemají zájem, byla položena otázka na jejich důvody. Mezi ně zařadili: nezájem o studium v zahraničí (6); odloučení od blízkých (5); závazky v ČR (3); cizí jazyky (1); domácí zvíře (1); finanční důvody (1); nároky na studium v zahraničí (1); nedostatečná informovanost ohledně výjezdů při studiu dvou oborů; studium 1. rokem (1); upřednostnění studia v ČR.

Všichni nezúčastnění studenti byli dále tázáni na **motivaci k výjezdu** do zahraničí. Uvedli následující: cizí jazyky (29); poznání jiné kultury (23); lidé (23); studium v zahraničí (19); cestování (15); nové zkušenosti (15); zážitky (13); život v zahraničí (9); osamostatnění (3); zahraniční kuchyně (3), osobní rozvoj (2); lepší pracovní uplatnění (2); vycestování s partnerem (1).

Tyto kódy se obsahově překrývají s předchozími. Pouze nový kód „zážitky“ obohacuje důvody ve smyslu zábavy a dobrodružství, „zahraniční kuchyně“ cílí na jídlo v dané zemi a „vycestování s partnerem“ představuje důvod vyjet, bylo-li by toto umožněno.

Na otázku, co by nezúčastněné od výjezdu naopak **odrazovalo** uváděli tyto odpovědi: finanční náročnost (20); strach z neúspěchu (13); obavy z neznámého (12);

jazyková bariéra (10); osamocení (9); zařizování výjezdu (7); odloučení od blízkých (6); vzdálenost od domova a ztráta zázemí (5); dohánění studia na FF UP (4); nabídka zemí (2); neslučitelnost s rodinným životem (2); nic (2); nedostatečná kvalita univerzity (1); negativní reference (1); nesnášenlivost vůči cizincům (1); závazky v ČR (1); ztráta zaměstnání (1).

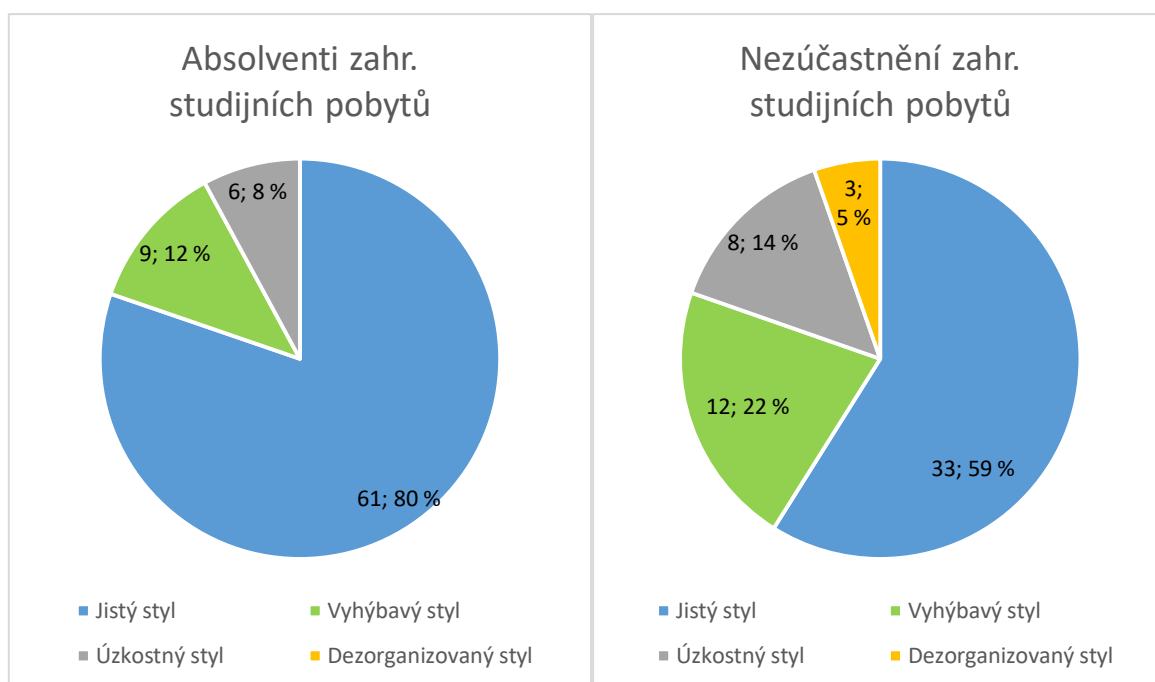
Poslední otázka spojená s motivací od nezúčastněných studentů zjišťovala, co by podle nich mohlo pomoci **zvýšit počet účastníků** zahraniční mobility. Zmínili tato doporučení: prezentace absolventů výjezdů a koordinátorů (14); lepší informovanost (12); propagace výjezdů (11); širší nabídka výjezdů (11); větší finanční podpora (8); lepší spolupráce obou univerzit (7); iniciativa studentů (3); stipendium i při prodlužování studia v důsledku výjezdu (3); větší vstřícnost ze strany FF UP (4); dostupnost přehledu nákladů spojených s výjezdem (2); výjezdy ve dvou a více (2); C předmět o výjezdech (1); lepší znalost cizích jazyků (1); snížení nároků na udělení stipendia na výjezd (1); zjednodušení přihlašování. Devět studentů nevedlo žádné doporučení.

Kód „prezentace absolventů výjezdů a koordinátorů“ zahrnuje přednášky a jiná setkání spojená se sdílením zážitků a sdělováním informací. „Lepší informovanost“ je pojatá jednak jako informovanost na straně studentů, jednak na straně FF UP. V této souvislosti respondenti zmiňovali zj. jasné pokyny spojené s výjezdem a přehled uznávaných předmětů. Do „propagace“ spadá pravidelné rozesílání informačních e-mailů, založení facebookové stránky zahraniční mobility, vyvracení mýtů spojených s výjezdem aj. reklama. „Širší nabídka výjezdů“ zahrnuje pestřejší výběr zemí, univerzit, ale i druhů mobilit, např. pracovních stáží či praxí. „Větší finanční podpora“ směřuje k vyšším finančním částkám pro účastníky zahraniční mobility, a to zj. pro studenty cestující do zemí s vyššími životními náklady. Kód „lepší spolupráce univerzit“ pak zahrnuje zj. zvýšení počtu uznávaných předmětů a snížení administrativní zátěže studenta.

12.7 Vedlejší výsledky

Co se týče rozložení stylů vztahové vazby v obou skupinách respondentů, na následující straně jej znázorňují grafy 4 a 5, jeden pro absolventy, druhý pro nezúčastněné studenty. Zřetelný je větší podíl jisté vztahové vazby u absolventů na úkor vyhybavé a úzkostné vztahové vazby. U absolventů se taktéž na rozdíl od nezúčastněných nevyskytla žádná dezorganizovaná vztahová vazba.

Graf 4 a 5: Rozložení stylů vztahové vazby v obou zkoumaných skupinách



Statistika **absolvovaných programů** studenty FF UP vypadá následovně. Respondenti mohli uvést vícero možností současně (objevily se např. kombinace ERASMUS+ a Freemover, ERASMUS+ a AKTION nebo ERASMUS+ a stáž s organizací AISEC).

Tab. 10: Absolutní četnosti realizovaných výjezdů našimi respondenty

Program	Počet
ERASMUS+	53
Freemover	10
Bilaterální smlouva	8
CEEPUS	6
Mezinárodní smlouvy MŠMT	5
Merillův program	2
Stipendium Konfuciovy akademie	1
ERASMUS+ praxe	1
Stáž s organizací AISEC	1

Od respondentů, kteří uvedli program **ERASMUS+**, jsme dále zjišťovali, přes jakou **katedru** vycestovali. Výsledek je následující (řazeno dle četnosti výskytu): Katedra romanistiky (13); Katedra slavistiky (6); Katedra anglistiky a amerikanistiky (5); Katedra germanistiky (5); Katedra historie (5); Katedra sociologie, andragogiky a kulturní

antropologie (5); Katedra bohemistiky (3); Katedra filozofie (3); Katedra psychologie (3); Katedra asijských studií (2); Katedra nederlandistiky (2); Katedra politologie a evropských studií (2); Katedra dějin umění (1); Katedra divadelních a filmových studií (1); Katedra mediálních a kulturních studií (1).

Zvažování výjezdu u skupiny nezúčastněných. Z 56 respondentů zvažovalo studijní pobyt v zahraničí 44 (79 %). Tito studenti nejčastěji plánovali výjezd v:

- 2. roč. Bc. studia (20 respondentů),
- 3. roč. Bc. studia (13),
- 1. roč. nMgr. studia (9),
- 1. roč. Bc. studia (1),
- 2. roč. nMgr. studia (1).

Dále 2 studenti uvedli, že výjezd neplánovali v konkrétním ročníku. 1 student plánoval, ale již si výjezd rozmyslel a ročník neuvedl. Jiný student plánoval v Bc. studiu, ale již vyřizuje výjezd v nMgr. Dále 1 uvedl pouze 2. roč., ale nespecifikoval, ve kterém typu studia (Bc./nMgr.). Co se týče volby semestru, 24 studentům nezáleželo na období, 11 preferovalo letní semestr a 10 studentů semestr zimní.

Informovanost. V další otázce jsme se ptali, do jaké míry se respondenti považovali být informovaní, co se týče zahraničních studijních pobytů na FF UP. Ze skupiny **absolventů** mělo 14 (18 %) veškeré informace, 43 (57 %) neúplné informace, 17 (22 %) jich mělo méně a 2 (3 %) žádné informace. Ze skupiny **nezúčastněných** mělo 8 studentů (14 %) o zahraničních studijních pobytech k dispozici veškeré informace, 19 studentů (34 %) mělo neúplné informace, 27 studentů (48 %) mělo informací méně a 2 (4 %) žádné.

Tab. 11: Porovnání úrovně informovanosti obou skupin

Informovanost (1 = žádné až 4 = veškeré informace)	Absolutní četnost	Relativní četnost v %	Absolutní četnost	Relativní četnost v %
1	2	4	2	3
2	27	48	17	22
3	19	34	43	57
4	8	14	14	18
Celkem	56	100	76	100

Z výsledků pro skupinu nezúčastněných studentů vyplývá, že přes všechny uskutečněné kroky ke zlepšení informovanosti stále nedisponují dostatečnými znalostmi. U absolventů zahraničních studijních pobytů je situace příznivější. I tak se ale najdou studenti, kteří se nepovažují za informované vůbec či jen v malé míře (celkem 25 %). Zůstává však otázka, zdali je vůbec reálné absolvovat pobyt a současně si udržet nulovou informovanost. Větší podpora informovanosti u obou skupin se jeví jako potřebná.

Srozumitelnost. Skupiny absolventů se vzhledem k informovanosti týkala ještě další otázka. Tázala se, zda byl pro studenty proces od přihlašování po výjezd srozumitelný. Na tuto odpovědělo **58** (76 %), že **ano**. Na základě této a předchozí otázky lze konstatovat, že i přes nedokonalou míru informovanosti, považují tři čtvrtiny studentů celý proces výjezdu za srozumitelný.

Cizí jazyky. U obou skupin byla zjišťována znalost cizích jazyků. Studenti byli požádáni o uvedení těch, kterými se pasivně i aktivně dorozumí. Tj. rozumí přinejmenším často používaným výrazům či větám a dokáží v nich komunikovat v každodenních situacích (odpovídá evropskému značení A2 a vyšší). Výsledky shrnují tabulky 12 a 13. Stejně jako u otázky zaměřené na typ absolvovaného programu se jednalo o podobu tzv. checklistu.

Tab. 12: Popisné charakteristiky obou skupin z hlediska znalosti cizích jazyků

Skupina	Průměr	Medián	Modus	Min.	Max.
Absolventi zahr. studijních pobytů	3,28	3	3	1	6
Nezúčastnění zahr. studijních pobytů	3,11	3	3	1	7

V tabulce č. 13 na následující straně porovnáváme absolutní četnosti cizích jazyků. V obou skupinách je nejrozšířenější znalost anglického, slovenského, německého, francouzského a ruského jazyka. Studenti jednak označovali z nabízených možností, jednak měli možnost doplnit jiný cizí jazyk, který ovládají na stanovené úrovni. Takto se v tabulce objevuje např. čínština, japonština, ale i čeština, jejíž výskyt jako cizího jazyka poukazuje na zahraniční studenty – respondenty.

Tab. 13: Absolutní četnosti cizích jazyků v obou skupinách

Absolventi zahr. studijních pobytů		Nezúčastnění zahr. studijních pobytů	
Jazyk	Počet	Jazyk	Počet
Anglický	76	Anglický	52
Slovenský	50	Slovenský	39
Německý	24	Německý	24
Francouzský	20	Francouzský	12
Ruský	21	Ruský	10
Španělský	16	Španělský	15
Polský	15	Polský	5
Italský	10	Italský	4
Portugalský	2	Portugalský	1
Čínský	5	Čínský	2
Japonský	4	Japonský	5
Český	1	Český	1
Korejský	1	Hebrejský	2
Vietnamský	1	Švédský	2
Ukrajinský	1	Bulharský	2
Nizozemský	3		

Co se týče absolventů pobytů, zjišťovali jsme, v jakém **cizím jazyce** byla vedena **výuka**. Respondenti měli i v tomto případě označovali v checklistu více možností současně. Nejčastěji jím byl anglický jazyk (38 respondentů), následoval jazyk německý (15), ruský (14) a francouzský (10). Dále studenti uvedli španělský jazyk (6), čínský (4), nizozemský (4), italský (3), finský (3), japonský (3), portugalský (1), polský (1) a řecký (1).

Aktivity nad rámec studia. Co se týče aktivit nad rámec studia, ve skupině **absolventů** byly v checklistu označené následující: práce či brigády (65); účast na kurzech, seminářích apod. (35); dobrovolnictví (30); účast na konferencích (18); zapojení do studentských organizací (18); práce pro vyučujícího (9); účast v grantech (3); výzkumné projekty (2); další studium (2); koníčky (2).

Ve skupině **nezúčastněných** se z činností vykonávaných při studiu objevovaly tyto: práce či brigády (44); účast na kurzech, seminářích apod. (20); zapojení do studentských organizací (17); dobrovolnictví (15); účast na konferencích (8); práce pro vyučujícího (4);

další studium (2), organizační činnost (1), péče o dítě (1), pomoc zahraničním studentům (1), koníčky (1).

Těmito vedlejšími výsledky uzavíráme dvanáctou kapitolu, která se zabývala popisem a interpretací dosažených výzkumných výsledků. Na dalších stranách diskutujeme limity tohoto výzkumu.

13 Diskuze

Co se týče dosavadních výzkumů zahraničních studijních pobytů, v Česku se zabývala vztahovou vazbou doposud jediná studie (Kotrlová, 2014), copingovými strategiemi žádná a motivací studentů k výjezdům také jediná práce (Kudlová, 2014). Druhý realizovaný český výzkum motivace (Philippi, 2012) se zaměřil na absolventy programu ERASMUS Mundus, avšak jeho respondenti pocházeli z Izraele a evropských zemí.

V kvantitativní části výzkumu jsme dospěli ke zjištění, že se absolventi zahraničních studijních pobytů liší od nezúčastněných ve stylech vztahové vazby. U absolventů byla zaznamenána tato skladba: jistý styl 80 %, vyhýbavý styl 12 %, úzkostný styl 8 % a dezorganizovaný 0 %. U nezúčastněných: jistý styl 59 %, vyhýbavý styl 22 %, úzkostný styl 14 % a dezorganizovaný 5 %. Pro všechny studenty rozložení vypadá takto: jistý styl 71 %, vyhýbavý styl 16 %, úzkostný styl 11 % a dezorganizovaný styl 2 %. V porovnání s výzkumem vztahové vazby u studentů (n = 350) FF UP před dvěma lety (Kasalová, 2015) je v současném vzorku o 15 % více jistého, o 7 % méně vyhýbavého, o 5 % méně úzkostného a o 1 % méně dezorganizovaného stylu vztahové vazby. Na tomto fenoménu se může podílet právě nadpoloviční podíl absolventů výjezdů v aktuálním vzorku.

Taktéž se neprokázal rozdíl ve vztahové vyhýbavosti mezi absolventkami a absolventy pobytů, na který poukázala Kotrlová (2014). Ačkoliv nebyl nalezen signifikantní rozdíl ve vztahové vyhýbavosti mezi ženami absolventkami a ženami nezúčastněnými, p hodnota 0,08 se blížila stanovené hodnotě $\alpha=0,05$. Domníváme se, že by se tento rozdíl, na který poukázala taktéž Kotrlová (2014), mohl projevit u rozsáhlejšího výzkumného souboru. V našem výzkumu se tedy nepodařilo potvrdit závěry zmíněné práce, ale stále se nabízí toto ověřování do budoucna s větším vzorkem a případně upraveným výzkumným designem.

Co se týče souvislostí vztahové vazby a copingových strategií, byly nalezeny tyto tři pozitivní a jedna negativní korelace mezi subškálami ECR-CZ a subtesty SVF 78. Tím se nám podařilo potvrdit pouze částečné výsledky dvou zahraničních studií (Mikulincer, Florian & Weller, 1993; Wei, Heppner, Russell & Young, 2006). Tyto zkoumaly souvislosti vztahové vazby a copingových strategií pomocí dotazníku ECR a vlastního dotazníku pro attachment (Mikulincer, Florian & Tolmactz, 1990), dále Diskrepanční subškály Almost Perfect Scale –

Revised (Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001) pro maladaptivní perfekcionismus a Ways of Coping Checklist pro strategie zvládání stresu (Folkman & Lazarus, 1984). Souvislosti nastíněné českými výzkumy (Jeřábková, 2016; Kotrlová, 2014) se nepodařilo ověřit jen částečně, a to u jedné hypotézy, jejíž teoretické východisko bylo podpořeno také zahraničním výzkumem.

Statistická analýza dále poukázala na vyšší průměrné skóre žen v subtestu Potřeba sociální opory u žen oproti mužům. Toto zjištění je v souladu s předchozími studiemi (Dilek, Gur, Sener & Cetindag, 2012), manuálem SVF 78 (Janke & Erdmann, 2003) i s obecnou charakteristikou žen jakožto více komunikujících o prožívané zátěži.

Pro statistické zpracování dat bylo přistoupeno k parametrickým i neparametrickým metodám. Použití neparametrického testu může způsobit rozšíření oboru přijetí, a tím zmenšení oboru kritického. Toto zvyšuje pravděpodobnost chyby druhého druhu, tj. chybného nezamítnutí nepravdivé nulové hypotézy. Dále byl použit Pearsonův korelační koeficient, který vyjadřuje sílu lineárního vztahu, pracuje pouze s daty ležícími na přímce a je velmi ovlivněn extrémními hodnotami. Jeho nulová hodnota neznamená nezávislost veličin, ale že na sobě nezávisí pouze lineárně. K nevýhodám korelačního koeficientu patří také citlivost k náhodné chybě a rozmezí měření.

Použité dotazníky ECR-CZ i SVF 78 mají české normy (Seitl, Charvát & Lečbych, 2016; Seitl, 2015). Mezi negativní aspekty SVF 78 však patří, že jsou české normy získané na malém souboru $n = 246$. Další nevýhodou je omezení se na pouhé zjištění jedincem používaných pozitivních a negativních copingových strategií, bez ohledu hodnocení jejich užitečnosti danou osobou. Dotazník se nezabývá ani odolností vůči psychické zátěži či jejím subjektivním hodnocením (Seitl, 2015).

Dle provedených rešerší je další nevýhodou na straně SVF 78 omezená možnost mezinárodního porovnání, neboť ve světě na rozdíl od německy mluvících zemí a Česka nepatří k nejužívanějším. Dotazníku SVF 78 je také vytýkáno určité zjednodušování, kdy interpretace většiny subtestů působí černobílým dojmem. To je patrné i u pozitivních a negativních strategií, kdy jsou POZ interpretovány jako kladné, stres redukující, a NEG jako záporné, stres potenciálně zvyšující (Pustina, Máchová, Daňková & Sedloň, 2016).

Podobně je tomu u ECR-CZ, kdy s sebou zkrácení škály a zlepšení jejích psychometrických charakteristik přineslo v současnosti nemožnost mezinárodního porovnání. S přihlédnutím k zaměření práce specificky na české prostředí, respektive na studenty FF UP, se toto nejeví jako zásadní. Naopak upřednostňujeme vyšší přesnost škály.

Limitem tohoto výzkumu je velikost výzkumného souboru a z toho důvodu nutnost použít v některých případech neparametrické metody statistické analýzy dat. Také předpokládáme, že u významně většího výzkumného vzorku by se mohly projevit další statisticky významné rozdíly. Příští výzkum by měl pokračovat tímto směrem.

Mezi další možné limity práce patří sběr dat, který probíhal online formou prostřednictvím sociální sítě a e-mailu. Oslovení se tak vyhnuli studenti, kteří nepoužívají sociální síť Facebook a/nebo svou univerzitní, popř. soukromou e-mailovou adresu. V tomto smyslu byla limitována náhodnost výběrového souboru. S vědomím nemožnosti dosáhnout v psychologii stoprocentní reprezentativnosti výběrového souboru a povinnosti studentů pravidelně kontrolovat svůj univerzitní e-mail, tento limit nepovažujeme za významně omezující. Námi použitá metoda sběru dat – samovýběr může být spojen s určitým zkreslením dat způsobeným motivací účastníků (za účast jim byly nabídnuty výsledky testů) a osobnostními odlišnostmi dobrovolníků.

Možnost studentů předstírat účast či neúčast na zahraničním studijním pobytu jsme se snažili minimalizovat díky respondenty uváděnému identifikačnímu údaji (univerzitní číslo nebo rodné číslo), který byl následně ověřován z hlediska pravdivosti.

V rámci budoucího výzkumu této oblasti se nabízí využití regresních modelů pro určení míry vlivu vztahové úzkostnosti a vztahové vyhýbavosti na subtesty dotazníku SVF 78. Do modelování tohoto vlivu by vstupovaly skóre vztahové vyhýbavosti a úzkostnosti jako nezávislé proměnné (regresory) a skóre jednotlivých subtestů jako proměnná závislá. Tento postup by umožnil ze skóre subškál ECR-CZ predikovat skóre copingových strategií.

Další výzkum by se měl taktéž pokusit o rozsáhlejší výzkumný soubor. Nabízí se také kvalitativní zmapování podrobnějších vzorců objevujících se v motivaci studentů k výjezdům propojené s kvalitativní analýzou závěrečných zpráv studentů po návratu domů. Dále navrhuje zaměřit se na celkovou zahraniční mobilitu, nejen studijní pobyty, ale také například na odborné stáže, výzkumné, pracovní či dobrovolnické výjezdy.

14 Závěry

Hlavním záměrem práce bylo posoudit souvislosti mezi vztahovou vazbou a copingovými strategiemi a popsat motivaci studentů k zahraničním studijním výjezdům.

Na základě statistické analýzy byl nalezen rozdíl ve stylu vztahové vazby mezi absolventy a nezúčastněnými studenty zahraničního výjezdu. Výsledek je zřetelný na grafech 4 a 5 na straně 67, které zobrazují rozložení vztahové vazby pro obě skupiny. U absolventů je zde četnější jistá vztahová vazba, méně četná vyhýbavá i úzkostná a dezorganizovaná vztahová vazba oproti nezúčastněným zcela absentuje.

Dále byla zjištěny pozitivní souvislosti ECR-CZ a SVF 78: a) mezi skórem vztahové úzkostnosti a skórem subtestu Negativní strategie, b) mezi skórem vztahové úzkostnosti a subtestem Potřeba sociální opory, c) mezi skórem vztahové vyhýbavosti a subtestem Úniková tendence. Negativní souvislost byla nalezena mezi skórem vztahové vyhýbavosti a subtestem Potřeba sociální opory.

Statistická analýza také poukázala na vyšší průměrné skóre žen v subtestu Potřeba sociální opory u žen oproti mužům. Dále bylo zjištěno, že ženy mají oproti mužům vyšší tendenci ke kladným, se stresem nekompatibilním citům (subtest SVF 78 Náhradní uspokojení).

Mezi absolventy a nezúčastněnými nebyl zjištěn rozdíl, co se týče znalosti cizích jazyků ani počtu vykonávaných aktivit nad rámec studia.

Z kvalitativní analýzy vyplynuly jako nejvýznamnější motivační faktory zlepšení či naučení se cizímu jazyku, seznámení se s výukou v zahraničí, získání nových zkušeností, poznání nové kultury a nové zkušenosti. Demotivačně působí finanční náročnost, zařizování výjezdu, komplikace studia na FF UP, upřednostnění řádného studia a odloučení od blízkých.

SOUHRN

Tato práce se zabývá vztahovou vazbou, strategiemi zvládnání stresu a motivací studentů k zahraničním studijním výjezdům na Filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Hlavní teoretické východisko tohoto výzkumu představuje teorie vztahové vazby, kterou postuloval anglický psychoanalytik John Bowlby. Pojednává o vytváření vazby v raném dětství směrem pečující osobě, obvykle k matce. Podle Bowlbyho se podoba této rané vztahové vazby stává předobrazem pro pozdější vztahy.

Tuto teorii podpořila a dále rozvinula americká vývojová psycholožka Mary Ainsworthová. Na základě vlastního laboratorního postupu s názvem Neznámá situace se svým týmem rozdělila děti dle chování k matce do tří skupin. První tvořily děti s jistou vztahovou vazbou, které navazovaly kontakt se svou matkou, vyžadovaly její blízkost a v její nepřítomnosti ji vyhledávaly. Druhou tvořily děti vztahově vyhýbavé. Tyto se po návratu matky kontaktu s ní vyhýbaly. V domácím prostředí vůči dokonce projevovaly nepředvídatelnou agresi. Naopak děti vztahově ambivalentní charakterizovalo po separaci vyhledávání fyzického kontaktu s matkou a současná exprese hněvu a vzdoru. Později bylo toto rozdělení doplněno o čtvrtý styl – dezorganizovanou vztahovou vazbu. Zahrnuje ve vztazích neobvyklé až bizarní chování, které nelze přiřadit k žádné z předešlých nejistých vztahových vazeb.

Přenos rané vztahové vazby do dospělosti potvrdilo množství výzkumů. Tento posun s sebou přinesl pestrou paletu nových výzkumných záměrů. Studie vztahové vazby se tak úspěšně přenesly z klinického prostředí do oblasti rodinných a partnerských vztahů, pracovního či virtuálního prostředí nebo studia v zahraničí. Teorie attachmentu také inspirovala mnohé zahraniční i české autory k zájmu o tzv. place attachment neboli vazbu k určitému místu, např. k univerzitnímu kampusu, domovu či představě o něm.

V Česku je dostupná pouze jediná diplomová práce zabývající se klasickou vztahovou vazbou a studiem v zahraničí. A to i přes dostupnost českého překladu a norem mezinárodně využívané škály k měření vztahové vazby Experiences in Close Relationships (ECR). Co se týče vztahové vazby a zahraničních studijních výjezdů, jedná se u nás o velmi málo probádané téma, kterému jsme se proto rozhodli věnovat pozornost.

Další teoretické východisko této práce tvoří zvládání stresu, resp. copingové strategie. Ty jsou v závislosti na autorovi zpravidla definovány jako konkrétní postupy uplatňované s cílem vyrovnat se se zátěžovou situací. V této práci vycházíme z rozdělení copingových strategií dle pojetí dotazníku Strategie zvládání stresu (SVF 78), autory jsou Janke a Erdmannová. Copingové strategie rozlišují na pozitivní, negativní a zřídka se vyskytující.

V této práci jsme se také rozhodli zaměřit se na motivaci. Dosavadní české výzkumy motivace studentů k zahraničním studijním výjezdům pouze nastínily obecné motivy. Jejich přínos spatřujeme především v upozornění na potřebnost zabývat se tímto tématem. V zahraničí přispěl bohatý výzkum v tomto směru k mnohým praktickým využitím.

Za hlavní cíle práce jsme si stanovili popis vztahové vazby u dvou skupin studentů na FF UP: kteří na FF UP absolvovali zahraniční studijní pobyt a kteří se žádného nezúčastnili. Mezi další cíle patří nalezení souvislostí mezi vztahovou vazbou a copingovými strategiemi studentů, zmapování motivace k zahraničním studijním pobytům a vytvoření doporučení pro zvýšení počtu účastníků výjezdů.

Motivace k realizaci tohoto výzkumu pramení ze tří hlavních zdrojů. Prvním důvodem je, že se jedná o v Česku nedostatečně probádané téma. Druhý představují četné zahraniční výzkumy, které poukázaly na význam ubírat se tímto směrem. Poslední představuje potřebnost zaměřit se na tuto oblast ze strany FF UP, kdy je cílem zefektivnit procesy spojené s výjezdem a dosáhnout vyššího počtu jejich absolventů.

K měření vztahové vazby byla použita zkrácená česká verze škály Experiences in Close Relationships (ECR-CZ). Oproti ECR vykazuje lepší psychometrické vlastnosti. K měření copingových strategií byl použit dotazník Strategie zvládání stresu (SVF 78). Pro účely zjišťování motivace studentů k zahraničním studijním pobytům byl navržen dotazník vlastní konstrukce. Před samotným použitím byl podroben pilotnímu ověření z řad studentů i odborníků na zahraniční mobilitu na FF UP.

Z hlediska metodologického rámce byl aplikován smíšený výzkumný design s převahou kvantitativní části. Úkolem kvalitativních dat bylo doplnit výsledky statistické analýzy a otevřít cestu k dalšímu výzkumu této oblasti. Ze statistických metod byl aplikován t-test pro dva nezávislé výběry, jeho neparametrická varianta Mann-Whitneyův U test

a Pearsonův korelační koeficient. Normalita rozložení byla ověřována Shapiro-Wilkovým testem. Pro kvalitativní analýzu byl zvolen postup otevřeného kódování, kategorizace a axiálního kódování.

Výzkumný soubor tvořilo 132 studentů FF UP, z toho 111 žen a 21 mužů. Sběr dat probíhal online formou, metodou samovýběru, záměrného výběru a sněhové koule. Studenti byli motivováni získáním osobních výsledků psychodiagnostických metod ECR-CZ a SVF-78. K propagaci byl vytvořen plakát výzkumu a rozeslán oficiální e-mail absolventům pobytů.

V kvantitativní části jsme zjistili, že se absolventi zahraničních studijních pobytů liší od nezúčastněných ve stylech vztahové vazby. U absolventů byla zaznamenána následující skladba: jistý styl 80 %, vyhýbavý styl 12 %, úzkostný styl 8 % a dezorganizovaný 0 %. U nezúčastněných: jistý styl 59 %, vyhýbavý styl 22 %, úzkostný styl 14 % a dezorganizovaný 5 %. Rozdíl mezi oběma skupinami nebyl nalezen v průměrné míře vztahové vyhýbavosti ani úzkostnosti. Taktéž se neprokázal ve vztahové vyhýbavosti u absolventek a absolventů pobytů. Dále nebyl ve vztahové vyhýbavosti rozdíl mezi ženami absolventkami a ženami nezúčastněnými. V našem výzkumu se tak nepodařilo potvrdit zjištění jiné české studie.

Co se týče souvislostí vztahové vazby a copingových strategií, byly nalezeny tyto pozitivní korelace ECR-CZ a SVF 78: a) mezi skórem vztahové úzkostnosti a skórem subtestu Negativní strategie, b) mezi skórem vztahové úzkostnosti a subtestem Potřeba sociální opory, c) mezi skórem vztahové vyhýbavosti a subtestem Úniková tendence. Negativní korelace byla zjištěna mezi skórem vztahové vyhýbavosti a subtestem Potřeba sociální opory. Vzhledem k dosavadním výzkumům se nám podařilo potvrdit pouze výsledky dvou zahraničních studií, české jsme nepotvrdili.

Co se týče vlivu rozdílů v copingových strategií mezi pohlavími, statistická analýza odhalila vyšší průměrné skóre žen v subtestu Potřeba sociální opory dotazníku SVF 78 u žen oproti mužům. Dále ženy dosahovaly oproti mužům vyššího skóre v subtestu Náhradní uspokojení, což naznačuje jejich tendenci ke kladným, se stresem nekompatibilním citům.

Dále se nepodařilo nalézt rozdíl mezi absolventy a nezúčastněnými v počtu ovládaných cizích jazyků ani v počtu vykonávaných aktivit nad rámec studia.

Na základě kvalitativní analýzy se jeví jako nejvýznamnější motivační faktory pro zahraniční studijní pobyt zlepšení či naučení se cizímu jazyku, seznámení se s výukou v zahraničí, získání nových zkušeností, poznání nové kultury a nové zkušenosti. Demotivačními jsou naopak finanční náročnost, zařizování výjezdu včetně administrativní zátěže, komplikace studia na FF UP a zj. obavy z nutnosti prodloužit studium, upřednostnění řádného studia a odloučení od blízkých.

Posledním důležitým výsledkem této práce jsou doporučení od studentů ke zvýšení zájmu o zahraniční studijní pobyty. Absolventi pobytů navrhli především intenzivnější propagaci výjezdů. Ta může být zajištěna různými způsoby, například prostřednictvím besed koordinátorů a absolventů výjezdů se studenty, vytvoření speciálních webových stránek, informačních letáček apod. Za důležité absolventi také považovali vyvracení mýtů o výjezdech (např. nutnost prodlužovat studium), a tím zmírňování obav z nich. Druhým doporučením od absolventů je zajištění uznávání více předmětů splněných na zahraniční univerzitě. Třetím doporučením ze strany absolventů pobytů je větší finanční podpora. Studenti, kteří se zahraničního studijního pobytu nezúčastnili, taktéž doporučili zvýšit propagaci, zj. besedami s absolventy. Dále navrhli širší nabídku výjezdů a větší finanční podporu.

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ A LITERATURY

1. AINSWORTH, M. D. S., BLEHAR, M. C., WATERS, E., & WALL, S. (2014). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. New York: Psychology Press.
2. APA (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct. Including 2010 and 2016 amendments*. Získáno 23. 3. 2017 z <http://www.apa.org/ethics/code/>
3. BALCAR, K., TRNKA, R., & KUŠKA, M. (2011). How many ways to deal with stress? Stress coping factors in the SVF 78. *Activitas Nervosa Superior*, (1–2), 27–34.
4. BARTHOLOMEW, K., & HOROWITZ, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244.
5. BARTLEY, M., HEAD, J., & STANSFELD, S. (2007). Is Attachment Style a source of Resilience against Health Inequalities at Work? *Social Science & Medicine*, 64(4), 765–775. DOI: 10.1016/j.socscimed.2006.09.033
6. BOKAREVA, M. (2014). Social causes of Russian students' motivation to study abroad. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 127, 124–128. DOI: 10.1016/j.sbspro.2014.03.225
7. BOWLBY, J. (1951). Maternal Care and Mental Health. *Bulletin of the World Health Organization*, 3, 355–534.
8. BOWBY, J. (1982). *Attachment and Loss. Vol. 1. Attachment (2nd ed.)*. New York: Basic Books.
9. BOWLBY, J. (2010). *Vazba. Teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem*. Praha: Grada.
10. BRENNAN, K. A., CLARK, C. L., & SHAVER, P. (1998). Self-report measurement of adult attachment. In SIMSON, J. A., RHOLES, W. S. (Eds). *Attachment theory and close relationships*. New York: Guilford Press.
11. BRETHERTON, I. (1992). *The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth*. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775.
12. BRISSET, C., SAFDAR, S., LEWIS, J. R. & SABATIER, C. (2010). Psychological and sociocultural adaptation of university students in France: The case of Vietnamese international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 34(4), 413–426. DOI: 10.1016/j.ijintrel.2010.02.009
13. BŘICHÁČEK, V. (2003). Perspektivy sledování osobnosti. *Československá psychologie*, 47(6), 587–600.
14. CAKIRPALOGLU, P. (2012). *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada.

15. CIMRMANNOVÁ, T. a kol. (2013). *Krise a význam pomáhajících prvního kontaktu. Aplikace v kontextu rodinného násilí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.
16. CRESWELL, J. W., PLANO CLARK, V., L., GUTMANN, M., L. & HANSON, W. E. (2003). Advanced Mixed Methods Research Design. In TASHAKKORI, A., TEDDLIE, CH. (Eds). *Handbook of mixed methods in social and behavioral research*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
17. ČMPS (2017). *Etický kodex ČMPS*. Získáno 23. 3. 2017 z <http://cmps.ecn.cz/?page=eticky-kodex>.
18. DAREBNÍKOVÁ, I. (2015). *Vazba na místo a vybrané charakteristiky osobnosti*. (Nepublikovaná magisterská práce.) Masarykova univerzita.
19. DENIZ, M. E., & ISIK, E. (2010). Positive and negative affect, life satisfaction, and coping with stress by attachment styles in Turkish students. *Psychological Reports, 107*(10), 480–490. DOI: 10.2466/02.09.10.20.PRO.107.5.480-490
20. DILEK, D., GUR, K., SENER, N., & CETINDAG, Z. (2012). The ways of handling stress and the attachment forms to parents of university students. *Social and Behavioral Sciences, 47*, 470–476. DOI. 10.1016/j.sbspro.2012.06.682
21. EFPA (2016). *Carta ethica or charter of professional ethics for psychologists*. Získáno 23. 3. 2017 z <http://www.efpa.eu/professional-development/carta-ethica-or-charter-of-professional-ethics-for-psychologists>
22. FERJENČÍK, J. (2000). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: jak zkoumat lidskou duši*. Praha: Portál.
23. FILOZOFICKÁ FAKULTA UNIVERZITY PALACKÉHO V OLOMOUCI (nedat.) *Stipendijní programy*. Získáno z <http://www.ff.upol.cz/menu/zahranicni-vztahy/stipendijni-programy/>
24. FONAGY, P., & TARGET, M. (2005). *Psychoanalytické teorie*. Praha: Portál.
25. GARDNER, R. C, & LAMBERT, W. E. (1959). Motivational variables in second language acquisition. *Canadian Journal of Psychology, 13*(4), 266–272. DOI: 0.1037/h0083787
26. GRINER, J., & SOBOL, A. (2014). Chinese Students' Motivations for Studying Abroad. *The Global Studies Journal, 7*(1), 1–14. DOI: 10.18848/1835-4432/CGP/v07i01/40893
27. HARMS, P. D. (2011). Adult Attachment Styles in the Workplace. *Human Resource Management Review, 21*(1), 285–296. DOI: 10.1016/j.hrmr.2010.10.006
28. HASSAN, I., WEYERS, P., MASCHUW, K., DICK, B., GERDES, B., ROTHMUND, M., & ZIELKE, A. (2006). Negative stress-coping strategies among novices in surgery correlate with poor virtual laparoscopic performance. *British Journal of Surgery, 93*(12), 1554–1559. DOI: 10.1002/bjs.5544

29. HERENTIN, V. (2017). *Attachment a rizikové chování u adolescentů*. (Nepublikovaná magisterská práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
30. HERNÁNDEZ, T. A. (2010). The Relationship Among Motivation, Interaction, and the Development of Second Language Oral Proficiency in a Study-Abroad Context. *The Modern Language Journal*, 94(4), 600–617. DOI: 10.HH/j.1540-4781.2010.01053.x
31. HERZER, F., WENDT, J., & HAMM, A. O. (2015). Discriminant validity of constructs derived from the self-regulative model for evaluation anxiety for predicting clinical manifestations of test anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 73, 52–57. DOI: 10.1016/j.brat.2015.07.012
32. HOLAHAN, CH. J., & MOOS, R. H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(5), 946–955. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.52.5.946>
33. CHIRKOV, V. I., SAFDAR, S., GUZMAN, J., & PLAYFORD, K. (2008). Further examining the role motivation to study abroad plays in the adaptation of international students in Canada. *International Journal of Intercultural Relations*, 32, 427–440. DOI: 10.1016/j.ijintrel.2007.12.001
34. CHIRKOV, V., VANSTEENKISTE, M., TAO, R., & LYNCH, M. (2007). The role of self-determined motivation and goals for study abroad in the adaptation of international students. *International Journal Of Intercultural Relations*, 31, 199-222. DOI: 10.1016/j.ijintrel.2006.03.002
35. CHLÁDKOVÁ, N. (2014). *Vztahová vazba u osob s poruchami vyvolanými užíváním opiátů*. (Nepublikovaná bakalářská práce). Univerzita Karlova v Praze.
36. CHÝLOVÁ, H., & NATOVOVÁ, L. (2012). Coping strategies at university students part I: gender differences. *Journal on Efficiency and Responsibility in Education and Science* 5(3), 135–147. DOI: 10.7160/eriesj.2012.050303
37. JANKE, W., & ERDMANN, G. (2003). *Strategie zvládání stresu*. Praha: Tescentrum.
38. JEŘÁBKOVÁ, V. (2016). *Vztah dispozičního optimismu/pesimismu, copingových strategií, míry úzkosti a prožívaného stresu u studentů vysokých škol*. (Nepublikovaná magisterská práce). Masaryková univerzita.
39. JEŽEK, S. (2010). Standardy pro užívání psychologických testů – nastal čas pro českou normu? *Testforum*, 1(1), 18–22.
40. JOPLIN, J. R., NELSON, D. L., & QUICK, J. C. (1999). Attachment Behavior and Health: Relationships at Work and Home. *Journal of Organizational Behavior*, 20(6), 783–796.
41. JOSÍFKOVÁ, J. (2013). *Úspěšnost a spokojenost vysokoškolského studenta a jejich souvislost s osobnostními faktory a zvládacími strategiemi*. (Nepublikovaná dizertační práce). Univerzita Palackého v Olomouci.

42. KASALOVÁ, B. (2015). *Preference pracovního prostředí generace Y v souvislosti s teorií attachmentu*. (Nepublikovaná bakalářská práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
43. KONRATH, S. H., CHOPIK, W. J., HSING, C. K., & O'BRIEN, E. (2014). Changes in Adult Attachment Styles in American College Students Over Time: A Meta-Analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 18(4), 326–348. DOI: 10.1177/1088868314530516
44. KOTRLOVÁ, H. (2014). *Partnerské vztahy na dálku*. (Nepublikovaná magisterská práce.) Masarykova univerzita.
45. KOUKOLÍK, F. (2013). *Já. O mozku, vědomí a sebeuvědomování*. Praha: Univerzita Karlova v Praze.
46. KŘIVOHLAVÝ, J. (2002a). *Konflikty mezi lidmi*. Praha: Portál.
47. KŘIVOHLAVÝ, J. (2002b). *Psychologie nemoci*. Praha: Grada.
48. KŘIVOHLAVÝ, J. (2009). *Psychologie zdraví*. Praha: Grada.
49. KŘIVOHLAVÝ, J. (2010). *Sestra a stres*. Praha: Grada.
50. KŘIVOHLAVÝ, J. (2013). *Psychologie pocitů štěstí. Současný stav poznání*. Praha: Grada.
51. KUBIČKA, L., & MATĚJČEK, Z. (2003). Rodičovské chování v pohledu dospívajících a sebepercepce v dospělosti: prospektivní studie. *Československá psychologie*, 47(6), 481–490.
52. KURT, A.S., BALCI, S. & KOSE, D. (2014). Test anxiety levels and related factors:
53. students preparing for university exams. *The Journal Of The Pakistan Medical*
54. *Association*, 64 (11), 1235–1239.
55. KVINTOVÁ, J. (2011). *Vybrané osobnostní charakteristiky a strategie zvládání stresu u vysokoškolských studentů ve vztahu k intersexuálním diferencím a studijnímu zaměření*. (Nepublikovaná dizertační práce). Univerzita Palackého v Olomouci.
56. KUDLOVÁ, I. (2014). *Vliv zahraničních pobytů ERASMUS na psychický a profesní rozvoj studentů*. (Nepublikovaná bakalářská práce.) Vysoká škola ekonomická v Praze.
57. LANE-TOOMEY, C. K., & LANE, S. R. (2012). U.S. Students Study Abroad in the Middle East/North Africa: Factors Influencing Growing Numbers. *Journal of Studies in International Education*, 17(4), 308–331. DOI: 10.1177/1028315312447572
58. LANGMEIER, J., & KREJČÍŘOVÁ, D. (2006). *Vývojová psychologie. 2., aktualizované vydání*. Praha: Grada.

59. LAZARUS, R. S., (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
60. LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
61. LEČBYCH, M., & POSPÍŠILÍKOVÁ, K. (2012). Česká verze škály Experiences in Close Relationships (ECR): Pilotní studie posouzení vztahové vazby v dospělosti. *E-psychologie*, 6(3), 1–11.
62. LIGUORI, L. (2013). Attachment Theory: The Relationships between Human Resources and Organizations. *EAWOP in Practice*, (5), 55–59.
63. LILLIENGREN, P., FALKENSTRÖM, F., SANDELL, R., MOTHANDER, P. R., & WERBART, A. (2015). Secure Attachment to Aherapist, Alliance, and Outcome in Psychoanalytic Psychotherapy with Young Adults. *Journal of Counseling Psychology*, 62(1), 1–13. DOI: 10.1037/cou0000044
64. MAIN, M., & SOLOMON, J. (1990). Procedures for Identifying Infants as Disorganized/Disoriented During the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti & E. M. Cummings (Ed.), *Attachment in the Preschool Years: theory, research, and intervention* (121–160). Chicago: University of Chicago Press.
65. MATHENY, K. B., & CURLETTE, W. L. (2010). A Brief Measure of Coping Resources. *Journal Of Individual Psychology*, 66(4), 384-407.
66. MAZAHREH, L. G. M. (2015). Exploring the influence of adult attachment on stress coping resources and career adaptability. *Dissertation Abstracts International: Section B. The Sciences and Engineering*, 75(11).
67. MIKULINCER, M., FLORIAN, V., & TOLMATZ, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 273–280.
68. MIKULINCER, M., FLORIAN, V., & WELLER, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 64(5), 817–826. DOI: 10.1037/0022-3514.64.5.817
69. MIKULINCER, M., & SHAVER, P. R. (2007). *Attachment in Adulthood. Structure, Dynamics, and Change*. New York: Guilford Press.
70. MIOVSKÝ, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
71. MONTI, J. D., & RUDOLPH, K. D. (2014). Emotional Awareness as a Pathway Linking Adult Attachment to Subsequent Depression. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 374–382. DOI: 10.1037/cou0000016

72. NGUYENVOGES, S. (2015). Revisiting the literature on study abroad participation in adult and higher education: Moving beyond two decades and two percent. *The International Education Journal:Comparative Perspectives*, 14(1), 57–70.
73. NIESNER, T. (2014). *Vymezení konceptu place attachment*. (Nepublikovaná magisterská práce.) Masarykova univerzita.
74. NOVAK, R., SLATINIŠEK, A. & DEVETAK, G. (2013). Importance of Motivating Factors for International Mobility of Students: Empirical Findings on Selected Higher Education Institutions in Europe. *Organizacija*, 46, 274-280. DOI: 10.2478/orga-2013-0023
75. NYAUPANE, G. P., PARIS, C. M., & TEYE V. (2011). Study Abroad Motivations, Destination Selection and Pre-Trip Attitude Formation. *International Journal of Tourism Research*, 13, 205–217. DOI: 10.1002/jtr.811
76. NEUSTADT., E. A., CHAMORRO-PREMUZIC, T., & FURNHAM, A. (2011). Attachment at Work and Performance. *Attachment & Human Development*, 13(5), 471–488. DOI: 10.1080/14616734.2011.602254
77. OWEN, J. J., RHOADES, G. K., STANLEY, S. M., & FINCHAM, F. D. (2008). „Hooking Up“ Among College Students: Demographic and Psychosocial Correlates. *Archives of Sexual Behavior*, 39(3), 653–663. doi: 10.1007/s10508-008-9414-1
78. OZDINCOVÁ, V. (2014). *Identita v pohybu: Proměna osobní identity jedince na základě absolvování dlouhodobého studijního zahraničního programu*. (Nepublikovaná magisterská práce.) Masarykova univerzita.
79. PARKER, G., TUPLING, H., & BROWN, L. B. (1979). A Parental Bonding Instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1–10. DOI: 10.1111/j.2044-8341.1979.tb02487.x
80. PAULÍK, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada.
81. PHILIPPI, H. (2012). *Podpora zahraniční mobility studentů – program Erasmus Mundus*. (Nepublikovaná bakalářská práce.) Masarykova univerzita.
82. PLHÁKOVÁ, A. (2007). *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.
83. POLLARD, S. E., RIGGS, S. A., & HOOK, J. N. (2014). Mutual Influences in Adult Romantic Attachment, Religious Coping, and Marital Adjustment. *Journal of Family Psychology*, 28(5), 615–624. DOI: 10.1037/a0036682
84. PUSTINA, J., MÁCHOVÁ, L., DAŇKOVÁ, B. SEDLOŇ, T. (2016). Položková analýza a reliabilita dotazníku zvládnání zátěže (revize metody). *Testforum*, 8, 6–18.
85. QINGJIU, S., & MALIKI, N. Z. (2013). Place Attachment and Place Identity: Undergraduate Students' Place Bonding on Campus. *Social And Behavioral Sciences*, 91(PSU-USM International Conference on Humanities and Social Sciences), 632–639. DOI: 10.1016/j.sbspro.2013.08.463

86. PREISS, M., & KŘIVOHLAVÝ, J. (2009). *Trénování paměti a poznávacích schopností*. Praha: Grada.
87. PROSEN, S., & SMRTNIK VITULIC, H. (2012). Attachment Style in University Students and Its Importance for Their Professional Work. *Journal of Education and Future*, (2), 1–14.
88. RAPOŠOVÁ, I. (2014). *Zbrojovka: a black hole in the city centre or a unique mosaic of meanings? Urban ethnography of the attachment to the former armament factory in Brno*. (Nepublikovaná magisterská práce.) Masarykova univerzita.
89. REICH, W. A. & SIEGEL, H. I. (2002). Attachment, ego-identity development and exploratory interest in university students. *Journal of Social Psychology*, 5, 125-134. 10.1111/1467-839X.00099
90. RICHARDS, D. A., & SCHAT, A. C. (2011). Attachment at (Not to) Work: Applying Attachment Theory to Explain Individual Behavior in Organizations. *Journal of Applied Psychology*, 96(1), 169–182.
91. SÁNCHEZ, C., FORNERINO, M., & ZHANG, M. (2006). Motivations and the intent to study abroad among U.S., French, and Chinese students. *Journal of Teaching in International Business*, 18(1), 27–52. DOI: 10.1300/J066v18n01_03
92. SCHÖNBRODT, F., D., & ASENDORPF, J. B. (2012). Attachment dynamics in a virtual world. *Journal of Personality*, 80(2), 429–463. DOI: 10.1111/j1467-6494.2011.00736.x
93. SEITLOVÁ, K. (2017). *Výzkum – zahraniční mobilita*. Získáno 22. 3. 2017 z <http://psych.upol.cz/aktualni-oznameni-studentum/vyzkum-zahranicni-mobilita/>
94. SEITL, M. (2015). *Testové psychodiagnostické metody pro výběr zaměstnanců*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
95. SEITL, M., CHARVÁT, M., & LEČBYCH, M. (2016). Psychometrické charakteristiky české verze škály Experiences in Close Relationships (ECR). *Československá psychologie*, 60(4), 351–371. DOI:
96. SELIGMAN, M. E. P. (1972). Learned helplessness. *Annual Review of Medicine*, 23, 407–412. DOI: 10.1146/annurev.me.23.020172.002203.
97. SELYE, H. (1983) The Stress Concept: Past, Present and Future. In: C. L. Cooper (Ed.), *Stress Research Issues for the Eighties* (1-20). New York: John Wiley & Sons.
98. SHOREY, H. S., & SNYDER, C. R. (2006). The Role of Adult Attachment Styles in Psychopathology and Psychotherapy outcomes. *Review of General Psychology*, 10(1), 1–20.
99. SIMONELLI, A., MORETI, M., PENTA, P. & MAFFEIS, E. (2012). 1978–2008, 40 Years of Strange Situation. Interactive Behaviors and Patterns on Attachment: An

- Investigation of Ainsworth's Model. *Giornale Italiano di Psicologia*, 39(3), 619-642. doi: 10.1421/38775
100. SLAMĚNÍK, I. (2011). *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada Publishing.
 101. SLANEY, R. B., RICE, K. G., MOBBLEY, M., TRIPPI, J., & ASHBY, J. S. (2001). The revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130–145.
 102. STRAUSS, A. & CORBIN, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu*. Boskovice: Albert.
 103. ŠPATENKOVÁ, N. (2004). *Krize: Psychologický a sociologický fenomén*. Praha: Grada.
 104. TAGG, B. (2014). "All abroad": Malaysians' reasons for seeking an overseas-based doctorate. *The International Education Journal: Comparative Perspectives*, 13(1), 46–59.
 105. TOWLER, A. J., & STUHLMACHER, A. F. (2013). Attachment Styles, Relationship Satisfaction, and Well-Being in Working Women. *The Journal of Social Psychology*, 153(3), 279–298. DOI: 10.1080/00224545.2012.735282
 106. Viktorová, L. (2016). (Re)searching the criteria of academic success – an undergraduate psychology program example. In Maierová, E., Viktorová, L., & Dolejš, M. *PhD existence 2016. Česko-slovenská psychologická konference (nejen) pro doktorandy a o doktorandech. Sborník odborných příspěvků*, 234–241. Olomouc: Univerzita Palackého.
 107. VOJTEKOVÁ, A. (2013). *Place attachment, coping a reziliencia: Porovnanie u domácich a zahraničných študentov*. (Nepublikovaná magisterská práce.) Masarykova univerzita.
 108. VOŘÍŠEK, J., PAVELKA, J., & VÍT, M., et al. (2004). *Aplikační služby IS/ICT formou ASP*. Praha: Grada.
 109. VYMĚTAL, Š. (2009). *Krizová komunikace*. Praha: Grada.
 110. VYSEKALOVÁ, J., KOMÁRKOVÁ, R., HERZMANN, J., & HERINK, O. (2012). *Psychologie reklamy*. Praha: Grada.
 111. VÝROST, J., & SLAMĚNÍK, I. (2008). *Sociální psychologie: 2., přepracované a doplněné vydání*. Praha: Grada.
 112. WANG, Ch. DC & MALLINCKRODT, B. (2006). Acculturation, Attachment, and Psychosocial Adjustment of Chinese/Taiwanese International Student. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 422-433. DOI: 10.1037/0022-0167.53.4.422
 113. WEI, M., HEPPNER, P. P., RUSSELL, D. W., & YOUNG, S. K. (2006). Maladaptive Perfectionism and Ineffective Coping as Mediators Between Attachment and Future Depression: A Prospective Analysis. *Journal Of Counseling Psychology*, 53(1), 67–79. DOI: 10.1037/0022-0167.53.1.67

114. XU, M., DE BAKKER, M., STRIJKER, D., & WU, H. (2015). Effects of distance from home to campus on undergraduate place attachment and university experience in China. *Journal Of Environmental Psychology*, 43, 95–104. DOI: 10.1016/j.jenvp.2015.05.013
115. YI, S. (2001). Why Do College and Middle School Students Want to Go Abroad. *Chinese Education & Society*, 34(3), 48–56. DOI: 10.2753/CED1061-1932340348

ABSTRAKT MAGISTERSKÉ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Vztahová vazba, copingové strategie a motivace studentů k zahraničnímu studijnímu výjezdu

Autor práce: Bc. Barbora Kasalová

Vedoucí práce: PhDr. Klára Seitlová Ph.D.

Počet stran a znaků: 115, 161 611

Počet příloh: 4

Počet titulů použité literatury: 115

Abstrakt:

Tato diplomová práce se zaměřuje na oblast teorie attachmentu a její souvislosti se strategiemi zvládání stresu v kontextu zahraniční mobility studentů. Dalším cílem práce je prozkoumat motivaci studentů zúčastnit se některého z programů umožňujících zahraniční studijní pobyty na Filozofické fakultě Univerzity Palackého v Olomouci. Výzkumný soubor tvoří 132 studentů. K měření vztahové vazby byla použita česká zkrácená verze škály Experiences in Close Relationships (ECR-CZ) a k měření copingových strategií dotazník Strategie zvládání stresu (SVF 78). Pomocí kvantitativního přístupu byly nalezeny rozdíly a korelace mezi vybranými proměnnými. Použití kvalitativního přístupu dále umožnilo porovnat absolventy a nezúčastněné zahraničních studijních pobytů z hlediska jejich motivace. Dalším výsledkem této práce jsou doporučení směřovaná ke zvýšení zájmu o studium v zahraničí.

Klíčová slova: teorie attachmentu, copingové strategie, motivace, zahraniční mobilita

ABSTRACT OF THESIS

Title: Attachment, Coping Strategies and Motivation of Students to Study Abroad

Author: Bc. Barbora Kasalová

Supervisor: PhDr. Klára Seitlová, Ph.D.

Number of pages and characters: 115, 161 611

Number of appendices: 4

Number of references: 115

Abstract:

This thesis is focused on the field of attachment theory and its relation to coping strategies, in the context of students' international mobility. Further aim of the research is to examine motivations of students to participate in any international mobility program offered by the Faculty of Arts, Palacky University in Olomouc. The sample consists of 132 students. To measure attachment Czech shorter version of Experiences in Close Relationships Scale (ECR-CZ) was used as well as the Strategies of Stress Coping questionnaire (SVF 78). Using the quantitative approach, we found out differences and correlations between selected variables. On the other side, the use of qualitative approach provided the comparison of the participants and non-participants in terms of their motivation. The outcome of this thesis is also recommendation for increasing interest in studying abroad among students.

Keywords: attachment theory, coping strategies, motivation, international mobility

PŘÍLOHY

Příloha 1: Podklad pro zadání magisterské práce

Příloha 2: Dotazník

Příloha 3: Výzkumné plakáty

Příloha 4: E-mail určený ke sběru dat od absolventů zahraničních studijních pobytů

Příloha 1: Podklad pro zadání diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2016/2017

Studijní program: Psychologie
Forma: Prezenční
Obor/komb.: Psychologie (PCHN)

Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
Bc. KASALOVÁ Barbora	Na Komárově 519, Kaznějov	F150433

TÉMA ČESKY:

Vztahová vazba a motivace studentů na zahraničním výjezdu

TÉMA ANGLICKY:

Attachment and motivation among students studying abroad

VEDOUCÍ PRÁCE:

PhDr. Klára Seitlová, Ph.D. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

1. Rešerše a studium odborné literatury z oblasti vztahové vazby, motivace a studia v rámci zahraničních studijních výjezdů. 2. Sepsání teoretické části práce s ohledem na zásady citování odborných zdrojů, dle Manuálu pro psaní diplomových prací Katedry psychologie FF UP v Olomouci a za využití nejnovějších poznatků. 3. Kritická diskuse teoretických východisek, použitých metod a výsledků výzkumu. 4. Na základě těchto zjištění příprava metodiky výzkumné části. 5. Formulace výzkumných cílů, výzkumných otázek a hypotéz. 6. Specifikace výzkumného vzorku. Výzkum je zaměřen na studenty FF UP v Olomouci s osobní zkušeností se studiem v zahraničí. 7. Realizace sběru dat dle vypracovaného výzkumného plánu za dodržení etických zásad psychologického výzkumu. 8. Kvalitativní analýza a statistické zpracování kvantitativních dat. 9. Interpretace výsledků, jejich shrnutí a doporučení pro praxi. 10. Diskuze k teoretickému východisku, výzkumné metodologii, výsledku výzkumu a jeho přínosu pro praxi. 11. Stanovení závěrů realizovaného výzkumu.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244. Bodycott, P. (2015). Intragroup Conflict during Study Abroad. *Journal of International Students*, 5(2), 244-259. Bowlby, J. (2010). Vazba: teorie kvality raných vztahů mezi matkou a dítětem. Praha: Portál. Geislerová, N. (2011). Vliv vysokých škol v České republice na mezinárodní mobilitu studentů/učitelů. (Nepublikovaná bakalářská práce). Masarykova univerzita. Gonzáles, C. R., Mesanza, R. B. & Mariel, P. (2011). The determinants of international student mobility flows: an empirical study on the ERASMUS programme. *Higher Education*, 62(4), 413-430. DOI: 10.1007/s10734-010-9396-5 Jarošová, V. (2014). Program Erasmus a jeho vliv na proměnu životního stylu. (Nepublikovaná bakalářská práce). Univerzita Palackého v Olomouci. Kotrlová, H. (2014). Partnerské vztahy na velkou dálku. (Nepublikovaná magisterská práce). Masarykova univerzita. Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2010). Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change. New York: Guilford Press. Novak, R., Slatinšek, A. & Devetak, G. (2013). Importance of Motivating Factors for International Mobility of Students: Empirical Findings on Selected Higher Education Institutions in Europe. *Organizacija*, 46(6), 274-280. DOI: 10.2478/orga-2013-0023 Teichler, U. (2004). Temporary study abroad: the life of ERASMUS students. *European Journal of Education*, 39(4), 395-408. DOI: 10.1111/j.1465-3435.2004.00193.x

Příloha 2: Testová baterie

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

Příloha 3: Výzkumné plakáty

psych.upol.cz
Oznámení
studentům

JÁ A STUDIUM V ZAHRANIČÍ?

ZAPOJ SE DO VÝZKUMU MOTIVACE STUDENTŮ
K ZAHRANIČNÍM STUDIJNÍM POBYTŮM I TY.
ZA VYPLNĚNÍ OBDRŽÍŠ VYHODNOCENÍ PSYCHODIAGNOSTICKÝCH TESTŮ.

 Filozofická
fakulta  KATEDRA
PSYCHOLOGIE Bc. Barbora Kasalová
PhDr. Klára Seitlová, PhD.

psych.upol.cz
Oznámení
studentům



JEŠTĚ JSI NEBYL/A NA ZAHRANIČNÍM STUDIJNÍM POBYTU?

ZAPOJ SE DO VÝZKUMU MOTIVACE STUDENTŮ KE STUDIU
V ZAHRANIČÍ A ZA VYPLNĚNÍ DOTAZNÍKU OBDRŽÍŠ
VYHODNOCENÍ PSYCHODIAGNOSTICKÝCH TESTŮ.

 Filozofická
fakulta  KATEDRA
PSYCHOLOGIE Bc. Barbora Kasalová
PhDr. Klára Seitlová, PhD.

psych.upol.cz
Oznámení
studentům



ZAHRANIČNÍ STUDIJNÍ POBYT (ERASMUS, FREEMOVER...) JAKÉ TO BYLO?

ZAPOJ SE DO VÝZKUMU MOTIVACE STUDENTŮ KE STUDIU
V ZAHRANIČÍ A ZA VYPLNĚNÍ DOTAZNÍKU OBDRŽÍŠ
VYHODNOCENÍ PSYCHODIAGNOSTICKÝCH TESTŮ.

 Filozofická
fakulta  KATEDRA
PSYCHOLOGIE Bc. Barbora Kasalová
PhDr. Klára Seitlová, PhD.

Příloha 4: E-mail určený ke sběru dat od absolventů zahraničních studijních pobytů

Předmět: *Výzkum zahraniční mobility – zapojte se*

Příloha: *Plakát výzkumu*

Vážená studentko, vážený studente,

dovolujeme si Vás na základě Vaší účasti na zahraničním studijním pobytu v akademickém roce 2015/2016 oslovit s prosbou o účast ve výzkumu.

Vedení FF UP se neustále snaží zlepšovat podporu a rozsah zahraniční mobility, a proto se nyní rozhodlo uskutečnit průzkum mezi studenty. Vaše odpovědi a podněty v tomto dotazníku pro nás budou cenným zdrojem pro vylepšení.

Jako poděkování za zodpovězení všech otázek obdržíte vyhodnocení Vámi vyplněných psychodiagnostických testů.

Dotazník prosím vyplňujte zde: <https://www.surveio.com/survey/d/ffvyjezdy>

S přáním úspěšných zkoušek

PhDr. Klára Seitlová, PhD.

Bc. Barbora Kasalová