

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

VZTAH NARCISMU, SEBEÚCTY A ŽIVOTNÍ SPOKOJENOSTI

Relation of narcissism, self-esteem and life-satisfaction



DIPLOMOVÁ PRÁCE

Autor: Aneta Holubová

Vedoucí práce: PhDr. Olga Pechová, Ph.D.

Olomouc
2015

Prohlášení

Místopřísežně prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma: „Vztah narcismu, sebeúcty a životní spokojenosti“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího 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..... Dne.....

Podpis.....

PODĚKOVÁNÍ

Mé poděkování patří především PhDr. Olze Pechové, Ph.D. za její odborné rady, pomocnou ruku a vřelé vedení. Taktéž děkuji svým rodičům za porozumění, vřelou náruč, neustálou podporu a ochotu kdykoliv mi pomoci.

OBSAH

ÚVOD.....	7
I TEORETICKÁ ČÁST.....	8
1 HISTORICKÁ POJETÍ NARCISMU	8
1.1 Sigmund Freud.....	8
1.2 Erich Fromm	9
1.3 Karen Horneyová.....	10
1.4 Otto Kernberg	11
1.5 Heinz Kohut.....	12
1.6 Narcistická společnost	13
2 SOUČASNÁ POJETÍ NARCISMU	16
2.1 Diagnostika	16
2.2 Narcistická porucha osobnosti v DSM – 5	17
2.3 Narcismus neklinický, grandiózní a vulnerabilní	18
2.3.1 Narcismus grandiózní	20
2.3.2 Narcismus vulnerabilní	21
2.4 Měření narcismu	23
3 SEBEÚCTA.....	26
3.1 Definice pojmu	26
3.2 Modely sebeúcty	26
3.3 Funkce sebeúcty.....	28
3.4 Měření sebeúcty.....	31
4 ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST.....	33
4.1 Definice pojmu	33
4.2 Faktory životní spokojenosti.....	35
4.3 Jak moc šťastný jsem aneb měření životní spokojenosti	40
4.4 Self-esteem a životní spokojenost.....	44
5 ŠŤASTNÝ NARCISMUS.....	46
II EMPIRICKÁ ČÁST.....	50
6 VÝZKUMNÝ PROBLÉM, CÍLE PRÁCE & HYPOTÉZY	50
7 POPIS METODOLOGICKÉHO RÁMCE A METOD.....	54

7.1 Typ výzkumu	54
7.2 Metody sběru dat	54
• Narcissistic Personality Inventory – 16.....	55
• Dotazník Životní Spokojenosti.....	55
• Rosenberg Self - Esteem Scale.....	56
• Satisfaction With Life Scale	57
8 METODY ZPRACOVÁNÍ A ANALÝZY DAT	58
9 VÝBĚR A POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU	59
9.1 Populace a výběrový soubor	59
9.2 Výběr a popis výzkumného souboru	60
10 ETIKA VÝZKUMU	63
11 VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ.....	64
12 DISKUZE	74
12.1 Diskuze statisticky signifikantních výsledků.....	74
12.2 Diskuze dotazníkových metod.....	76
12.3 Diskuze výběrového vzorku	77
12.4 Náměty pro navazující výzkum	78
13 ZÁVĚRY.....	80
SOUHRN	81
LITERATURA	84
SEZNAM PŘÍLOH.....	91

ÚVOD

Rys narcismu je již více než století velkým fenoménem psychologie. Stal se námětem mnoha teoretických prací i výzkumů. Po dlouhou dobu bylo pohlíženo na narcistické jedince jako na zraněné osobnosti. Egoismus, velikášství, sobeckost či dominantnost byly považovány za strategie, jež brání křehkou duši. Zvláště díky psychoanalýze se tento přístup ustálil v mysli mnoha psychologů i laiků. V osmdesátých letech Americká psychologická asociace rozhodla, že narcismus může být považován za poruchu osobnosti a zaslouží si tak zařazení do DSM – III.

Od této doby uplynula spousta času a proběhlo mnoho bádání a výzkumů. Teorie o vzniku a projevech narcismu získaly na větší propracovanosti a komplexnosti. Byl zaveden pojem *neklinická forma narcismu* a s tím i jeho dělení na typ *grandiózní a vulnerabilní*. Narcista nemusí mít uvnitř sebe zraněné nenaplněné touhy či bolest. Může to být zkrátka člověk, který se má rád, obdivuje se a po ostatních chce, aby mu projevovali to samé. Jedná především v zájmu své osoby a svých potřeb a toto chování mu přináší pocit spokojenosti.

Tato výzkumná práce si kladla za cíl ověřit, zda jedinci s narcistickými rysy jsou šťastní a jak silným prediktorem je neklinický narcismus pro pocit životní spokojenosti. Taktéž byl brán v potaz efekt sebeúcty, jež dle mnoha výzkumů má na narcismus i životní spokojenost velký vliv. Hledána byla i souvislost s demografickými proměnnými. Cílem této práce je seznámit čtenáře s aktuálními výzkumy a taktéž na základě vlastního šetření podpořit či oponovat závěrům v předešlých studiích a přinejmenším vnést do problematiky další úhel pohledu.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 HISTORICKÁ POJETÍ NARCISMU

Pojem „narcismus“ pochází z báje o Narkisovi. Byl to syn říčního boha Kéfisa a Leiriopy. Tento chlapec byl neobyčejně krásný, ale také nesmělý. Nymfy ho však považovaly za domýšlivého a samolibého. Jelikož se mu vysmívaly, Narkissos dospěl k přesvědčení, že je mu nejlépe samotnému. Když odmítl opětovat lásku krásné nymfy Échó, Afrodíta ho potrestala, že opovrhne jejími dary a Narkissa proklela, načež se zamiloval do vlastního obrazu, který spatřil na hladině studánky. Tak dlouho se nad tuto studánku nakláněl, až do ní spadl a utopil se v ní. Jeho tělo se změnilo ve vonný květ, kterému se dnes říká narcis (Zamarovský, 1996).

1.1 Sigmund Freud

V psychologické literatuře byl pojem „narcismus“ poprvé použit H. Ellisem a P. Näckem roku 1899. Sám Sigmund Freud vychází z myšlenek těchto dvou autorů. A v jeho díle „*K uvedení narcismu*“ (1971) se na ně přímo odkazuje. P. Näcke (1899) říká: *Narcismus je chování, při kterém individuum zachází s vlastním tělem podobně, jako se jinak zachází s tělem sexuálního objektu, to znamená, že je se sexuálním zalíbením pozoruje, hladí, laská, až těmito úkony dosáhne úplného ukojení.*“ (P. Näcke, 1899; in Freud, 1971, str. 115).

Havelock Ellis využívá tento termín pro případy, kdy všechny sexuální emoce jsou ztraceny a nahrazeny obdivováním sebe sama. Jestliže ve své literatuře už používá termín „narcismus“, popisuje ho jako sexuální perverzi, kdy člověk zachází se svým tělem jako se sexuálním objektem (Raskin & Terry, 1988).

Freud, inspirován těmito myšlenkami pak přichází se svojí teorií o narcismu, která je již daleko systematičtější. Při práci s neurotiky, za pomoci psychoanalytického pozorování, dospěl k přesvědčení, že umístění libida označované jako narcismus se může vyskytovat v pravidelném sexuálním vývoji každého člověka. Byl si jistý, že existuje základní *primární narcismus*, kdy dítě je podle Freuda v *myšlenkové* omnipotenci, kdy se cítí dokonalé a všemocné. Avšak tento pocit je později narušen z frustrace uspokojování prostřednictvím fantazií o vlastní všemocnosti a velkoleposti. Aby tuto frustraci dítě

odstranilo, obrací se navenek, k ostatním, jelikož oni jeho potřeby uspokojit mohou, byť nedokonale. Při tomto procesu se narcistické libido obvykle přeměňuje v objektní libido a hlavními objekty se stávají rodiče. V této době se též rozvíjejí oidipální představy, kterých by se však dítě mělo po čase vzdát (Mitchell & Blacková, 1999).

Freud vnímal narcismus téměř všude. Viděl ho v hypochondrii, milostném životě i organické nemoci. V hypochondrii člověk stahuje své zájmy i libido od objektů vnějšího světa a oboje soustřeďuje sám na sebe. Při organické nemoci je možné toto zdůvodnit opravdovým postižením nějakého orgánu, při hypochondrii však nikoliv. Nejsilnější motiv, který ho však přiměl k předpokladu, že narcismus skutečně existuje, bylo pozorování, že některé osoby nevolí svůj pozdější milostný objekt podle vzoru své matky, nýbrž podle vzoru své vlastní osoby. Zcela zřejmě hledají sebe jako milostný objekt, projevují takový typ volby objektu, který je nutno nazvat narcistickým (Freud, 1971).

Narcismus je tedy v nás všech přirozený, nicméně se odlišujeme jeho mírou. Podle čeho se ale tato míra určuje? Dá se říci, že příčinou *vzniku* narcismu jsou vytěsněné touhy, jeho *mírou* je pak jejich množství. Tytéž dojmy, zážitky, impulsy či přání, které někdo v sobě dobře snáší, druhý může zcela s odporem odmítat. Další člověk je může potlačit ještě dříve, než by mu vůbec vyvstaly na mysl. Každý si pak vytvoříme ideální Já, podle kterého vše, co prožíváme, měříme. V oblasti ideálního Já nejsme schopni zříkat se uspokojení, které jsme již jednou prožili. Nechceme postrádat narcistickou dokonalost svého dětství, a pokud jsme byli káráni či napomínáni za naše narcistické chování, v dospělosti se toto chování objevuje znovu, v podobě ideálního Já, které chce mít vše. Vývoj Já spočívá v tom, že se vzdalujeme od primárního narcismu, což vyvolává tendence ho znovu dosáhnout. Toto vzdalování se uskutečňuje přesunem libida na ideální Já, které pochází z vnějšku. Uspokojení tedy jsme pouze při naplnění těchto potřeb (Freud, 1971; Séléšová, Bob, Kukla, & Ptáček, 2013).

1.2 Erich Fromm

Na Sigmunda Freuda navazuje celé řada dalších psychologů. Dá se říci, že vycházejí z jeho myšlenek, které jsou jim inspirací a zároveň vyvolávají potřebu pojmout narcismus jinak. Erich Fromm ve své knize *Lidské srdce* (1996) říká, že koncept, který přinesl Freud, byl jeden z největších a nejvýznamnějších. K jeho pochopení využil řadu jevů, jako byl strach z kastrace, žárlivost, sadismus, loajalita atd.. Frommova koncepce

pokračuje v linii, kterou Freud načrtl, ale duch této linie je odlišný. Libido už není centrem pozornosti. Narcismus není jen postojem, který se vytvoří, když je libido zaměřeno na ego (Fromm, 1996).

„*Narcismus je vášně, jejíž intenzitu lze u mnoha jedinců přirovnat jen k sexuální žádostivosti a k touze zůstat naživu.*“ (Fromm, 1996, str. 80) Narcismus tak pohlcuje celý život, myšlenky, emoce, stává se smyslem. Náplní života je pak obdiv sebe samého, soustředění se na své tělo a materiální věci. „*Můžeme říci, že příroda vybavila člověka velkou mírou narcismu, aby ho uschopnila k tomu, co je nutné pro zachování života.*“ (Fromm, 1996, str. 81)

Taktéž tedy existuje *primární narcismus*, se kterým se každé dítě rodí. Děti sice vnímají vnější svět, ale středobodem jejich existence jsou ony samy a jejich vlastní tělo. Tento primární narcismus nás nutí pečovat a dbát o sebe, mít se rádi a chránit se, nicméně paradoxně nám ubližuje, neboť člověk roste a existuje ve společnosti. Přátelství, recipocita, poskytnutí vzájemné pomoci, to vše dokáže člověk s narcistickou povahou porušit. Určitá míra narcismu je člověku normální a přirozená, nicméně existuje *maximální narcismus*, který může přerůst v patologickou formu a má velmi špatný dopad jak pro jedince, tak pro okolí (Fromm, 1996).

Jak se můžeme dočíst ve Freudovi i Frommovi, narcistická osobnost je velmi zranitelná. Což je dobře pozorovatelné pokud takového člověka začneme kritizovat. Buď se pod návaem kritiky objeví nepřiměřený hněv anebo deprese. Ve chvíli, kdy takovou osobu kritizujeme, umírá obraz jakéhosi ideálního Já, které si osoba kráší a opečovává. Je to velmi křehká bublina, která se při doteku s tvrdou realitou tříští, což člověku s narcistickou osobností působí bolest (Fromm, 1996).

1.3 Karen Horneyová

Fromm však nebyl jediným, koho myšlenka narcistické osobnosti inspirovala k vysvětlení duševních obtíží a patologických sociálních a osobnostních jevů. Koncepce Karen Horneyové začíná u dítěte, kterému nebylo poskytnuto takové prostředí, jež by v něm vzbuzovalo pocit sounáležitosti, bezpečí a opory. Z toho pramení *základní úzkost*, která doslova nutí dítě, aby na místo spontánních a radostných vztahů k ostatním, hledalo nějaké alternativní způsoby, jak se s touto základní úzkostí vyrovnat. Zde jsou známé pohyby buď: *k lidem, proti nim či od nich* (Horneyová, 2000).

Narcismus jakoby zakrýval pocit nedostačivosti. Pocit toho, že nejsme milováni, že nejsme dostatečně schopní, že jsme odstrčeni a zanedbáváni. Zkrátka to, co chybí, je sebedůvěra. Takový pocit dále umocňuje ještě soutěživá společnost. Jelikož jedinec má pocit, že stále musí s někým soupeřit, nemůže se v klidu smířit se svoji méněcenností. Cítí potřebu nejen se ostatním vyrovnat, ale mít nad nimi nějakým způsobem navrch a povyšovat se nad ně. A nejen, že tento člověk ztrácí přirozený kontakt s ostatními a vzdaluje se od nich, ale on se vzdaluje i sám od sebe, to znamená, že potlačuje své skutečné myšlenky, city a přání (Horneyová, 2000).

Důležitou myšlenkou zde je, že takovýto vnitřně zklamaný, úzkostný a neurotický člověk si vytvoří svůj *idealizovaný sebeobraz*. Začne v něm vzrůstat pocit, že disponuje neomezenými silami a výjimečnými schopnostmi. Najednou z něj není někdo méněcenný, ale je hrdinou, géniem, bohem. Avšak i tento obraz je křehký a zranitelný. Není založen na pravdě, ale na zbožném přání být takový. Být všemocným a dokonalým, krásným a chtěným. Horneyová to vyjádřila slovy: „*Nutkavost neurotické potřeby nadřazenosti za každou cenu má za následek lhostejnost k pravdě, ať se týká člověka samého, druhých lidí či skutečností.*“ (Horneyová, 2000, str. 30)

1.4 Otto Kernberg

Dalším, kdo na sebe nenechal dlouho čekat a také se k narcismu vyjádřil, byl Otto Kernberg. Taktéž se drží myšlenky, že kořeny narcistické povahy sahají do dětství. Přesněji do orálního stádia. Navazuje na myšlenky Melanie Kleinové, podle níž se všichni rodíme se dvěma silnými, primitivními a vášnivými druhy vztahů. Láska, zájem a hluboký vděk na jedné straně, na protilehlé straně nenávisť, destrukce a odpor. Kernberg přebírá tuto koncepci a tvrdí, že v několika prvních měsících přiřazujeme tyto afektivní valence na základě zkušenosti. V této době se pohybujeme mezi dvěma velmi odlišnými póly. V tom prvním, příznivém, se dítě cítí v bezpečí, uspokojené a šťastné. Ve druhém pólu se cítí ohroženo, podléhá frustraci a je napjaté (Kernberg, 1999; Séléšová et al., 2013).

Problém také spočívá v tom, že není schopno si ujasnit vztah, mezi sebou a druhými. Není schopno odlišovat sebe a ostatní, což by mělo být prvním vývojovým úkolem. Pokud k tomuto nedojde, dítě si nevybuduje žádný spolehlivý pocit sebe sama, jako celku. Stále se vnímá jako závislá část druhých. Další vývojový úkol spočívá v překonání štěpení. City dítěte se pohybují ve velmi výrazné afektivní polaritě a časem by

mělo integrovat špatné obrazy jak sebe samého, tak ostatních do koncepce toho, co je dobré, a v konečném důsledku by se měly oba tyto póly spojit v jedno kontinuum. Pokud nedojde ke zvládnutí těchto vývojových úkolů, vytvořil Kernberg tři vrstvy psychopatologie. Do první řadí různé psychózy, kdy si lidé nevytvořili jasné hranice mezi sebou a druhými. Další vrstvu tvoří nejrůznější hraniční osobnosti, kdy neschopnost integrace polarizovaných emocí jim brání zažívat kvalitní a plnohodnotné vztahy. Třetí vrstvu pak tvoří neurózy, které jsou důsledkem strukturálního konfliktu (Kernberg, 1999; Mitchell & Blacková, 1999).

Narcistické jedince popisuje na základě této teorie. Nejsou schopni navázat naplňující a uspokojující vztahy, neboť nemají jasně vymezené hranice. Jejich ústředním bojem je rozpor mezi láskou a nenávistí, čímž vzniká jejich rozpolcenost. To, co narcisté ve skutečnosti cítí, překrývají maskou prestiže a slávy. Chtějí vypadat, že jsou žádaní a schopní, ve skutečnosti jsou ale frustrovaní a zoufalí. Nejsou schopni navazovat intimní, vzájemně uspokojující vztahy. Nezajímají se o druhé, natož pak o jejich potřeby. Jsou sobečtí a agresivní. Ústřední problém je nedostatek empatie a rozptýlenost vnitřní identity. Vynořila by se zde otázka, jak moc může takový člověk s narcistickou osobností skutečně sám sebe milovat, pokud kdesi uvnitř sebe cítí, že právě „Já“ je zcela jiné a daleko horší. *Van der Waals (1965)* to vyjádřil poetickou větou: „*Není to tak, že by narcisté milovali jen sebe a nikoho jiného, ale že milují sebe stejně špatně, jako ostatní.*“ (Van der Waals, 1965; in Kernberg, 1999, str. 175)

1.5 Heinz Kohut

Jestliže se Kernberg domníval, že velkolepost idealizovaného Self vyplývá z narušeného orálního období, Kohut se stavěl do opozice. Ačkoliv se chtěl držet v psychoanalytické koncepci, jeho přístup byl zcela odlišný přístupu Freudově. Agresivita a impulsivní sexualita pro něj nejsou důsledky potlačeného libida, ale narcistického zranění. Jsou to dezintegrované vedlejší produkty špatného přístupu k dítěti. Agrese mířená k analytikovi je důkazem o zranitelnosti, skryté touhy přijmout ho jako objekt. Je to reakce na hluboký a zakořeněný pocit strachu, že analytik bude příliš nespolehlivý či slabý, a nebude jako objekt dostatečně dobrý (Mitchell & Blacková, 1999).

Mohli bychom říci, že jeho model je značně lidštější. Lidé usilují o sebeuspořádání a sebevyjádření. Nemyslel si, že by grandiózní Self bylo něco špatného, naopak.

Velkolepost je člověku přirozená a chce se tak vyvíjet. U dětí si všímá jejich vitality, bujnosti, expansivnosti a osobní tvořivosti. Pocit všemohoucnosti a grandiozity je nutné dítěti ponechat a nebrat mu ho. „*Dítě, které věří, že slunce každé ráno vychází proto, že to chce jeho matka, se potřebuje těšit ze své účasti na něčem božském, nikoli být informováno o matčině nevýznamném postavení ve vesmíru. Tyto rané narcistické stavy myslí obsahují jádro zdravého narcismu.*“ (Mitchell & Blacková, 1999, str. 185)

Pozvolně, tím jak dítě přichází do kontaktu se skutečností, začne samo rozeznávat nerealistickou podstatu svého pohledu. Přicházejí běžná zklamání a rozčarování a skutečnost je myslí dítěte čím dál tím bližší. Optimální frustrace pomáhá dítěti vytvářet pevnou vnitřní strukturu, jejímž výsledkem je bezpečné a houževnaté Self, které si zachová jádro vzrušení a vitality původních, nezralých narcistických stavů. Pokud ale k tomuto nebyli rodiče dostatečně vnímaví, mohli zapříčinit patologický vývoj tohoto přirozeného procesu (Haiserman & Cook, 1998; Mitchell & Blacková, 1999).

Heinz Kohut již nemluví o bojích v našem vnitřním světě, tak jak Freud, ale o izolaci a odcizení. Rodiče nechtějí živé a tvořivé dítě, ale hodné, klidné a poslušné. Právě osud oné *infantilní vitality* a vznik *vysokého sebehodnocení* způsobuje deformaci osobnosti. Obě tyto vlastnosti jsou velmi dobré, v přijatelné míře, nicméně mohou také sklouznout k patologickému narcismu. Člověk pak není týrán svým nevědomím a tím, co v něm uvěznil, ale trpí ze svého selhání. Nejedná se už o primitivní pohnutky vycházející zevnitř, ale o traumatizující situaci raného lidského okolí pacienta. Nejde o chytře vymyšlený způsob, jak naplnit své základní potřeby, ale o úzkostnou snahu ubránit se. Kohut projevuje těmto osobám respekt, jelikož i navzdory osudu hledají způsob, kterým mohou existovat. „*Jako je strom s jistými omezeními schopen obrůst překážku, aby posléze mohl vystavit své listy životodárným slunečním paprskům, tak se self ve svém vývojovém hledání zřídá snahy pokračovat jedním určeným směrem a pokouší se postoupit vpřed jinudy.*“ (Mitchell & Blacková, 1999, str. 189)

1.6 Narcistická společnost

Po druhé světové válce začal být narcismus chápán i jako kulturní fenomén (Lasch, 1979; in Bartoš, 2010, str. 103). **Christopher Lasch** si všiml, že se začíná ve společnosti formovat osobností typ, který se nápadně shoduje s klinickou definicí patologického narcismu. Tuto transformaci připisoval hédonistické orientaci a snahy dosáhnout

materiálních statků. Americká společnost začala být vysoce soutěživá, orientována na majetek, zisk a úspěch (Bartoš, 2010).

Lasch mladou generaci charakterizuje znaky: *orientace pouze na sebe, dožadování se okamžitého uspokojení, přičemž jeho odklad je nepřijatelný, jsou soustředěni jen na materiální věci, nedokážou vidět nic jiného, než je jejich život, nezajímají se o ostatní, zažívají nudu, neprožívají pravou intimitu a mají nedostatek zájmů* (Bergman, Westerman, & Daly, 2010, str. 121).

Dalším autorem, který se zabývá individualizovanou společností je **Gilles Lipovetsky** (2001). Popisuje člověka, který je neustále zabrán do sebe a nic jiného nevidí. V knize *Éra Prázdnoty* (2001, str. 64) píše: *„Končí zlatý věk individualismu, který byl v rovině ekonomické konkurenční, v rovině domácí citový a v rovině politické a umělecké revoluční, a rozvíjí se čirý individualismus zbavený posledních společenských a morálních hodnot...“* Narcismus je pak důsledkem právě oné nové éry, nového stupně individualismu (Lipovetsky, 2001).

Jediné, po čem člověk touží, je vlastní blahobyt a vyšší životní úroveň. Charakteristická je také povrchní citlivost vůči zbylému světu. Lidem není dána možnost, aby se mohli citově vázat k událostem jinde ve světě, neboť jsou zavaleni obrovským množstvím informací z médií, které je ve svém důsledku pouze otupí. Soucítit a citově se angažovat by bylo vyčerpávající. Ale za vytvoření „narcistického typu člověka“ nemohou jen izolované události. Celá společnost je orientována na hodnoty člověka. Na jeho prožitky a uspokojení. Kultura je soustředěná pouze na sebestředný rozvoj jedince. Narcis je posedlý sám sebou a to jediné, o co se usilovně snaží, je osvobození svého Já, dosažení autonomie a nezávislosti a také, aby se mohl mít rád natolik, že nikoho jiného už nepotřebuje (Lipovetsky, 2001).

Ekonomické prostředí dává všemu další rozměr. Vládne v něm pouze čirá rivalita, zbavená jakékoliv morálky a zásad. Úspěch pomáhá lidem vzbudit v ostatních obdiv anebo závist. Svým nadřazeným podlézají a svými podřízenými manipulují a využívají je. Společnostní vládně lhostejnost k budoucnosti. O vztazích mezi lidmi Lipovetsky (2001, str. 83) píše: *„Soukromý život už není útočištěm, vždyť i v něm se odehrává nelítostný boj: odborníci na komunikaci píší psychologická pojednání o tom, jak si lidé mohou zajistit dominantní postavení na večírcích, zatímco nové taktiky, např. asertivní terapie, se snaží lidi zbavit pocitů úzkosti, viny a inferiority, které jejich protivníci často využívají pro vlastní cíle.“* Z jakéhokoliv lidského kontaktu se najednou stává pouhý boj o dominanci. Vše zachvátila byrokracie, bujení nejrůznější představ, terapeutické ideologie, jež jsou

odrazem potřeby zabývat se sebou samými a v základu transformace rodiny a permisivní výchova. Díky těmto kulturním fenoménům pak vznikla narcistická struktura osobnosti, rovněž s tím barbarštější a konfliktnější mezilidské vztahy (Lipovetsky, 2001).

V mezilidských vztazích již záleží pouze na tom, aby člověk byl sám sebou. Nepodřizuje se kritériím a požadavkům druhého a neomezuje své potřeby a touhy. Tento fenomén nepřisuzujeme pouze společnosti po druhé světové válce. Je přítomný i v dnešní době, na což poukazuje např. F. Bartoš (2010) ve svém výzkumu. Lidé dosahující ve škále narcismu vysokých skóre souhlasili s tvrzeními jako: „*Nezakládat rodinu za každou cenu*“ či „*Mé potřeby jsou důležitější, než potřeby ostatních.*“ Druhý člověk již není nepřítelem, či přítelem, ale je zkrátka nic (Lipovetsky, 2001).

Lipovetsky svoji teorii pojal velmi komplexně. Zahrnul do toho i psychoanalýzu, kterou vnímal jako nově vzniklý produkt k uspokojení přehnaného zájmu o sebe. Lidé dostali možnost, čas a prostor zabývat se pouze sami sebou. Mluvit o svých pocitech, snech, traumatech atd. Podobnou myšlenkou, že samotná terapie může zvyšovat *epidemii narcismu*, můžeme nalézt i v současné literatuře. Každá terapie svým způsobem povzbuzuje jedince, aby se zaměřoval pouze sám na sebe, své potřeby, pocity a zážitky. Je mu vštěpováno, aby měl rád sám sebe a byl šťastný. Pokud se to podaří, terapeut slaví úspěch. Je však možné, že jen probudil skrytý narcismus (Paris, 2014; Twenge, Miller, & Cambell, 2014; Lipovetsky, 2001).

Rys narcismu je ve společnosti pozorován více a více. Paris (2014) cituje několik výzkumů, které prokázaly zvyšující se prevalenci narcismu nejen mezi zdravou populací, ale také mezi populací psychiatrickou. Mladí lidé očekávají, že budou ve své práci vynikat, touží po slávě, penězích, úspěchu, jsou méně empatictí a jen malé procento z nich věnuje svůj čas dobrovolnictví. V roce 1952 souhlasilo s výrokem „Jsem důležitá osoba“ pouze 12 %. V roce 1989 s tímto samým prohlášením souhlasilo 80 % (Twenge et al., 2014; Paris 2014).

2 SOUČASNÁ POJETÍ NARCISMU

2.1 Diagnostika

Z předchozích odstavců je zřejmé, že různí autoři se v pojetí narcismu lišili. Freud se domníval, že primární narcismus máme všichni. Teorie Kohuta, Kernberga či Horneyové pak mluví o vzniku narcismu na základě špatné výchovy či přístupu k dítěti. Lasch či Lipovetsky poukazují na dobu, která vytváří z lidí narcistická individua. V posledních třiceti letech vzniklo velké množství teorií, kdy autoři odvozovali narcismus podle toho, jaký rys jim připadal nejdůležitější (Bartoš, 2010). Do tohoto teoretického chaosu vnesla částečný řád *Americká psychologická asociace* a v osmdesátých letech včleňuje konstrukt narcismu jako diagnostickou jednotku a je tak zařazena mezi ostatní nemoci do DSM-III. Důvodem byl hlavně zvyšující se počet psychoanalytické literatury, která se narcismem zabývala. Narcismus byl (a zatím stále je) pojímán jako samostatný rys osobnosti, který může být měřitelný (Morey & Stagner, 2012).

Samozřejmě po čase bylo nutné jeho pojetí zrevidovat. Ve většině článků byl narcismus pouze psychoanalytickým fenoménem. Aby se předešlo tomuto jednostrannému nazírání, byly shromážděny všechny články a studie z „Web of Science“, které tento osobnostní rys zkoumaly a popisovaly. Díky pečlivé analýze pak mohla vzniknout nová kritéria, dle kterých byl narcismus diagnostikován. Tyto kritéria jsou: *velikášské pocity vlastní důležitosti; fantazírování o sobě samém; pocity vlastní speciálnosti a privilegovanosti; pocit oprávněnosti; potřeba pozornosti; vykořisťovatelské chování; nedostatek empatie; povýšenecké chování; závistivost* (Morey & Stagner, 2012; Raskin & Terry, 1988).

Podle našeho Mezinárodního klasifikačního systému MKN-10, spadá narcistická porucha osobnosti do kategorie *F60.8 Jiné specifické poruchy osobnosti*. Tato skupina je vymezena pouze tím, že svými projevy se tito jedinci nemohou zařadit do předchozích sedmi kategorií. Do této kategorie spadá také osobnost excentrická, nezdrženlivá, nezralá, pasivně-agresivní a psychoneurotická. Podle definice je specifická porucha osobnosti těžké narušení v charakterové skladbě a tendencích chování jedince, zahrnujících několik oblastí osobnosti zároveň. Téměř vždy je porucha osobnosti sdružená se závažným osobním a sociálním selháním. Obvykle se objevuje v pozdním dětství nebo adolescenci a pokračuje

v projevech až do dospělosti, proto není vhodné ji diagnostikovat před 16 nebo 17 rokem (MKN-10, 1992).

2.2 Narcistická porucha osobnosti v DSM – 5

V roce 2010 Americká psychiatrická asociace oznámila, že 5 z 10 poruch osobnosti bude z diagnostického a statistického manuálu (5. revize) vyňato a *narcistická porucha osobnosti* měla být jednou z nich. Mnoho psychiatrů i psychologů hovoří o tom, že porucha osobnosti je velmi vágní označení. Například k diagnostice *hraniční poruchy osobnosti* vede přes 256 různých cest. Také projevy u jedné osobnosti mohly odpovídat několika poruchám současně (Schmeck, Schlüter-Müller, Foelsch, & Doering, 2013).

Předchozí diagnostické manuály se svými kritérii přestaly být dostačující. Rozhodně nepokrývaly širokou škálu chování a prožívání, jež jsou pro narcistické jedince charakteristické. Dalším důvodem také bylo, že tato porucha nemá dostatečné empirické podložení. Mnoho článků se narcismu věnuje, ale lze skutečně prokázat, že se jedná o narcismus? Je možné předpokládat, že je to skutečně rys osobnosti, který lze samostatně vyčlenit? Nebo je to jen součást jiné poruchy? (Paris, 2014; Skodol, Bender, & Morey, 2013; Morey & Stagner, 2012).

Většina odborníků (z Asociace pro výzkum poruch osobnosti či Mezinárodní společnosti pro studium poruch osobnosti) se shodla na tom, že je skutečně potřeba vytvořit nový model, který by více odrážel dimenzionalitu a hloubku jednotlivých poruch. Diskutováno bylo i o tom, zda vůbec bude narcistická porucha samostatně zařazena. Většinu znaků, které takový člověk vykazuje, můžeme nalézt i jako součást jiných poruch osobnosti-antisociální, vyhýbavá, obsesivně-kompulzivní či schizotypální. Tyto typy poruch osobnosti jsou totiž brány jako egocentrické, zaměřené na sebe a podle odborníků se v nich manifestují znaky narcismu (Skodol et al., 2013).

Nakonec však byla narcistická porucha osobnosti ponechána jako samostatná diagnostická jednotka a byly ustanoveny její charakteristické znaky dle nového vícedimenzionálního modelu. Vícedimenzionální model odráží *čtyři rozměry narcismu a to: nature (povaha):* normální x patologická; *phenotype (fenotyp):* grandiózní x vulnerabilní; *expression (vyjádření):* zjevný x skrytý; *structure (struktura):* kategorie x dimenze x prototyp (Morey & Stagner, 2012).

Důležitým bodem, který přinesl aktualizovaný manuál je *antagonismus* v oblasti *grandiozity* a *touze po pozornosti*. Tyto dvě oblasti se mohou projevat buď demonstrativně a veřejně, nebo také skrytě, uvnitř jedince (Paris, 2014; Skodol et al., 2013).

To, že by měl být tento typ poruchy v manuálu ponechán, dosvědčují mnohé výzkumy. Jedná se o charakteristický rys osobnosti, který je měřitelný a pokud se u jedince vyskytne ve velké míře, je také patologický. V DSM-5 mezi znaky narcismu patří: *proměnlivá a zranitelná sebeúcta, touha po uznání a pozornosti a zjevná či skrytá grandiozita* (Skodol et al., 2013).

Jak bude v této práci uvedeno dále, narcismus se ne vždy musí projevovat demonstrativním velikášstvím nebo vykořisťovatelstvím. Může mít i svou vyhýbavou a stydlivou stránku, kdy je jedinec spíše ze sociálního kontaktu stažený a svůj narcismus drží hluboko pod svojí kůží. Několik vědců se pustilo také do shromáždění všech rysů, kterými se narcismus může projevovat. Jsou jimi: *arogance, sebestřednost, touha po pozornosti, vykořisťování, šarm, lstivost, zlomyslnost, pohrdání, pomstychtivost, chlubivost, rozpačitost, grandiozita, rezervovanost, nepřístupnost, hanebnost, nejistota, intelektuální porozumění, lhostejnost, úzkostnost, povýšenost, chladnost, agresivita, denní snění, plachost, sexuální inhibice a neambicióznost* (Paris, 2014; Skodol et al., 2013; Morey & Stagner, 2012).

2.3 Narcismus neklinický, grandiózní a vulnerabilní

Pokud se přímo nejedná o poruchu osobnosti, můžeme hovořit o *neklinické formě narcismu*. Narcismus je zde pojímán jako souhrn osobnostních rysů, nicméně ty nemusí být vystupňované až do úrovně psychiatrické poruchy. Jedná se o jedince, který používá strategie, jež by se daly považovat za narcistické a zkrátka jeho hodnocení své vlastní osoby narcistické je. V těchto všech případech bychom mohli hovořit o neklinické formě narcismu (Ames, Rose, & Anderson, 2005).

O různých pojetích, která jsou v současném psychiatrickém, psychologickém a občas i laickém prostředí používány, píšou autoři Sélešová et al. (2013). Nejen, že se velmi přehledně věnují historickým pojetím od Freuda až po Kernberga, ale nastiňují i současné komplexní pojetí a vypichují zajímavosti v chování narcistických jedinců. Jednou z nich je například, že jedinci s narcistickými rysy mají daleko větší sklony k nevěře (a to ve všech

formách: flirt, líbání aféra jedné noci až vážná aféra), než jedinci nenarcističtí (Buss & Shackelford, 1997; in Sélešová et al., 2013).

Zajímavou novodobou typologií neklinického narcismu přináší Millon a kolektiv (2008, in Sélešová, 2013), který rozdělil narcisty do čtyř typů:

- *Bezcharakterní narcista s antisociálními rysy* (unprincipled narcissist)
- *Elitářský narcista* (elitist narcissist)
- *Milostný narcista s histriónskými rysy* (amorous narcissist)
- *Kompenzující narcista s vyhýbavými rysy* (compensatory narcissist)

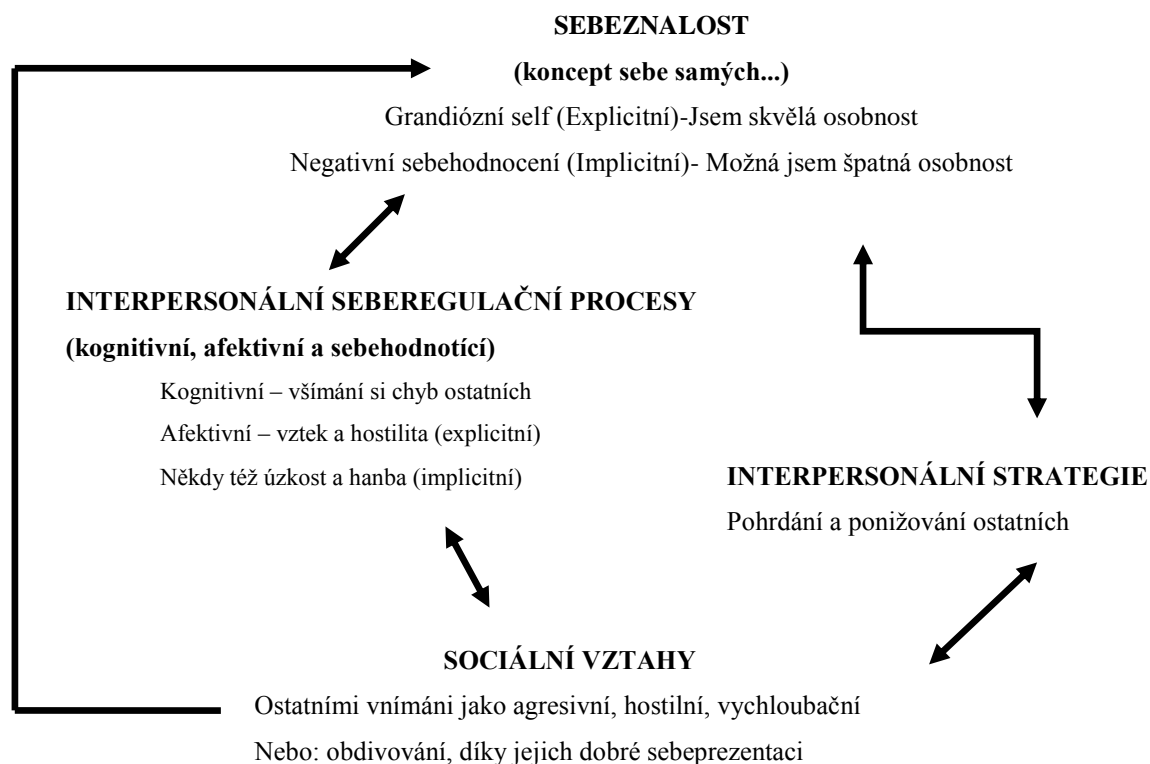
Model narcismu, který bych chtěla v této kapitole rozvinout podrobněji, pochází od autorů Morfa a Rhodewalta (2001). Tito vědci se zaměřili na dynamiku seberegulačních strategií, které využíváme všichni. Například při kontaktu s jiným člověkem, nebo pokud jsme nuceni vyrovnat se s nějakou překážkou, která zkřížila naši cestu. Jejich pojetí má velmi praktický dopad, jelikož se skutečně zabývá tím, jak se narcistický jedinec bude projevovat v běžném životě a každodenních událostech. Neustále jsme konfrontováni s různými životními situacemi, které nás nutí reagovat nejen naučeným chováním, ale také hluboko zakořeněnými obranami, jež mohou být leckdy projevem našeho narcismu. Dle charakteristických opakovaných projevů jedince pak můžeme usuzovat na jeho sklony k narcismu (Morf & Rhodewalt, 2001).

Morf a Rhodewalt vytvořili model, kde znázorňují, jak významně je propojena *sebepercepce s interpersonálními strategiemi* a jak jsou následně ovlivněny *sociální vztahy* narcistického člověka (viz obrázek č. 1). Popis takového chování by měl odpovídat projevům narcisty v situaci, kdy se cítí být ohrožen druhými lidmi. Tento model by se zajisté dal aplikovat v běžném životě jedince, ať už je stížen nějakou poruchou či nikoliv. Nicméně autoři ho použili přímo pro projevy *neklinického narcismu* (Morf & Rhodewalt, 2001).

Důkladným popisem těchto čtyř komponent se snažili vystihnout onu jedinečnou podstatu narcistické osobnosti. V předchozím modelu Millona jsme sice mohli vidět, že existují různé druhy projevů narcismu, ale také je nutné si uvědomit, že musí být něco společného, nějaká podstata, kterou se právě vědci Morf a Rhodewalt snažili zachytit.

Narcismus ve svém konceptu rozdělují do dvou kategorií: *grandiózní a vulnerabilní*.

Obrázek č. 1 – Model seberegulačních strategií, Morf & Rhodewalt, 2001



2.3.1 Narcismus grandiózní

Tato skupina je typická povýšeným chováním. Projevují se jako sebevědomí, asertivní bez sociální úzkosti. V situacích, kde se od jedince očekává skromné chování, nárokuje si obdiv a respekt ostatních. Neumějí přijímat kritiku, a pokud mohou, tak jedince, kteří by je kritizovat chtěli, zničí. Minulost, jež by nezapadala do jejich dokonalého sebeobrazu, mění podle svého. Tito jedinci demonstrují svoji sílu na venek. Velmi si dávají záležet na sebe prezentaci v podobě módního oblečení. V komunikaci se snaží využívat mnoho cizích odborných slov, aby jejich důležitost stoupla a oni vypadali chytře a vzdělaně (Morf & Rhodewalt, 2001; Houlcroft, Bore, & Munro, 2012; Fukushima & Hosoe, 2011; Lamkin, Clifton, Campbell, & Miller, 2014).

Jsou závislí na ostatních a potřebují, aby byli viděni, slyšeni a hlavně obdivováni. Přirovnáním bychom skutečně mohli vidět velkou mýdlovou bublinu. Krásná navenek, ale tak křehká, že při doteku s realitou praská. Tento typ narcismu pozitivně koreluje s extravertí a negativně s neuroticismem. Při dlouhodobějším kontaktu s takovýmto člověkem se nicméně začne projevovat jeho emocionální nestabilita, nevraživost vůči ostatním a neschopnost se přizpůsobovat vnějším podmínkám. V některých případech

můžeme pozorovat určitou míru psychopatie a to tehdy, když se věci nedějí podle jejich přání anebo když mají pocit, že je jejich osoba kritizovaná či nepřijímána (Morf & Rhodewalt, 2001; Houlcroft et al., 2012; Fukushima & Hosoe, 2011; Lamkin et al., 2014).

2.3.2 Narcismus vulnerabilní

Oproti prvnímu typu narcismu, je tento většinou před ostatními skrytý. Jedná se o jakousi interní formu pocitů, které jedinec má. Navenek bychom mohli vidět obětavého, skromného a tichého jedince, ale uvnitř by k sobě hovořil jazykem narcistů. Patrně by v sobě potlačoval vztek, za nedostatek respektu a úcty od ostatních. Zažíval by pocity nenaplnění a pokoření a ve skrytu duše by toužil po obdivu. Hodně času by trávil denním sněním o slávě a úspěchu (Morf & Rhodewalt, 2001; Houlcroft et al., 2012; Fukushima & Hosoe, 2011; Lamkin et al., 2014).

Tito jedinci jsou povětšinou ostatními považovány za podivíny. Příliš nevyhledávají společnost druhých lidí, jelikož od nich nedostávají, co potřebují - úctu a respekt. Jsou nedůvěřiví a hostilní. K agresi nemají daleko. Kupříkladu výzkum Houlcrofta et al. (2012) prokázal, že čím vyšší míru vulnerabilního narcismu jedinec vykazuje, tím menší míru přívětivosti vůči ostatním má.

Tento druh narcismu je také daleko obtížněji měřitelný, jelikož nejen že jedinec neodhaluje svůj narcismus před ostatními, ale činí mu potíže ho odhalit i před sebou samým. Jedinci s vysokou mírou vulnerabilního narcismu vykazují nízkou míru extravertze a naopak vysokou míru neuroticismu. Jejich vazba vůči druhým lidem je spíše vyhýbavá a komunikaci omezují. Zažívají více distres než jedinci s grandiózním narcismem. Dalším charakteristickým rysem je taktéž velká citlivost na kritiku. Nicméně pokud bojují proti svému domnělému nepříteli, je to spíše tichý vnitřní boj, plný bolesti (Morf & Rhodewalt, 2001; Houlcroft et al., 2012; Fukushima & Hosoe, 2011; Lamkin et al., 2014).

Oba tyto typy se mohou projevovat agresivně, a to tehdy když je narušena už tak křehká identita. Mají několik charakteristik, které tvoří podstatu narcismu a to: *domnění o svém velikášství, pocit nadřazenosti, potřeba obdivu, úcty a respektu a dozajista strach z kritiky ostatních lidí včetně neschopnosti tuto kritiku snášet* (Morf & Rhodewalt, 2001; Houlcroft et al., 2012; Fukushima & Hosoe, 2011).

Jedním z dalších předpokladů je, že narcistický jedinec má vždy v sobě obě tyto stránky. Morf a Rhodewalt (2001) se domnívají, že tato teorie je úzce spojená s tvrzením, že narcističtí jedinci mají vysokou *explicitní sebeúctu*, nicméně velmi nízkou *implicitní sebeúctu*. To, co tedy dávají najevo do vnějšího světa, nesouhlasí s tím, co si o sobě opravdu myslí nebo lépe řečeno: s tím, co k sobě hluboko uvnitř cítí.

Dělení narcismu na typ grandiózní a vulnerabilní se nezrodilo jen z hlav těchto vědců, ale je podpořeno už v teoriích Kernberga, Kohuta, Horneyové či mytologickými motivy, jež jsou s oblibou v dynamické psychologii používány. V literatuře se můžeme setkat ještě s dělením na **zjevný (v ang. overt) a skrytý (v ang. covert)**. Z hlediska charakteristik těchto dvou kategorií, bychom mohli přiřadit onu *vulnerabilitu k narcismu skrytému* a *grandiozitu k narcismu zjevnému*. Oba tyto typy narcismu jsou charakteristické zaměřením na vlastní osobu a aroganci. *Zjevný typ narcismu* jako by našel lepší cestu, jak se ve společnosti přizpůsobit. Ačkoliv je to cesta, kde je nutné neustále ukazovat nadřazenost a povýšenost nad ostatními. Nicméně je více optimistický, méně se u něj vyskytuje deprese a je více se životem spokojen. *Skrytý typ narcismu* je ve společnosti špatně přizpůsobený. Neumí projevit své vnitřní přání být obdivován a tak svůj život prožívá více méně jako utrpení (Zondag, 2013; Rose, 2002).

Rozdělení narcistických jedinců do těchto dvou kategorií bylo klíčové. Zvláště, co se týče souvislosti s prožíváním *životní spokojenosti a sebeúcty*. Výsledkům výzkumů se budu věnovat v dalších částech této práce, nicméně se domnívám, že je dobré upozornit právě na zásadní souvislosti toho, jak jedinec prožívá svůj narcismus a že míra narcismu zdaleka nemusí vypovídat o tom, jestli je daná osoba v životě šťastná.

Z hlediska bio-psycho-sociálně-spirituálního modelu pojetí není přehlíženo ani tělesné a hormonální pozadí narcistického prožívání. Výzkum Chenga, Tracyové & Millera (2013) zkoumal u 67 žen z Kolumbijské univerzity, zda je míra jejich narcismu spojena s produkcí kortizolu a enzymu alfa-amyláza, jež jsou spojeny s pociťováním zátěže, stresu, nepohody, zranitelnosti a ohrožení. Ty ženy, které skórovaly v grandiózním narcismu ve vysoké míře, měly prokazatelně vyšší produkci kortizolu i alfa-amylázy. I biologicky bylo prokázáno, že za grandiózním narcismem se v pozadí odehrává stresová neuroendokrinná odpověď na běžné denní události. Narcisté jsou zranitelní i v jejich tělesné stránce, což až následně může zvyšovat počet psychických problémů (Cheng et al., 2013).

Autoři v závěru své studie zmiňují, že skutečné výhody narcismu mohou být považovány pouze za krátkodobé. Jsou schopni dosáhnout vedoucích pozic, získat obdiv,

být sociálně úspěšní, nicméně dlouhodobě jim právě ony procesy, které se odehrávají na pozadí - i biologickém, poškozují jejich psychické i tělesné zdraví. V běžném dnu zažívají více negativních emocí, než jedinci, kteří vysokou míru narcismu nevykazují (Cheng et al., 2013).

Jak už bylo lehce nastíněno v předchozí kapitole o diagnostice: dimenzionalitu a různorodost narcismu odráží i DSM-5 a snaží se právě znázornit onen antagonismus. Grandiozita, která se může projevovat velmi demonstrativně a veřejně je stejně tak charakteristická pro narcismus jako hluboko ukrytý pocit vlastní důležitosti. A následně také touha po pozornosti, kdy se jedinec cítí ve společnosti jako ryba ve vodě a umí být charismatickým a vynucuje si pochvaly, respekt a uznání je stejně tak narcistické, jako když někdo skrytě touží po obdivu. Nenápadně sedí v rohu a čas tráví představami, kdy mu ostatní skládají komplimenty a obdivují jeho práci (Skodol et al., 2013).

2.4 Měření narcismu

Díky definování narcistické poruchy osobnosti zvláště v DSM-III se otevřel velký prostor pro vytvoření metodologických nástrojů. Nově vznikají škály, dotazníky a testy, které jsou schopny zjišťovat míru narcistických rysů u daného jedince. Nejvýznamnějším dotazníkem, který se ukázal jako validní pro měření neklinického narcismu, je **Narcissistic Personality Inventory (NPI)**. Tento dotazník vytvořil Raskin a Hall v roce 1979 a měl sloužit ke zkoumání narcismu a jeho individuálních odlišností mezi neklinickou populací. Dotazník obsahuje 40 položek, které se dotýkají jednotlivých rysů narcismu. Byl definován na základě DSM-III a jeho položky jsou syceny sedmi faktory: *autoritativnost* (Jsem rozený vůdce), *soběstačnost* (Jsem schopnější, než ostatní), *nadřazenost* (Jsem výjimečná osoba), *exhibicionismus* (Jsem rád středem pozornosti), *vykořisťování* (Mohu číst v ostatních jako v otevřené knize), *ješitnost* (Rád se dívám na své tělo) a *nárokování si něčeho* (Svět by byl mnohem lepší místo, kdybych mu vládl) (Penney & Spector, 2002).

Později byla vytvořena také kratší verze dotazníku - **NPI-16**. Autoři Ames, Rose, & Anderson vycházeli z předpokladu, že celkové skóre z dotazníku více charakterizuje narcismus, než skóre z jednotlivých subtestů. Ukázalo se, že i tato kratší verze spolehlivě měří míru neklinického narcismu a je vhodnější k použití, jelikož je časově daleko méně náročná. I v aktuálních výzkumech tato škála vykazuje dobrou vnitřní konzistenci $\alpha = 0,82$

a pro testování narcismu se ukazuje jako vhodná (Miller, McCain, Lynam, Few, Gentile, MacKillop, & Campbell, 2014; Ames et al., 2005).

V dnešní době je považována škála NPI – 40 za validní a reliabilní, nicméně má i své nevýhody. Bartoš (2010) zmiňuje tři zásadní. První z nich je, že vychází z DSM-III, který byl vytvořen roku 1980. Od té doby se pohled na narcismus se do jisté míry změnil. V DSM-5 je charakterizován už 9 položkami místo 7 původních, což ale škála neodráží. Dalším problémem či nedostatkem je vzorek, na základě kterého byla škála vyzkoušena. Nejedná se o reprezentativní skupinu, nýbrž o homogenní vzorek převážně studentů psychologie. Poslední nedostatek (který se však Ames, Rose, & Anderson pokusili napravit kratší verzí NPI-16), je 40 položek, které znesnadňují testování (Bartoš, 2010).

V českém prostředí vznikla **Škála měřící míru neklinického narcismu**, která je tvořena 17 položkami a jejich vnitřní konzistence je $\alpha = 0,93$. Pomocnou typologií pro rozdělení respondentů do skupin tvoří: *nerozvinutý narcismus* (83% vzorku, bodové ohodnocení 17-67), *rozeznatelný narcismus* (13% vzorku, bodové ohodnocení 68-85), *nadměrný narcismus* (4% vzorku, bodové ohodnocení 86-111).

Zajímavé, co se v tomto testu prokázalo, že míra narcismu se u pohlaví neliší. Tento objev je zásadním přínosem, neboť mnoha předchozím škálám bylo vytýkáno, že testují pouze narcismus mužský. Dalším objevem bylo, že narcismus souvisí s věkem ($r = -0,212$, $p \leq 0,001$). Jako více narcističtí se projevovali lidé ve věkové skupině 18-29 let. Lidé s rozvinutým narcismem jsou často svobodní a bezdětní. Téměř nepřekvapivě vyjadřují často souhlas s výrokem: „Nezakládat rodinu za každou cenu.“ Jsou pravicově orientovaní a žijí ve městech čítajících více jak 5000 obyvatel (Bartoš 2010).

V závislosti na vícedimenzionálním modelu, který je použit pro diagnostiku narcismu v DSM-5 vznikaly i nové škály. Například *Hypersensitive Narcissism Scale*, jejímž úkolem je odrážet hlavně narcismus vulnerabilní. Vytvořily ji Handin a Cheek v roce 1997 a je složena z pouhých 10 sebezposuzujících položek (Miller et al., 2014).

Naopak *Narcissistic Grandiosity Scale* je zaměřena na demonstrativní, velikášský narcismus. Nejčastěji užívaná škála NPI byla zpochybňována, zda skutečně dokáže měřit obě tyto dimenze. Nástrojem, který by toto kritérium splňovat měl je *Five-Factor Narcissistic Inventory (FFNI)*. Tato škála byla vytvořena v roce 2012 (Glover et al.; in Miller et al., 2014) a je složena ze 148 sebezposuzujících položek. Tyto položky odrážejí 15 osobnostní rysů, které jsou typické buď pro narcismus grandiózní, nebo vulnerabilní (Miller et al., 2014).

I přes námitky některých výzkumníků, škála *NPI* je *velmi vhodným nástrojem k měření narcismu*. Dokáže zachytit osobnostní rysy jako: autoritativnost, exhibicionismus, extraverci, agresi, mánii a nárokování si něčeho. Pokud některé dotazníky měří i narcismus vulnerabilní, je otázkou, zda se skutečně o narcismus jedná. Je totiž možné, že profil, který sledujeme, není narcistický, ale schizotypální, hraniční, paranoidní nebo vyhýbavý. Stále se nedá se s jistotou tvrdit, že naměřená vulnerabilita je znakem narcismu. Proto, ačkoliv jsou dotazníky stále vylepšovány a nové výzkumy zvyšují jejich validitu, je vhodnější zaměřovat se při měření na *narcismus grandiózní* (Miller et al., 2014).

3 SEBEÚCTA

3.1 Definice pojmu

Ačkoliv mezi teoretiky i výzkumníky panuje rozdílný názor, co pojem *sebeúcta* přesně znamená, v jedné oblasti se zcela jistě shodnou: je jedním ze základních stavebních kamenů pro životní spokojenost. Je to klíčový aspekt osobní identity. Většina z nás pociťuje stabilní hodnotu sebeúcty, která může kolem určité hodnoty kolísat, v závislosti na vnějších událostech (Tafarodi & Ho, 2006).

Hartl a Hartlová (2000) ji definují jako: *Hodnotící dimenze sebepojetí, která zahrnuje hodnocení vlastní ceny a sebejistoty*. Hodnocení je založeno zvláště na minulých zkušenostech. Odvíjí se od pocitů, činů, poznání, vztahů, úspěchů, které si pamatujeme a zvědomujeme. Objektívni hodnocení sebeúcty není na místě, jelikož vždy záleží, jak si jedinec svoje zážitky a zkušenosti interpretuje. Ovlivňuje téměř každou složku našeho psychického prožívání – kognitivní, afektivní, motivační i behaviorální (Geng & Jiang, 2013; Tafarodi & Ho, 2006).

Důležitou úlohu sebeúcty zmiňoval i William James. Ve svém konceptu pracuje hlavně s komplexností a odrazem pociťované důležitosti vlastní osoby. V praxi bychom u jedince hledali odpověď na otázky: Jakou úlohu sám sobě jedinec připisuje? Jak potřebným se vůči ostatním a světu cítí? Má pocit, že může ovlivňovat svůj život či život druhých? (Geng & Jiang, 2013)

3.2 Modely sebeúcty

Na základě výzkumů byly ustanoveny dvě základní formy sebeúcty a to *kompetence (kompetence) a sociální hodnocení (social-worth)*. Tafarodi, Marshall, & Milne (2003) podle tohoto modelu dělí sebeúctu na dvě složky:

- **sebekompetence** – tímto pojmem je myšleno individuální hodnocení vlastních schopností, založeno na zkušenosti dosáhnout svých přání a cílů. Odvíjí se i od hodnocení druhých, kdy nejčastěji očekáváme ocenění a respekt za náš výkon a práci. Čím více pozitivního hodnocení dostáváme, tím větší kompetenci pociťujeme (Tafarodi et al., 2003). Je založena na tom, co je ostatními

pozorovatelné: *talent, schopnosti či atraktivita*. Synonymum pro tento typ sebeúcty by mohl být pojem *Alberta Bandury self-efficacy* – přesvědčení o vlastní schopnosti / síle zvládat životní události, kontrolovat svůj život či naplňovat své cíle (Tafarodi et al., 2003; Tafarodi & Walters, 1999; Geng & Jiang, 2013).

- **Sebeláska** je výsledkem hodnocení sebe samotného, jako sociálního objektu, založená na názorech druhých a také na zkušenostech s druhými. Hodnocení je internalizováno a přijato za vlastní. Jedinec sám sebe pak považuje buď za dobrého či špatného člověka. Velkou úlohu hraje kritika či ocenění blízkých lidí. Pokud jsme autoritami, rodinou či přáteli přijímáni jako důležité, hodnotné osoby, vnímáme se také tak. Také zde platí reverzní vztah: ostatní nás vnímají tak, jak my vnímáme sami sebe (Tafarodi et al., 2003; Tafarodi & Walters, 1999; Geng & Jiang, 2013).

Ačkoliv můžeme tyto dva konstrukty hypoteticky rozdělovat, obvykle jsou u jedince spojeny v tzv. **globální sebeúctu**. Ta vyjadřuje, jak se jedinec cítí, když sedí sám, v tmavé místnosti, bez rušivých podnětů. I když jsme o samotě, neustále posuzujeme své chování i prožívání. Míra závisí na individuálním hodnocení jedince a bereme zde v úvahu jak internalizované sociální normy, tak hluboko zakořeněné postoje jedince k sobě samému (Tafarodi et al., 2003).

Také bychom se mohli setkat s pojmem **optimální sebeúcta** (Arndt & Schimel, 2003), která je nezávislá na aktuálním výkonu či na hodnocení ostatních. Teorie spočívá v přesvědčení, že zkrátka není podmíněná. Skutečná optimální sebeúcta vyrůstá z pocitů toho, jak se člověk v průběhu svého života vypořádává s různými překážkami a výzvami. Jedinec se v posuzování svého chování řídí především svými vnitřními přesvědčeními toho, co je správné a morální a nepotřebuje k tomu ostatní. V určitém stádiu kdy už je člověk dospělý, bychom mohli předpokládat, že tomu tak je, nicméně je zde opomenuto, odkud se autentické vnitřní přesvědčení u jedince vyvinulo (Arndt & Schimel, 2003).

Další dělení, se kterým bychom se v literatuře mohli setkat je: **implicitní a explicitní sebeúcta**. Tyto dvě složky jsou někdy pojímány jako samostatně fungující složky. U jedince se tedy může míra těchto dvou typů výrazně lišit. *Implicitní sebeúcta* je považována za nevědomou složku. Projevuje se například tehdy, pokud jsme vystaveni kritice okolí, interpersonálním stresorům a nepříjemným myšlenkám či pocitům (Gailliot & Schmeichel, 2006).

Zdá se, že tato složka je ta, kterou bychom rádi ve výzkumech měřili. Skutečně udává, jaký vztah k sobě jedinec má a jak na sebe nazírá. Má vliv na prožívání a vnímání běžných denních událostí. Ačkoliv je *explicitní sebeúcta* také významným faktorem, jež se dá měřit, může být zavádějící. Jedinci s vysokou explicitní sebeúctou mají tendenci svoji implicitní sebeúctu přeceňovat. Naopak, pokud je explicitní sebeúcta nízká, nevědomá, hluboko zakořeněná implicitní sebeúcta je také na nízké úrovni. Měření implicitní sebeúcty je stále diskutováno. Panuje spor, zda je skutečně nevědomou složkou a jedinec tak nemá možnost o ní pravdivě vypovídat v sebeposuzujících dotaznících. Zatím se ukazuje jako dostatečně validní měřit explicitní sebeúctu, jelikož může být alespoň částečným odrazem sebeúcty implicitní (Gailliot & Schmeichel, 2006).

3.3 Funkce sebeúcty

Důležitost a nezbytnost sebeúcty odráží i fakt, že v roce 1990 bylo publikováno více než deset tisíc článků, které se zabývaly jí samotnou nebo vztahem s ostatními oblastmi našeho života. Mezi vědci panuje jednoznačný konsenzus, že existuje. Další konsenzus je, že její funkce je nenahraditelná a je nejen pro psychické zdraví člověka nezbytná (Greenberg et al., 1992).

Lidé neustále hodnotí sami sebe a své činy. Daleko častěji, než hodnotí činy ostatních a ještě častěji, než ostatní hodnotí je samotné. Rysy, které jsou dobré, a máme je na sobě rádi, považujeme za důležité. Rysy, které bychom raději neměli, odsouváme do pozadí a nepřisuzujeme jim takový význam. Jedním z potvrzení, které vědci předkládají je, že máme daleko radši písmena, která se objevují v našem jméně. Další takové potvrzení je tendence asociovat se slovem „Self“ více pozitivních slov, nežli negativních (Gailliot & Schmeichel, 2006; Goldenberger & Schackelford, 2005).

Ernes Becker v roce 1971 (in Arndt & Schimel, 2003) prohlásil, že lidé potřebují sebeúctu, jelikož je **chrání před úzkostí**, která je spojena s myšlenkou nevyhnutelné smrti. Tento projektivní účinek však nemá pouze v souvislosti s umíráním, ale chrání nás i v jiných oblastech psychického života. Teorie, že sebeúcta nás chrání před úzkostí je nazývána „*Terror management theory*“. Snaží se popsat, co sebeúcta je, jaká je její funkce a jak je propojena s ostatními aspekty psychického života jedince. Sebeúcta je tedy **pocit**, že jsme **smysluplnou a hodnotnou součástí vesmíru**. Jedinci se snaží žít podle norem společnosti, aby jejich sebeúcta měla konstantní, nejlépe vysokou úroveň. Pokud by

jedinec sebeúctu neměl, cítil by se jen jako nevýznamná součást společnosti a v podstatě by to bylo to samé, jako kdyby byl mrtev. Sebeúcta je tedy štítem proti úzkosti ze smrti (Greenberg et al., 1992).

Naše tělo je nepochybně odsouzeno ke smrti. Tam vnímáme svoji zranitelnost, a čím více je poškozena naše sebeúcta, tím více se úzkost a strach projevuje na tělesné stránce. U neurotických lidí se jejich úzkost může manifestovat jako strach z nemoci, smrti, strach z neschopnosti či nemohoucnosti. Výzkumy ukázaly, že člověk s vysokou sebeúctou bere své tělo jako zdravé a v podstatě nezranitelné. Tím se chrání před strachem ze smrti, který tak vlastně nemá tendenci příliš prožívat (Goldenberger & Schackelford, 2005).

V literatuře se nejčastěji setkáme s anglickým pojmem „**mortality salience**“, který popisuje jedincův strach, že by mohl zemřít. Vědci předpokládají, že vědomí potencionální smrti je natolik ohrožující, že dokáže ve velké míře narušovat naše psychické zdraví a prožívaný pocit spokojenosti a štěstí. V životě lidé věnují hodně času, aby „zajistili svoji nesmrtnost“. Budují kariéry, zanechávají potomky, písemnosti, domy, sázejí stromy, zkrátka dokazují, že něco znamenají a že jsou a navždy zůstanou hodnotnou součástí života (Goldenberger & Schackelford, 2005).

Tělesné pojetí bezpochyby patří k vnímání našeho Self, o čemž se v literatuře zmiňoval i William James. Některé části svého těla je jedinec schopen vnímat tak, že je to on sám, některé „pouze“ tak, že jsou jeho, že mu patří, ale nejsou jím samotným. Takové bylo historické pojetí. Dnes se předpokládá, že jedinec, jehož globální sebeúcta je vysoká, přikládá i vysokou hodnotu svému tělu, váží si ho a považuje ho za hezké, zdravé a ztotožňuje se s ním. Nicméně pokud byla sebeúcta u jedince nízká, byl schopen oddělit svoji psychickou stránku od té tělesné a neztotožňovat se se svým tělem. Schopnost distancovat se od svého těla, které neodpovídá našim přáním, je další funkcí sebeúcty. Pokud se tělu něco děje, je zraněno, nebo dokonce umírá, stále se můžeme obracet k psychické – nesmrtné – stránce. Problém je to však v kultuře, kde je tělesná stránka považována za cennější a hodnotnější, než ta psychická (Goldenberger & Schackelford, 2005).

Zvláště důležitou funkci má v **dětství**. Cena jakou rodiče dítěti udělí, jak si ho váží a respektují jeho potřeby, je zásadní, pro budoucí vývoj sebeúcty. Pokud je dítě respektováno a milováno, vzniká v něm silný pocit, že to jaké je, je správné. Nebude se obávat dát své potřeby najevo a patrně bude i po ostatních blízkých lidech vyžadovat, aby jeho potřeby respektovali a umožňovali mu je naplnit (Arndt & Schimel, 2003).

Sebeúcta je předpoklad pro to, aby člověk mohl být milován a uznáván. Zasahuje i do budoucnosti a podle její míry můžeme očekávat, jak bude s daným jedincem zacházeno ze strany druhých. Obrazně by se dala považovat za nárazník, který chrání před poškozením z okolí. Zastavuje kritiku a zmírňuje výčitky. Namísto toho dokáže dodávat ujištění, že vinu za neúspěch nese okolí. Každé lidské stvoření má v sobě hluboce zakořeněnou potřebu „mít se rád či vážit si sám sebe“. Prahne po pochvale a snažíme se najít cestu, aby tomu tak bylo a abychom dostávali respekt i od ostatních (Goldenberger & Schackelford, 2005; Greenberg et al., 1992).

Získat si obdiv, úctu a možná i trochu té lásky lze různými cestami. Pokud to nejde přirozeně, skrze opravdové city, jsme schopni zkreslovat a převracet realitu tak, aby alespoň trochu pomohla vylepšit náš sebeobraz. Zkrachovalý člověk, bez domova, pravidelně užívající alkohol, občas lehké drogy, bez trvalých vztahů, bude pravděpodobně velkou část energie investovat do obviňování ostatních za to, co mu provedli, jak s ním zacházeli a jak se na něj vykašlali. To je zoufalý pokus, jak si zachovat zbytek sebeúcty, alespoň před sebou samým (Goldenberger & Schackelford, 2005; Greenberg et al., 1992).

V terapii se s tímto tématem setkáme velmi často. Je to základní pilíř, a pokud máme špatný vztah sami k sobě, může to být zdrojem mnoha psychických problémů. Psycholog by se pak měl věnovat tématům přijetí své tělesné i psychické stránky, s pozitivy i negativy a umožnit tak člověku vyrůst. Když se toto vydaří, cíl je splněn. Dalo by se říci, že takovýto klient bude šťastný, pokud bude schopen přijmout sám sebe, takový jaký je a mít se za to rád (Goldenberger & Schackelford, 2005; Greenberg et al., 1992).

Kromě projektivní funkce má i **motivační úlohu**. Pokud jedinec věří ve svůj úspěch, rád podává dobré výsledky a je přesvědčen, že je schopný a výkonný, v mnoha případech bude motivován touhou skutečně ukázat, co v něm je. Uvědomuje si svůj potenciál a cítí touhu ho uskutečnit. Sebeúcta je podmíněná výkony jedince a nedá se od nich odstříhnout. Roste, pokud se nám daří, klesá, pokud jsme neúspěšní a nezvládáme běžné denní úkoly. Ohodnocení úspěchu či neúspěchu závisí nejen na jedinci (a zvnitřněných normách), ale také na názoru společnosti, blízkých lidí či autorit (Arndt & Schimel, 2003).

3.4 Měření sebeúcty

Jedním z vůbec nejpoužívanějších nástrojů, pro měření sebeúcty se stala **Rosenbergova škála (Rosenberg Self Esteem Scale, 1965)**. Skládá se z deseti položek, jejichž záměrem je měřit globální sebeúctu. Původně byla tato škála určena pouze adolescentům, ale ukázala se jako vhodná i pro ostatní věkové skupiny. Obsahuje pozitivně i negativně formulované položky (např.: Jsem se sebou vcelku spokojená/ý / Někdy si myslím, že jsem naprosto neschopná/ý). Respondent odpovídá na čtyř-stupňové Likertově škále od „Zcela souhlasím“ až po „Zcela nesouhlasím“ (Blatný, Osecká, & Urbánek, 2006).

Pozitivně a negativně formulované položky by měly odrážet dimenzionalitu sebeúcty tak, jak o ni psali například Tafarodi et al. (2003) – rozdělení na self-liking a self-competence. V průběhu let byla mnohokrát testována jak její validita, tak reliabilita. Měří škála skutečně sebeúctu, nezávisle na ostatních faktorech? Ani v této otázce nepanuje stále jednoznačná shoda a někteří výzkumníci se domnívají, že hraje roli například věk testované skupiny. Nicméně i přes nuance a pochybnosti, které Rosenbergova škála přináší je jisté, že dokáže vcelku spolehlivě odrážet míru sebeúcty u daného jedince. Čeští výzkumníci Blatný, Osecká, & Urbánek (2006) se také zabývali strukturou a validitou škály. Jejich výsledkem bylo zjištění, že je možné na těchto deseti položkách měřit míru pozitivního sebehodnocení, negativního sebehodnocení a sebehodnocení, které je založeno na sociálním srovnávání (Blatný, Osecká, & Urbánek, 2006).

Rosenbergovou škálou je měřena úroveň *explicitní sebeúcty*. Tedy té sebeúcty, kterou si je jedinec schopný sám u sebe uvědomovat a následně ji i reflektovat do dotazníku. Samozřejmě to má své nevýhody a to poměrně dobrou možnost zkreslit výsledky žádoucím směrem, pokud je jedinec dostatečně uvědomělý. Naproti tomu některými metodami můžeme měřit i úroveň *implicitní sebeúcty*. Jednou z metod je nechat respondenty, aby ohodnotili všechna písmenka abecedy. Ukázalo se, že ti jedinci s vyšší mírou implicitní sebeúcty, označovali za atraktivnější písmenka, která se taktéž vyskytovala v jejich jméně (Gailliot & Schmeichel, 2006).

Další metoda, která by pro měření sebeúcty mohla být použita, vznikla přímo z teorie o rozdělení globální sebeúcty na *sebelásku (self-liking)* a *sebekompetenci (self-competence)*. Škála je pojmenována po těchto dvou složkách tedy: **Self-Liking / Self-Competence Scale** a byla vytvořena v roce 1995 (Tafarodi & Swann; in Tafarodi &

Walters, 1999). Skládá se z dvaceti položek, přičemž se jedná o dvě deseti - položkové subškály. Opět jde o sebeposuzující dotazník a mezi položky jsou například prohlášení: „Nejsem příliš často úspěšný“ (self-competence); „Jsem schopná osoba“ (self-competence); „Mám se rád/a“ (self-liking). Odpovědi jsou zaznamenávány na pěti stupňové Likertově škále. Cronbachova α této škály se pohybuje okolo hodnoty 0,89 a reliabilita 0,80 pro subškálu self-competence a 0,78 pro subškálu sel-liking (Tafarodi & Walters, 1999).

Další, častěji užívanou škálou je **Coopersmith Self-Esteem Inventory**. Tento dotazník je hojně využíván v různých výzkumech. Jeho možnou nevýhodou je délka, jelikož obsahuje 50 položek. Původně byl navržen pouze pro děti a měl odrážet jejich vlastní individuálně vnímanou sebeúctu a poté sebeúctu, která je odvozena od rodičů, školního prostředí a vrstevníků. Mezi položkami bychom našli výroky jako: „Často si přeji, abych byl/a někým jiným“; „Rodiče ode mě až příliš očekávají“ či „Mezi dětmi ve svém věku jsem populární“. Na každou z těchto položek jedinec odpovídá ANO x NE, přičemž čím vyššího skóre je dosaženo, tím vyšší sebeúctu jedinec má (Ponsoda, Abad, Francis, & Hills, 2008).

4 ŽIVOTNÍ SPOKOJENOST

Štěstí tvého života záleží na druhu tvých myšlenek.

Marcus Aurelius

4.1 Definice pojmu

Všeobecně užívané slova jako štěstí, spokojenost, pohoda či psychické zdraví psychologům přináší většinou komplikace. Stanovit těmto pojmům přesnou definici není vždy nejsnazší. Blatný & Osecká (1998) ji považují za jednu z hlavních složek *osobnostní pohody*. Jedná se o vědomé globální hodnocení toho, co se v našem životě odehrává. Kdy je člověk spokojený, je velmi subjektivní záležitost. Nelze objektivně rozhodnout, zda někdo žije hodnotný, či dokonce šťastný život. Právě díky oné subjektivitě se v psychologické literatuře ustálil pojem *subjektivní životní spokojenost (subjective well-being – SWB)*, přičemž je vždy zdůrazněno ono vlastní hodnocení (Diener, 2000; Diener, Wirtz, Bisvas – Diener, Tov, Kim – Prieto, Choi, & Oishi, 2009).

Paralelně vedle tohoto pojmu bychom se mohli setkat ještě s *psychickým zdravím – spokojeností* (Diener et al., 2009). V tomto stavu se člověk nachází, pokud jsou naplněny jeho psychické potřeby. K oběma stavům jak už psychické nebo subjektivní spokojenosti přispívají například *vzájemně podporující mezilidské vztahy, pocity kompetence, optimismus, možnost přispívat k životní spokojenosti druhých lidí, sebedřívání, respekt od druhých, smysluplný, naplněný život, zájmy a zainteresovanost v různorodých aktivitách*. Tyto faktory, které přispívají k radostným pocitům, by pak měly být reflektovány ve škálách, jenž životní spokojenost měří (Diener et al., 2009).

Oba tyto pojmy mohou být podle Dienera nahrazeny prostým pojmem *šťěstí*. Lidé se takto cítí v situacích, kdy zažívají negativní emoce v malé míře, dostává se jim potěšení a mají pocit, že jsou jejich potřeby uspokojeny, jsou zainteresováni ve své práci a celkově hodnotí svůj život jako uspokojující. *Štěstí, spokojenost, psychické zdraví, pohoda, kvalita života* jsou pojmy, které nás motivují, usměřňují, a dávají smysl lidské existenci. V experimentálním vzorku, který čítal 7 204 vysokoškolských studentů ze 42 zemí, pouze 6 % označilo za důležitější hodnotu peníze. 69 % na první místo umístilo hodnotu štěstí. Pouze 1 % o štěstí a spokojenosti nepřemýšlelo (Diener, 2000).

Diener (2009) na základě své celoživotní práce, rozděluje definice životní spokojeností na 3 skupiny:

1. **Externí kritéria** – takto by se dala nazvat první skupina, kdy jsou u definic brány v potaz vnější faktory, které přispívají ke štěstí. Přepokládáme, že bohatý člověk, obklopený milující rodinou a kamarády, úspěšný ve svém oboru, který ho zajímá a baví, vitální, schopný, přesvědčený o smysluplnosti svého života bude zkrátka šťastný. Nicméně tyto definice jakoby opomíjejí, co ona životní spokojenost je a spíše se soustředí na to, po čem lidé touží.
2. **Subjektivní kritéria** – zde jsou zdůrazněny individuální proměny toho, co konkrétního člověka dělá šťastným a v jakých situacích se cítí být spokojený. Předpokládá se, že do těchto definic budou zahrnuty osobnostní dispozice, jak temperament, charakter, ale i třeba copingové strategie, atribuční styl atd.
3. **Afektivita** – do třetí skupiny Edward Diener zařadil ty definice, které pracují s pozitivními a negativními emocemi, které člověk prožívá. Pocit životní spokojenosti a štěstí pak přichází, pokud pozitivní emoce převáží nad negativními. Patřilo by sem pak zamření se zvláště na kognitivní strategie či míra optimismu u daného člověka.

(in Nistor, 2011)

At' bychom si vybrali jakoukoliv definici z jakékoliv skupiny, ani jedna by zcela nevystihovala pojem *životní spokojenost*. Nicméně je třeba vyzdvihnout **tři charakteristiky** a to: **subjektivita, míra pozitivních emocí, globální hodnocení všech aspektů lidského života** (Nistor, 2011).

Obecně u prožívání životní spokojenosti byla a stále je, i přes dlouhou dobu výzkumů, zdůrazňována kognitivní a emoční a afektivní složka. Zvláště ono prohlášení „*Já jsem šťastná osoba – tak se vnímám a vidím*“, je velmi zásadní (Schimmack, Diener, & Oishi, 2002).

V anglické literatuře je nejpoužívanějším pojmem *well-being*. Jeho definování si vzala na starosti Světová zdravotnická organizace (WHO) a říká, že je to „*stav úplné duševní, zdravotní i sociální pohody*“. Jako teoretický konstrukt se skládá ze tří složek a to ze *životní spokojenosti a pozitivního a negativního afektu* (Diener, Emmons, Larsen, & Grissin, 1985).

Diener a Lucas (in Diener, 2000) pojmenovávají právě afektivní složku jako *štěstí* a kognitivní složku jako *životní spokojenost*. Pojem *well-being* vyjadřuje propojení kognitivní i emoční složky. Slučuje se tedy vědomá percepce toho, jak jedinec posuzuje

sám sebe, okolní svět, naplnění svého ideálního já a zároveň emoční prožívání. Skutečnost, jak je člověk úspěšný a jak naplňuje své ideály, je tedy důležitá, nicméně způsob a styl percepce je daleko důležitější.

Diener (2000) rozděluje životní spokojenost dále podle *oblastí*, kterých se týká:

- Globální životní spokojenost – zahrnuje obecné hodnocení života (dobrý/špatný, kvalitní/nekvalitní, šťastný/nešťastný)
- Spokojenost s důležitými oblastmi života – s rodinou, prací, přáteli, zdravím, penězi apod.
- Zažívání pozitivních a negativních emocí – důležité pro pocit spokojenost je zažívat co nejvíce potěšení a minimalizovat negativní prožitky

V českém prostředí se pojmem osobní pohoda, životní spokojenost či štěstí zabývali také Kebza a Šolcová (2005). Ti uvádějí 4 komponenty subjektivního pocitu osobní pohody. Tento model je o něco rozšířenější a ve své podstatě zmiňuje už i prediktory, k životní pohodě a spokojenosti, jsou to: *psychická osobní pohoda v užším slova smyslu, sebeúcta* (self-esteem), *sebeuplatnění* (self-efficacy), *osobní zvládnutí* (personal control, mastery).

Způsob jaký člověk vnímá a posuzuje okolní svět, se odrazí i na tom, do jaké míry je schopen prožívat štěstí. Zároveň pokud jsme spokojeni, životní úkoly či překážky zvládneme lépe a na svět pohlížíme optimističtěji. Někteří lidé mají předpoklady k tomu, prožívat štěstí častěji a intenzivněji. Warner Wilson v roce 1967 (in Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999) došel k závěru, že šťastní jsou: „*mladí, zdraví lidé s kvalitním vzděláním a dobrým platem, extrovertní, optimističtí, bezstarostní, věřící, vdání či ženatí, s vysokou sebeúctou, vysokou pracovní morálkou, obou pohlaví, s nenáročnými aspiracemi a různými stupni inteligence.*“

4.2 Faktory životní spokojenosti

Určit, kdo a za jakých podmínek skutečně může prožívat štěstí, či zda existují zaručené zdroje spokojenosti, bylo cílem mnoha psychologů i laiků. Co nás udělá skutečně šťastnými? A je možné, aby měl člověk vše, co by ho šťastným pravděpodobně dělat mělo a přesto se cítil bídně? Dříve se někteří psychologové či sociologové snažili i předpovídat, v jakých společenských a ekonomických podmínkách se budou lidé cítit spokojení,

nicméně skutečnost se od teorií poměrně lišila. Výše výplaty, hrubý domácí produkt, majtkové zabezpečení, nic z toho pro štěstí nestačí. Objektívni podmínky jako by neexistovaly. Lidový výroky *šťestí si člověk nekoupí* či *pravé štěstí nacházíme uvnitř*, jen potvrzují, jak moc záleží na kognitivním individuálním stylu (Schimmack et al., 2002; Diener et al., 1999).

Výčet podmínek pro štěstí od Warnera Wilsona vyznívá až téměř ironicky, nicméně je skutečně dlouhodobými a rozsáhlými výzkumy podpořen. Diener et al. (1999) zmiňuje dva přístupy k faktorům, které ovlivňují životní spokojenost:

1. **Bottom – up:** tento přístup předpokládá, že existují externí faktory, které velkou měrou přispívají k pocíťovanému štěstí. Velkou roli sehrává situace, v níž se člověk nachází, rodinné podmínky, demografické údaje i životní události. Předpokladem je, že daný člověk má potřeby, které se mu daří naplňovat a tím se stává spokojeným a šťastným.
2. **Top – down:** tento přístup pohlíží na životní spokojenost jako na důsledek osobnostních dispozic. Zahrnuty jsou charakterové, temperamentové rysy, sklon k optimismu či pesimismu. Například neurotický člověk bude více nespokojený se svým životem, s prací, vztahy, rodinou a ve většině základních oblastí svého života bude shledávat nedostatky. I když by se vnějšímu pozorovateli naopak mohlo zdát, že by měl spíše v jeho situaci radostí skákat (Schimmack et al., 2002).

Výzkumy prokazují, že lidé, kteří jsou schopni prožívat štěstí a pocíťují spokojenost, mají delší život, více se zapojují do komunitního života, jsou více oblíbení mezi ostatními, méně často se dávají rozvést, v práci podávají dobré výkony a vydělávají více peněz. Nicméně nabízí se myšlenka, zda tyto životní podmínky právě člověka neudělají šťastným (Diener, 2000).

Mezi nejzákladnější faktory, které životní spokojenost externě podmiňují, patří následující:

- **Mezilidské vztahy** – Neexistuje osamělý a zároveň šťastný člověk. I tak by se daly shrnout výsledky některých výzkumů. Pevné sociální vztahy, přátelství, rodina, silná partnerská vazba, jistota pečující osoby. Po blízkosti toužíme všichni, a pokud je tato potřeba naplněna, jistě to velkou měrou přispívá našemu štěstí. Hamplová (2004) zmiňuje, že ženatí muži či vdané ženy jsou vždy šťastnější, než rozvedení

lidé, lidé žijící v nesezdaném soužití nebo lidé ovdovělí. Nicméně například statut manželství je důležitý opět jen podle toho, jakou váhu tomu sami přisoudíme. Například pro kněze, nebo pro singles je manželství hodnotou nepodstatnou a nevalidní a jejich pocit štěstí se od této hodnoty neodvíjí. Sami si určujeme, jaké vztahy pro nás budou či nebudou mít význam (Schimmack et al., 2002). Nicméně je jisté, že od původních rodinných vztahů se neodstříhneme a pokud jsme v dětství neměli pevnou bezmezně přijímající vazbu, na schopnosti prožívat životní spokojenost se to dozajista podepíše (Kebza, 2005).

Mohli bychom také spekulovat, zda šťastní a spokojení lidé zkrátka nemají větší pravděpodobnost, že se vdají/ožení. Nicméně z výzkumu vyplývá, že manželství sebou nese projektivní účinek a to v podobě *emoční a finanční podpory, otevřené budoucnosti, intimity, uspokojení sexuálních, rodinných i existenciálních potřeb* (Diener et al., 1999).

- **Pohlaví** – Obecně je předpokládáno, že ženy vykazují nižší míru životní spokojenosti a více inklinují k depresím (Diener & Diener, 1995; Diener et al., 1999). Na druhou stranu mnoho studií tento předpoklad vyvrátilo. Ukazují, že ženy a muži jsou na tom téměř stejně a pokud rozdíl existuje, není příliš významný (Hamplová, 2004).
- **Zdraví** – fyzická zdatnost, síla, vitalita, to vše je velmi důležitou složkou pro pocit životní spokojenosti. Pokud je někdo chronicky nemocný, kvalita života se rapidně snižuje a sním i pocit štěstí. U letálně nemocných jsou tyto pojmy často řešeny v souvislosti s eutanazií, jelikož možnosti činností jsou omezeny, perspektiva budoucnosti se zužuje na nemocniční prostředí a pocit štěstí mizí spolu se smyslem života. Lidé, kteří trpí chronickou chorobou či postižením vždy dosahují nižší míry životní spokojenosti, než lidé zdraví. Pokud se chronické postižení či nemoc objevily v průběhu života, téměř nikdy dotyčné osoby nedosáhnou původní míry životní spokojenosti (Hamplová, 2004; Diener et al., 1999).

Diener (1999) však opět zdůrazňuje, že záleží na subjektivním vnímání vlastního zdraví. Neurotičtí jedinci, ačkoliv objektivně nevykazují žádné somaticky závažné symptomy, nejsou se svým zdravím spokojeni. Daleko více si stěžují. Nezáleží na tom, čím člověk trpí, ale na tom, jak svoji indispozici vnímá. Copingové strategie zde mohou sehrát významnou úlohu. Nemoc se stává výzvou, posláním, zprostředkovává porozumění a pomáhá uspořádat životní priority. I z toho může pramenit štěstí.

- **Práce** – i tento aspekt je s pocitem spokojenosti úzce propojen. Velkou část svého života strávíme v pracovním prostředí, mezi kolegy, klienty, v diskuzích s vedoucími. Pokud je tento čas pro nás zdrojem tenze a napětí, podepíše se to na psychické i fyzické – zdravotní stránce. Nicméně oproti zdraví, kterému přikládá důležitost téměř každý člověk, u práce velmi záleží, jakou hodnotu ji lidé přisoudí (Hamplová, 2004).
- **Peníze** – i tato hodnota by měla být zvažena, pokud se ptáme lidí na jejich spokojenost se životem. Finanční příjem hraje roli zvláště v zemích, které na tom ekonomicky nejsou příliš dobře. Vychází se z teorie Maslowa, kdy lidé kvůli nízkým příjmům nemohou zabezpečit sebe a svoji rodinu a nejsou tak schopni naplnit své základní potřeby. Velmi také záleží na tom, jak se na hodnotu peněz v dané společnosti pohlíží. Jsou peníze důležitým měřítkem? Jsou hodnotou, která je okolím uznávaná a obdivovaná? Společnosti, které jsou obecně spokojenější a šťastnější platí, že hodnota peněz není na prvním místě. Tam se umísťuje rodina či přátelské vztahy (Diener & Diener, 1995). Ve výzkumu Dienera, Horwitze & Emmonse z roku 1985 bylo zjištěno, že bohatí lidé udávají pouze nepatrně vyšší míru pocíťovaného štěstí, nežli chudí (in Diener, 2000).

Diener et al. (1999) zmiňuje, že externí vlivy či dokonce demografické vlivy jako věk, pohlaví či vzdělání jsou zodpovědné pouze za 20% varianci. Ačkoliv by to mnozí lidé neradi slyšeli, pocit štěstí, alespoň podle výzkumů, vychází především z osobního nastavení člověka. Fyzická zdatnost, zdraví, atraktivita či věk se subjektivní životní spokojeností souvisí pouze minimálně (Diener et al., 1999; Diener, 2000).

Lidé mají schopnost se velmi rychle přizpůsobovat měnícím se životním podmínkám. Ty sami o sobě příliš důležité nejsou. Nezáleží, co se člověku v životě přihodí, ale jaké má vnitřní strategie zvládnání, osobnostní rysy a temperament (Diener, 2000). Důležitá je zde myšlenka, že *lidé reagují silnými pozitivními i negativními emocemi na životní události, nicméně po krátké době se na tyto události adaptují a vrací se na původní – vlastní hladinu životní spokojenosti* (Diener, 2000, str. 37).

Mezi faktory, které teoreticky udávají základní, stabilní míru životní spokojenosti můžeme zařadit následující:

- **Osobnostní rysy** – Z velké pětky osobnostních rysů signifikantně korelují s životní spokojeností *extraverze a neuroticismus*. Extraverze je spojována zvláště

s pociťováním štěstí a pozitivních emocí, neuroticismus s emocemi negativními. Lidé, kteří jsou extrovertně založeni a navíc vykazují znaky stability, jsou v kontaktu s ostatními lidmi, rádi se smějí, podnikají nové věci a jsou si jisti svými činy. Věří si a nebojí se prosadit své způsoby, svoji osobnost. Cítí se být přijímaní a oblíbení. Rysy jako přívětivost a svědomitost taktéž sehrávají svoji roli, nicméně spíše nepřímo. Díky těmto osobnostním dispozicím někdy v budoucnu pravděpodobně dosáhneme životní spokojenosti, ale nezaručují jí přímo. Pomáhají nám dosáhnout našich přání a snů. V návaznosti na dosažené výsledky či úspěchy pociťujeme spokojenost s naším životem i s naší osobností (Kebza, 2005; Schimmack, 2002).

Laboratorní experimenty ukazují, že šťastní a nešťastní lidé se jednoznačně liší v reakcích na stejné podněty, což se dá pozorovat i v běžném životě. Extroverti daleko silněji reagují na obrázky s pozitivní tematikou, než na obrázky s negativní. Nicméně neurotičtí lidé inklinující k introverzi mají naopak silnější reakce na podněty negativní (Diener, 2000).

V českém prostředí provedli poměrně rozsáhlou studii Hřebíčková, Blatný a Jelínek (2010). Na vzorku 2317 studentů a 196 dospělých ověřovali hypotézy týkající se osobnostních rysů a míry životní spokojenosti. Použity byly škály Satisfaction with Life Scale a Pětifaktorový osobnostní dotazník NEO. Ve výzkumu nebyla zjištěna signifikantní souvislosti mezi subjektivní pohodou a pohlavím u starších dospělých. Vysokoškolačky však byly více spokojené, než vysokoškoláci. Nicméně výzkum byl zaměřen zvláště na *osobnostní faktory, které predikují subjektivní životní spokojenost*. Výsledky potvrdily předchozí výzkumy. **Neuroticismus** vysvětluje největší podíl variance a to u obou skupin. Ve skupině dospělých se k tomuto faktoru přidává ještě extraverte. Ve skupině vysokoškoláků jsou to všechny další faktory, s výjimkou *otevřenosti vůči zkušenosti*. Ta se na úrovni spokojenosti *nepodílí* (Hřebíčková et al., 2010).

U vysokoškoláků byla *svědomitost* druhým nejvýraznějším faktorem. Vysvětlení je takové, že jedinci, kteří svědomitě a systematicky pracují na dosažení svých cílů, si počínají efektivněji. To jim ve svém důsledku přináší štěstí a spokojenost. S věkem je tento osobnostní faktor nahrazen *extraverzí* (Hřebíčková et al., 2010).

Ve skupině vysokoškoláků se osobnostní faktory podílí na utváření životní spokojenosti okolo **30 %**, ve skupině dospělých toto procento klesá na **20 %**.

V mladším věku tedy osobnostní faktory mají větší vliv, než v střední a starší dospělosti. Kráčmarová 2007 (in Hřebíčková et al., 2010) uvádí, že u seniorů je to 14 %.

- **Temperamentové rysy** – Mají lidé geneticky určeno, zda budou šťastní? Z výzkumů vyplývají vysoká čísla. Tellegen et al. (in Diener et al., 1999; Diener, 2000), který pracoval s monozygotními a dizygotními dvojčaty, vychovanými zvlášť i dohromady, udává, že naše *geny* mohou za 40 % *variance* u pozitivních emocí a 55% *varianci* u negativních emocí. Le Rochefoucauld (1940; in Diener 2000, str. 38) říká, že „*Za štěstí a utrpení může stejně tak temperament, jako osud*“. Tellegen v roce 1996 společně s Lykkenem opět tyto čísla přezkoumávali a jejich závěrem bylo, že z 80% za náš pocit subjektivní pohody mohou *geny*, než životní události. Tyto vysoká čísla byla několikrát potvrzena, nicméně se ukázalo, že u pozitivních emocí je *variance* slabší a geneticky jsme predisponováni zvláště k negativním prožitkům (Diener, 2000).
- **Optimismus a pozitivní myšlení** – tak jak už napsal Marcus Aurelius, důležité je naše smýšlení, nikoliv věci samotné. Kognitivní rámec, do kterého začleňujeme příhody, které se nám dějí, má klíčovou úlohu v posuzování kvality života. Aron Beck a Albert Ellis založili na této myšlence celou psychiatrickou školu. Jak lidé přemýšlejí a uchopují realitu, bezpochyby ovlivňuje emoční rozpoložení a následně i pocit životní spokojenosti. Je možné, že právě faktory jako je pozitivní myšlení, altruismus či přesvědčení o smysluplném životě, mají až 40 % vliv na pocit spokojenosti. U demografických faktorů je *variance* pouze 10 % (Dogan, Totan, Sampaz, 2013; Diener et al., 2009).

4.3 Jak moc šťastný jsem aneb měření životní spokojenosti

Touha změřit v psychologii co možná nejvíce vnitřních prožitků, charakteristik či stavů se nevyhnula ani štěstí a spokojenosti. Nicméně pokud byl problém ve stanovení definice, měření není o nic snazší. Přesto to psychology-výzkumníky neodradilo a vytvořily škály, které dokážou prožitek spokojenosti osobní spokojenosti odrážet. Konzistence těchto škál je poměrně vysoká (Cronbachova $\alpha = .80$, pro Satisfaction with Life Scale).

Poměrně vysoké reliability je dosahováno, pokud se nezměnily podmínky, ve kterých byla subjektivní životní spokojenost testována. Také záleží, zda je škála zaměřena na denní události a prožitky nebo na celkový pocit spokojenosti. Je rozdíl, pokud se ptáme, jak se jedinec cítí v posledních dnech, či jak se cítí v životě. Nicméně pokud budeme u jedince dlouhodoběji a opakovaně měřit úroveň spokojenosti, budou výsledky kolísat kolem určité hodnoty. Koeficient spokojenosti se obvykle v průběhu času příliš nemění. Ačkoliv by většina lidí vypovídala, že jejich aktuální nálada se často proměňuje, naše soudy, co se týče spokojenosti s vlastním životem, jsou poměrně stabilní. Životní okolnosti se musí podstatně změnit, aby se významným způsobem změnila i naše spokojenost (Diener, Inglehart, & Tay, 2012a).

Otázkou je, zda skutečně několik jednoduchých otázek dokáže reflektovat, jak jsou lidé šťastní. Zvláště, pokud je odpověď ryze subjektivní. Za poslední 30 let odpovídalo více než 400 000 lidí, na otázku, jak spokojeni jsou. Pro většinu lidí je „spokojenost a štěstí“ životním smyslem. Hledáme rovnováhu, pocit klidu, hledáme práci, která nám přinese uspokojení. Volný čas vyplňujeme aktivitami, které nás uvolní. Vyhledáváme osoby, které nás rozesmějí. Téměř každý den více či méně odpovídáme na otázku, zda jsme spokojeni. Svými činy, svým jednáním, snažíme se polapit kus štěstí pro sebe. Předpokladem tedy je, že pokud se budeme ptát lidí na jejich životní spokojenost, nijak je to nepřekvapí. Sami si pravděpodobně na tuto otázku nespočetněkrát odpověděli (Diener et al., 2012a).

Jedním z návrhů, jak být o něco více objektivní v posuzování spokojenosti, bylo například *měřit hladinu kortizolu v krvi*. Dalším způsobem je srovnávat hodnocení daného respondenta s *hodnocením jeho spokojenosti od blízkých kamarádů či rodiny*. Dále můžeme srovnávat spokojenost *každý den* s celkovým hodnocením. Pak jedním z nejobvyklejších způsobů je porovnávat *různé škály* mezi sebou. Pro potvrzení byla například srovnávána Satisfaction with Life Scale se škálami alternativními (Diener et al., 2012a). Nicméně stále se potýkáme s tím, že jedinec může odpověď přikrášlovat a přizpůsobovat (Nistor, 2011).

Dalším způsobem, jak validitu ověřovat, je *porovnávání skupin*. Jednu mohou tvořit lidé, kde předpokládáme, že okolnosti a současná situace je činí šťastnými. Druhou skupinou jsou pak lidé, kde nepředpokládáme, že srší spokojeností. Vězni, psychiatričtí pacienti, mentálně či fyzicky postižení, prostitutky, lidé s posttraumatickou stresovou poruchou a další. Tyto skupiny by měly vykazovat signifikantně nižší životní spokojenost, než „obyčejní“ lidé (Diener et al., 2012a).

Hamplová (2004) také uvádí, že je jednodušší srovnávat, která skupina je spokojenější, nežli se o někom vyjádřit, že je spokojený. Existují kulturní rozdíly, kde díky příslušnosti k určité národnosti nebo skupině máme tendenci odpovídat, tak jak je zvykem. Kupříkladu Američané odpovídají pozitivněji, protože „být šťastnými“ je důležitou součástí jejich sociálních norem.

Důkladné průzkumy prokázaly, že škály jsou schopné:

1. Objektivně srovnávat životní spokojenost mezi různými národnostmi
2. Srovnávat různé skupiny žijící v odlišných podmínkách
3. Současné škály korelují se škálami, jež nejsou sebeposuzující
4. Sledují i souvislost s genetickými a psychologickými dispozicemi jedince
5. Odrážejí i významné životní události, které se na životní spokojenosti podepisují
6. Predikují chování, které se dá z míry životní spokojenosti odvodit (např. sebevražedný pokus)

(Diener et al., 2012a)

Pokud se tedy u jedince rozhodneme měřit životní spokojenost, zaměřujeme se v základu na 3 aspekty: aktuálně prožívaný stav osobní pohody, obvykle prožívaná úroveň osobní pohody, situačně podmíněné odchylky aktuálního stavu osobní pohody od obvyklé úrovně.

Výzkumník se může rozhodnout testovat subjektivní životní spokojenost buď *přímo*, nejčastěji tedy za použití sebeposuzujících škál (typická otázka: „Obvykle jsem se svým životem spokojený(á)“) nebo *nepřímo*. Tento typ měření je zaměřen zvláště na situační odchylky a proměny od obvyklého stavu osobní spokojenosti. Některá měření byla cílena na velmi důkladné průběžné hodnocení pohody v průběhu celého dne. Respondent má za úkol hodnotit po časových úsecích své emoce, spokojenost, pohodu a vše zaznamenávat. Sledovány jsou poté proměny v souvislosti s událostmi. Cílem je zjistit, jaké emoce u jedince převažují, jakou míru spokojenosti převážně prožívá, v jaké intenzitě ho jeho emoce zahlcují či celkový poměr pozitivních a negativních emocí.

K měření spokojenosti je možné využít alternativních metod. Například *sledování pamětních výkonů*, kdy úkolem respondenta je vybavit si zážitky za stanovené období. Hodnocen je typ zážitků, pozitivních či negativních a jejich množství. Dále je možnost *rozhodovacích úkolů*. V tomto případě je směrodatné ohodnocení pravděpodobnosti, zda

na jedince čekají spíše pozitivní nebo negativní události. Subjektivní životní spokojenost lze vyčíst i z *asociačního experimentu* „Doplňování vět“, nebo může výzkumník využít prosté pozorování behaviorálních projevů, z nichž je možné číst emoce, které jedinec prožívá (Blahutková & Dan, 2008).

Nejčastěji se však ve výzkumech setkáme s použitím klasických *sebeuposuzujících škál*. Mezi ty nejpoužívanější patří:

- **Satisfaction with Life Scale (SWB)** – tuto škálu vytvořil Edward Diener v roce 1985. V té době byla životní spokojenost měřena třeba jen jednou otázkou, nebo se zaměřovaly pouze na dílčí skupinu (seniorů). Diener svůj zájem koncentroval na to, aby jím vytvořená škála reflektovala kognitivně-hodnotící proces. Cílem bylo měřit *globální spokojenost*. Byl vytvořen seznam 48 sebeuposuzujících položek. Odrážely pozitivní afekty, negativní afekty a spokojenost. Z těchto 48 položek byl jejich počet zredukován na pouhých 5. Každá položka je hodnocena na škále od 1 – 7, kdy respondent vyjadřuje souhlas (rozhodně nesouhlasím = 1, rozhodně souhlasím = 7) (Diener et al., 1985).
- **Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)** – Autoři Watson, Clark a Tellegen (1988) se zaměřili pouze na prožívání pozitivních či negativních emocí. Čím více pozitivní emoce převažují nad negativními, tím je člověk šťastnější. Škála je tvořena seznamem dvaceti pozitivních a negativních psychických stavů či emocí. Respondent pak udává na pětistupňové Likertově škále, jak mnoho času danou emoci stráví (in Diener et al., 2009; Lucas, Diener & Suh, 1996).
- **Dotazník životní spokojenosti (DŽS)** – Kolektiv autorů v čele s J. Fahrenbergem vytvořili poměrně rozsáhlý dotazník, který se zaměřuje na 10 oblastí lidského života. Jsou jimi *zdraví; práce a zaměstnání; finanční situace; volný čas; manželství a partnerství; vztah k vlastním dětem; vlastní osoba; sexualita; přátelé, známí, příbuzní; bydlení*. Každá z těchto oblastí je saturována sedmi otázkami, přičemž odpověď má vyjadřovat míru spokojenosti. Výsledkem je hrubé skóre, které je tvořeno součtem bodů v jednotlivých oblastech. Český překlad a úprava byla provedena v roce 2001 Rodným T. a Rodnou K.

4.4 Self-esteem a životní spokojenost

Od té doby, co sebeúcta začala být v hledáčku psychologů, byl zkoumán i její vliv na pocit životní spokojenosti štěstí. Výsledky byly přesvědčivě silné. Ve výzkumu Cambella z roku 1981 (in Diener & Diener, 1995) vycházela korelace mezi životní spokojeností 0,55. Diener v roce 1995 provedl rozsáhlý výzkum na vzorku $n = 13, 118$. Jednalo se o vysokoškoláky, přičemž 6,519 bylo žen a 6, 590 mužů. Cílem bylo potvrdit vliv sebeúcty na spokojenost s rodinou, s přáteli i s finančním zabezpečením. Následně byl sledován vztah i k celkové životní spokojenosti. Vliv sebeúcty byl prokázán ve všech těchto oblastech. Korelace *sebeúcty a spokojenosti s přáteli* = 0,31, *spokojenosti s rodinou* = 0,28 a *s finančním zabezpečením* 0,19. Pro obě pohlaví byla tato čísla stejná.

V roce 2013 provedli výzkum na 340 vysokoškolských studentech Dogan, Totan & Schapmaz. Jejich cílem bylo spočítat, jaký vliv má na naše štěstí sebeúcta, sebeúčinnost (self-efficacy), psychická spokojenost (blaho) a prožívané afekty. Participanti výzkumu vyplňovali Oxford Happiness Questionnaire – Short form, Self-Esteem Scale, Psychological Well-being scale, Emotional Self-Efficacy Scale a Possitive – Negative Events Scale. Výsledkem bylo, že *psychická spokojenost (blaho), sebeúčinnost a prožívané pozitivní afekty* mají velmi silný vztah k *self-esteem* a v podstatě ji utvářejí. *Psychická spokojenost a pozitivní afekty* pak přímo ovlivňují *štěstí*. Korelace psychické spokojenosti a pocitu štěstí vycházela $r = 0,35$. Co se týče sebeúčinnosti $r = 0,17$, efektivity $r = 0,25$, a **sebeúcty $r = 0,36$** . Tito vědci taktéž odhalili, že sebeúčinnost má nepřímý vliv na pocit životní spokojenosti a štěstí právě *díky sebeúctě* (Dogan et al., 2013).

Mezi množstvím studií samozřejmě vyniká celoživotní dílo Edwarda Dienera a jeho kolegů. V roce 2003 společně s Ulrichem Schimmackem ověřovali vliv *implicitní a explicitní sebeúcty* na subjektivní životní spokojenost. Jejich vzorek čítal 1041 studentů. Pro měření explicitní sebeúcty byla použita škála Rosenberg Self-Esteem Scale. Aby studenti reflektovali svoji implicitní sebeúctu, měli ohodnotit písmena abecedy na Likertově škále od 1 - velmi rád do 7 – velmi nerad, následně byla sledována souvislost s jejich iniciály. Životní spokojenost pak odrážela škála Satisfaction with Life Scale a ještě dvě škály na pozitivní a negativní afektivitu. Nešlo však jen o sebezposuzování studentů. Hodnotit životní spokojenost daného respondenta měli i dva či tři vrstevníci a dva či tři členové rodiny (Diener & Schimmack, 2003).

Výsledkem bylo potvrzení vztahu explicitní sebeúcty a subjektivní životní spokojenosti. Pokud se jednalo o sebeposouzení $r = 0,59$. Pokud byla sledována souvislost hodnocení životní spokojenosti od vrstevníků a rodiny se sebeúctou respondenta $r = 0,42$. Nicméně měření implicitní sebeúcty pomocí preference písmenek abecedy podle toho, jaké má daný respondent iniciály, není vůbec průkazné a vypovídající. Korelace byly velmi slabé (při sebeposouzení $r = 0,11$, při hodnocení druhých $r = 0,5$) (Diener & Schimmack, 2003).

Další výzkum na stejné téma byl Dienerem proveden v roce 2012. Účastnilo se ho 222 respondentů, z čehož bylo 110 mužů a 112 žen. Sledována byla souvislost *sebeúcty, životní spokojenosti a každodenní spokojenosti*. Každý večer museli tito respondenti vyplňovat „denní hlášení“ o tom, jaké zažívali emoce a psychické potěšení, jakou cítili zainteresovanost a spokojenost. Použita byla škála Satisfaction with Life Scale a Rosenberg Self-Esteem Scale. V jejich studii se ukázal být klíčovým faktorem „*smysl života*“. Pokud respondent v této položce zažíval spokojenost a pozitivní emoce, jeho životní spokojenost byla také vysoká. *Čím menší pocit smyslu života máme, tím méně jsme spokojeni a tím menší je naše sebeúcta* (Diener, Fujita, Tay, & Biswas – Diener, 2012b).

Diener právě v tomto aspektu životní spokojenosti spatřuje naději pro ty, kteří se narodili s temperamentem inklinujícím spíše k nespokojenosti, či pro ty, kteří se narodili do špatných podmínek. Dodání smyslu života může, alespoň podle výzkumů, velkým podílem zvýšit pocit štěstí, spokojenosti a sebeúcty. Nicméně sám říká, že tento předpoklad je ještě nutné ověřit longitudinálními studii nebo výzkumy na větším vzorku lidí (Diener et al., 2012b).

Dalšími zjištěními bylo, že prožívání *pozitivních emocí* ovlivňuje 47% variance životní spokojenosti. Negativní emoce ovlivňují naši spokojenost pouze 17%. Poznatky z této studie by se daly shrnout tak, že životní smysl je klíčem k sebeúctě. Regresní analýza ukázala, že na úroveň sebeúcty má také vliv poměr *potěšení x utrpení*. Události běžného dne se leckdy odrazily v náladě, ale životní spokojenost téměř nezasahují. Pro ty, kteří mají pocit smysluplného života, není zažívání pozitivních emocí ani podstatné. Jako by smysl života umožnil radovat se i z negativních věcí (Diener et al., 2012b).

5 ŠŤASTNÝ NARCISMUS

Jak ukazují výzkumy, vysoká sebeúcta a narcismus jsou stále častějším společenským jevem. Od osmdesátých let prudce vzrostl výskyt narcistických rysů u vysokoškolských studentů. 65% studentů dosahuje ve škálách vyšších hodnot, než tomu bylo na počátku výzkumů. Stejně tak je to s mírou sebeúcty (Neff, 2011).

Narcisté mají předpoklad k tomu, být šťastní. Vykazují vyšší míru extravertze, která je s pocitem životní spokojenosti úzce spojena. Mají tendenci přisuzovat veškeré úspěchy sobě, naopak neúspěchy ostatním. Sami sebe shledávají sympatickými, atraktivními, schopnými a úspěšnými. Pokud jim okolí naznačuje něco jiného, jsou schopni to ignorovat. Partnera či přátelé si vybírají podle toho, jak jim dokážou projevovat úctu a respekt. Proto, aby si udrželi pozitivní obrázek sebe samých, jsou schopni obětovat jakýkoliv vztah (Zuckerman & O'Loughlin, 2009).

Nicméně existuje důvod, proč je narcismus stále považován za poruchu. Pokud vzpomeneme na rozdělení *grandiózní a vulnerabilní* narcismus, můžeme nalézt odpověď tam. Mnoho lidí, kteří vykazují vyšší míru, se hůře přizpůsobuje okolí. Aby udrželi svůj dokonalý sebeobraz a vyhnuli se případné kritice, musí obětovat důležité vztahy. Emocionální vřelost a blízkost by pro ně byla zraňující. Hluboko zakořeněná zranitelnost, jež je zakryta vrstvou narcismu čas od času probublává na povrch. Zvláště je-li narcismus pouze strategií, jak se vyhnout bolesti. Otázkou tedy je: *Je narcismus šťastný?* (Zuckerman & O'Loughlin, 2009).

Odpověď přináší mnoho současných výzkumů. Korelační studie, metaanalýzy, longitudinální průzkumy, ty všechny ukazují, že pravý grandiózní narcista je šťastný. Proč by taky nebyl. On je dokonalý, svět kolem něj má chyby. Jejich duševní zdraví a spokojenost dosahuje vysokých hodnot. A důležitým **mediátorem** se stává míra **sebeúcty**. Člověk s vysokou sebeúctou se považuje za velmi schopného a také velmi oblíbeného. Obě tyto položky se váží jak s psychickým zdravím, tak zároveň s narcismem (Zuckerman & O'Loughlin, 2009).

Studie, která se zaměřila na potvrzení či vyvrácení *šťastného narcismu* byla provedena na 127 ženách a 49 mužích. Skládala se ze tří částí. V první části respondenti vyplňovali osobnostní dotazníky a dotazníky životní spokojenosti. Ve druhé části měli za úkol psát „deník“ – jejich úkolem bylo odpovídat na předem stanovené otázky na jejich chování, nálady, pocity a osobnostní rysy. Tento deník vyplňovali po dobu jednoho týdne

na začátku listopadu a další týden na začátku prosince. Poslední část vypadala zcela stejně jako první (Zuckerman & O'Loughlin, 2009).

Cílem bylo číselně dokázat, jak úzce je spojen narcismus s prožíváním negativních emocí a stavů. Vědci chtěli znát odpověď na otázky, jakou roli hraje sebeúcta? A je narcismus šťastný, pouze pokud je vysoká sebeúcta? Převažují pozitivní či negativní vztahy u narcistů? Výsledky dopadly přesvědčivě. Opět se **sebeúcta** ukázala být důležitým mediátorem pro životní spokojenost. Dle míry narcismu nejsme schopni predikovat, zda jedinec bude šťastný, nicméně dle míry sebeúcty ano (Zuckerman & O'Loughlin, 2009).

Narcisté daleko obtížněji zvládají interpersonální události a častěji je spojují s negativními afekty. Korelace mezi vysokou mírou narcismu a prožíváním nepříjemných pocitů je $r = 0.42$. Mohli bychom tedy říct, že narcisté nedokážou zvládat nároky běžného interpersonálního kontaktu a v důsledku toho jsou nešťastní a nespokojení. Narcista může být skutečně šťastný, jen pokud vykazuje vysokou míru sebeúcty (Zuckerman & O'Loughlin, 2009).

V posledních desetiletích se sebeúctou zabýval velký počet psychologů i sociologů. Její důležitost spatřovali v mnoha složkách lidského života. Dokonce ve školách vznikaly programy na zvýšení sebeúcty u dětí. Pokud učitel u nějakého dítěte zapříčinil snížení sebeúcty, následky mohly být celoživotní. Základní školy by měly mít za cíl vzbuzovat v dítěti důvěru v sebe sama, aby věřili svému potenciálu a mohly tak být šťastny. Důležitým přesvědčením, které v sobě má dítě i dospělý nosit je: „*Jsem lepší než většina ostatních lidí*“ Toto přesvědčení sebou však přináší nejen vyvýšení vlastní osoby, ale také devaluaci druhých (Neff, 2011).

Sama o sobě sebeúcta, bez vulnerabilního narcismu, dopřává lidem zažívat více štěstí. Lidé jsou optimističtí a k práci, kterou dělají, je většinou vede hluboká vnitřní motivace. Oproti jedincům, kteří si sebe samých příliš neváží, málokdy upadají do deprese, úzkosti a negativních nálad. Jedná se o *nenarcistickou formu sebeúcty*, jež je založena na skutečném pravém pocitu osobní kompetence, atraktivnosti a schopnosti dobře se přizpůsobovat podmínkám okolí (Neff, 2011).

Ve své podstatě se jedná i o to, zda je člověk zaměřený pouze na sebe. Jestliže někdo má dobré mínění o sobě, má se rád, věří si, nicméně je schopen věnovat své myšlenky okolí a lidem, kteří ho obklopují a zajímat se o ně, nemusí to mít žádný negativní vliv – naopak. Jak ukázal předchozí výzkum, praví narcisté neumí být v přátelské, intimní a naplňující vazbě s druhými lidmi. Vzhledem k tomu, že využívají své partnery a přátele jako zdroje obdivu, své kolegy vykořisťují a podřízenými opovrhují, nemají příliš pevných

vazeb. Nicméně pro šťastný život jsou vztahy klíčovým bodem. Osamělý člověk je nešťastný člověk (Neff, 2011; Hamplová, 2004; Diener et. al, 1999).

Dobré vztahy zkrátka potřebujeme. Schopnost připustit omylnost vlastní, ale i ostatních, projevat toleranci sobě a druhým, umět vyjádřit porozumění a podporu daleko pravděpodobněji povede k pocitu životní spokojenosti a ke štěstí, než egoismus, vykořisťování a využívání druhých (Neff, 2011).

Pokud se budeme věnovat otázce, za jakých okolností je narcismus šťastný, bude nezbytné se vrátit k modelu **vulnerabilního narcismu**. Je to neúspěšná strategie, jak ochránit a opečovávat svoje Ego. Hluboko zakořeněná zranění jsou kompenzována potřebou být obdivován a zbožňován ostatními. Ačkoliv se mohou tyto jedinci projevat sebevědomě, dominantně a sebejistě, uvnitř cítí strach, možná opuštění, nejistotu a jejich chování je motivováno především touhou po pravém porozumění a lásce (Fukushima & Hosoe, 2011).

Kámen úrazu spočívá v **interpersonálních vztazích**. Narcista se bez druhých neobejde. Nicméně ostatní potřebuje pouze na projevy obdivu a respektu. Sám jim žádnou úctu neprojevuje. Takovýto člověk je nucen k tomu, aby přikládal význam druhým lidem, ale zároveň pociťuje vnitřní tlak k devalvací, jelikož jinak by byla případná kritika až příliš bolestivá. Výzkum, který byl zaměřen na různé modely narcismu v souvislosti s prožíváním deprese, stresu nebo naopak se schopností projevat lásku v partnerství, byl proveden na vzorku 550 otců a 550 matek v roce 2011. Studie měla také odrážet *self-koncept* participantů. Tato proměnná by mohla být klíčovou. Narcismus může právě díky odlišnému self-konceptu nabírat mnoho podob. Způsob vnímání sebe samého může způsobovat různé psychické problémy. Daný jedinec má obtíže v navazování interpersonálních vztahů a sám sebe si příliš neváží (Fukushima & Hosoe, 2011).

Tento self-koncept byl zkoumán dotazníkem, kdy probandi ohodnocovali své jednotlivé společenské role pomocí 19 osobnostních charakteristik (8 pozitivních a 11 negativních). U každé takovéto charakteristiky byla škála od 1 do 7, zda je tento rys, vlastnost či sklon popisuje či nikoliv. Role pro muže byly manžel, otec a kamarád, pro ženy manželka, matka, kamarádka. Dále byl měřen narcismus, deprese, míra prožívaného stresu a schopnost projevat manželskou lásku.

Výsledky studie výzkumníky nepřekvapily. Pokud se objevovaly problémy v self-konceptu a jedinec sám sebe popisoval spíše negativně, jeho míra deprese, stresu byly vysoké a schopnost projevat lásku nízká. Korelace self-konceptu a narcismu dosahovala hodnoty 0.41. Jedinci, kteří dosahovali velmi vysoké míry narcismu, se cítili ve svých

společenských rolích dobře a jistě. Jejich self-koncept byl pevný. Nicméně pokud byl self-koncept nestabilní, či se měnil v průběhu času, byl spojen pouze s vyšší mírou narcismu. Vědci se domnívají, že právě ona nestabilita a nejistota v sociálních rolích je zdrojem neštěstí (Fukushima & Hosoe, 2011).

Další důvod, proč jsou *grandiózní narcisté* více spokojeni a šťastní, popisují vědci Zeigler-Hill, Clark & Pickard. Tito jedinci totiž projevují a regulují svoji *sebeúctu* vnějšími strategiemi. Otevřeně devalvují ostatní a sami se nad ně vyvyšují. Nicméně *vulnerabilní narcisté* nejsou schopni tak úplně ostatní znehodnotit, ačkoliv by rádi. Závisí na názorech, soudech a mínění druhých lidí. Snaží se být většími a lepšími, než jsou ti ostatní, ale neobjedou se bez jejich potvrzení. Na kritiku jsou přecitlivělí, jelikož to, co si druzí myslí o jejich osobě, je skoro to jediné, co mají (Zeigler-Hill et al., 2008).

II EMPIRICKÁ ČÁST

6 VÝZKUMNÝ PROBLÉM, CÍLE PRÁCE & HYPOTÉZY

Narcismus se stal v posledních letech velmi aktuálním tématem. Dle většiny výzkumů jeho výskyt narůstá (Twenge et al., 2014; Paris 2014). Západní společnosti jsou mnohými označovány jako narcistické. Sebestřednost, egoismus, povrchnost, preference materiálních věcí a zevnějšku. Jaká daň je zaplácena za takového chování? A kdo ji platí? A jsou takoví lidé šťastní? A je vztah mezi narcismem a štěstím lineární, nebo existuje nějaký mediátor? A může být tímto mediátorem sebeúcta? Tato práce navazuje na předchozí výzkumy, které byly na toto téma provedeny. Mezi některými však stále panuje rozpor (Grijalva et al., 2014).

Moje studie vychází i z výzkumu, jenž byl v českém prostředí uskutečněn v roce 2013. Jeho hlavním cílem bylo ověřit validitu a reliabilitu dotazníkových metod, které se nejčastěji využívají pro měření neklinického narcismu. Porovnávány byly škály NPI – 40, NPI – 16 a Škála pro měření neklinického narcismu, F.Bartoše (2010). Vyhodnoceno bylo 191 dotazníků. Tento výzkum sloužil i jako podnět pro další zkoumání a pátrání po vztazích, které mohou narcismus podmiňovat či s ním významně souviset (Pechová & Dostál, 2013). Mimo jiné vnesli výzkumníci rozpor do otázky, zda je míra narcismu odlišná u mužů a žen. František Bartoš (2010) tvrdí, že pohlaví nemá vliv, nicméně tento výzkum ukazuje opak. Existuje rozdíl mezi chlapci a dívkami, přičemž mužský studentský vzorek dosahoval statisticky signifikantně vyšších hodnot narcismu, než dívčí a potvrdili tak mnoho zahraničních studií (Grijalva et al., 2014). I v této studii bude porovnávána míra narcismu s pohlavím.

Můj výzkum se opíral taktéž o teorie, které narcismus rozdělují na *vulnerabilní a grandiózní*. Toto dělení odráží jeho vícefaktorovost. Otázkou však je, zda jeden dotazník může odrážet hluboké vnitřní zranění. Není v každém grandiózním narcistovi, alespoň trochu bolesti (Morf & Rhodewalt, 2001)? Může být grandiózní narcista šťastný i ve vztazích, které jsou podstatnou součástí naší spokojenosti? Odpověď by mělo přinést právě propojení škál měřících narcismus a životní spokojenost. Také by zde podstatnou roli mohla sehrát právě sebeúcta, jejíž vliv jsem se rozhodla ověřit. V kapitole zmiňuji odlišnou úroveň *explicitní a implicitní* sebeúcty u těchto dvou typů narcismu. Ačkoliv Rosenbergova škála měří především úroveň sebeúcty explicitní, mohl by se v mé studii prokázat její klíčový vliv na životní spokojenost.

Dalším důvodem ke zkoumání tohoto fenoménu bylo ověřit, jak jsou na tom současní vysokoškolští studenti u nás v České republice. Dotýkají se nás tvrzení platné pro studenty v Americe? Budou výsledky podobné nebo je naše vysokoškolská populace charakteristická jinými rysy?

Dalším výzkumným cílem mé práce bylo ověření teorií o životní spokojenosti. Motivace mnoha lidí tkví právě v *touze po kvalitním šťastném životě*. Chování je modifikováno tím, co nás dělá šťastnými. Už i behaviorální teorie hovoří o tom, že to chování, které povede k uspokojení, se vyskytne s větší pravděpodobností, než chování, které k uspokojení nevede. Cokoliv se tedy člověku osvědčí jako zdroj štěstí a spokojenosti, to bude používat. Pokud těmito strategiemi bude sebestřednost, egoismus, vykořisťování druhých, bezohlednost a vyvyšování se nad ostatní, je „zrozen“ člověk, který si volí narcistickou cestu ke štěstí. Nicméně jiné teorie tvrdí, že se s určitou hladinou štěstí rodíme a na objektivních životních podmínkách nezáleží. Ani na tom, jakou strategii člověk zvolí (Diener et al., 1999; Diener, 2000).

Ale může „narcistická“ cesta přinést opravdové štěstí? Člověk vyrůstá ve společnosti druhých lidí. V určité slova smyslu, je na nich závislý a narcista ještě o ždíbet více. I když proto, aby mohl být šťastný sám, musí druhé znevážit a znehodnotit. Jak opravdu může být takový člověk spokojený? Pokud k tomu, aby mohl být šťastný sám, musí ublížit svým blízkým? Jestliže nežije v uspokojujících a naplňujících vztazích a nedokáže opravdu přijmout sám sebe. Není schopen připustit, že obyčejný člověk, s mnoha chybami a nedostatky je stále hodnotný člověk.

V našem výzkumu byl v první řadě narcismus zkoumán jako samostatný fenomén. U které skupiny se vyskytuje více? Bude rozdíl mezi chlapci a dívkami? A hraje roli studijní obor? V potaz byly brány i demografické údaje, mezi něž patřil věk, studijní obor, velikost města, kde respondenti studují, počet partnerských vztahů, spokojenost s aktuálním vztahem a počet sourozenců. Účelem tohoto demografického screeningu bylo zjistit, zda některá z kategorií s mírou narcismu souvisí. Ačkoliv zahraničních výzkumů bylo na toto téma provedeno mnoho, některé výsledky se rozcházejí. Jednou z úvodních otázek taktéž bylo, jestli dotyčný studuje obor, který si přál studovat. Záměrem bylo porovnat míru narcismu, s reálnou úspěšností, kterou je jinak obtížnější zachytit. Tato prostá otázka, zda jsou na univerzitě/oboru, kde si přáli být, měla odrážet, zda jejich případná hrdost a egoismus vychází z reálného úspěchu.

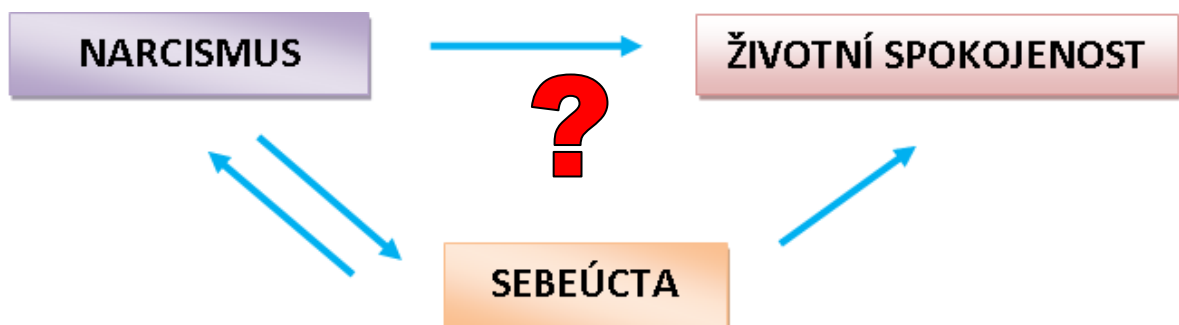
Dále byl sledován vztah narcismus a sebeúcty. Jak silně jsou tyto dva psychické fenomény propojeny? A jak souvisí s životní spokojeností? Je narcismus silnějším prediktorem, než sebeúcta, nebo je jejich efekt odlišný?

Mezi cíle práce patřily:

- Ověřit, zda existuje vztah mezi pohlavím (včetně dalších demografických údajů) a mírou narcismu
- Ověřit, zda existuje vztah mezi studijním oborem a mírou narcismu
- Ověřit, zda má míra narcismu vliv na životní spokojenost a popřípadě změřit velikost tohoto vlivu
- Zjistit, jak významným mediátorem je sebeúcta a jak se ona podílí na míře životní spokojenosti
- Zjistit, jaké oblasti životní spokojenosti jsou nejvíce ovlivněny sebeúctou, či mírou narcismu

Pro tuto práci jsem používala pracovní model toho, jak se může vzájemně ovlivňovat narcismus, životní spokojenost a sebeúcta (ilustrace viz obr. 2). Předpokládám, že aby byl člověk šťastný, je zapotřebí nejen narcismu, ale i vyšší sebeúcty. Ta sama o sobě dokáže člověka udělat šťastným, ale pokud je přítomen ještě narcismus, úroveň životní spokojenosti bude o to více narůstat.

Obrázek č. 2 – Možný model vzájemného ovlivňování narcismu, životní spokojenosti a sebeúcty



Stanoveny byly tyto hypotézy:

H1: Existuje statisticky významný rozdíl v míře narcismu mezi muži a ženami.

H2: Míra narcismu statisticky signifikantně souvisí s místem studia.

H3: Míra narcismu statisticky signifikantně souvisí se studijním oborem.

H4: Míra narcismu statisticky signifikantně koreluje s počtem vztahů.

H5: Míra narcismu statisticky signifikantně koreluje se spokojeností se současným vztahem.

H6: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností.

- H6a: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Vlastní osoby“.
- H6b: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Sexuality“.
- H6c: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Přátelé, známí, příbuzní“.
- H6d: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Zdraví“.
- H6e: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s globální životní spokojeností.

H7: Míra narcismu statisticky signifikantně koreluje se sebeúctou.

7 POPIS METODOLOGICKÉHO RÁMCE A METOD

7.1 Typ výzkumu

Pro ověření výzkumných otázek, respektive hypotéz jsem zvolila **kvantitativní přístup**. V předešlých výzkumech, které jsem k tomuto tématu používala, byl až na výjimky použit, tudíž jsem se rozhodla k této problematice přistupovat podobně. Ačkoliv, jak píše Ferjenčík (2010), je kvantitativní výzkum **reduktivním zkoumáním**, a nemůžeme vidět subjekty zkoumání v celé šířce, byl to nejvhodnější přístup pro potvrzení, či vyvrácení mých hypotéz. „*Výzkumník stojící před mnohorozměrností objektu zkoumání si uvědomuje nemožnost zachytit ji přesně ve všech jejích podobách. Vybírá proto jen některé z nich a ty potom pečlivě studuje.*“ (Ferjenčík, 2010, str. 245)

Výzkum, který zahrnuje teorie o zranitelném narcismu, by mohl vyžadovat alespoň propojení kvantitativních a kvalitativních metod. Jelikož jeden dotazník nemusí právě onu ohroženost, strach a nejistotu vůbec odrážet. Nabízelo by se alespoň dlouhodobější pozorování či rozhovor, nicméně vycházíme z teorií, že jedinec, jenž bude v dotazníku skórovat vysokým počtem bodů, se bude projevovat jako narcistický. Bohužel hlubší vhled do osobnosti samotný dotazník neposkytne.

7.2 Metody sběru dat

Sběr dat probíhal prostřednictvím vyplnění dotazníků, jež byly distribuovány mezi vysokoškolské studenty. Cílem bylo zajistit co největší počet respondentů, aby výsledky mohly být zobecněny na populaci. Také se mělo jednat o různé obory, nikoliv pouze humanitní studia, aby mohl být vzorek alespoň částečně reprezentativní a zastupovat tak vysokoškolskou populaci. Pro výběr souboru byla použita metoda **prostého záměrného (účelového) výběru**, kdy jsou do výzkumu zahrnuti ti respondenti, kteří splňují předem stanovená kritéria.

Po vyplnění dotazníků následovalo zpracování a statistická analýza dat. Sledovány byly nejrůznější proměnné, které by mohly ovlivňovat vztah mezi narcismem, sebeúctou a životní spokojeností. Testová baterie se skládala z úvodního listu, kde byla vyjádřena prosba o vyplnění dotazníků společně s mými kontaktními údaji. Také zde studenti vyplňovali vstupní údaje a demografické údaje. Poté následovaly tyto škály:

- **Narcissistic Personality Inventory – 16**

(Ames, Rose & Anderson, 2005)

Jak ukázala studie Pechové a Dostála (2013), je korelace mezi šestnácti-položkou a čtyřiceti-položkovou verzí $r = 0,89$ a použití tohoto nástroje poskytuje validní data pro screening úrovně narcismu. Jak škála NPI – 40, tak škála NPI - 16 mají dostatečnou reliabilitu, aby mohly být pro výzkum použity. Míra vnitřní konzistence, podle českého výzkumu, dosahuje hodnoty 0,75, což je o něco vyšší, než uváděli její tvůrci ($\alpha = 0,70$). Kratší verze byla zvolena především kvůli časové nenáročnosti. Získat respondenty pouze pod motivací dobrého skutku pro vědu a výzkum není jednoduché a mým záměrem bylo zajistit, aby samotné vyplňování dotazníku zabralo co nejkratší dobu.

Tento dotazník byl zařazen také na první místo, jelikož díky tomu, že je vystaven na principu nucené volby mezi dvěma tvrzeními (Např.: položka č. 2: A. Raději splývám s davem; B. Jsem rád/a středem pozornosti), což bylo pro respondenty často obtížné na zodpovězení. Mnoho položek tak zůstávalo nevyplněných, jelikož studenti se nechtěli přiklánět ani k jedné z nabízených možností. Snadnější pro vyplnění by tak mohla být škála F. Bartoše, jež využívá Likertovy stupnice, nicméně tam se zase setkáváme s problémem přiklání se ke středním hodnotám.

- **Dotazník Životní Spokojenosti (Fahrenberg et al., 2001)**

Tato škála se dotazuje na deset oblastí lidského života a to: zdraví; práce a zaměstnání; finanční situace; volný čas; manželství a partnerství; vztah k vlastním dětem; vlastní osoba; sexualita; přátelé, známí, příbuzní; bydlení. Každý dotazovaný má možnost zaznačit svoji spokojenost na škále od *velmi spokojen (7)* až po *velmi nespokojen (1)*. Při hodnocení tedy sčítáme hrubé skóry pro jednotlivé oblasti a následně i hrubé skóry pro celý dotazník. Výsledky mohou být porovnávány také s populačními normami podle věku či skupiny.

Tabulka č. 1 – Staninové normy a normální procentuální rozložení pro DŽS (Fahrenberg et al., 2001)

	Podprůměr			Průměr			Nadprůměr		
Staniny	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Procenta	4	7	12	17	20	17	12	7	4
Suma %	23 %			54 %			23 %		

Do mé studie byly zařazeny čtyři škály z původního dotazníku. Ty škály, které nebyly validní pro vysokoškolskou populaci nebo nebyly předmětem mého zájmu, jsem vyřadila. Jako podstatné a vypovídající byly ponechány škály spokojenosti se: **zdravím; vlastní osobou; sexualitou; přáteli, známými a příbuznými**. Finanční situace, manželství, vztah k dětem, bydlení, práce a zaměstnání nebyly použity, jelikož studenti se s těmito oblastmi ve vlastním životě přímo nesetkávají a pokud ano, nemá to tak zřetelnou a jasnou povahu, jako u dospělých.

Pro výpočty do mé studie byly využívány hrubé skóry a jednotlivé subškály tak mohly být korelovány jak s úrovní narcismu, tak s úrovní sebeúcty. Škály obsahují například položky: „Se svou duševní kondicí jsem...“, „Se svou obranyschopností proti nemocem jsem...“, „Se svými schopnostmi a dovednostmi jsem...“, či „Se svou společenskou angažovaností jsem.“ Tyto položky by měly dostatečně reflektovat, jak je člověk v dané oblasti života spokojený. Tento dotazník předpokládá, že respondent bude odpovídat na základě kvalitní reflexe, bez záměrného zkreslování.

- **Rosenberg Self - Esteem Scale (Rosenberg, 1965)**

V kapitole „Měření sebeúcty“ se o této škále zmiňují jako o jedné z nejrozšířenějších a nejpoužívanějších. Jelikož byla vyhodnocena jako vhodná i pro slavné české výzkumníky (Blatný & Osecká, 1998; Blatný, Osecká & Urbánek, 2006) byla využita i v tomto výzkumu. Skládá se z pouhých deseti položek, na které je pro respondenty poměrně lehké odpovědět. Instrukce zní, aby vyjádřili svůj částečný či úplný souhlas/nesouhlas s jednotlivým výroky.

Polovina položek je formulovaných pozitivně („Mám k sobě dobrý vztah.“), druhá polovina negativně („Někdy si myslím, že jsem naprosto neschopný.“) Jedinec s vysokou úrovní sebeúcty bude potvrzovat a „zcela souhlasit“ s pozitivními položkami a naopak ty negativní bude vyvracet. Ačkoliv byla škála vytvořena Rosenbergem již v roce 1965 je

stále považována za validní a reliabilní, nicméně opět předpokládáme, že daný respondent je schopný kriticky a pravdivě reflektovat sám sebe.

- **Satisfaction With Life Scale (Diener, 1985)**

Škála Edwarda Dienera je založena na jednoduché myšlence: Proč se zkrátka člověk nezeptat, jak moc je šťastný a spokojený. Předpokládáme, že člověk je zvyklý odpovídat na takové otázky běžně. Jak už svým blízkým, rodině, kamarádům, tak sám sobě. Položky jako „Se svým životem jsem spokojený“ či „Téměř ve všech ohledech se můj život blíží mému ideálu“ neskrývají žádné záludnosti. Úkolem respondenta bylo vyjádřit svůj úplný či částečný souhlas/nesouhlas na škále od 1-5, přičemž prostřední hodnota 3 znamenala „nemohu se rozhodnout“.

Konečný počet bodů vyjadřoval obecnou globální životní spokojenost. Ve výsledné statistice a analytickém zpracování dat se operovalo s hrubými skóry, které mohly korelovat s narcismem, sebeúctou, anebo dílčími demografickými údaji. Tuto škálu jsem do výzkumu zařadila, aby na rozdíl od jednotlivých škál DŽS dokázala jednoduše reflektovat, jak daný člověk pohlíží na svůj život jako na celek. Stírá se zde spokojenost se specifickými oblastmi a můžeme ohodnotit, zda by si dotyčná osoba přála prožít svůj život ještě jednou, v takové podobě, jaký je teď. Viz položka č. 5: „Kdybych mohl/a žít svůj život znovu, téměř nic bych nezměnil/a“ (Diener et al., 1985).

8 METODY ZPRACOVÁNÍ A ANALÝZY DAT

Po sesbírání všech dotazníků byla všechna data přepsána do excelovské tabulky. Jednotliví probandi byli vedeni pod čísly, žádná jména nebyla použita. Byla zachována naprostá anonymita a zpětně není možné dohledat, jaká data konkrétním respondentům patří. Respondenti mohli být tříděni dle pohlaví, věku, studijního oboru či města, ve kterém jejich studium probíhá.

Pro statistickou analýzu byl využíván program SPSS. K testování platnosti předem stanovených hypotéz bylo využito **Pearsonovy korelace**, jež sleduje sílu vztahu dvou proměnných. Při hledání rozdílů pouze mezi dvěma skupinami **dvouvýběrového t – testu**. Dále pak **ANOVY**, jejíž hlavní funkce spočívá v posouzení hlavních a interakčních efektů kategoriálních nezávislých proměnných na závisle proměnnou kvantitativního typu. K následnému post –hoc měření bylo využito **Tukeyho testu** (Hendl, 2006).

9 VÝBĚR A POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU

9.1 Populace a výběrový soubor

Pro tento výzkum bylo důležité vybrat si populaci, která už bude mít o trochu jasněji v otázkách životní spokojenosti a bude mít za sebou i nějaké úkoly, kde bylo potřeba ukázat pravé schopnosti a dovednosti. Ačkoliv se tyto podmínky zdají jako velmi vágní, mojí představou byla **populace vysokoškolských studentů**, ve věkovém rozpětí **od 18-26 let**.

Domnívám se, že již několikrát sami pro sebe odpovídali na otázku, co by je mohlo udělat šťastnými a zda realizují spokojený a naplněný život. Již několikrát se zcela jistě museli samostatně rozhodovat ať už v otázkách přátelství, partnerství nebo i kariéry. Prošli si volbou vysoké školy, kde jsou nuceni k výkonům a sami sobě i okolí dokazují vlastní hodnotu. Zpět dostávají hodnocení jejich vlastní osoby v mnoha podobách. Intelektové schopnosti a znalosti jsou oznámkovány a často nemilosrdně komentovány zkoušejícími.

Vysokoškolský student je také částečně i nucen ke společenskému životu a k socializaci. Po mnoha letech na základních a středních školách je vystaven novému kolektivu a chtě nechtě se projevují jeho osobní vlastnosti a dispozice. Uplatňují se domnělé i skutečné schopnosti navazovat přátelství i partnerství. Schopnost dobře se socializovat, být extrovertní, otevřený vůči nové zkušenosti, podnikavý a se smyslem pro humor jsou velmi ceněné.

Odlíšené osobností dispozice studentů podmiňují to, jak dobře se budou v novém prostředí cítit a jakou spokojenost budou vykazovat. Také proces osamostatnění se od rodiny, odtržení se od přátel ještě z dob mateřské školky, je obtížný. Více se tím ukáže, jak takový mladý člověk, opravdu věří své vlastní osobě a svým kompetencím. Jak vidí sám sebe, svoji atraktivitu, jak se umí prodat a jak si dá záležet na výběru svých kamarádů.

Domnívám se, že člověk od 18 let je schopen také dost dobře reflektovat sám sebe a své pocity a má více jasno v životních otázkách. Ačkoliv je mnoho oblastí života ještě nejasných, jako například práce, rodina, ubytování, zabývá se jimi a je nucen se alespoň v těch základních věcech, starat se sám o sebe. Pokud se mu to daří, dobře se aklimatizuje a vytváří si nové stabilní a podpůrné prostředí, má osobnostní dispozice, které mu umožňují navazovat kvalitní vztahy, je spokojený. Mezi těmito dispozicemi mám na mysli i narcistické rysy, které mají možnost se v plné síle projevit.

Ze všech těchto důvodů se domnívám, že vysokoškolská populace byla vhodnou k otestování jak míry narcismu, vlastní sebeúcty, tak k zjištění životní sebeúcty. Operuji také s předpokladem, že tato mě blízká populace nemá příliš důvodů ke zkreslování dat a je otevřená k různým dotazníkům, testováním a výzkumům. V rámci univerzity se obvykle setkávají s diplomovými a bakalářskými výzkumy poměrně často. Dalším cílem bylo zahrnout nejen studenty humanitních oborů, jak je často zvykem, ale také jiné obory. Vznikly tak tři dílčí skupiny a to studenti: **1. Humanitních oborů, 2. Technických oborů a 3. Ekonomických oborů**

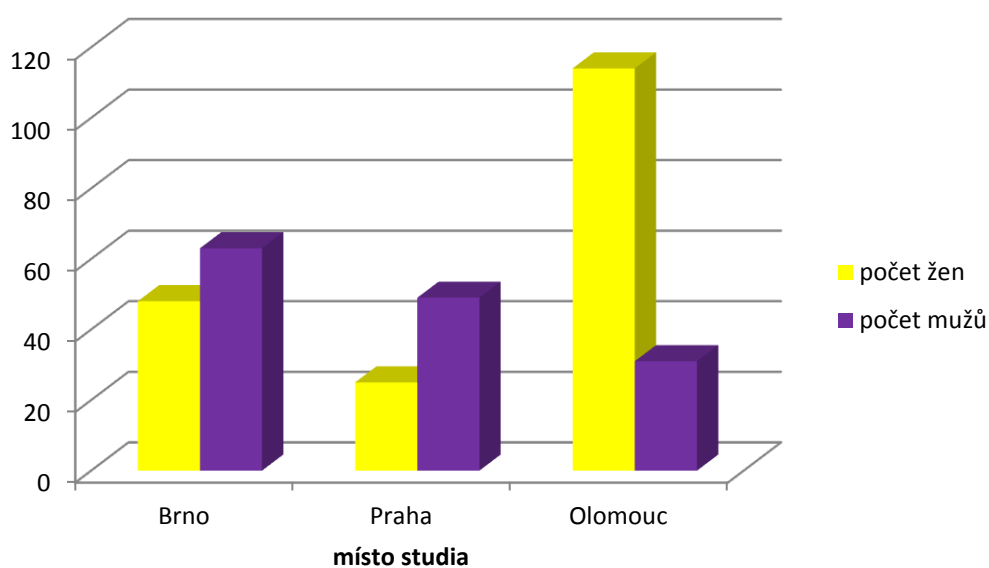
9.2 Výběr a popis výzkumného souboru

Výběr respondentů probíhal skrze oslovování pracovníků na různých katedrách ve městech **Praha, Brno a Olomouc**. V Olomouci probíhal výzkum pouze na Univerzitě Palackého, v Brně na Masarykově Univerzitě a Vysokém učení technickém. V Praze se jednalo o univerzity České vysoké učení technické a Vysokou školu ekonomickou. Doktorandům, doktorům, docentům i profesorům byl zasílán email s prosbou o spolupráci. Byl jim vysvětlen záměr výzkumu a jeho cíl, taktéž s kontaktními údaji na případné dotazy. Prosba se většinou týkala možnosti přijet na jejich přednášku či cvičení a rozdat studentům dotazníky. V příloze byla zaslána kopie dotazníku, aby měli možnost nahlédnout jeho konkrétní podobu. Obesláno bylo přes 300 vyučujících. Pokud mi dali příležitost využít času v jejich hodinách, přijela jsem osobně na katedru a dotazníky pak distribuovala na začátku či konci přednášky.

Následně jsem samotným studentům vysvětlila, o jaký výzkum se jedná a co je jeho záměrem. V této fázi měli možnost se vyjádřit, pokud se výzkumu nechtěli účastnit a dotazník nevyplňovat. V průběhu výzkumné části nikdo toto rozhodnutí neučinil. Nicméně mnoho respondentů vynechávalo některé otázky v dotaznících.

Celkem se mého výzkumu zúčastnilo **330 respondentů**. Z toho **187 žen a 143 mužů**. Z města **Olomouce** se výzkumu zúčastnilo **145 studentů**, z města **Brna 111 studentů**, z města **Prahy 74 studentů**. (Viz graf č. 1)

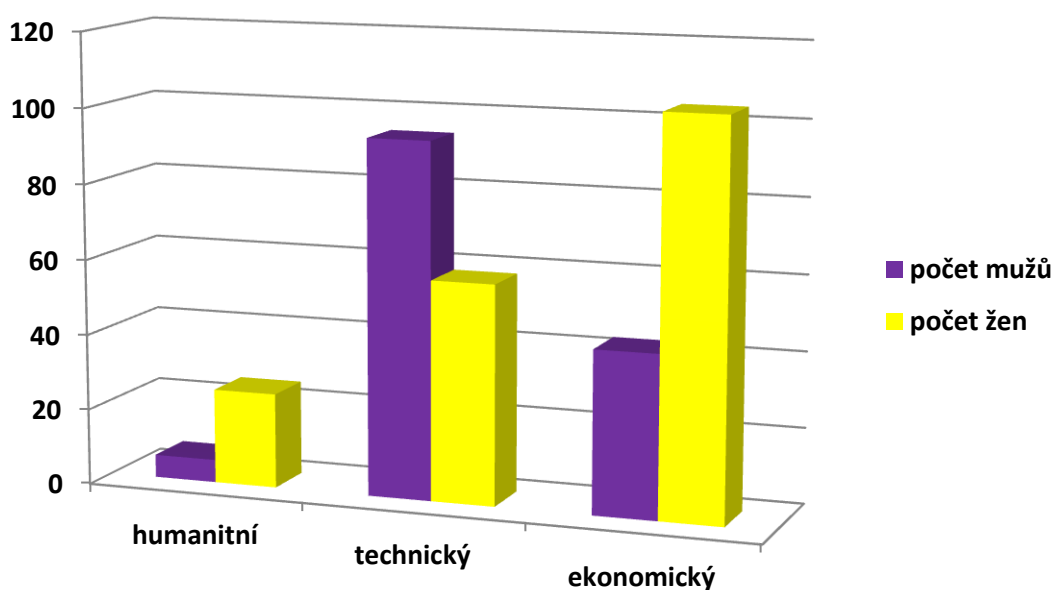
Graf č. 1 – Rozložení participantů výzkumu podle pohlaví a místa studia



Z toho **31** studentů **humanitních oborů** (psychologie, sociologie) **152** studentů **technických oborů** (matematika, fyzika, architektura) a studentů **147 ekonomických oborů** (ekonomie, bankovníctví). Tito studenti byli vybíráni z různých ročníků.

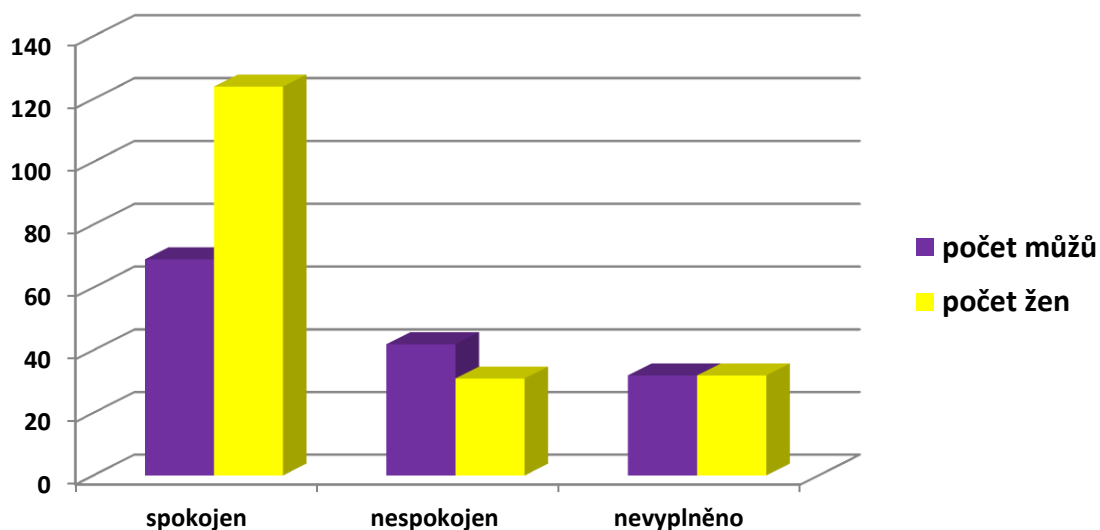
Ačkoliv jsem se snažila o co největší reprezentativnost mého a vyváženost, co se týče pohlaví, nepodařilo se mi posbírat mnoho mužů, kteří by studovali humanitní obor. Graf č. 2 znázorňuje onu nerovnováhu.

Graf č. 2 – Rozložení probandů dle pohlaví a studijního oboru



Dále byli studenti dotazováni na jejich spokojenost se současným vztahem, který mají. Tato otázka zůstávala nezodpovězena, pokud nebyli ve vztahu déle jak šest měsíců. Takovýto dlouhotrvající vztah měla pouze polovina respondentů (N = 156). Nicméně i studenti, kteří byli v kratším vztahu, mohli na tuto otázku odpovídat a vyjádřit svoji spokojenost. V ojedinělých případech si i stalo, že student nebyl v žádném vztahu, nicméně chtěl odpovědět, že i přesto spokojený je. Tento případ pak byl posuzován jako nevyplnění otázky, jelikož se mělo jednat o vyjádření spokojenosti se současným vztahem. Zřejmě čistě náhodně stejný počet (N=32) mužů i žen na tuto otázku neodpovědělo. Názorné rozložení ilustruje graf č. 3.

Graf č. 3 – Spokojenost a nespokojenost se současným vztahem v závislosti na pohlaví



10 ETIKA VÝZKUMU

Z etického hlediska byly dodrženy základní podmínky etického kodexu Katedry psychologie Univerzity Palackého v Olomouci. Samotné provedení výzkumu sebou neneslo žádné tíživé dilema. Důležité bylo, aby probandi byli **informováni**, co je účelem a cílem. Většina studentů neměla s vyplněním dotazníků žádný problém, jelikož po nich nebyly žádány identifikační údaje a oni tak měli jistotu **anonymity**. Jednalo se také o studenty, pro které jsem neznámou osobou a pouze od nich žádám hromadné vyplnění a následné sesbírání dotazníků. Pokud by dotazníky vybíral sám vyučující, mohli by mít pocit, že se některé citlivé informace, například ze škál životní spokojenosti, mohou dostat do nepovolaných rukou. Nicméně téměř ve všech případech odevzdávali dotazníky přímo mě. Pouze dvakrát byly dotazníky předány nejprve učiteli, který je následně přeposlal mně.

Studenti dostali kontaktní údaje, které byly napsány na úvodní straně a mohli si tak zažádat o případné výsledky (které se však netýkají jedinců, nýbrž celého vzorku). V mnoha třídách jsem byla i požádána o další informace, co se například osobnostních rysů týče, nebo obecné životní spokojenosti. Pokud byl zájem, zůstávala jsem se studenty po sesbírání dotazníku, dokud vyučující v rámci hodiny dovolil. Domnívám se, že tímto výzkumem nemohla být způsobena žádná psychická újma a testování nemělo negativní efekt na žádného ze studentů.

11 VÝSLEDKY TESTOVÁNÍ

Stejně jako ve výzkumu Pechové a Dostála (2013) i v mém výzkumu byla ověřena vnitřní konzistence škály NPI – 16. Bohužel nedošlo k využití všech 330 dotazníků. Pokud respondent nevyplnil více jak dvě položky v NPI, dotazník nebyl zařazen do statistické analýzy. Takto tedy bylo vyloučeno 52 dotazníků (15,8%). Toto číslo je velmi vysoké. Alespoň to však svědčí o dobrovolnosti k vyplňování a využití možnosti neodpovídat položky, které jsou testovanému nepříjemné. V průběhu šetření bylo pro mnoho respondentů obtížné vybrat pouze jedno tvrzení a daleko méně problémů jim činily škály založené na Likertově hodnocení.

K hodnocení **NPI – 16 bylo využito 278 dotazníků**. Hodnota vnitřní konzistence dosahovala hladiny $\alpha = 0,69$. Je tedy o něco nižší, než jak hovoří předchozí české šetření, ale stále můžeme říci, že jednotlivé položky skutečně vytvářejí konzistentní škálu. Koeficienty konzistence pro jednotlivé dotaznickové položky vyjadřuje tabulka č. 2. Pokud by byla tato metoda využívána dále, možná by bylo vhodné zamyslet se nad vyloučením položky č. 6 či položky č. 13.

Tab. č. 2 Koeficienty vnitřní konzistence u jednotlivých položek NPI

	Průměr škály při odstranění položky	Rozptyl škály při odstranění položky	(Bodově) Biseriální korelace	Cronbachova Alfa při odstranění položky
NPI1	5,255	8,472	,394	,661
NPI2	5,040	8,204	,391	,658
NPI3	5,115	8,189	,420	,655
NPI4	4,917	8,329	,339	,665
NPI5	5,065	8,357	,339	,665
NPI6	5,165	9,380	-,011	,706
NPI7	5,187	8,492	,334	,667
NPI8	5,086	8,787	,187	,685
NPI9	5,281	8,881	,232	,678
NPI10	5,162	9,176	,062	,698
NPI11	5,036	8,042	,452	,650
NPI12	5,209	8,397	,388	,661
NPI13	4,960	9,164	,046	,703
NPI14	5,061	8,339	,345	,665
NPI15	5,317	8,686	,365	,666
NPI16	4,996	8,292	,353	,664

Maximální hodnoty, které bylo v dotazníku NPI dosaženo je 16, 85. Minimální skóre se v několika případech rovnalo 0. Průměrnou hodnotou ze všech dotazníků bylo skóre 6, 27.

Počty posuzovaných dotazníků v jednotlivých položkách či škálách jsou uvedeny v tabulce č. 3. Tyto počty se významně lišily a je třeba tento fakt brát v potaz při závěrečné diskuzi.

Tab. č. 3 – Počty dotazníků podrobených statistické analýze v jednotlivých škálách a demografických otázkách

	ROS	NPI	Zdraví	Vlastní Os.	Sex.	Přátelství	pohlaví
ROS	327	305	321	325	302	327	327
NPI	305	307	302	305	286	307	307
Zdraví	321	302	324	323	301	324	324
Vlastní Os.	325	305	323	328	303	328	328
Sex.	302	286	301	303	305	305	305

V průběhu testování byla ověřována i vnitřní konzistence dotazníku **SWB**. V tomto případě bylo využito 326 dotazníků. Pouze 4 z nich tedy nebyly hodnoceny (nedošlo k vyplnění všech 5 položek). Výsledky ukázaly velkou vnitřní konzistenci. Cronbachova alfa dosahovala hodnoty $\alpha = 0,75$. Koeficienty pro jednotlivé položky jsou uvedeny v tabulce č. 4.

Tab. č. 4 Koeficienty vnitřní konzistence u jednotlivých položek SWB

	Průměr škály při odstranění položky	Rozptyl škály při odstranění položky	(Bodově) Biseriální korelace	Cronbachova Alfa při odstranění položky
SWB1	15,500	8,300	,572	,690
SWB2	14,635	9,488	,405	,745
SWB3	14,785	8,428	,654	,670
SWB4	14,911	8,334	,515	,709
SWB5	15,506	7,118	,512	,727

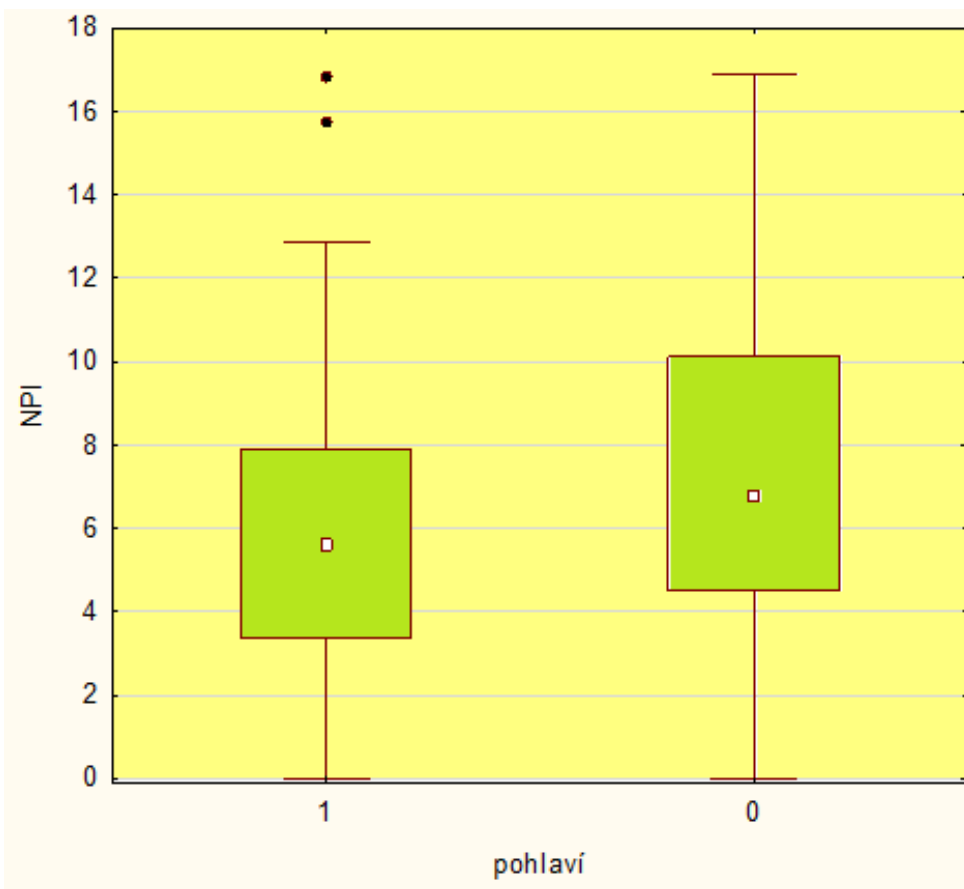
Průměrně bylo v tomto dotazníku dosahováno hodnoty 19b. I kdyby byl respondent se svým životem velmi nespokojen, dosáhl by (při zodpovězení všech otázek), alespoň 5b. Tento případ nenastal a minimální hodnota se tak stala 6b. Maximální hodnoty 25b však dosaženo bylo, což je přinejmenším příjemné zjištění, že existují jedinci maximálně spokojení se svým životem.

Na následujících stranách se budu věnovat statistickému testování jednotlivých hypotéz.

H1: Existuje statisticky významný rozdíl v míře narcismu mezi muži a ženami.

Za využití dvouvýběrového **t – testu** byl zjištěn statisticky významný rozdíl mezi muži ($m = 7, 40$) a ženami ($m = 5, 41$) v míře narcismu ($t_{305} = - 5, 06; p < 0,001$). Viz graf č. 4. Hypotéza může být **přijata**. Výsledky vycházejí podobně jako v zahraničních studiích (Grijalva et al. 2014; Paulhus & Williams, 2002) i ve studii Pechové a Dostála (2013). Pouze F. Bartošovi (2010) vychází statistika odlišně.

Graf č. 4 – Míra narcismu v závislosti na pohlaví (Pozn.: pohlaví 1 = ženy, pohlaví 0 = muž)

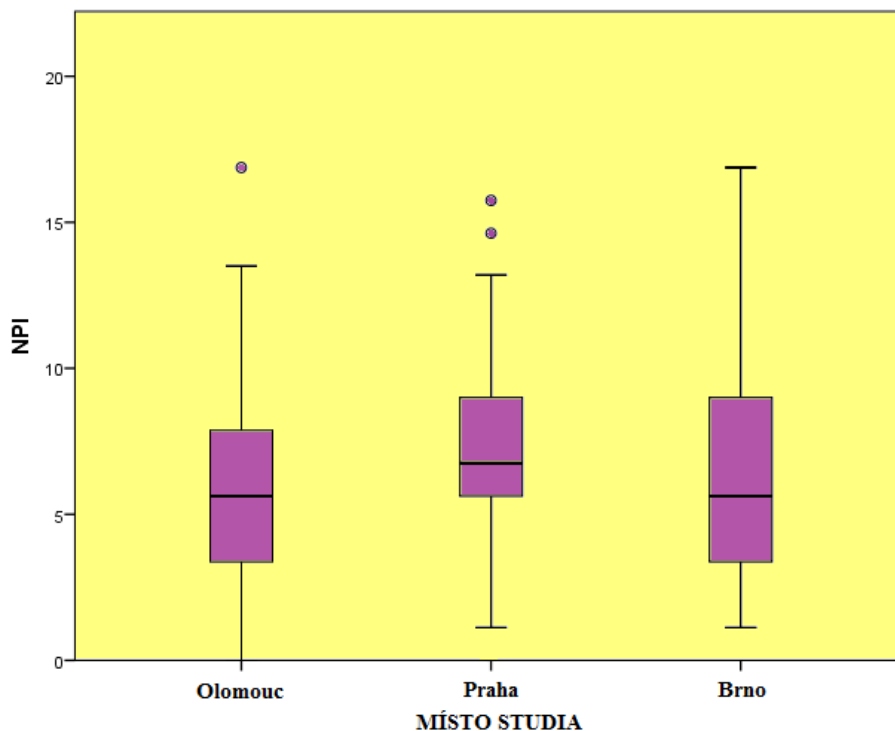


H2: Míra narcismu statisticky signifikantně souvisí s místem studia.

Při testování se ukázalo, že výskyt narcismu, potažmo jeho míra **signifikantně koreluje** s místem studia. Hypotézu tedy **přijímáme**. Průměrná hodnota v NPI u Olomouckých studentů ($N = 133$) byla 5,6. U Brněnských studentů ($N = 102$) 6,5, nicméně

u Pražských studentů (N = 72) průměr dosahoval hodnoty 7,2. Výsledky také znázorňuje graf č. 5.

Graf č. 5 – Míra narcismu u studentů ve městech Olomouc, Praha a Brno



Výsledky byly počítány za pomoci **ANOVY**, přičemž hodnota $F_{2,304} = 5,84$; $p = 0,003$. Tímto testem byl tedy zjištěn rozdíl mezi třemi skupinami. Bylo tedy potřeba statisticky ověřit, mezi kterými skupinami existuje onen významný rozdíl. Následné Post – hoc testování (Tukey HSD) potvrdilo statisticky signifikantní rozdíl mezi studenty z Olomouce a z Prahy a z Olomouce a z Brna. Viz tabulka č. 5.

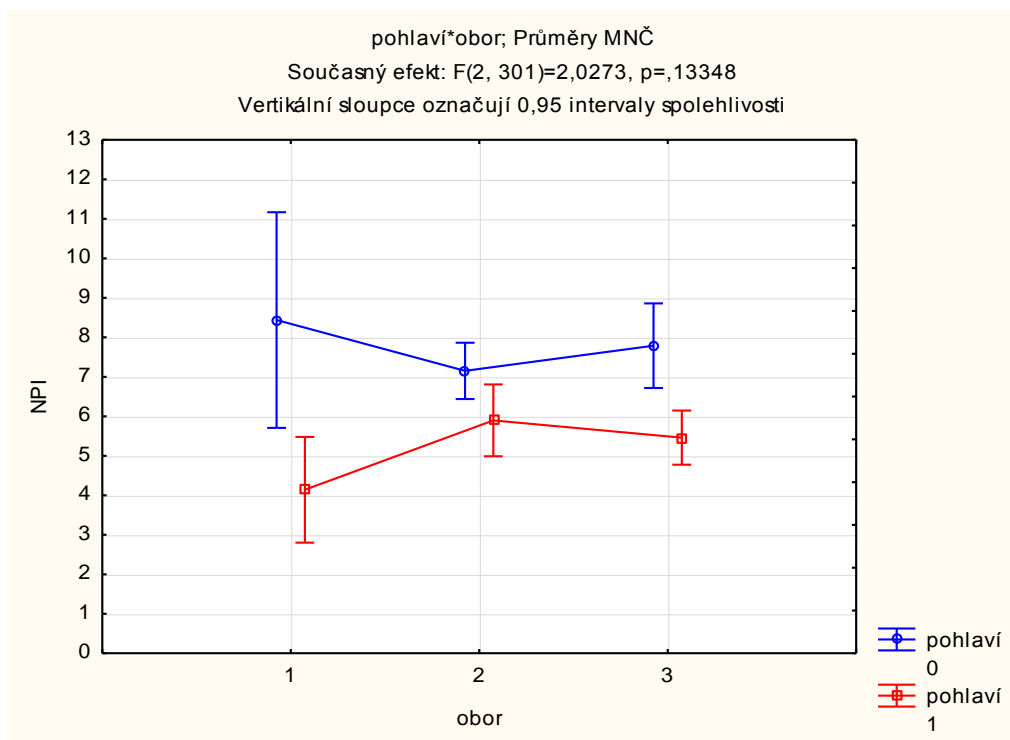
Tabulka č. 5 – Rozdíl v míře dosahovaných hodnot v NPI u studentů v Praze, Brně a Olomouci

Závisle proměnná			Rozdíl mezi průměry	Standardní chyba	p - hodnota	95 % interval spolehlivosti	
						Dolní mez	Horní mez
NPI	Olomouc	Praha	-1,685	0,51	0,00	-2,89	-0,48
		Brno	-0,97	0,46	0,09	-2,06	0,11
	Praha	Brno	0,71	0,54	0,38	-0,55	1,98

H3: Míra narcismu statisticky signifikantně souvisí se studijním oborem.

Vliv studijního oboru byl testován analýzou rozptylu. Bohužel se nepotvrdilo, že by mezi mírou narcismu a studijním oborem existovala signifikantní souvislost ($p = 0,405$). Tuto hypotézu tedy **zamítáme**. Následně jsme se rozhodli otestovat, jestli nehraje vliv kombinace oboru a pohlaví, ale ani zde nebyla prokázána souvislost ($p = 0,231$). Míra narcismu tedy signifikantně souvisí s pohlavím, ale studijní obor, podle těchto výsledků, rozhodující vliv nemá. Výsledky jsou znázorněny grafem č. 6.

Graf č. 6 – Míra narcismu v závislosti na interakci oboru a pohlaví (Pozn.: obor 1 = Olomouc, obor 2 = Praha, obor 3 = Brno; pohlaví 0 = muž, pohlaví 1 = žena)



H4: Míra narcismu statisticky signifikantně koreluje s počtem vztahů.

Tato hypotéza byla ověřována za pomoci **Pearsonovy korelace**. Byla potvrzena signifikantní souvislost mezi výskytem narcistických rysů a počtem partnerských vztahů. Nicméně pouze **u žen**. Průměrně měly ženy v mém vzorku tři vztahy ($m = 2,68$). Korelační koeficient dosahoval hodnoty $r = 0,26; p < 0,001$. Hypotéza je tedy **platná** a je

přijata pouze v případě **ženského pohlaví**. Tato souvislost je velmi podstatná. Čím vyšší je tedy míra narcistických rysů u žen, tím více se zvyšuje jejich počet partnerských vztahů.

U **mužů** tento vztah prokázán **nebyl**. Korelace mezi počtem vztahů a hodnotami NPI vycházela **$r = 0,083$; $p = 0,35$** . Muži měli průměrně taktéž tři vztahy ($m = 2,91$). Mohli bychom tedy předpokládat, že i když muži budou v narcismu dosahovat vysokých hodnot, na jejich partnerských vztazích, přinejmenším na jejich počtu, se to neodrazí. Ačkoliv průměrně měly obě pohlaví průměrně stejný počet vztahů, u žen můžeme více spatřovat tendenci více střídát své partnery v závislosti na výskytu narcistických rysů.

H5: Míra narcismu statisticky signifikantně koreluje se spokojeností se současným vztahem.

Bohužel statistika neprokázala, že by existovala signifikantní souvislost. Pearsonův korelační koeficient dosáhl hodnoty **$r = -0,094$; $p = 0,14$** . V našem testování se tedy ukazuje, že narcismus **tento vliv nemá**. Tuto hypotézu **zamítáme**.

H6: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností

V mém výzkumu byla velmi důležitá souvislost narcismu a životní spokojenosti. Pro tento případ došlo k rozdělení hypotézy na pět dílčích hypotéz. Narcismus byl tak testován s každou škálou DŽS zvlášť a následně ještě korelován se škálou SWB. Pro testování bylo využito Pearsonovy korelace. Výsledné hodnoty jsou uvedeny v tabulce č. 6. Zkratkou „ROS“ je myšlena Rosenbergova Self-Esteem Scale. „NPI“ je dotazníkem měřící úroveň narcismu a dále jsou v tabulce uvedeny čtyři škály z dotazníku DŽS.

Tab. č. 6 – Korelační koeficienty mezi mírou narcismu sebeúctou, škálami životní spokojenosti a pohlavím (hvězdičkami je označená statistická signifikance * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,00$)

	NPI	Zdraví	Vlastní Os.	Sexualita	Přátelství
ROS	,31***	,34***	,52***	,26***	,28***
NPI		,10	,30**	,15*	,16**
Zdraví			,54***	,36***	,45***
Vlastní Os				,58***	,65***
Sexualita					,44***

H6a: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Vlastní osoby“

Jak je číselně vyjádřeno v tabulce č. 6 **narcistické rysy pozitivně korelovaly s vlastní osobou ($r = 0,30$; $p < 0,001$)**. Hypotézu **přijímáme**. Výsledek tak potvrzuje předpoklad, že narcističtí jedinci si cení svého těla a obdivují ho. Sami v této škále i reflektují, zda jsou spokojeni se svým sebevědomím a sebejistotou. Pokud má jedinec opravdu narcistické rysy, neměl by být stydlivý, taktéž by se neměl bát vyjádřit ocenění a pochvalu jak vůči svému vzhledu, tělesné schránce i vůči svým schopnostem a dovednostem. To, co cítí je hrdost k sobě samému.

H6b: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Sexuality“

Hypotézu **přijímáme**. Narcismus **koreloval se spokojeností v oblasti sexuality ($r = 0,15$; $p < 0,05$)**. Korelace je statisticky signifikantní nicméně slabá. Narcisté by však měli vykazovat spokojenost se svoji sexuální přitažlivostí, výkonností a častostí sexuálního kontaktu. Muselo by dojít skutečně k hlubokému vnitřnímu odhalení, pokud by měl jedinec s narcistickými rysy přiznat, že není spokojený se svoji sexuální výkonností.

H6c: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Přátelé, známí, příbuzní“

Zde korelace vychází $r = 0,16$; $p < 0,01$. Ačkoliv je korelační koeficient slabý, výsledek je vysoce signifikantní a hypotézu **přijímáme**. Respondenti s narcistickými rysy byly tedy v mém výzkumu spokojeny s tím, jaké vztahy kolem sebe mají. Mějme na paměti, že hodnocení těchto vztahů je jejich hodnocením. Neptáme se daných přátel ani rodiny. Narcisté mohou vnímat své vztahy jako dobré a kvalitní, nicméně okolí si nemusí myslet totéž. Důležité je, že sám narcista je spokojený.

H6d: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s životní spokojeností v oblasti „Zdraví“.

Tuto hypotézu můžeme **zamítnout**. Statistika neodhalila signifikantní souvislost. Korelační koeficient dosahoval hodnoty $r = 0,1$; $p = 0,09$. Narcistické rysy tedy nepřispívají k prožívání větší spokojenosti v této škále.

H6e: Míra narcismu statisticky významně pozitivně koreluje s globální životní spokojeností

V rámci testování spokojenosti byla měřena souvislost mezi Dienerovou škálou **SWB** a **NPI**. Cílem mělo být poznání, zda narcismus má vliv na celkový pocit životní spokojenosti. Předěšlé testování se věnovalo pouze jednotlivým aspektům lidského života, nicméně tato škála se zaměřuje na globální subjektivní hodnocení jedince.

Byla prokázána slabá pozitivní korelace ($r = 0,16$; $p < 0,01$). Tato hodnota odpovídá i předešlým korelacím v jednotlivých škálách DŽS. Výsledky se tedy navzájem podporují a i v tomto testování a můžeme říct, že narcismus přispívá k pocitům životní spokojenosti. Nami formulovaná hypotéza může být **přijata**.

Opět se zde však setkáme s faktem, že Rosenbergova škála sebeúcty korelovala se škálou SWB daleko silněji. Korelační koeficient zde dosáhl hodnoty $r = 0,41$; $p < 0,001$. Sebeúcta je v tedy v hodnocení globální životní spokojenosti daleko silnějším prediktorem. Porovnáme-li hladiny významnosti a korelační koeficienty, je zde zřetelný nepoměr.

Ačkoliv se tedy prokázala souvislost narcismu se škálami životní spokojenosti, Rosenbergova škála sebeúcty koreluje s hodnotami životní spokojenosti signifikantně

významněji, než narcismus a to v případě zdraví, vlastní osoby, sexuality i přátelství. Tento výsledek bude dále rozebírán v závěrečné diskuzi.

H7: Míra narcismu statisticky signifikantně koreluje se sebeúctou.

Tuto hypotézu můžeme **přijmout**. Korelace vztahu narcismu a sebeúcty je středně silná. Dosahovala hodnoty $r = 0,31$; $p < 0,001$. Jedincova sebeúcta dává předpoklady ke vzniku narcismu. Nebo alespoň můžeme pozorovat podobné rysy či podobné projevy. Pokud tedy vzrůstá sebeúcta, vzrůstá i narcismus, ale můžeme se domnívat, že pouze některé rysy. Otázkou do diskuze by také mohlo být, zda narcismus může podmiňovat vzrůstající sebeúctu. Otázkou další, co tedy konkrétně odlišuje neklinický narcismus od vysoké sebeúcty.

Ne všechny narcistické rysy jsou pak spojeny s životní spokojeností. Taktéž je třeba mít na mysli, že spojujeme explicitní sebeúctu, tedy tu, kterou jedinec sám sobě přizná a kterou chce výzkumníkovi ukázat. Mějme na paměti, že zde může docházet k vědomému zkreslování dat.

12 DISKUZE

12.1 Diskuze statisticky signifikantních výsledků

Výsledky studie přináší odpovědi na některé základní, námi formulované otázky. V našem výzkumu se potvrdilo, že narcismus je spojen s prožíváním životní spokojenosti. Nicméně ani statistická analýza zcela jasně neodpovídá, jaký je vztah narcismu a sebeúcty. Jednoznačně je narcismus silným prediktorem v pozitivním hodnocení **vlastní osoby**. Můžeme si dovolit prohlásit, že pokud se narcisty zeptáme, jak schopným, kompetentním, úspěšným či hezkým je, bude se chválit. Rysy, které takový člověk má, mu pomáhají, aby si sám sebe vážil a uměl se náležitě ocenit. Avšak, jak naše statistika ukazuje, člověk s vysokou sebeúctou o sobě bude taktéž prohlašovat, že si své osoby váží a cení. Korelace mezi sebeúctou a škálou DŽS „Vlastní osoba“ je daleko silnější, než korelace neklinického narcismu a škálou DŽS „Vlastní osoba“.

Zajímavým faktem by mohlo být, že v tomto šetření vychází pozitivní korelace narcismu a škály **„Přátelé, známí a příbuzní“**. Předpokladem bylo, že narcisté nemají dobré vztahy. Vycházíme zde z teorie, že neumí projevovat pravý zájem a empatii (Morf & Rhodewalt 2001; Rose 2002). Neumí naslouchat a neprojevují se altruisticky. Nejsou schopni hlubšího, autentického kontaktu. Nedokážou projevovat příliš empatie, jelikož se zkrátka nezajímají o život druhých lidí a o jejich problémy. Statistika však říká, že existuje pozitivní korelace mezi narcismem a spokojeností v této oblasti. Je možné, že **hodnocení** by se lišilo, pokud bychom se zeptali dotyčných **přátel či rodinných příslušníků**, jak by tento vztah s respondentem hodnotili. Dozvědět se jejich úhel pohledu by poskytlo další vhled do problematiky narcistických vztahů. Domníváme se, že takovéto údaje by mohly přinést další zajímavé výsledky. Nicméně je třeba vycházet pouze z faktů, které nám statistika dává. Je tedy pravděpodobnější, že jedinec s narcistickými rysy bude se svými přátelskými a rodinnými vztahy spokojený.

Narcismus dále koreloval i se škálou **„Sexualita“**. Tato oblast je více než důležitou, v životě mnoha lidí. A co se studentů týče, snad ještě důležitější. Jejich vlastní hodnocení sexuální přitažlivosti, výkonnosti či výslovně spokojenosti se sexem, vypovídá mnohé o sebevědomí. Tato škála nebyla pro probandy jednoduchou. Dotazuje se jich na intimní oblast a respondent je nucený více méně ke zpovědi, jak si ve své sexualitě věří a jak se v ní cítí. Nicméně statistika v tomto smyslu nehovoří jasně. Pouze slabá korelace nemůže

určit, zda je spokojenost v oblasti sexuality jednoznačně spjata s rysy narcismu. Pravděpodobně, pokud jedinec opravdu má sklony vychvalovat svoji osobu, bude vychvalovat i svoji sexuální výkonnost. Nicméně přiznat zraněnost či neschopnost v této oblasti může být velmi obtížné i pro člověka, který narcistické rysy nemá. Zde mohlo ve velké míře docházet právě k **vědomému zkreslení výsledků**.

Kdo je skutečně ochotný přiznat svoji sexuální nedostačivost či pochybnosti? Náš výzkum ani jeho cíl nedávají respondentovi dostatečnou motivaci k tomu, aby odpovídal podle pravdy či aby byl zcela upřímný. A škály tohoto dotazníku dávají velký prostor k tomu, odpovídat tak, jak se chce daný proband prezentovat. I když by mohla být populace vysokoškolských studentů vcelku zvyklá udávat do dotazníků osobní informace, stále musíme mít možnost takového zkreslení na paměti.

U málo významných korelací můžeme mít dojem, že tam zkrátka neexistuje vztah. Rozhodně ho nemůžeme vyvodit na základě statistiky. Teoreticky však můžeme předpokládat **skrytý negativní vliv narcismu na životní spokojenost**. Pro mnohé narcisty by bylo nepředstavitelné si přiznat, právě přes onu hrdost a respekt k vlastní osobě, že jsou vlastně nespokojeni s tím, jak svůj život prožívají. Můžeme se domnívat, že přiznání jakékoliv neschopnosti jim působí velkou bolest. Místo toho, aby svoji nedokonalost připustili, může spíše dojít ke zkreslení dat. Škála tělesného zdraví se s narcismem nepojí téměř vůbec a statisticky je tato souvislost zcela nevýznamná. Ani předcházející výzkumy nepoukazovali na to, že by neklinický narcismus ovlivňoval pohled na vlastní tělesné zdraví.

Co se týče korelace narcismu a **globální životní spokojenosti**, opět se nám potvrdilo, že existuje slabý pozitivní vztah. Není to však korelace natolik silná, abychom mohli uvažovat, že narcistické rysy budou činit daného jedince šťastnějším. Je nutné upozornit, že silnějším faktorem v predikci životní spokojenosti se v našem šetření jednoznačně ukázala sebeúcta. Korelovala se všem čtyřmi škálami DŽS a tyto korelace jsou daleko silnější. Jaký je tedy vztah mezi sebeúctou a narcismem? Má narcismus některé rysy společné? A jsou tyto rysy prediktory životní spokojenosti? Které konkrétní rysy narcismu tedy k životní spokojenosti přispívají? Nebo má pouze narcistický jedinec něco navíc, co zapříčiňuje vnitřní nespokojenost? Může to být ono hluboké nepřiznané vnitřní zranění?

Silný korelační koeficient mezi **mírou narcismu a mírou sebeúcty** přináší pouze částečnou, nejasnou odpověď. Víme tedy, že tyto dva fenomény spolu souvisí, ale podmiňují se navzájem? Nebo jsou to tytéž fenomény? Čím je sebeúcta specifitější?

I hodnocení spokojenosti s vlastní osobou je silněji spjata se sebeúctou. Mohli bychom předpokládat, že sebeúcta podmiňuje vznik opravdového grandiózního narcismu. Tento předpoklad je však spekulativní. Bohužel i v hodnocení sebeúcty bylo využito prosté metody sebesposuzujícího dotazníku. Nezapomeňme na implicitní sebeúctu, která nebyla měřena, nicméně její nízká úroveň je spojena právě se zranitelností, specifickou pro narcismus.

12.2 Diskuze dotazníkových metod

V budoucích výzkumech by bylo potřeba zkoumat narcismus daleko hlouběji, podrobněji. Například šetřením, které by se týkalo jedné osoby a následného hodnocení jedinci sebeúcty od blízkého okolí nebo za paralelního použití osobnostních dotazníků. Odpověď na předešlé otázky bychom však mohli najít i **v typu námi zvolených dotazníků**. Rosenbergova škála se skládá z deseti tvrzení, kde respondenti mají možnost vyjádřit svůj souhlas či nesouhlas. Vyjádřit spokojenost se svojí osobou je tak daleko snadnější, než vyloženě rozhodnout mezi dvěma tvrzeními, které mají popisovat respondentovu povahu. Je pravděpodobně lehčí vyjádřit alespoň částečný souhlas s položkou „Jsem se sebou vcelku spokojený/á“, nežli si vybrat mezi výroky „Vždycky vím, co dělám“ x „Někdy si nejsem jistý/á, co dělám“.

Je dobré tedy mít na mysli fakt, že narcismus je zde měřen opravdu v surovější podobě, nežli sebeúcta. Metody jsou brány jako vhodné a kompetentní při hodnocení daných psychických fenoménů, ale je dobré zahrnout odlišnou konstrukci dotazníků i do úvah, proč výsledky vycházejí takto. Zvláště hledáme – li vysvětlení vztahu narcismu a sebeúcty.

Dalším bodem je vliv demografických údajů na míru narcismu. I v tomto výzkumu vychází, že **muži dosahují vyšších hodnot, než ženy**. Podobné výsledky byly zjištěny jak v zahraničí (Grijalva et al., 2014) i v českém šetření Pechové a Dostála (2013). Tento fakt je možné si vysvětlit i tak, že muži se příliš neobávají vychválit a být hrdí na své výkony a svoji osobu. U žen není tak snadno přijímáno pokud činí veřejné projevy svých dovedností a schopností. Muži jsou v tomto daleko více tolerováni. Nicméně pokud má jedinec výrazné rysy neklinického narcismu, neměl by se příliš o reakce okolí zajímat. Také se spíše častěji setkáme s případem, že žena s respektem obdivuje mužovi výkony, než naopak.

František Bartoš (2010) ve svém výzkumu uvádí, že míra narcismu je u mužů i žen stejná. On využíval své škály, jež je založena na hodnocení jednotlivých výroků za pomoci Likertovy stupnice, zatímco v NPI musí proband vybírat mezi dvěma rozdílnými tvrzeními. Ačkoliv jsou obě metody validní a reliabilní pro měření narcismu, mohli bychom hledat příčinu různorodých závěrů právě zde. Je možné, že ženy jsou ochotnější přiznat své narcistické rysy spíše na stupnici od 1-7, nežli souhlasit pouze s jedním výrokem, který by jejich sebelásku vystihl. Nicméně toto je pouhou hypotézou.

Rozdílnost jednotlivých škál a typ dotazníků je velmi důležité brát v potaz. Již bylo zmíněno, že použití sebesuzujících dotazníků může být zdrojem statistických chyb a zkreslení. Jedná se taktéž o metody (kromě dotazníku DŽS), jež nebyly pro českou populaci standardizovány. Pokud se také podíváme do výsledků vnitřní konzistence dotazníku NPI – 16, mohli bychom si povšimnout, že některé položky by mohli být vyloučeny, čímž by koeficient vnitřní konzistence nabyl větší hodnoty. Tento závěr se týká dvou položek. Když zvážíme, že jejich celkový počet je šestnáct, jedná se o významné číslo a bylo by dobré se zamyslet i nad úpravou tohoto dotazníku.

12.3 Diskuze výběrového vzorku

Ve výzkumu se ukázal jako statisticky signifikantní **rozdíl mezi mírou narcismu u studentů v Praze, Brně a Olomouci**. Tento závěr by mohl podporovat fakt, že ve větších městech se vyskytují lidé s rysy neklinického narcismu daleko častěji (Bartoš, 2010). Tam mají narcisté možnost projevit své schopnosti a naplňovat přání a touhy. Malé města jim nemohou poskytnout takové vyžití. Nicméně při deskripci mého vzorku jasně vyplývá, že v Olomouci bylo daleko více žen, než mužů. Taktéž z Prahy nebylo posbíráno mnoho studentů humanitních oborů. Proto by bylo vhodné i tento fakt podrobit dalšímu zkoumání.

Vliv ostatních demografických faktorů, jako počet sourozenců, ročník studia, či město, ve kterém respondenti studovali, nebyl signifikantní. Neukázal se vztah ani mezi reálným úspěchem v přijetí studenta na vysněný obor a mírou narcismu. Nicméně předpokládali jsme, že bude existovat alespoň měřitelná souvislost mezi studijním oborem a mírou narcismu. Studenti humanitních, technických a ekonomických oborů jsou přinejmenším na první pohled i rozhovor velmi odlišní. I jejich osobnostní rysy jsou jiné a mladý člověk, který si jako své budoucí povolání vybere psychologii, by ani neměl být osobnostně totožný se studentem architektury, bankovníctví či fyziky. Je však možné, že

tyto osobnostní predispozice nesouvisí s narcismem a vypovídají o jiných osobnostních dispozicích či rysech.

Předpokládáme však, že zdrojem chyb může být právě **nevyvážený a nereprezentativní vzorek**. Ačkoliv jsme se snažili posbírat co největší množství studentů se zastoupením v různých oborech, nejedná se o vzorek reprezentativní. Dle grafů uvedených v kapitole „Výběr a popis výzkumného souboru“ je zřetelně vidět, že se nám nezdařilo vybrat mnoho chlapců z Olomouckých humanitních studií či žen z Pražských technických studií. Tento fenomén může mít skutečně velký vliv, zvláště pokud hledáme vztah demografických proměnných a míry neklinického narcismu. Sice se nám tedy potvrdilo, že v Olomouci vykazují studenti nižší míru narcismu než v Praze, ale příčinou může být pouze to, že se jednalo především o ženy z humanitních studií. Pokud bychom dokázali do výzkumu zahrnout více žen z Pražských humanitních studií, výsledky by možná vycházeli jinak.

Domníváme se však, že v této oblasti má cenu dále zkoumat a taktéž sledovat, zda existují obory, kde studenti vykazují vyšší míru narcismu a jestli tato míra studiem klesá či stoupá. Naším předpokladem je, že existuje také velký rozdíl, mezi studentem prvního ročníku humanitního oboru, či ročníku pátého. A domníváme se, že tento rozdíl bude ještě větší, mezi studentem pátého ročníku psychologie a studentem pátého ročníku ekonomických studií.

K prodiskutování jsou i čísla, která vycházela v otázkách **narcismu a vztahů**. U ženské části mého vzorku byla pozitivní korelace potvrzena. U mužského vzorku signifikantní však nebyla. Mohli bychom se domnívat, že pokud mají ženy narcistické rysy, jsou ochotnější měnit své partnery a hledat toho, který jim projeví dostatečnou úctu a respekt. Alespoň takto postupují častěji, než ženy, které narcistické rysy nemají. Muži dosahovali v průměru stejného počtu vztahů jako ženy, ale nebyla nalezena žádná statistická souvislost. I v této oblasti však není možné vyvozovat jednoznačné závěry a je třeba se věnovat jejich dalšímu ověřování a testování.

12.4 Náměty pro navazující výzkum

V budoucnu by bylo dobré dbát na vyváženější vzorek co se oboru a pohlaví týče. Dále by mohlo být zajímavé rozšířit vzorek o další věkové skupiny, například starší a střední dospělosti. Tam pak sledovat výskyt narcismu a jeho vliv na vnímanou životní

spokojenost. Starší a vyzrálejší lidé také mohou mít již ucelenější a jasnější reflexi jejich spokojenosti v životě.

Taktéž je stále nevyřešeným problémem, jak ověřovat souvislost narcismu a sebeúcty s reálným úspěchem v životě. Tento fakt je poměrně klíčovým. Je důležité, jestli si jedinec myslí, že je úspěšný, inteligentní, krásný a schopný, pokud tomu tak opravdu je v reálném životě. Jestliže mu okolí každý den dává najevo, že jeho osobnost je úžasná a dokonalá má právo si to taktéž myslet. Bude pak existovat velký rozdíl mezi tímto jedincem a jedincem, který nedokázal naplnit očekávání, selhává v mnoha životních úkolech a nikdo nelichotí jeho vzhledu. Přesto si sám snaží zuby nehty uchovat dokonalý sebeobraz. Oba mohou vykazovat stejnou míru narcismu, nicméně jejich životní spokojenost může být zcela odlišná.

Podnětné by také mohlo být provést zahraniční studii a sledovat, zda je míra narcismu u českých studentů odlišná, od těch zahraničních. Pokud by se takový rozdíl ukázal signifikantní, dále prozkoumávat jednotlivé demografické či osobnostní odlišnosti, které by tento rozdíl mohly způsobit.

V rámci diskuze je mým návrhem taktéž více a hlouběji prozkoumávat vztah mezi narcismem, sebeúctou a životní spokojeností ve smyslu podrobnější analýzy tohoto vztahu. Nezastavit se pouze na reflexi zprostředkované sebesuzujícími dotazníky, ale doptávat se okolí, blízkých příbuzných, partnerů a kamarádů. Mít možnost více měřit úroveň implicitní sebeúcty či opravdu posoudit, zda je jedinec v životě spokojený, či zda pouze zkresluje data a za spokojeného se vydává. To by mohlo pomoci rozklíčovat onu základní otázku, zda je skutečně narcismus šťastný.

13 ZÁVĚRY

V tomto výzkumu se podařilo prokázat, že rysy neklinického narcismu statisticky významně přispívají k pocitům životní spokojenosti. Souvislost se ukázala jako významná ve škálách „Přátelé, známí, příbuzní“; „Vlastní osoba“ a „Sexualita“. Nicméně sebeúcta korelovala se zmíněnými škálami signifikantně významněji. Stejně tomu bylo i v případě globální životní spokojenosti. Bylo prokázáno, že mezi sebeúctou a narcismem existuje velmi silný vztah. Ať už roste míra jednoho či druhého, rostou i pocity spokojenosti.

Statisticky byla potvrzena rozdílná míra neklinického narcismu u mužů a už žen. Stejně jako v zahraničních studiích dosahují ženy nižších hodnot v míře narcismu, než muži. Dále bylo prokázáno, že narcismus koreluje i s místem studia respondentů. V Praze dosahovali studenti signifikantně vyšší úroveň narcismu, než v Olomouci. Tento fakt však může být spojen s nerovnoměrným rozložením studentů dle pohlaví a oborů v rámci místa studia. Vliv jiných demografických proměnných se nepodařilo prokázat.

U žen měl výskyt narcistických rysů vliv na počet partnerských vztahů. Čím více se u nich tyto rysy vyskytovaly, tím více se počet zvyšoval. U mužské části vzorku nebyl tento fenomén prokázán. Průměrný počet vztahů byl však u obou skupin stejný, nehledě na výskyt narcistických rysů.

SOUHRN

Pokud začneme sbírat střípky teorií k narcismu, jako první objevíme řecké báje a pověsti. Narkissos tak dlouho hleděl do studánky na svůj obrázek, až se v ní utopil. V devatenáctém století se pak tento pojem objevuje znovu a to díky H. Ellisovi a P. Näckovi, kteří ho uvádí do psychologické literatury. Nejvíce však tento pojem proslavil Sigmund Freud. Věnoval mu celé dílo „K uvedení narcismu“ a říká, že do jisté míry je pro nás zcela přirozený a normální. Nicméně existuje i odvrácená, škodlivá strana. Narcismus vznikl především jako důsledek nenaplněné lásky, křivdy, ublížení a je tak pouze krunýřem a obranou, jež jedince chrání.

Na Sigmunda Freuda navázala celá řada dalších psychoanalytiků. Patřil mezi ně Erich Fromm, Otto Kernberg, Karen Horneyová či Heinz Kohut. Všichni tito velcí psychologové shledávali narcismus jako škodlivý rys, který jedince spíše svazuje a neumožňuje mu naplnit své pravé touhy. Duše těchto jedinců je zraněná. Svoji bolest skrývají za maskou velkých osobností. Ostatním demonstrují svoji sílu, odvahu a nadřazenost. To však jen proto, aby zakryli onu zranitelnost a nejistotu, jež hlodá uvnitř.

V této práci se následně posuneme do osmdesátých let dvacátého století. Zde Americká psychologická asociace zařazuje *narcistickou poruchu osobnosti* do DSM –III. Legitimizuje tedy narcismus jako něco škodlivého a nebezpečného, co je třeba vyléčit. Nicméně vývoj přístupů k narcismu stále pokračuje. Sociologové jako Gilles Lipovetsky či Christopher Lasch přináší teorie, že narcistické jedince formuje doba. Tento pohled na společnost je typický po druhé světové válce. Lidé jsou zaměřeni na sebe a své potřeby. Zajímají se více o vlastní blahobyt, materiální hodnoty a individuální potřeby.

Ačkoliv je tedy na jedné straně narcismus chápán jako klinická porucha (v dnešní době řazena do DSM – 5, u nás v MKN 10), na straně druhé se setkáváme s *neklinickým přístupem*. Jedinci vykazují rysy narcismu, které však nedosahují patologické závažnosti. Ať už jsou formovány současnou dobou, vrstevníky či rodinou, shodují se v základních charakteristikách s narcistickou poruchou osobnosti. Nicméně tyto osobnostní projevy jsou ostatními brány jako „normální“. Jedinec je sebestředný, dominantní, sobecký, vykořisťovatelský, není schopen dobře zvládat kritiku, touží po pozornosti a ocenění a životním cílem je být uznáván, obdivován a milován.

V roce 1979 Raskin a Hall vytvořili dotazník *Narcissistic Personality Inventory (NPI)*, jehož cílem bylo měřit právě úroveň *neklinického narcismu*. Později byla vytvořena

i zkrácená verze *NPI – 16*, jež redukuje problém časové náročnosti, ale stále zůstává validním i reliabilním nástrojem. I díky častému používání této škály proběhlo mnoho studií a další významné teorie pak přináší základní rozdělení narcismu na *grandiózní a vulnerabilní* (či zjevný a skrytý). Grandiózní typ je společnosti lépe přizpůsobený a dokáže dobře využívat výhod, které narcismus přináší. Skrytý typ tlumí své narcistické projevy uvnitř a trpí nedostatkem pozornosti, respektu a obdivu ze strany ostatních.

V další části teorie je rozebrán psychický fenomén *sebeúcty*. Věnuji se jak jejím definicím, funkci i modelům. S narcismem nepochybně sdílí několik společných rysů. V mnoha výzkumech byla počítána těsnost vztahu mezi sebeúctou a mírou neklinického narcismu. Statistika udává, že tyto dva psychologické konstrukty jsou velmi úzce propojeny. Roste-li úroveň jednoho, zvyšuje se i úroveň druhého (Zuckerman & O’Loughlin, 2009; Morf & Rhodewalt, 2001).

Následující kapitolou je *životní spokojenost*. Nejen spoustě psychologů připadala na mysl velmi důležitá otázka, co činí člověka šťastným. Jaké faktory přispívají k životní spokojenosti, a může být tímto faktorem neklinický narcismus. A jakou roli hraje v tomto vztahu sebeúcta? Právě tyto otázky se staly odrazovým můstkem pro praktickou část.

Výzkum byl založen na dotazníkovém šetření, jež probíhalo u studentů vysokých škol. Do testové baterie byly vybrány škály *Narcissistic Personality Inventory (NPI)*, pro měření míry neklinického narcismu. Pro měření sebeúcty *Rosenberg Self-Esteem Scale*, pro zjištění míry globální životní spokojenosti škála *Subjective Well-Being Scale (SWB)* a čtyři vybrané subškály z českého *Dotazníku životní spokojenosti (DŽS)*.

Celkem se našeho výzkumu zúčastnilo 330 respondentů. Jednalo se o studenty humanitních, technických a ekonomických oborů z Prahy, Brna a Olomouce. Po sesbírání a vyhodnocení dotazníků byla provedena statistická analýza dat. Ta prokázala signifikantní vztah mezi mírou narcistických rysů u daného jedince a prožíváním životní spokojenosti. Čím více daný respondent v narcismu skóroval, tím více spokojený byl. Nejtěsnější vztah byl se subškálou DŽS „Vlastní osoba“, dále „Sexualita“ a následně „Přátelé, známí a příbuzní“.

Statisticky byl taktéž prokázán velmi silný vztah mezi narcismem a sebeúctou. Bylo potvrzeno, že tyto psychologické konstrukty spolu těsně souvisí. Samotný vztah sebeúcty a životní spokojenosti byl však mnohem silnější, než vztah narcismu a životní spokojenosti. Sebeúcta pozitivně korelovala signifikantně více než narcismus jak v případě dotazníku SWB, tak v případě čtyřech vybraných subškál z dotazníku DŽS. Vliv demografických faktorů byl prokázán v případě pohlaví. Muži dosahovali vyšších hodnot narcismu

v dotazníku NPI, než ženy. Staticky byl prokázán i rozdíl, mezi studenty Olomouce a Prahy. Tento fakt však může být přičítán na úkor nevyváženému vzorku, co se týče pohlaví, studijního oboru a místa studia. Statistika odhalila také souvislost míry narcismu u žen a počtem jejich vztahů. Čím vyšší tato míra byla, tím více se u nich počet partnerů zvyšoval.

Ačkoliv byl v tomto výzkumu prokázán signifikantní pozitivní vliv narcismu a sebeúcty na životní spokojenost, není zcela jasně zodpovězena otázka, jaký vztah mezi těmito psychologickými konstrukty platí. Nevíme jistě, proč narcismus koreloval s životní spokojeností méně, než sebeúcta. Není možné tak odhalit příčinu, či rysy, které přinejmenším k životní spokojenosti nepřispívají.

Stejně jako v mnoha jiných výzkumech byl i zde prokázán větší výskyt narcismu u mužů, než u žen. Dle statistiky, přispívá k životní spokojenosti a je velmi úzce spjat se sebeúctou. Výzkum neodhalil jaký konkrétní vztah mezi narcismem a sebeúctou existuje. Zda a v jakých rysech se shodují, zda se podmiňují či jsou to na sobě nezávislé konstrukty. V dalším výzkumu by bylo jistě vhodné podrobněji zkoumat tento vztah. Například za pomoci osobnostních dotazníků.

Dále by bylo dobré více rozšířit vzorek. Poměr mužů a žen v humanitních, technických a ekonomických oborech by měl být daleko vyváženější. Mým návrhem je taktéž provést studii v zahraničí, aby bylo možné porovnávat výskyt narcismu a specifika pro českou vysokoškolskou populaci a zahraniční.

LITERATURA

Ames, D., Rose, P., & Anderson, C. P. (2005). The NPI – 16 as a short measure of narcissism. *Journal of Research in Personality*, 40, 440-450.

Arndt, J., & Schimel, J. (2003). Will the real self-esteem please stand-up? Toward an optimal understanding of the nature, functions, and sources of self-esteem. *Psychological Inquiry*, 14 (1), 27-83.

Bartoš, F. (2010). Širší souvislosti neklinického narcismu: profesní život, komunikace a sebekontrola. *Sociologický časopis*, 46 (5), 745-769.

Bergman, J. Z., Westerman, J. W., & Daly, J. P., (2010). Narcissism in Management Education. *Academy of Management Learning & Education*, 9 (1), 119-131.

Blahutková, M., & Dan, J. (2008). Zdraví a osobní pohoda: některé nové přístupy a metody posuzování. *School and Health*, 21 (3), 123-128.

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

Blatný, M., Osecká, L., Urbánek, T. (2006). Structure of Rosenberg's self-esteem scale: three - factor solution. *Studia psychologica*, 48, 4, 371-378.

Cheng, J. T., Tracy, J. L., & Miller, G. E. (2013). Are narcissists hardy or vulnerable? The role of narcissism in the production of stress-related biomarkers in response to emotional distress. *Emotion*, 13 (6), 1004-1011.

Diener, E., Inglehart, R., & Tay, L. (2012a). Theory and validity of life satisfaction scales. *Social Indicators Research*, April 14, 1-50.

Diener, E., Fujita, F., Tay, L., & Biswas – Diener, R. (2012b). Purpose, mood, and pleasure in predicting satisfaction judgements. *Soc Indic Res*, 105, 333-341.

- Diener, E., Wirtz, D., Bisvas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, Ch., Choi, D., Oishi, S. (2009). New measures of well-being. *Social Indicators Research Series*, 39, 247 – 264.
- Diener, E., & Schimmack, U. (2003). Predictive validity of explicit and implicate self-esteem for subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 37, 100-106.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. *American Psychologist*, 55 (1), 34-43.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65 (4), 653-663.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
- Dogan, T., Totan, T., Sampaz, F. (2013). The role of self-esteem, psychological well-being, emotional self-efficacy, and affect balance on happiness: a path model. *European Scientific Journal*, 9 (20), 31-41.
- Ferjenčík, J. (2010). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.
- Freud, S. (1971). *K uvedení narcismu* in *Vybrané spisy III*, 115 -134. Praha: Avicenum.
- Fromm, E. (1996). *Lidské srdce*. Praha: Nakladatelství Josefa Šimona.
- Fukushima, O., & Hosoe, T. (2011). Narcissism, variability in self-concept, and well-being. *Journal of Research in Personality*, 42, 568-575.
- Gailliot, M. T., & Schmeichel, B. J. (2006). Is implicate self-esteem really unconscious? : Implicit self-esteem eludes conscious reflection. *Journal of Articles in Support of the Null Hypothesis*, 3 (3), 73-83.

Geng, L., & Jiang, T. (2013). Contingencies of self-worth moderate the effect of specific self-esteem on self-liking or self-competence. *Social Behavior and Personality*, 41 (1), 95-108.

Goldenberger, J. L., & Schackelford, T. I. (2005). It is me or it is mine? Body-self integration as a function of self-esteem, body-esteem, and mortality salience. *Self and Identity*, 4, 227-241.

Grijalva, E., Newman, D. A., Tay, L., Donnellan, M. B., Harms, P. D., Robins, R. W., Yan, T. (2014). Gender differences in narcissism: A meta – analytic review. *Psychological Bulletin*, 29, 1 – 51.

Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., Rosenblatt, A., Burling, J., Lyon, D., Simon, L., & Pinel, E., (1992). Why do people need self-esteem? Converging evidence that self-esteem serves an anxiety-buffering function. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63 (6), 913-922.

Hamplová, D. (2004). *Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory*. Praha: Sociologický ústav Akademie České republiky.

Hartl, P., & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.

Heiserman, A., & Cook, H. (1998). Narcissism, affect and gender an empirical examination of Kernberg's and Kohut's Theories of narcissism. *Psychoanalytic Psychology*, 15 (1),74-92.

Hendl, J. (2006). *Přehled statistických metod zpracování dat: analýza a metaanalýza dat*. Praha: Portál.

Horneyová, K. (2000). *Neuróza a lidský růst*. Praha: Triton.

Houlcroft, L., Bore, M., & Munro, D. (2012). Three faces of narcissism. *Personality and Individual Differences*, 53, 274-278.

Hřebíčková, M., Blatný, M. & Jelínek, M. (2010). Osobnost jako prediktor osobní pohody v dospělosti. *Československá psychologie*, 54 (1), 31-39.

Kebza, V. (2005). *Psychosociální determinanty zdraví*. Praha: Academia.

Kernberg, O. F. (1999). *Normální a patologická láska: pohled současné psychoanalýzy*. Praha: Portál.

Kohut, H. (1991). *Obnova Self*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.

Lamkin, J., Clifton, A., Campbell, W. K., & Miller, J. D. (2014). An examination of the perceptions of social network characteristics associated with grandiose and vulnerable narcissism. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5 (2), 137-145.

Lipovetsky, G. (2001). *Éra prázdnoty*. Praha: Prostor.

Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Diskriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (3), 616-628.

Miller, J. D., McCain, J., Lynam, D. R., Few, L. R., Gentile, B., MacKillop, J., & Campbell, W. K. (2014). A comparison of the criterion validity of popular measures of narcissism and Narcissistic Personality Disorder via the use of expert ratings. *Psychological Assessment*, advance online publication, 1-13.

Mitchell, S., & Blacková, M. J. (1999). *Freud a po Freudovi*. Praha: Triton.

Morey L. C., & Stagner, B. H. (2012). Narcissistic pathology as core personality dysfunction: comparing the DSM-IV and the DSM-V proposal for narcissistic personality disorder. *Journal of Clinical Psychology: In session*, 68 (8), 908-921.

Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Expanding the dynamic self-regulatory processing model of narcissism: Research directions for the future. *Psychological Inquiry*, 12 (4), 243-251.

- Nistor, A. A. (2011). Developments on the happiness issue: a review of the research on subjective well-being and flow. *The Scientific Journal of Humanistic Studies*, 3 (4), 58-66.
- Neff, K. D. (2011). Self-Compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass* 5 (1), 1-12.
- Paris, J. (2014). Modernity and narcissistic personality disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*. 5 (2), 220-226.
- Pechová, O., & Dostál, D. (2013). Dvě dotazníkové metody k měření narcismu. In *Sociální procesy a osobnost 2013*, (265-269).
- Penney, L. M., & Spector, P. E. (2002). Narcissism and counterproductive work behavior: Do bigger egos mean bigger problems? *International Journal of Selection and Assessment*, 10 (1/2), 126-134.
- Ponsoda, V., Abad, F. J., Francis, L. J., & Hills, P. R. (2008). Gender differences in the Coopersmith Self-Esteem Inventory. *Journal of Individual Differences*, 29 (4), 217-222.
- Raskin, R., & Terry, H. (1988). A Principal- Components Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence of Its Construct Validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (5), 890-902.
- Rose, P. (2002). The happy and unhappy faces of narcissism. *Personality and Individual Differences*, 33, 379-391.
- Sélešová, P., Bob, P., Kukla, L., & Ptáček, R. (2013). Historie konceptu narcismu z psychodynamické perspektivy. *Československá psychologie*, 57 (1), 30-41.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life – Satisfaction is a momentary judgement and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70 (3), 345-384.

Schmeck, K., Schlüter-Müller, S., Foelsch, P. A., & Doering, S. (2013). The role of identity in the DSM-5 classification of personality disorders. *Child & Adolescent Psychiatry & Mental Health*, 27 (7), 1-11.

Skodol, A. E., Bender, D. S., Morey, L. C. (2013). Narcissistic personality disorder in DSM – 5. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, July 8, 1-7.

Světová zdravotnická organizace. (1992). *Mezinárodní klasifikace nemocí, 10. revize. Duševní poruchy a poruchy chování. Popisy klinických příznaků a diagnostická vodítka*. Praha: Psychiatrické centrum.

Tafarodi, R. M., & Ho, C. (2006). Implicit and explicit self-esteem: What are we measuring? *Canadian Psychology*, 47 (3), 195-202.

Tafarodi, R. M., & Walters, P. (1999). Individualism – collectivism, life events, and self-esteem: a test of two trade – offs. *European Journal of Social Psychology*, 29, 797-814.

Tafarodi, R. M., Marshall, C. T., & Milne, A. B. (2003). Self-esteem and memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (1), 29-45.

Twenge, J. M., Miller, J. D., & Cambell, W. K. (2014). The narcissism epidemic: Commentary on modernity and narcissistic personality disorder. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 5 (2), 227-229.

Zamarovský, V. (1996). *Bohové a hrdinové antických bájí*. Praha: Brána.

Zeigler – Hill, V., Clark, C. B., & Pickard, J. D. (2008). Narcissistic subtypes and contingent self-esteem: Do all narcissists base their self-esteem on the same domains? *Journal of Personality*, 76 (4), 754-770.

Zondag, H. J. (2013). Narcissism and boredom revisited: An exploration of correlates of overt and covert narcissism among Dutch university students. *Psychological Reports: Mental & Physical Health*, 112 (2), 563-576.

Zuckerman, M. & O' Loughlin, R. E. (2009). Narcissism and well-being: A longitudinal perspective. *European Journal of Social Psychology*, 39, 957-972.

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Formulář zadání diplomové práce

Příloha č. 2: Abstrakt diplomové práce (česky/anglicky)

Příloha č. 3: Úvodní strana dotazníků

Příloha č. 4: Narcissistic Personality Inventory – 16

Příloha č. 5: Satisfaction With Life Scale

Příloha č. 6: Rosenberg Self - Esteem Scale

Příloha č. 7: Dotazník Životní Spokojenosti

Příloha č. 1: Formulář zadání diplomové práce

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Akademický rok: 2013/2014

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

Podklad pro zadání DIPLOMOVÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
HOLUBOVÁ Aneta	M. Tauberové 922, Vysoké Mýto	F100013

TÉMA ČESKY:

Vztah narcismu, sebeúcty a životní spokojenosti

NÁZEV ANGLICKY:

Relation of narcissism, self-esteem and life-satisfaction

VEDOUCÍ PRÁCE:

PhDr. Olga Pechová, Ph.D. - PCH

ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

1. Studium literatury zabývající se různými pojetími narcismu, jeho typy a jejich měřením.
2. Analýza pramenů zabývajících se zkoumáním vztahu narcismu, sebeúcty (self-esteem) a životní spokojenosti.
3. Kvantitativní výzkum za použití baterie dotazníkových metod bude realizován na souboru nejméně jednoho sta vysokoškolských studentů.
4. Statistické zpracování získaných dat a analýza statistických vztahů mezi jednotlivými měřeními aspekty osobnosti, a to s ohledem na demografické charakteristiky souboru, zejména pak pohlaví.
5. Kritická diskuse týkající se teoretických východisek práce, použitých metod a zjištěných výsledků.

SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

1. Brown, P. R., & Zeigler-Hill, V. (2004). Narcissism and the Non-Equivalence of Self-Esteem Measures: A Matter of Dominance?. *Journal of Research in Personality*, 38, 585-592.
2. Freud, S. (1971). K uvedení narcismu. In *Vybrané spisy III* (115-134). Praha: Avicenum.
3. Fukushima, O., & Hosoe, T. (2011). Narcissism, Variability in Self-Concept, and Well-Being. *Journal of Research in Personality*, 45, 568-575.
4. Horneyová, K. (2000). *Neuróza a lidský růst*. Praha: Triton.
5. Houlcroft, L., Bore, M., & Munro, D. (2012). Three Faces of Narcissism. *Personality and Individual Differences*, 53, 274-278.
6. Mitchell, S., & Blacková, M. J. (1999). *Freud a po Freudovi*. Praha: Triton.
7. Sedikides, C., Rudich, A. E., Gregg, A. P., Kumashiro, M., & Rusbult, C. (2004). Are Normal Narcissists Psychologically Healthy?: Self-Esteem Matters. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 400-416.
8. Selěšová, P., Bob, P., Kukla, L., & Ptáček, R. (2013). Historie konceptu narcismu z psychodynamické perspektivy. *Československá psychologie*, 57 (1), 30-41.
9. Rose, P. (2002). The Happy and Unhappy Faces of Narcissism. *Personality and Individual Differences*, 33, 379-391.
10. Röhr, H. P. (2008). *Narcismus-vnitřní žalář*. Praha: Portál.
11. Wright, F., O'Leary, J., & Balkin, J. (1989). Shame, Guilt, Narcissism and Depression: Correlates and Sex Differences. *Psychoanalytic Psychology*, 6 (2), 217-230.
12. Zuckerman, M., & O'Loughlin, E. R. (2009). Narcissism and Well-being: A Longitudinal Perspective. *European Journal of Social Psychology*, 39, 957-972.

Příloha č. 2: Abstrakt diplomové práce (česky/anglicky)

Název práce: Vztah narcismu, sebeúcty a životní spokojenosti

Autor práce: Aneta Holubová

Vedoucí práce: PhDr. Olga Pechová, Ph.D.

Počet stran a znaků: 83/ 155 090

Počet příloh: 7

Počet titulů použité literatury: 64

ABSTRAKT

Tato výzkumná práce si kladla za cíl zkoumat vztah narcismu, sebeúcty a životní spokojenosti. Vycházíme z pojetí narcismu rozšířeného v oblasti psychologie osobnosti a sociální psychologie. Testová baterie byla složena ze škál Narcissistic Personality Inventory-16, Rosenberg Self-Esteem Scale, Dotazníku životní spokojenosti a Subjective Well – Being Scale. Výzkum byl proveden na vzorku 330 studentů z humanitních, technických a ekonomických oborů na univerzitách v Praze, Brně a Olomouci. Testován byl vztah mezi výsledky použitých škál a různými sociodemografickými proměnnými. Zahrnuta byla i statistika partnerských vztahů a spokojenost v nich v závislosti na úrovni narcismu. Analýza výsledků odhalila významný vliv pohlaví na míru narcismu. Sebeúcta a neklinický narcismus spolu statisticky signifikantně souvisí a taktéž bylo prokázáno, že neklinický narcismus i sebeúcta pozitivně ovlivňují pocit životní spokojenosti.

Klíčová slova: narcismus, sebeúcta, well-being, životní spokojenost

Abstract of thesis

Title: Relation of narcissism, self-esteem and life-satisfaction

Author: Aneta Holubová

Supervisor: PhDr. Olga Pechová, Ph.D.

Number of pages and characters: 83/ 155 090

Number of appendices: 7

Number of references: 64

ABSTRACT

This research aimed to examine the relation of Narcissism, self-esteem and well-being. Our analysis was based on the concept of Narcissism common in personality psychology and social psychology. The test battery consisted of the Narcissistic Personality Inventory-16 Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale and the Life Satisfaction Questionnaire and Subjective Well – Being Scale. The research was conducted on a sample of 330 students from the humanities, technical and economic disciplines at universities in Prague, Brno and Olomouc. We tested the relationship between the results of used scales and different sociodemographic variables. We also included statistics of partner relationships and satisfaction in them, depending on a degree of Narcissism. The final analysis revealed a statistical significant effect on the degree of narcissism by gender. Both of Self-esteem and nonclinical narcissism are significantly related and also It has been shown that narcissism and self-esteem positively affect life satisfaction.

Key words: narcissism, self – esteem, subjective well-being, life satisfaction

Příloha č. 3: Úvodní strana dotazníků

Vážené studentky, vážení studenti,

Tímto dotazníkem bych Vás chtěla požádat o spolupráci na diplomové práci a současně na vědeckém grantu Katedry psychologie Univerzity Palackého v Olomouci. Cílem výzkumu je mapovat životní spokojenost studentů vysokých škol v souvislosti s osobnostními dimenzemi. Veškeré informace budou zpracovány anonymně a použity pouze pro vědecký záměr. Výsledky tohoto šetření budou známy v létě roku 2015.

Pokud o ně budete mít zájem, prosím pište na email anet.holubova@seznam.cz

Děkuji za Vaši spolupráci

Aneta Holubová



VSTUPNÍ ÚDAJE

1. Věk:
2. Pohlaví:
3. Obor studia:
4. Město, ve kterém studujete:
5. Ročník studia:
6. Studujete obor, který jste studovat chtěl? ANO X NE
7. Máte sourozence, který je od Vás vzdálen méně jak 10 let? ANO X NE
8. Máte v současné době partnerský vztah trvající déle jak 6 měsíců? ANO X NE
9. Jste v současné době se svým partnerským vztahem spokojen? ANO X NE
10. Kolik jste měl (a) doposavad partnerských vztahů (včetně současného)?

Příloha č. 4: Narcissistic Personality Inventory – 16

(Ames, Rose & Anderson, 2005)

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

Příloha č. 5: Dotazník Životní Spokojenosti (Fahrenberg et al., 2001)

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

Příloha č. 6: Rosenberg Self - Esteem Scale (Rosenberg, 1965)

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

Příloha č. 7: Satisfaction With Life Scale (Diener, 1985)

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