

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Katedra psychologie

**Vztah prokrastinace a slovního asociačního testu (WAT)**

**Relationship of Procrastination and Word Association Task  
(WAT)**



**Bakalářská diplomová práce**

Autor: Ondřej Glaser

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Panajotis Cakirpaloglu, DrSc.

Olomouc

**2015**

*Děkuji svému vedoucímu práce doc. PhDr. Panajotisovi Cakirpaloglu, Dr.Sc. za odborné vedení mé práce a za jeho důležité poznatky, které mi při psaní práce velice pomohly.*

### **Prohlášení**

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou práci na téma: „Vztah prokrastinace a slovního asociačního testu (WAT)“ vypracoval samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedl jsem všechny použité podklady a literaturu.

V .....dne .....

Podpis .....

## Obsah

1. Úvod .....	5
2. Teorie prokrastinace .....	6
2.1. Definice prokrastinace.....	6
2.2. Druhy prokrastinace .....	7
2.3. Prokrastinace v rámci psychologie osobnosti .....	8
2.4. Test akademické prokrastinace u studentů.....	8
2.5. Novější výzkumy prokrastinace.....	9
3. Teorie slovního asociačního testu .....	10
3.1. Historie slovního asociačního testu.....	10
3.2. Podoba Asociačního testu .....	12
3.3. Administrace .....	13
3.4. Vyhodnocení .....	14
3.5. Závěr vyhodnocení .....	16
3.6. Novější výzkumy WAT .....	17
4. Propojení Prokrastinace a WAT .....	19
5. Metodologický rámec výzkumu.....	20
5.1. Metodologické ukotvení .....	20
5.1.1. Výzkumný problém .....	20
5.1.2. Výzkumné cíle .....	20
5.1.3. Metodologický design .....	21
5.1.4. Hypotézy .....	21
5.1.5. Proměnné.....	22
5.1.6. Základní a výzkumný soubor .....	23
5.2. Etické aspekty výzkumu.....	24
5.3. Layova škála prokrastinace.....	24

5.4.	Slovní asociační test .....	25
5.4.1.	Podnětová slova .....	25
5.4.2.	Administrace.....	26
5.5.	Pilotní studie .....	27
5.6.	Postup testování a administrace .....	28
5.7.	Metody analýzy a zpracování dat.....	29
5.8.	Výsledky.....	30
5.8.1.	Základní charakteristiky souboru .....	30
5.8.2.	Základní statistiky metod .....	31
5.8.3.	Hypotéza 1 .....	33
5.8.4.	Hypotéza 2 .....	34
5.8.5.	Hypotéza 3 .....	35
5.8.6.	Hypotéza 4 .....	35
5.8.7.	Hypotéza 5 .....	36
6.	Diskuse.....	37
6.1.	Zdůvodnění výsledků .....	37
6.2.	Analýza dalších výsledků .....	38
6.2.1.	Analýza slovních odpovědí.....	38
6.2.2.	Nepoužitá analýza .....	39
6.3.	Možné chyby a nepřesnosti měření .....	40
6.4.	Srovnání výsledků.....	41
6.5.	Praktická přínosnost studie .....	42
7.	Závěr .....	43
8.	Souhrn.....	44
	Bibliografie .....	46
	Abstrakt diplomové práce	
	Přílohy (1 – 4)	

## 1. Úvod

Autor této práce se při svém studiu na vysoké škole každé zkouškové období potýká se stížnostmi spolužáků na jejich prokrastinování. Právě to byl jeden z důvodů, proč se tématu prokrastinace začal více věnovat.

Prokrastinace je poslední dobou velmi skloňovaný termín a v posledních dvaceti letech se velmi rozmohl i výzkum prokrastinace. I přes velký zájem odborníků stále postrádáme psychodiagnostickou metodu měření prokrastinace, která by byla jiná, než sebeposuzovací škála. Sebeposuzovací škály s sebou nesou plno výrazných nevýhod, mezi které patří například možnost jednoduchého klamání a tudíž ovlivnění výsledků.

Metodou, která potlačuje nevýhody sebeposuzovacích škál je Slovní asociační test. Jde o test s bohatou minulostí, který se používá již přes 100 let. Chceme jeho pomocí vytvořit podklad pro tvorbu nové metody, která by mohla pomoci v diagnostice, analýze a výzkumu prokrastinace.

## 2. Teorie prokrastinace

### 2.1. Definice prokrastinace

Prokrastinace, v literatuře taktéž označována jako liknavost (Gabrhelík, 2008), je v dnešní době často používané slovo, jehož význam je často zaměňován, nebo nejasně vyložen. Abychom se mohli dostat k tomu, co takzvaný *prokrastinátor* vlastně dělá, je potřeba se podrobně podívat na význam slova.

Samotné slovo pochází z latiny, kde sloveso *procrastinare* může být rozloženo na *pro*, znamenající „kupředu“, a *crastinus*, které znamená ve volném překladu „patřící zítřku“ (DeSimone, 1993 in Ferrari, Johnson, & McCrown, 1995). DeSimone zároveň uvádí zajímavou premisu, že plno preindustriálních společností žádné slovo označující problematiku prokrastinace nemá. Navádí myšlenku, že prokrastinace je něco, co se váže převážně s naší, na výkon orientovanou společností. Ferrari, Johnson, & McCrown (1995) souhlasí, že je prokrastinace spojena s naší společností, zároveň ale uvádí, že slovo prokrastinace tu je již dlouhou dobu (první potvrzené užití je datováno roku 1548). Ovšem jak Ferrari, Johnson, & McCrown uvádí, slovo prokrastinace bylo, až do poloviny 18. století, používáno převážně v pozitivním konotátu. Pejorativní význam dostává poprvé až přibližně s příchodem industriální revoluce.

Jak již z původu slova bylo naznačeno, prokrastinace je, zjednodušeně řečeno, odkládání věcí. Hartl & Hartlová (2010) uvádí, že jde o odklad z důvodu lehkomyšlnosti či lenosti. Ovšem v opozici k tomuto tvrzení se staví například Gabrhelík (2008), který říká, že prokrastinace může být i racionální promyšlený tah, který je naprosto funkční. Jako příklad uvádí lidové rčení „Ráno moudřejší večera“. Ferrari, Johnson, & McCrown (1995) vysvětlují prokrastinaci, jako únik před úzkostí. Ve chvíli, kdy je osoba vystavena úkolu, přichází úzkost, kterou se snaží snížit, nebo se jí vyhnout. Nyní přichází na řadu copingové strategie a ego obranné mechanismy. Freud (1971) označuje úzkost jako přebytek libida. Takovýto přebytek energie je převážně v nevědomí, avšak kousek, který se do vědomí dostane, způsobí právě symptomatickou úzkost a začne ovládat osobnost. I přes to, že Jung (1996) bere pojem libido v širším pojmu než Freud (odproštuje se od pouze sexuálního náboje), jeho základ je stejný. Právě libido je hybnou částí psyché, tudíž

i komplexů. Právě libido je ona síla, která umožňuje komplexům proniknout do vědomí.

Úzkost ohrožuje osobnost, tudíž musí být zastavena obrannými mechanismy. Sám Freud (1971) ale tvrdí, že takové mechanismy nejsou ve všech případech natolik funkční, aby ego konflikt dokonale zlikvidovali, tudíž ho často pouze zmenší, nebo potlačí do nevědomí, kde vzniká silová nerovnováha, Jungem (1996) označována jako komplex.

Úkoly zároveň spouští stresovou reakci organismu a na tu jsou dvě základní odpovědi – boj nebo útek. Pokud si osoba vybere bojovat, začne úkol vypracovávat a stres se pomalu sníží. Mnohem jednodušším přístupem je v tu chvíli zahájit strategii útěku, čímž se stres sníží okamžitě, ovšem pouze dočasně. Takovýto postup se nám často vyplatí a strategie útěku se nám zakóduje jako úspěšná a prokrastinace se podpoří. Vzhledem ke známé teorii podmiňování se spojení prohlubuje a prokrastinace se stává častější (Ferrari, Johnson, & McCrown, 1995). Toto vymezení je funkční v rámci Analytické a dynamické psychologické teorie. Zvolili jsme právě tento okruh vzhledem k jeho přímému navázání na Slovní asociační test.

Pro pokračování práce bychom rádi ustálili definici prokrastinace, které se budeme držet a která vychází z předchozích zjištění. Prokrastinace je **copingová strategie zvládání anxiety při započetí nebo dokončení úkolu**. Soudíme, že právě takhle definice popisuje nejdůležitější prvky prokrastinace a zároveň je jasná a stručná.

## 2.2. Druhy prokrastinace

V literatuře se vyskytuje různé dělení prokrastinace. Jedno z nejčastějších je jednoduché dělení na Akademickou a Obecnou. V této práci se zabýváme prokrastinací Akademickou, která je charakterizována u studentů v akademickém prostředí. Často se jedná o odkládání započetí prací nebo učení. Obecná prokrastinace se vyskytuje v běžné populaci a je charakterizována odkládáním běžných činností v životě (Ferrari, 2001 in Gabrhelík, 2008).

Další velice časté dělení je na prokrastinaci Funkční a Dysfunkční. Funkční prokrastinací chápeme například jako součást tvůrčího procesu, kde se nazývá

*inkubací* (Dacey & Lennon, 2000), nebo již zmíněné vyvarování se unáhleným závěrům. Dysfunkční prokrastinací je označována ta, která je nevhodně zvolena a není pro člověka přínosná (Ferrari & Emmons, 1994).

Další dělení popsali Ferrari et al. (2007), kteří uvádějí dva druhy prokrastinátorů – *Excitační prokrastinátoři* a *Vyhýbaví prokrastinátoři* (překlad podle Gabrhelíka (2008)). *Excitační prokrastinátor* využívá termínu a stresu, který s ním přichází. Díky stresu se dokáže nabudit a začít pracovat. Takovýto prokrastinátor vyhledává napětí spojené s deadline.

*Vyhýbavý prokrastinátor* je popisován jako osoba, která je přesvědčena, že úkol by byl lepší, kdyby začal dříve a tímto tvrzením ospravedlňuje svoji nedokonalou práci. Vyhýbá se tedy konfrontaci s vlastními problémy. Takové chování se může označit za ego-obrannou strategii a obecně je připisována strachu z neúspěchu.

### **2.3. Prokrastinace v rámci psychologie osobnosti**

Prokrastinace se dá chápat jako dlouhodobý, opakující se rys osobnosti, nebo jako jednorázový akt. Gabrhelík (2008) postuluje, že prokrastinace, která je chápána jako situační, nedovoluje zobecnění. Jde o jeden konkrétní akt odložení a při zkoumání se musíme zaměřit právě na něj. Naopak prokrastinační rys je popisován jako dlouhodobější, opakující se akt odkládání věcí. Zde se můžeme podrobněji dívat na strukturu odkládání a můžeme zobecnit chování jedince.

### **2.4. Test akademické prokrastinace u studentů**

Mezi českými výzkumy se vyskytuje hned několik testů na prokrastinaci. Z nich je mezi obecnou prokrastinací nejvýznamnější Layova Škála obecné prokrastinace (Gabhelík, 2008), která obsahuje 20 položek, které jsou hodnoceny na pětistupňové Lickertově škále. Mezi akademickou prokrastinací dominují dvě škály. Jednou z nich je 44 položková Posuzovací škála prokrastinace pro studenty (PASS). Druhou škálou je Layova Škála prokrastinace pro studenty (PSS). PSS je přepracovanou škálou obecné prokrastinace, kde byly přepracovány určité otázky.



## 2.5. Novější výzkumy prokrastinace

Tvrzení, že prokrastinace je nemocí moderní doby (Gabrhelík, 2008; Milgram & Tenne, 2000) nám přijde výstižné. První výzkumy se začaly objevovat v druhé polovině 20. století. Za jeden z nejvýznamnějších můžeme označit Layův (1986), ve kterém autor představil první sebeposuzovací dotazník na prokrastinaci. Postupem času se výzkumy prokrastinace ve světě množily. Tento fenomén lze ukázat například v databázi akademických článků PsycInfo, kde při zadání klíčového slova *Procrastination* do vyhledávání získáme 352 záznamů do roku 2000. Od roku 2000 do roku 2015 získáváme článků už 625.

Z nejnovějších výzkumů můžeme uvést například výzkum na čínských studentech studujících v USA (Lowinger, He, Lin, & Chang, 2014). Výzkumníci zkoumali vztah akademické prokrastinace a akulturace, jazykových schopností a self-efficacy. Výsledky jsou zajímavé. Nevyšly žádné signifikantní rozdíly mezi pohlavím, ale pro každé pohlaví byly zjištěny charakteristické korelace. Například u mužů můžeme pozorovat korelaci mezi akademickou prokrastinací a steskem po domově ( $r=0,19$ ,  $p=0,5$ ). U žen vyšla korelace  $r=0,41$  mezi prokrastinací a *academic self-efficacy* ( $p=0,00$ ). Zároveň se neukázal vliv věku na akademickou prokrastinaci ( $r=0,15$ ,  $p=0,70$ ).

Naproti tomu, že Lowinger, He, Lin, & Chang (2014) zjistili korelaci mezi prokrastinací a *self-efficacy* poměrně velkou ( $r=0,41$ ), Cerinovi (2014) na podobném vzorku s použitím odlišných metod vyšla korelace záporná ( $-0,36$ ).

Další zajímavou prací je výzkum Kroese et al. (2014), který přináší náhled na nový druh prokrastinace. Svůj článek uvádí úvahou nad zdravotními riziky prokrastinace a popisuje, jak může prokrastinace zdraví škodit. V článku přináší takzvanou *Bedtime* prokrastinaci, díky které člověk bez jasného vnějšího důvodu odkládá ulehnutí do postele za účelem spánku. Ze studie vychází pozitivní korelace ( $r=0,60$ ,  $p<0,001$ ) obecné prokrastinace a *bedtime* prokrastinace a zároveň negativní korelace se schopností sebe regulace.

Abychom nastínili, jak veliký je zájem o prokrastinace v posledních letech, dovolujeme si uvést ještě jeden nový výzkum. Corkin, Yu, Wolters, & Wiesner (2014) zkoumali, co přesně ovlivňuje prokrastinace na akademické půdě.

Z výzkumu vychází, že největší vliv na prokrastinaci má zájem o daný kurz a následně *self-efficacy*.

### **3. Teorie slovního asociačního testu**

#### **3.1. Historie slovního asociačního testu**

Pro svou práci jsme si vybrali metodu Slovního asociačního testu. Dříve byl nazýván také asociačním experimentem. Definici můžeme nalézt například u Hartla & Hartlové (2010), kteří uvádí, že jde o experiment, v němž vyšetřovaná osoba odpovídá na podnětové slovo prvním slovem, které jí přijde na mysl. Závislými proměnnými jsou délka časového intervalu, počet a kvalita asociací na slovní podněty. Dále také postulují, že je užíván ke zkoumání podvědomých obsahů a odhalování komplexů (Hartl & Hartlová, 2010). Tato definice, ač strohá a povrchní, velmi dobře vystihuje podstatu asociačního testu.

Než se podíváme na podstatu asociačního testu podrobněji, je dobré zmínit něco k jeho původu. Slovo „asociace“ vzniká z latinského *associare*, což znamená spojovat, spolupracovat. Do významu, v jakém je slovo používáno v této práci, ho zavádí John Locke v roce 1700 (Široký, 1990). Jde o význam abstraktního spojení mezi objekty, které se vytváří v mysli jedince. K dalšímu většímu významovému rozvoji slova již nedocházelo. Asociacemi se zabývali již myslitelé, jako je Aristotelés a Platón. Postupem času se klinický přístup k asociacím měnil. Jejich využití k práci s nemocnými se začalo objevovat na přelomu devatenáctého a dvacátého století, s experimenty na vědecké půdě přichází psychologové v roce 1879 (Kondáš, 1979).

Jedním z největších průkopníků asociačního experimentu byl C. G. Jung, který s asociačním experimentem začíná pracovat kolem roku 1900 a se spolupracovníky ustálil 150 slov, které dále používal pro klinická vyšetření. (Jaffé, 1998; Jung, 1910). Postupem času prošel asociační experiment mnoha změnami a několikrát již stál na pokraji úpadku. Jung (1993) ve svých přednáškách již roku 1935 uvádí, že psychologická veřejnost považuje slovní asociační test za zastaralý. On sám ho ale stále používá, ne u pacientů, ale u kriminálních případů. Vývoj se tedy dá popsat

jako úpadek v klinické psychologii, ale zároveň masivní rozvoj v jiných oborech. Jak již bylo uvedeno výše, využití našel například ve forenzní psychologii, odkud se dostal i do povědomí laické veřejnosti, nebo při výzkumech myšlení či u lingvistů (viz. Novější výzkumy WAT)

Pro použití asociačního testu je důležité znát jeho podstatu. Abychom pochopili způsob funkce, musíme nahlédnout pod povrch asociačního testu. Jak již bylo zmíněno v definici, využívá se k odhalování nevědomých procesů a komplexů. Pro nás je zde důležitý právě zájem o psychický fenomén komplexu. Podle slovníkové definice jde o synonymum pro potlačené zážitky a touhy, zvláště sexuální (Hartl & Hartlová, 2010). Slovo komplex se dostalo do hovorové řeči a často o něm mluvíme. Laický denotát je ve své podstatě stejný jako odborný (Jung, 1996).

Na komplex se můžeme podívat jako na žraloka, který je kdesi pod hladinou a je přitahován určitým podnětem. Předhodíme-li mu tento podnět, vyplave na povrch a nikdy nevíme, co takový žralok udělá. Tuto metaforu potvrzuje i sám Jung, který uvádí: *„Komplex nepodléhá kontrole vůle, ale má psychickou autonomii. Ta spočívá v tom, že se komplex manifestuje nezávisle na vůli a dokonce se může projevit i v přímém protikladu k vědomým tendencím. Komplex se vědomí tyransky vnucuje. Výbuch afektu je takřka totální útok na osobnost; individuum jako by bylo přepadeno nepřítelem nebo divokým zvířetem“* (1996, str. 120). Toto tvrzení se dá doplnit Jungovým výrokiem: *„Aktivní komplex nás vskutku momentálně uvede do stavu nesvobody, nutkavého myšlení a jednání, pro něž by eventuálně přicházel v úvahu právní termín ‚snížená přičetnost‘“* (1996, str. 246).

Jednou z nejčastějších příčin komplexu je morální štěpení, morální konflikt. Jde o nemožnost přijmout lidskou povahu v jejím celku (Jung, 1996). Jako příklad můžeme uvést právě prokrastinaci – morální stránka člověka ví, že je potřeba nějaký úkol splnit. Racionální a emoční část osobnosti ale z nějakého důvodu odmítá a vzniká zde rozpor, morální štěpení.

Jung říká, že právě komplex a jeho studie je onou královskou cestou do nevědomí (Jacobi, 2013) a staví se tak proti Freudovi (2005), který touto metaforou označil analýzu snových obsahů. Komplexy jsou obecně rozděleny na dva druhy. Prvním druhem je komplex vytěsněného obsahu. Jde o odštěpek vědomí, který byl

vytěsněn do nevědomí. Druhým je komplex, který v nevědomí již vznikl (Jung, 2001).

Podle Junga (1996) můžeme říct, že komplexy jsou normálními ohnisky duševního dění, jejichž bolestivost nedokazuje žádnou poruchu. Jung totiž říká, že utrpení a duševní bolest není nemocí, nýbrž obyčejným protipólem štěstí. Komplex se ale chorobným může stát ve chvíli, kdy člověk netuší, že ho má.

V momentě, kdy chápeme povahu komplexu a nevědomí, můžeme se podívat na způsob zkoumání tohoto fenoménu. A je to právě asociační experiment, který přinesl mnoho dílčích poznatků a pomohl Jungovi ustálit jeho teorii o komplexu. Asociační test, jak už vyplývá z názvu, se opírá o takzvané volné asociace, což je spojení dvou nebo více psychických obsahů, např. myšlenek, nebo psychických stavů (Hartl & Hartlová, 2010). „*S volnými asociacemi vyjdou najevo komplexy*“ (Jung, 1996, str. 144). A to je právě cíl, ke kterému se snaží dojít asociační test. Jinak řečeno, volné asociace nás odvádí od afektu, od okruhu o kterém se hovoří, ke komplexům, u kterých není žádná jistota, jestli se k afektu opravdu vztahují (Jung, 1997). „*Komplex musí být psychickým faktorem, který má valenci, která občas přesáhne valenci vědomých úmyslů*“ (Jung, 1996, str. 246). Ve chvíli, kdy máme přístup ke komplexům a můžeme je začít zkoumat, máme přístup do jisté části nevědomí a můžeme s ní začít pracovat.

### **3.2. Podoba Asociačního testu**

Asociační test odhaluje komplexy pomocí volných asociací. Popis asociačního testu se bude držet původního, Jungem používaného experimentu. Test se po celou dobu vyvíjí a upravuje pro různé potřeby. Mění se podnětová slova, způsoby vyhodnocování i způsoby administrace. Často se dokonce můžeme setkat s označením Slovní asociační test u výzkumu, který si převzal pouze metodu volných asociací. Než rozebereme nové přístupy a modifikace, chtěli bychom se podrobněji podívat na originální Asociační test, který ustálil Jung pro svoji praxi.

Samotný slovní asociační test se skládá ze 150 podnětových slov, která jsou převážně podstatná jména. Mezi tyto podněty slova se zařadí slova, u kterých je

pravděpodobné, že vyvolají komplex (tato slova bývají vybrána vždy s ohledem na situaci vyšetření a anamnézu pacienta). Taková slova se rovnoměrně rozprostřou napříč celou sadou podnětových slov. Administrátor má k dispozici záznamový arch, který obsahuje tato slova a prostor na vyplnění závislých proměnných (reakční slova, reakční čas) (Kondáš, 1979; Jung, 1993).

### 3.3. Administrace

Proband je nejprve seznámen s průběhem vyšetření. Sdělí se mu, že bude postupně vystaven podnětovým slovům s instrukcí „*Odpovídejte jak nejrychleji je to možné*“ (Jung, 1910). Je vyžadováno, aby klient odpovídal prvním slovem, které ho napadne, prvním slovem, které mu přijde na mysl (Kondáš, 1979). Nejprve zkusíme s probandem několik nácvičných slov a poté přejdeme k samotnému podnětovému archu. Následně jsou mu předčítána podnětová slova, na která postupně odpovídá. Vyšetřující vždy zaznamená reakční slovo a čas, který změří na stopkách (Jung uvádí měření od konce podnětového slova po začátek slova reakčního (Široký, 1990; Kondáš, 1979)), čímž zjistí latenci odpovědi. Po přečtení a zodpovězení všech podnětových slov se s probandem projede celý seznam znova a experimentátor zjišťuje, jestli si klient vzpomene na slovo, které odpověděl.

Jung zároveň měřil a zjišťoval fyziologické indikátory, jako je změna napětí pokožky. Postupem času u svých klientů začal experimentovat s odporem pokožky. Takzvaný psychogalvanický reflex je reakcí pokožky na určité změny v nervové soustavě. Tento proces vyvolává změnu odporu pokožky. Podráždění nervové soustavy vyvolá snížení odporu pokožky a následné pocení. Jung připojil probandům na ruku elektrody, pomocí nichž měřil právě tento odpor. Na podobném základu fungují i starší takzvané detektory lži (Široký, 1990).

Vzhledem k časové, finanční i materiální náročnosti jsme usoudili, že psychogalvanický reflex nebude v naší studii možné měřit, tudíž se touto teorií nebudeme více zabývat.

### 3.4. Vyhodnocení

Při vyhodnocování jakéhokoli asociačního testu musíme mít na mysli, že nejde o metodu, kde by se dala analyzovat jedna samostatná část, nebo dokonce jedno jediné slovo. Musíme vycházet z celého komplexu odpovědí a chování. (Jung, 1910)

Asociační test se vyhodnocuje ze 4 základních a 5 přídavných hledisek (Kondáš, 1979; Jung, 1910). Čtyři základní hlediska jsou:

1. Reakční čas (jeho průměr, medián, odchylky)
2. Procentuální zastoupení poruch asociace
3. Výskyt chybných reprodukcí (v procentech)
4. Procentuální výskyt méně kvalitních reakcí

Přídavná hlediska jsou:

5. Rozložení latencí (procentuální zastoupení krátkých, mírně prodloužených a prodloužených latencí)
6. Výskyt jednotlivých druhů poruchových asociací v procentech
7. Zastoupení populárních reakcí
8. Vyznačení převládajících asociačních vztahů
9. a. Výskyt neobvyklých asociačních spojení  
b. Které podněty se potvrdili jako konfliktní

Vzhledem k tomu, že složitost komplexního vyhodnocení zabere na jednu celou publikaci, pokusíme se postupně vysvětlit nejdůležitější body, převážně na ty, které jsou významné pro tuto práci.

#### Ad 1. Reakční čas

Reakční čas je pro tuto práci jedním z hlavních vyhodnocovacích hledisek a zároveň bude stěžejním při analýze našeho výzkumu, proto se mu budeme věnovat nejvíce. Ze záznamového archu máme časy všech reakcí, přičemž pokud pacient v reakci selhal, zapíše se a zvýrazní 30s (jde o čas, po kterém se přesouvá na další podnětové slovo i bez reakce).

Základem vyhodnocení je komplexní struktura reakčních časů, na kterou examinátor získá náhled až po dlouhé praxi (Jung, 1910). Pro kvantitativní

obraz ale můžeme použít přesného postupu. Nejprve se určí průměr všech latencí u reakčních slov a následně se označí jako významná slova ta, která daný průměr přesahují (Jung, 1993). Budeme-li mít tedy například 5 slov s latencemi 1.2s, 2.1s, 6.8s, 1.8s, 2.0s, můžeme si spočítat průměr, který nám vychází 2,78. Kdybychom si označovali poruchová slova, v našem příkladu by to bylo pouze třetí slovo. Velké latence v odpovědích nejsou v žádném případě náhodné, ale odpovídají s neuvěřitelnou přesností narušujícím efektům nevědomí (Jacobi, 2013). Například tedy osoba, trpící peněžním komplexem bude zasažena, když se řekne slovo „koupit“. Tak vzniká porucha reakce a zvýší se latence odpovědi (Jung, 1993).

## **Ad 2. Poruchy asociace v procentech**

Všechny asociace se dají zařadit do určitých kategorií. Obyčejné, běžné asociace řadíme jako kvalitní reakce. Naproti tomu se může vyskytnout porucha asociace. Různé zdroje uvádí různé kategorie pro poruchy asociací. Například (Rapaport, Gill, & Schafer, 1946) uvádí až 25 druhů poruch asociací, Blejcher (1971 in Kondáš, 1979) uvádí kategorií pouze 7. My se ve své práci opíráme o československou příručku Kondáše (1979), který uvádí kategorií 14 a ty jsou:

- Selhání (pacient nevydá žádnou asociaci),
- Víceslovná reakce,
- Perservace (zopakování dříve položené odpovědi),
- Echolálie (zopakování podnětového slova),
- Interogativní r. (odpovídá otázkou/žádá si upřesnění),
- Opožděné r. (reaguje na předchozí podnětové slovo),
- Negativní r. (nevím, nic, atd.),
- Extrasignální r. (jmenování okolních předmětů – zanedbání podnětového slova),
- Vzdálené r. (vztahuje se k podnětovému slovu jen velice vzdáleně, ale pacient ho dokáže objasnit),
- Neologismy,
- Zvukové doplnění/rým,

- Egocentrické r. (reakce vztažena přímo na osobu pacienta, např. Lenost – Já),
- Afektivní r. (obsah emočního nebo afektivního zabarvení, např. Kočka – fuj),
- Nepochopení podnětovému slovu.

### **Ad 3. Výskyt chybných reprodukcí**

Chybnou reprodukcí označujeme situaci, kdy pacient při opakování asociačního testu odpoví jiným slovem, nebo vypoví, že si na slovo nevzpomíná.

### **Ad 4. Méně významné reakce v procentech**

Za méně kvalitní reakce považujeme všeobecné atributy. Tedy označení vlastnosti podnětového slova přídavným jménem, kterým může být označeno jakékoli podnětové slovo (Lev – zlý; Kniha – dobrá). Naproti tomu specifické charakteristiky považujeme za kvalitní reakci (Ruka – šikovná; Doktor – moudrý)

## **3.5. Závěr vyhodnocení**

Seskupením všech charakteristik odpovědí získáváme komplexní obraz o klientovi. Souhrnně můžeme zjištěné věci nazvat symptomatickými projevy komplexů. *„Kdykoli se podnětové slovo dotkne něčeho, co je spojeno se skrytým komplexem, je reakce vědomí vázaného na já narušena, a dokonce nahrazena odpovědí, jež pochází z komplexu. Je tomu přímo tak, jako by komplex byl samostatnou bytostí, jež je schopna rušit úmysly já“* (Jung, 2001, str. 23).

Pozorování, která Jung z asociačního experimentu vyvodil, potvrzuje i Sigmund Freud. Dochází ke stejným závěrům z pozorování jedince ve stavu hypnózy a z analýzy snů (Jacobi, 2013).



Jung (1993) uvádí, že celý asociační test není jasným a přesným nástrojem na změření komplexů, ale měli bychom ho brát jako návod, kam se zaměřit, ukazatel, kde je něco špatně.

### 3.6. Novější výzkumy WAT

I přes svoje stáří se různé podoby slovního asociačního testu využívají. Spektrum využití se s časem rozšiřovalo. Sám Jung (1996) přestal používat asociační test ke klinickým vyšetřením a přenesl ho do forenzního okruhu. Dnes se využívá především ke zkoumání v okruzích lingvistiky. Z významnějších, větších výzkumů posledního desetiletí můžeme uvést například meta-analýzu Rodríguez-Aranda, & Martinussen (2006), které využily formu slovního asociačního testu a podrobily analýze 26 studií, aby zjistily závislost věku na plynulost řeči. Výsledkem studie je potvrzení vlivu věku na verbální plynulost a zároveň i ukazuje signifikantní rozdíl ve výsledcích u žen a mužů.

Dalším významným výzkumem je zkoumání slovního asociačního testu za pomoci funkční magnetické rezonance (fMRI), které provedli Petchkovsky et al. (2013). Z jejich výsledků můžeme nahlédnout pod povrch slovního asociačního testu trochu více. Výzkum ukázal, že při položení komplexového podnětového slova se mozek aktivuje signifikantně více, než u slova obyčejného. Zároveň se objevují akce zrcadlových neuronů a zvýšené vybuzení oblastí, které mají na starost empatii a *self awareness*. Dalším velice zajímavým úkazem je, že se na dobu přibližně tří vteřin stane dominantní levá hemisféra mozková a převezme řízení nad pravou. Právě tohle je poznatek, který souvisí s výsledky asociačního testu a nejspíše vysvětluje, proč je latence po komplexovém slovu lehce zvýšena i u následujících podnětových slov, jak popisuje Jung (1993).

I přes naše předchozí tvrzení, že Jungův asociační test se téměř přestal používat v klinické diagnostice, je zde jedna metoda, která má s Jungovým slovním asociačním testem hodně společného. Jde o Rorschachovu metodu (ROR). Hermann Rorschach zahájil práci na svém „inkoustovém testu“ v roce 1914 a roku 1921 vydává své stěžejní dílo *Psychodiagnostika: diagnostický test založený na percepci* (Lečbych, 2013).

ROR je projektivní metodou, která primárně pracuje s percepcí. Hlavním rozdílem mezi ROR a WAT je právě podnětový materiál, kterým jsou obrázky u ROR a u slovního asociačního testu slova. V základu jsou slova lepším podnětovým materiálem než obrázky (Carnevale, Fujita, Han, & Amit, 2014), ovšem ROR je specifický, protože se nejedná o obrázky, ale o neurčité „skvrny“. Přímý vztah mezi ROR a WAT se objevuje, ovšem pouze v určité oblasti odpovědí. Dá se tedy říci, že u obou metod je shodný pouze vstup komplexů z nevědomí do odpovědi. Naopak se liší způsob vyvolání oné komplexové reakce (Kang, 1998).

#### 4. Propojení Prokrastinace a WAT

Prokrastinace, jak bylo nastíněno výše, je velkým problémem studentů dnešní doby. I přes četné výzkumy na toto téma, stále jsme se nesečkali s diagnostickou metodou prokrastinace, která by byla jiného stylu než sebezposuzovací dotazník. Toto považujeme za veliký nedostatek, jelikož sebezposuzovací škály mají své jasné nedostatky. Především u dotazníků na prokrastinaci jde o možnost lehce odhadnout sociálně přijatelnou odpověď, nebo odpověď žádanou. Zároveň pokud proband bude vyplňovat sebezposuzovací škálu nedobrovolně, můžeme se setkat s odpověďmi hostilními. Další nevýhodou je nekomplexnost dotazníků (většina z nich má 20 otázek). Prokrastinace je u každého člověka individuální, každý zanedbává trochu jinou část své práce. Z tohoto důvodu jsme se rozhodli hledat v jiných metodách, které bychom mohli použít. A jednou z nich byl právě Slovní asociační test.

Jak již bylo výše zmíněno, Slovní asociační test (WAT) prošel od doby prvního použití četnými změnami, aby naplnil nejrozmanitější požadavky pracovníků akademické půdy. Od psychologie se dostal k nejen k lingvistice, sociologii, ale například také do forenzních okruhů. Prokázal se tedy jako velice komplexní nástroj, který lze použít k vícero cílům.

Propojení slovního asociačního testu s prokrastinací můžeme nalézt právě v psychoanalytickém výkladu prokrastinace. Jung (1996) popisuje komplex jako nahromaděnou energii v nevědomí, která může ovládnout nevědomí při určitém podnětu. Velice podobně vypadá hlubinná definice prokrastinace, kde je úzkost z úkolu, při odložení na později, potlačena do nevědomí, čímž vzniká komplex (Ferrari, Johnson, & McCrown, 1995). A právě ono označení prokrastinace za nahromaděný komplex nás navedlo k užití slovního asociačního testu.

Během rešerše jsme nenarazili na žádné výzkumy, které by tyto dvě oblasti propojovaly přímo směrem, kterým míříme my.

## **5. Metodologický rámec výzkumu**

### **5.1. Metodologické ukotvení**

#### **5.1.1. Výzkumný problém**

Prokrastinace se dostává do povědomí laické i odborné veřejnosti čím dál tím více a i výzkumy uváděná prevalence je poměrně vysoká. Zároveň se ve všech výzkumech využívá poměrně omezené množství psychodiagnostických metod, což přispívá k pohledu na prokrastinaci pouze jedním směrem. Žádný výzkum se ještě nezabýval vztahem prokrastinace a slovního asociačního testu, který by mohl při díky svému hlubinnému zaměření diagnostice velice pomoci.

#### **5.1.2. Výzkumné cíle**

Hlavním cílem výzkumu je, jak již vyplývá z názvu práce, zjistit jestli a případně jaký vztah je mezi prokrastinací a slovním asociačním testem. Prokrastinaci jsme se rozhodli měřit Layovou škálou prokrastinace pro studenty a u asociačního testu jsme vytvořili vlastní sadu podnětových slov. Budeme zkoumat vztah mezi hrubým skórem škály prokrastinace a reakčními časy slovního asociačního experimentu.

Zároveň chceme zjistit, zdali námi vybraná konfliktní slova budou opravdu ovlivněna prokrastinací. Zvolili jsme si hranici 58 bodů Škály prokrastinace pro studenty (dále pouze PSS), což je polovinou rozpětí tzv. Středních prokrastinátorů. Od této hodnoty výše bereme probandy jako prokrastinátory. U těchto probandů změříme reakční časy u konfliktních slov a porovnáme je s průměrem ostatních reakčních časů.

Mezi vedlejší cíle jsme zařadili zjištění parciálních vztahů mezi prokrastinací a určitými částmi asociačního testu. Z těchto výsledků by se dalo usuzovat na vylepšení podnětových slov, případně předělání testu.

Jedním z dalších vedlejších cílů jsme si určili zjistit rámcově prevalenci prokrastinace u studentů vysokých škol. Jak uvádí Gabrhelík (2008), zjištění

prevalence prokrastinace je u tohoto tématu jedním ze základních pilířů dalšího výzkumu. Zároveň uvádí, že prevalence je mezi studenty velmi vysoká. Jeho data z roku 2008 ukazují, že podle PSS se mezi střední a těžké prokrastinátoři řadí až 78% respondentů. Vzhledem k našemu přesvědčení, že mezi vysokoškolskými studenty panuje velká míra prokrastinace, chceme jeho výsledky potvrdit.

Jako poslední vedlejší cíl studie jsme si dali zjistit rozdíl v míře prokrastinace u mužů a žen. Z předchozích výzkumů (Gabrhelík, 2008; Ferrari et al., 1995) nepředpokládáme signifikantní rozdíl v míře prokrastinace udané PSS mezi muži a ženami.

### **5.1.3. Metodologický design**

Vzhledem k našim výzkumným cílům jsme zvolili kvantitativní design, který nám je pomůže nejlépe naplnit. Pokud se vezmou pouze hlavní cíle, jedná se ve své podstatě o korelační studii.

### **5.1.4. Hypotézy**

Z výzkumných cílů jsme si formulovali následující hypotézy:

H<sub>1</sub>: Relativní reakční čas u konfliktních slov signifikantně pozitivně koreluje s výsledným skórem PSS.

H<sub>2</sub>: U prokrastinátorů způsobují konfliktní podnětová slova signifikantně větší latenci než ostatní slova.

H<sub>3</sub>: Výsledný skóre PSS signifikantně pozitivně koreluje s reakčními časy jakéhokoli nekonfliktního podnětového slova.

H<sub>4</sub>: Počet středně a těžce prokrastinujících probandů je mezi 70 – 90% celého výzkumného souboru.

H<sub>5</sub>: Není statistický významný rozdíl u výsledného skóru PSS mezi muži a ženami.

Pokud bylo třeba, tak jsme si tyto hypotézy převedli na statistické hypotézy:

H<sub>2</sub>: U probandů s výsledným skórem PSS větším než 58 bodů je průměrný relativní reakční čas všech konfliktních podnětových slov signifikantně vyšší než průměrný relativní reakční čas ostatních slov.

H<sub>4</sub>: Počet probandů s výsledným skórem PSS > 53 je mezi 70 – 90% celého vzorku.

### 5.1.5. Proměnné

Z hypotéz a výzkumných cílů jsme vytvořili proměnné, se kterými budeme pracovat. Mezi hlavní zjišťovanou proměnnou můžeme zařadit **Výsledný skór PSS**, který získáme po vyhodnocení Škály prokrastinace pro studenty. Jedná se o proměnnou metrickou proměnnou, která může nabývat hodnot od 30 do 100.

Další využívanou proměnnou jsme pojmenovali **Relativní reakční čas u konfliktních slov**. Jedná se o proměnnou metrickou, konkrétně v rámci sekund. K jejímu zjištění je potřeba průměr všech reakčních časů probanda, který se odečte od průměru reakčních časů u konfliktních slov. Takto získáme relativní posouzení rozdílu konfliktních slov. Tato úprava byla nutná z jednoho závažného důvodu. Každý člověk má individuální průměrnou latenci, která se může výrazně lišit. Abychom naši změnu zdůvodnili, uvedeme zde příklad. Ve vzorku máme dva probandy. Jeden má běžný reakční čas 5 sekund a reakční čas u konfliktového slova sekund 6. Druhý má běžnou rychlost reakce 2s a reakční čas u konfliktového slova také 6 sekund. Běžným průměrem reakčních časů bychom docílili průměru obyčejných reakčních časů 3,5s a konfliktových reakčních časů 6s. Jistě je ale vidět nedostatek této metody, kde nenalzááme pravý rozdíl u druhého probanda, zatímco rozdíl u probanda prvního je značně nadhodnocen. Pokud tedy vezmeme průměr obyčejných reakčních časů a odečteme ho od průměru konfliktních časů, dostáváme u každého probanda relativní konfliktní čas. V našem případě by to u prvního probanda byla 1 sekunda a u probanda druhého sekundy 4.

**Reakční čas** jsme měřili u každého slova a to pomocí programu AudaCity (viz. Metody analýzy a zpracování dat). Reakční čas jsme měřili od konce podnětového

slova po začátek slova reakčního. Přesnost měření jsme ustálili na tři desetinná místa.

#### **5.1.6. Základní a výzkumný soubor**

V rámci našeho výzkumu jsme si ustálili jako základní soubor studenty prezenčního studia vysokých škol v České republice. Mezi hlavní faktory tohoto výběru můžeme zařadit především přístupnost k testování. Jelikož je autor sám studentem vysoké školy, dává mu to příležitost oslovit velký a rozmanitý vzorek. Zároveň se v tomto okruhu lépe orientuje. Dalším velkým faktorem je metoda zjišťování prokrastinace a celkově okruh Akademické prokrastinace, jakožto více zkoumaný okruh prokrastinace. Samotná metoda PSS nám umožňuje zaměřením se přímo na studenty dotazníkem, který je vytvořen přímo na náš základní soubor. V neposlední řadě bylo velkým faktorem výběru jasné uzavření a ohraničení skupiny. Studenti vysoké školy jsou jasně definovatelní a jde o všeobecně známé vydělení skupiny.

V akademickém roce 2012/2013 bylo zaznamenáno téměř 300 000 studentů prezenčního studia vysokých škol v ČR a s rostoucí tendencí za posledních 10 let se dá předpokládat, že k roku 2015 půjde ještě o mírně větší číslo (Český statistický úřad, 2015).

Výzkumný soubor byl vybrán pomocí nepravděpodobnostního příležitostného výběru v kombinaci s výběrem záměrným. Celý soubor se skládá ze studentů vysokých škol, tedy ze studentů všech ročníků bakalářského či magisterského studia. Věkovou hranici výběru jsme nezahrnovali, jelikož použité metody jsou omezeny pouze studiem vysoké školy. Probandi byli sbíráni ve třech městech (Brno, Olomouc, Praha) s tím, že na druh vysoké školy ani oboru nebyl brán zřetel. Výběr probandů probíhal příležitostně, nejčastěji na kolejích vysoké školy. Když vezmeme v úvahu nereprezentativnost výzkumného vzorku, musíme upozornit, že výsledky platné pro výběrový soubor nejsou příliš zobecnitelné na základní soubor a musí s nimi být zacházeno s patřičným nadhledem.

## **5.2. Etické aspekty výzkumu**

Z etického hlediska nepovažujeme výzkum za kontroverzní nebo rizikový. V celém výzkumu nebyly sbírány žádné identifikační nebo citlivé údaje. Nejkontroverznějším údajem je nahrávka probanda, která byla po celou dobu výzkumu pouze pod dohledem autora práce a nikdo jiný k ní neměl přístup (diktafon byl mimo průběh testování zamčený, soubory v PC byly zaheslovány). Nahrávku zároveň nelze nijak přiřadit ke konkrétní osobě.

Přiřazení výsledků testu prokrastinace a nahrávky proběhlo pouze pomocí pořadového kódu.

Všichni probandi byli seznámeni s dobrovolností účasti ve výzkumu a z možnosti svoji účast kdykoli v průběhu testování ukončit. Nikdo tuto možnost nevyužil.

Jelikož slovní asociační test může působit na probandy tíživě a vyvolat nepříjemné stavy, autor práce byl připraven kdykoli poskytnout základní pomoc, případně doporučit odbornou psychologickou pomoc.

## **5.3. Layova škála prokrastinace**

Jak již bylo zmíněno výše, jednou z nejčastějších metod testování prokrastinace je Layova Škála prokrastinace pro studenty (Gabrhelík, 2008), viz Příloha č. 1. Pro výzkum jsme si vybrali právě tuto metodu, jelikož v sobě snoubí hned několik výhod. Jednak je určena přímo pro akademickou prokrastinaci a zároveň je poměrně krátká (20 položek, unidimenzionální). Krátkost nám dává jedinečnou příležitost nenáročného testování, které je ve spojení se Slovním asociačním testem, který může být psychicky náročnější, velice vítána. Další nepopiratelnou výhodou je jednoduchost vyhodnocení dotazníku.

Samotná škála nebyla obsahově přepracována od Gabrhelíkova překladu (2008), pouze jsme lehce upravili úvodní slovo. Doplnili jsme ho o informace o opravě chybného zaznačení. Nedostatek instrukcí jsme po pilotní studii považovali za kritický. Zároveň jsme škálu od úvodního slova oddělili, což bylo provedeno čistě



z ekonomického hlediska (úvodní slovo bylo používáno opakovaně). Proběhly i úpravy z grafického hlediska. Oddělili jsme otázky od sebe vodorovnou nepřerušovanou čarou, která dodala dotazníku větší přehlednosti.

Škála prokrastinace pro studenty (PSS) je složena z 20 položek na které respondent odpovídá na pětibodové Likertově škále. Možnosti odpovědí jsou od 1 – Velmi netypické; 2 – Spíše netypické; 3 – Neutrální; 4 – Spíše typické; 5 – Velmi typické. Zároveň je respondent vybídnut, aby vyplnil všechny otázky.

Administrace i vyhodnocení u PSS probíhá velice jednoduše. Při vyhodnocení se odpovědím přiřadí body od 1 do 5. Na škále je 10 opačně skórovaných položek (3, 4, 6, 8, 11, 13, 14, 15, 18, 20), kde se skóry přiřadí naopak. Následně se sečtou body ze všech položek a vychází nám výsledný skór.

Lay i Gabrhelík (2008) dělí respondenty do 4 kategorií, podle výsledného skóru:

- Neprokrastinující (rozpětí 20 – 28)
- Lehčí prokrastinátoři (rozpětí 29 – 52)
- Střední prokrastinátoři (rozpětí 53 – 63)
- Těžcí prokrastinátoři (rozpětí 64 – 100)

Pro naši práci jsme vzali pouze výsledný skór (proměnná Výsledný skór PSS).

## **5.4. Slovní asociační test**

Slovní asociační test byl, jak již bylo vícekrát zmíněno, v průběhu jeho historie mnohokrát pozměněn, aby plnil různé účely. I my jsme se při našem výzkumu lehce odklonili od původní, Jungovy verze.

### **5.4.1. Podnětová slova**

Jednou z hlavních změn byla tvorba nového, vlastního seznamu podnětových slov. Při tvorbě jsme vycházeli převážně z Kondáše (1979), který udává základní pravidla

při tvorbě podnětových slov, která jsme dodrželi. Všechna naše slova tvoří podstatná jména, která jsou pro vybranou věkovou kategorii srozumitelná a běžně se vyskytují v hovoru. V neutralitě slov jsme vycházeli ze slovenského Asociačního testu, odkud jsme přebrali většinu obyčejných podnětových slov. Mezi běžná podnětová slova jsme zařadili konfliktní, neboli komplexová slova. Jde právě o ta slova, u kterých předpokládáme vyvolání komplexu u lidí, kteří prokrastinují. Kondáš doporučuje vložit takových slov 6 (za předpokladu 25 slov celkem). My jsme takových slov vložili nejprve sedm. Následně jsme po pilotní studii (viz kapitola pilotní studie) ustálili počet na šesti. Máme tedy celkem 25 podnětových slov, ve kterých se nachází 6 slov konfliktních (viz. Příloha č. 2). Konfliktní slova jsou: 4. **Škola**, 8. **Lenost**, 10. **Povinnost**, 12. **Deadline**, 21. **Úkol**, 24. **Prokrastinace**.

Konfliktní slova jsme vybrali ze dvou rozhovorů zaměřených na prokrastinaci u studentů. Vybrali jsme slova: Škola, Lenost, Povinnost, Deadline, Závazek, Úkol a Prokrastinace.

#### 5.4.2. Administrace

Administrace probíhala ve standardním znění a za přibližně standardních podmínek. Co se okolí týče, snažili jsme se vždy najít co nejméně rušivé prostředí (většina administrací proběhla ve studovně na kolejích) a vždy administrace probíhala bez přítomnosti jiných osob než výzkumníka a probanda.

Před samotným testováním jsme probandovi vysvětlili podstatu asociačního testu a byla mu dána standardizovaná instrukce:

*„Nyní Vám postupně přečtu 25 slov a budu chtít Vaši asociaci. Vaši první reakci, která Vás napadne. Měla by to být co nejrychlejší reakce na dané slovo. Jedná se 25 podstatných jmen, se kterými se setkáváte v běžném životě, takže by Vás nemělo žádné překvapit. Pokud přesto nějaké nebudete znát, řekněte to a přesuneme se na další slovo. Pokud Vás nebude nic napadat, neříkejte, že nevíte, pouze počkejte, než Vás něco napadne. Žádná odpověď není správná ani špatná, nad odpovědí se tedy nesnažte přemýšlet. Prosím, odpovídejte, jak nejrychleji to bude možné.“*

Následně byl proband uveden do testu zácvičným slovem ve větě „*Já tedy řeknu například **taška** a vy...*“. V tuto chvíli byl dán neverbálně prostor probandovi, aby sdělil svoji asociaci. Ve chvíli kdy proband úkol zjevně pochopil, přesunuli jsme se k samotnému asociačnímu testu. Pokud si nebyl jistý, zkusili jsme postupně další zácvičná slova (**telefon, maso, sníh**).

Těsně před začátkem administrace samotného testu došlo k zapnutí diktafonu a ujištění se, že je proband připraven verbální otázkou. Po odsouhlasení přišla administrace samotného testu. Po vyřčení reakčního slova probandem jsme ponechali lehkou pauzu (přibližně vteřinu), abychom se s probandem ujistili, že se můžeme přesunout na další reakční slovo. V průběhu administrace neprobíhala žádná komunikace. Pouze občas se proband dotázal i v průběhu testu na nějakou informaci, která mu byla stručně sdělena, a pokračovalo se dále, aby se zamezilo větší inkoherenci testu. Po vyslovení všech podnětových slov jsme s probandem opět prošli reakční slova, u kterých nebyla srozumitelná odpověď, či bylo potřeba vysvětlení (např. několik reakčních slov bylo cizím jazykem, konkrétně japonština). Poté byla dána probandovi příležitost, aby se k testu vyjádřil, případně se zeptal na podrobnosti. Zároveň byla vysvětlena podstata testu a rámcově i celé studie.

### 5.5. Pilotní studie

Pilotní studie proběhla na pěti lidech, kdy všem byly zadány obě metody přesně ve znění, v jakém byly plánovány na konečný výzkum. Po administraci obou metod podstoupili krátký nestrukturovaný rozhovor, kde jsme se jich ptali na dojmy a poznatky z testování.

Díky pilotní studii jsme zjistili informace, které jsme poté převedli do administrace metod. Nejvýznamnější změnou bylo zrušení konfliktního slova **Závazek**, které nejspíše díky umístění za slovo **Muž** podle výpovědí ve všech případech vyvolal reakční slovo týkající se svatby a partnerských vztahů. Slovo **Závazek** tedy bylo ponecháno, ale nebylo analyzováno v rámci prokrastinace.

Další změny provedené po pilotním testování se týkají metody PSS. Jak již bylo zmíněno výše, záznamový arch byl oddělen od úvodního slova a byl značně graficky

pozměněn, což přispělo přehlednosti a lehkosti vyplňování. Další výraznou změnou byla úprava instrukcí, do kterých byla přidána informace o způsobu změny odpovědi. Zároveň jsme zjistili, že PSS obsahuje nejasně položené otázky, které uvádí probandy do rozpaků. Nejčastěji se vyskytl problém s položkou č. 3: „*Když plánuji setkání s přáteli, všechny potřebné věci mám připraveny s dostatečným předstihem.*“ a položkou č. 4: „*Když je ráno čas vstávat, nejčastěji ihned vstávám z postele.*“ V rámci zlepšení administrace a srozumitelnosti dotazníku jsme nabízeli probandům možnost konzultace otázek při nejasnostech, kde jsme následně probandům otázku vysvětlili.

Zároveň se v pilotní studii doladily a ustálily úvodní informace říkané probandům a celková administrace obou metod. S úspěchem jsme otestovali nahrávací zařízení i program pro následnou analýzu.

## **5.6. Postup testování a administrace**

Samotné testování probíhalo dlouhodoběji v průběhu ledna a února 2015. Výzkumný soubor, jak již bylo řečeno, se skládal ze studentů vysokých škol ve třech městech. První sběr dat proběhl v Praze na vysokoškolských studentech, následně jsme sbírali data v Olomouci a nakonec u studentů Masarykovy univerzity v Brně. Samotný postup testování jsme se snažili co nejvíce standardizovat, aby nedocházelo k přílišnému ovlivnění z vnějších proměnných. Veškerá administrace tedy probíhala v co nejpodobnějším znění a vždy administroval pouze sám autor. Na PSS by změna administrátora neměla takový vliv, ale myslíme si, že na Slovní asociační test by to mělo vliv velký. Zároveň bylo docíleno stále stejných instrukcí a pokynů, které se autor před samotným testováním naučil. Postup testování jednoho každého probanda tedy probíhal následovně:

Autor se nejprve s probandem seznámil, představil se mu a zároveň mu představil katedru psychologie, pod kterou je studie vedena. Probandovi byl stručně sdělen průběh testování, bylo mu vysvětleno, že studie se bude skládat ze dvou krátkých částí a zároveň mu byl sdělen přibližný čas testování (cca 5 minut). Následně mu byly vylíčeny etické aspekty studie, byl obeznámen s možností odstoupení, s anonymitou a s nahráváním za účelem pozdější analýzy. V celém tomto informačním bloku jsme se snažili vyhnout jakékoli informaci o prokrastinaci, aby

nebyly ovlivněny výsledky Slovního asociačního testu. Pokud se proband zeptal na účel studie, bylo mu řečeno, že „jde o výzkum copingových strategií při studiu“. Všechny probandy tato informace uspokojila a nebylo potřeba dalšího vysvětlování. Zároveň při podání této informace nejde o klamání probanda, tudíž jsme se vyhnuli etickému problému.

Po informačním bloku jsme si od probanda vyžádali ústní informovaný souhlas a ujistili jsme se, že všemu dostatečně rozuměl a že nemá s ničím problém. Následně jsme přešli k administraci slovního asociačního testu. Vzhledem k jeho povaze jsme ho striktně administrovali vždy jako první, před PSS. Po ukončení Slovního asociačního testu jsme dali možnost probandovi na krátkou přestávku, aby si vydechl. S ohledem na možnou psychickou zátěž a zároveň s přihlédnutím k faktu, že není potřeba administrovat PSS přímo po asociačním testu, jsme dali probandům tolik času, kolik chtěli. Velká většina z nich chtěla rovnou pokračovat, nejdelší přestávka mezi administrací obou metod byla dvě minuty.

Následovala administrace PSS, při které byla probandům nabídnuta pomoc při jakémkoli nepochopení otázky. Po ukončení PSS jsme probandům poděkovali a udělali krátký debriefing, kde jsme jim vysvětlili podrobněji podstatu testování, ujistili se, že jsou po psychické stránce v pořádku a nabídli jim zaslání výsledků na mail. Ještě jednou byli ujištěni o anonymitě smazání nahrávky ihned po analýze. Následovalo rozloučení a symbolické poděkování nabídnutím sladkosti (cucavé bonbony).

Jak již bylo zmíněno výše, administrace obou metod byla konána z několika důvodů vždy jednou a tou samou osobou. Tyto důvody byly: standardní postup testování, stále stejný hlas, finanční náročnost cestování, časová náročnost.

### **5.7. Metody analýzy a zpracování dat**

Při analýze a zpracování dat jsme využili základní deskriptivní statistiky a provedli základní statistické operace (korelace, t-test). Ke zpracování dat a ke statistickým analýzám jsme využili program Statistica 12 od společnosti StatSoft, Inc., na něhož vlastní autor práce licenci.

Při analýze nahrávek jsme využili program AudaCity, vedeného pod licencí GNU General Public License, který nabízí možnost volného využití k výzkumným účelům.

Analýza nahrávek probíhala nejprve prvním přehráním, kdy bylo zaznamenáno každé reakční slovo probanda. Následně došlo ke zobrazení nahrávky graficky, pomocí takzvané frekvenční zvukové křivky, díky které byl celý záznam a následná analýza přehlednější. Právě díky tomuto převodu se nám povedlo s větší přesností zjistit reakční časy probandů a detailně analyzovat latence. Graficky se dá jednodušeji označit přesný začátek a konec slova. Program Audacity zároveň umožňuje vybrat daný úsek nahrávky a ukáže přesnou délku trvání úseku v sekundách s přesností na 3 desetinná místa. I přes to, že tato metoda měření reakčních latencí není stoprocentně přesná, považujeme ji za přesnější, než starý Jungův způsob měření pomocí stopek přímo při administraci, nebo novější měření pomocí stopek z nahrávky.

## 5.8. Výsledky

### 5.8.1. Základní charakteristiky souboru

Prezentovaný soubor (N = 33) byl vybrán z celkově 35 probandů, kde dva museli být vyškrtnuti z důvodu chybného vyplnění PSS. Soubor se sestává ze 16 žen a 17 mužů (viz. Tabulka č. 1).

*Tabulka č. 1: Rozložení souboru podle pohlaví*

	Počet	Procento
Muži	17	51,51%
Ženy	16	48,48%
<b>Celkem</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>

Výzkumný soubor se skládal ze studentů ze tří měst – Praha, Brno, Olomouc. Vzhledem k nedostatečně vyrovnanému rozložení (viz. Tabulka č. 2) jsme dále rozlišnost měst nebrali v potaz a soubor jsme brali jako celek.

Tabulka č. 2: Rozložení souboru podle města

	Počet	Procento
Praha	6	18,8%
Brno	7	21,2%
Olomouc	20	60,6%
<b>Celkem</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>

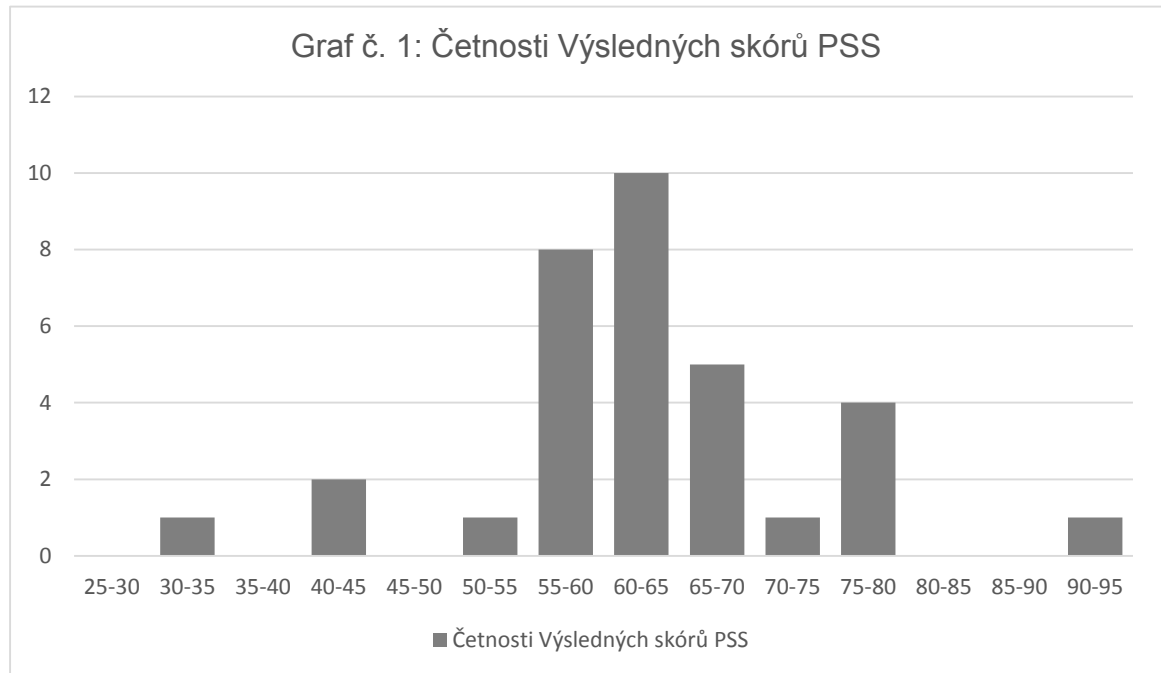
### 5.8.2. Základní statistiky metod

Když použijeme základní popisné statistiky na výsledky PSS (viz. Tabulka č. 3), dostáváme zajímavá data. Nejprve se můžeme podívat na nejnižší a nejvyšší naměřenou hodnotu. Nejnižší naměřenou hodnotou je 31. V manuálu u škály můžeme nalézt, jak již bylo zmíněno výše, 4 skupiny prokrastinátorů podle naměřených hodnot. Nejnižší skupina, příhodně pojmenovaná *Neprokrastinující*, má bodové rozpětí od 20 do 28 bodů. Na 29 začínají již lehčí prokrastinátoři. V našem vzorku tedy nemáme jediného člověka, který by se v PSS umístil v kategorii neprokrastinujících. Další zajímavé číslo je nejvyšší naměřená hodnota – 92. Vzhledem k bodovému rozpětí škály od 20 do 100 bodů, získáváme obraz jak vysoko dotyčný proband naskóroval. Zároveň se můžeme podívat na kategorii *Těžcí prokrastinátoři*, která začíná s bodovým ziskem 64 bodů. Dotyčný tedy danou hranici velmi výrazně přesáhl.

Tabulka č. 3: Základní přehled výsledků PSS

	Počet platných	Průměr	Minimum	Maximum	Směrodat. odchylka
Výsledný skór PSS	33	62,72	31	92	11,01

Zároveň se můžeme podívat na histogram četností výsledných skóre PSS (Graf č. 1), na kterém vidíme, že se naše rozložení blíží normálnímu rozložení, nicméně je zde pozorovatelné lehké záporné zešikmení (průměr = 62,72; medián = 62). I zde na histogramu můžeme vidět již výše zmíněné extrémní naměřené hodnoty na obou koncích osy.



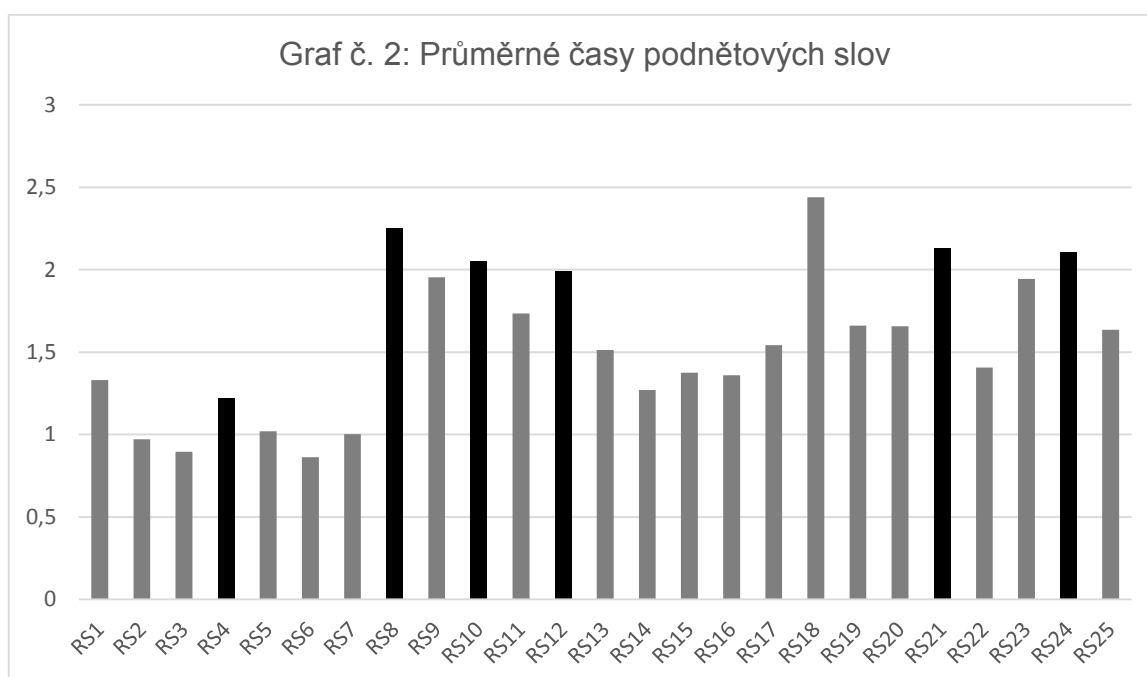
U Slovního asociačního testu (WAT) jsme sesbírali reakční časy (RČ) u stejného počtu probandů (N = 33). U každého slova jsme naměřili latenční čas, se kterým jsme následně pracovali. Všechny reakční časy jsou zaznamenány a je s nimi počítáno s přesností na tři desetinná místa. Pokud došlo k výpočtu s větší přesností, omezili jsme výsledek opět na tři desetinná místa formou čistého oříznutí, čísla jsme nezaokrouhlovali. Vypočtený průměr všech RČ je 1,584 a směrodatná odchylka 1,137 (viz. Tabulka č. 4). Dále se můžeme podívat na nejmenší a největší latenci u všech probandů. Nejmenší naměřenou latencí bylo 0,240s u slova **Muž**. Naopak největší naměřenou latencí bylo 30s, kdy proband u slova **Lenost** selhal v reakci a po 30s podle administrace jsme se přesunuli plynule na slovo další. Nejdelším reakčním časem bez selhání byl 17,227s, překvapivě také u slova **Muž**.



Tabulka č. 4: Průměr reakčních časů

	Počet platných	Průměr vzorku	Směrodat. Odchylka
Průměr RČ	33	1,584	1,137

V Grafu č. 2 můžeme vidět průměry reakčních časů u jednotlivých podnětových slov. Již při prvním pohledu na graf vidíme, že rozložení průměrů je vcelku rovnoměrné, nenacházíme zde žádné výrazné odchylky od průměru. Lze také vidět, že nejvyšší průměrná latence se objevila u reakčního slova 18 (RS18): **Závazek** a to 2,440s. Nejmenší průměrná latence byla zjištěna u podnětového slova č. 6.: **Sůl**, a to 0,863s. Na grafu můžeme zároveň vidět zvýrazněná konfliktní slova (RS 4, 8, 10, 12, 21, 24)



### 5.8.3. Hypotéza 1

Naší hlavní hypotézou je, že relativní reakční čas u konfliktních slov bude pozitivně korelovat s výsledným skórem PSS. Relativní reakční čas byl spočítán u každého konfliktního slova. K jeho výpočtu jsme u každého probanda využili průměr všech reakčních časů všech slov, který jsme odečetli od reakčního času každého

konfliktního slova. Tím jsme získali relativní reakční čas každého konfliktního slova. Abychom získali přehled o všech konfliktních slovech najednou, vypočetli jsme průměr těchto relativních reakčních časů.

Výsledky korelačního testu mezi průměry relativních reakčních časů a výsledky PSS vychází  $r = 0,164$  ( $p = 0,361$ ). Alternativní hypotézu tedy zamítáme a přijímáme hypotézu nulovou, tudíž **Relativní reakční časy nekorelují s výsledným skórem PSS.**

#### 5.8.4. Hypotéza 2

Druhou hypotézu, že u lidí trpících prokrastinací způsobují konfliktní podnětová slova signifikantně větší latenci než slova nekonfliktní. Celou hypotézu jsme zkoumali pouze u probandů, kteří v PSS naskórovali 58 a více bodů. Tato hypotéza vychází z reakčních časů všech podnětových slov u těchto probandů. U každého slova jsme postupně zkoušeli korelace s výslednými skóry PSS. V Tabulce č. 5 můžeme vidět vypsání korelační koeficienty vybraných slov. Nalezneme zde všech šest konfliktních slov a šest slov nekonfliktních, které vykazovali korelaci nejvyšší.

*Tabulka č. 5: Nejvýznamnější korelace s PSS (58+)*

	Škola	Lenost	Povinnost	Deadline	Úkol	Prokrastinace
PSS	0,19	-0,07	0,36	-0,12	-0,05	-0,16
	Řeka	Stůl	Potok	Cihla	Chlapec	Sůl
PSS	0,53	0,42	0,36	0,32	0,29	0,25

Je vidět, že všechna konfliktní slova, kromě jednoho (**Povinnost**) mají korelace menší, než prvních 5 nekonfliktních slov. Alternativní hypotézu tedy zamítáme a přijímáme hypotézu nulovou. **Lidé s větší mírou prokrastinace podle PSS nemají větší latence u konfliktních slov než u slov ostatních.**

Zároveň zde uvádíme Tabulku č. 6, ve které vidíme stejná data, pokud vezmeme všechny probandy a nebudeme je omezovat pouze na prokrastinující. Je zajímavé,

že se korelace u konfliktních slov viditelně zmenšili a také se nám objevili úplně nová slova, která vykazují s hodnotami PSS velké korelace.

*Tabulka č. 6: Nejvýznamnější korelace s PSS*

	Škola	Lenost	Povinnost	Deadline	Úkol	Prokrastinace
PSS	-0,03	-0,17	0,33	-0,30	-0,10	-0,14
	Talíř	Sýr	Muž	Lev	Chlapec	Závazek
PSS	-0,38*	-0,49*	-0,36	-0,32	0,30	0,29

V tabulce jsou hvězdičkou vyznačeny statisticky významné korelace ( $p < 0,05$ ), které nacházíme pouze u dvou slov a to u slova **Talíř** a u slova **Sýr**, které mají obě negativní korelaci k výsledným skórum PSS.

### 5.8.5. Hypotéza 3

Třetí hypotézu, že výsledný skór PSS pozitivně koreluje s reakčními časy jakéhokoli nekonfliktního slova, jsme zvolili pro lepší zmapování výsledků a pro možné vylepšení asociačního testu do následujících studií. Pro posouzení hypotézy se opět můžeme obrátit k výsledkům korelačních testů v Tabulce č. 5. Zde můžeme vidět, že pozitivní korelace výsledků PSS s jiným, než konfliktním slovem nevyšla. Vyšla statisticky významná negativní korelace se slovy **Talíř** a **Sýr**, ale s žádným pozitivní. Alternativní hypotézu tedy zamítáme a přijímáme nulovou hypotézu, že **Výsledný skór PSS nekoreluje, nebo koreluje negativně s reakčními časy všech nekonfliktních podnětových slov.**

### 5.8.6. Hypotéza 4

Naše čtvrtá hypotéza zní: „Počet středně a těžce prokrastinujících probandů je mezi 70 – 90% celého výzkumného souboru.“ K posouzení této hypotézy si v Tabulce č. 7 ukážeme četnosti probandů rozdělené dle výsledků PSS. Jak lze vidět, mezi

*Neprokrastinující* (výsledek PSS 20-28 bodů) a *Lehké prokrastinátory* (výsledek PSS 29-52 bodů) v našem vzorku spadá pouze 9,09% celého vzorku. Zbytek vzorku (30 probandů) spadá mezi *Střední prokrastinátory* (výsledek PSS 53-63 bodů) a *Těžké prokrastinátory* (výsledek PSS 64 a více bodů). Tudíž mezi středně a těžce prokrastinující se řadí 90,9% všech probandů. Tímto alternativní hypotézy H<sub>4</sub> zamítáme a přijímáme hypotézu nulovou. **Počet středně a těžce prokrastinujících probandů není mezi 70-90% celého výzkumného souboru.**

Tabulka č. 7: Procentuální zastoupení u PSS

	PSS 20-28	PSS 29-52	PSS 53-63	PSS 64+	Celkově
Počet probandů	0	3	18	12	33
Procentuálně	0%	9,09%	54,54	36,36%	100%

### 5.8.7. Hypotéza 5

Jako hypotézu č. 5 jsme si dali, že výsledný skór PSS u žen nebude statisticky významně větší nebo menší než u mužů. V Tabulce č. 7 můžeme vidět výsledky t-testu pro dva nezávislé soubory. Je vidět, že průměry mezi muži a ženami se lehce liší – ženy skórují průměrně lehce výše, ale nejde o statisticky významný rozdíl ( $p = 0,27$ ). Alternativní hypotézu tedy přijímáme. **Není statistický významný rozdíl u výsledného skóru PSS mezi muži a ženami.**

Tabulka č. 8: T-test rozdílu PSS - Muži a Ženy

Průměr žen	Průměr mužů	P	Směr. Odch. Žen	Směr. Odch. Mužů
64,93	60,64	0,27	8,74	12,71

## 6. Diskuse

V diskuzi se postupně zamyslíme nad důvody výsledků, budeme se věnovat možným chybám, které mohly v rámci výzkumu nastat, porovnáme naše výsledky s výsledky jiných studií a nakonec se pokusíme zreflektovat praktickou využitelnost výsledků. Nejprve se však zaměříme na analýzu dalších výsledků, které nebyly zahrnuty do výsledků studie. Uvedeme zde analýzu reakčních slov, kterou bereme převážně ze zajímavosti. Půjde spíše o zamyšlení nad odpověďmi, než o hloubkovou analýzu. Zároveň uvedeme další statistické analýzy, které nebyly uvedeny v kapitole Výsledky.

### 6.1. Zdůvodnění výsledků

Studii jsme zamítli většinu našich hypotéz a hlavně dvě přední hypotézy, na kterých byl náš výzkum postaven. Důvod tohoto výsledku nám není známý, přesto se pokusíme poukázat na různé detaily, které nám mohli výsledky ovlivnit.

Odmítáme tvrzení, že by v průběhu celého výzkumu vznikla tak markantní chyba, která by naše výsledky ovlivnila či znehodnotila. Myslíme si, že hlavním důvodem výsledků je kvantitativní analýza Slovního asociačního testu. Test samotný nebyl primárně vytvořen k hromadné analýze a vždy se k výsledkům přistupovalo jednotlivě. V posledních letech se začal využívat i kvantitativně, ovšem ne ve velké míře. Náš pokus využít tohoto potenciálu vyústil k nejasnému závěru, ovšem myslíme si, že jakýsi potenciál v této cestě je. Dalším důvodem může být zvolení špatných konfliktních slov, čemuž se budeme věnovat níže (viz **Možné chyby a nepřesnosti měření**).

Celkově si tedy myslíme, že nejde o špatné výsledky či špatnou studii, nýbrž o výsledky odpovídající zvolenému směru a pokusu výzkumu.

## 6.2. Analýza dalších výsledků

### 6.2.1. Analýza slovních odpovědí

V analýze slovních odpovědí se zaměříme na slova, která probandi odpovídali. Nejprve se podíváme na jednotlivá zajímavá reakční slova a reakce na ně. Například hned třetí podnětové slovo, **Talíř**, vykazuje téměř polovinu stejných odpovědí. 19 probandů udalo odpověď Jídlo, 4 Lžice a 4 Příklad. Z těchto odpovědí a zároveň z průměrného reakčního času (0,895s) můžeme usuzovat, že slovo talíř nevyvolává přílišné komplexy a zároveň vyvolává obvyklé, očekávané reakce.

Obdobným případem je také slovo **Potok**, kde celých 23 probandů vypovědělo slovo buď řeka, nebo voda. Průměrný reakční čas je také nízký (1,02s). Dalšími slovy, která vykazují obdobné vzorce chování, jsou například **Stůl** (19x odpověď Židle) a **Muž** (22x odpověď Žena).

Mezi zajímavé odpovědi můžeme zařadit velice častou odpověď na slovo **Lenost**. Osm probandů odpovědělo slovem *Já*. Jde o tzv. Egocentrickou odpověď, která se v ostatních odpovědích vyskytuje pouze velice ojediněle. Z odpovědí můžeme jasně vidět, že slovo Lenost si daní probandi vztahovali na sebe. Zároveň probandi, kteří odpověděli slovem *Já*, skórovali ve škále PSS výrazně více než ostatní ( $p = 0,08$ ).

Dalším zajímavým slovem je podnětové slovo **Okno**. Jeden proband odpověděl slovem Sebevražda a jeden Vyskočit. Oba probandi se nezávisle na sobě shodli na tom, že jim hlavou „*prolétla myšlenka, že je nic nenapadá a že by se dalo odpovědi utéct vyskočením z okna*“ a že zároveň s myšlenkou automaticky odpověděli dané slovo. Zároveň ani jeden z těchto probandů u žádného jiného slova neudal jinou zvláštní nebo neobvyklou odpověď.

Jak již bylo zmíněno výše, z konfliktních slov jsme po pilotní studii vyškrtli slovo **Závazek**. Toto rozhodnutí padlo kvůli mnohým výpovědím, že slovo Závazek spíše vyvolává vztah manželství a partnerství, než aby vyvolalo obsah týkající se prokrastinace. Domníváme se, že daný problém byl vyvolán umístěním slova Závazek přímo za slovo Muž. Ovšem nechtěli jsme ve výzkumu situaci podcenit, tak jsme se slovem závazek jako s konfliktním vůbec nepočítali. Přesto jsme ho ale nechali mezi podnětovými slovy. Když se podíváme na reakční slova právě k tomuto

slovu, vidíme, že 20 probandů odpovědělo slovem, které má spojitost právě se svatbou nebo partnerem. Pouze osm probandů odpovědělo slovem, které má jasnou souvislost s prokrastinací a zbylých pět probandů reagovalo slovem, které zpětně nelze zařadit ani do jednoho okruhu. Premisa, že slovo Závazek bude pojeno převážně se svatbou a partnerstvím se tedy potvrdila.

### 6.2.2. Nepoužitá analýza

Mezi nepoužité analýzy jsme zařadili například korelační statistiky napříč všemi reakčními slovy. Když jsme zkusili korelovat všechna slova mezi sebou, napočítali jsme 151 statisticky významně korelujících vztahů. Mezi nejvyšší korelace můžeme zařadit například vztah mezi slovem **Dítě** a **Závazek** ( $r = 0,89$ ), nebo mezi slovy **Okno** a **Deadline** ( $r = 0,90$ ). U slov Dítě a Závazek, můžeme předpokládat stejný nevědomý komplexový podklad, kdy dítě je studenty bráno jako určitý závazek. V nevědomí tedy mohou taková slova vyvolat velice podobné reakce, které mají především velice podobnou rychlost manifestace. Na druhou stranu spojitost mezi slovy Okno a Deadline se hledá velice obtížně. Dá se uvažovat nad obrazným významem okna, které je občas bráno jako překážka mezi námi a něčím venku, nebo jako jakýsi předěl. Stejný význam můžeme objevit i u slova Deadline.

Další zajímavou korelací ( $0,81$ ) je vztah mezi slovy **Hlava** a **Závazek**. Zde si troufáme pouze hádat nad původem korelace. Pokud budeme předpokládat, že jde o nějakou kauzální záležitost, můžeme se postupnými diskuzemi dostat až k myšlence, že Závazek souvisí s přemýšlením a často s nějakým úkolem a hlava je centrem myšlení. Takovéto tvrzení ale již považujeme za příliš odvážné a vzdálené, tudíž ho nebudeme podporovat.

Můžeme se také blíže podívat na významné negativní korelace mezi výsledky PSS a reakčními časy slov **Talíř** a **Sýr**. Korelace (viz. Tabulka č. 6). Vztah obou slov se protíná v jídle. Jak již bylo zmíněno výše, většina odpovědí na slovo Talíř byla přímo slovo Jídlo. Odpovědi na slovo Sýr, byly, bez překvapení, všechny vztaženy na jídlo. Slova mezi sebou korelují ( $r = 0,62$ ), ale otázkou zůstává, proč se objevila negativní

korelace s výsledky PSS. Po krátké diskuzi s kolegy jsme vymysleli dvě možné teorie, kde nás ani jedna neuspokojila úplně.

První teorií je, že k jídlu „*mají všichni pozitivní vztah*“, tudíž velikost latencí u slov týkajících se jídla bude značně menší než u ostatních slov. A vzhledem k faktu, že většina probandů vyšla jako prokrastinátoři, je zřejmé odkud se myšlenka negativní korelace vzala.

Druhou, pro autora přijatelnější teorií, je myšlenka, že prokrastinující lidé často hledají činnost prokrastinace právě v jídle. Toto je tvrzení, které potvrzuje plno prokrastinujících kolegů. Myšlenkou tedy je, že čím více člověk prokrastinuje, tím větší má pozitivní vztah k jídlu a tím rychlejší budou reakce na podnětová slova spojená s jídlem. Jak již bylo řečeno, tato teorie nám přijde přijatelnější, stále však není příliš vypovídající.

Při analýze těchto dvou slov se můžeme podrobněji podívat na Tabulku č. 5 a Tabulku č. 6. Jediný rozdíl ve vstupních datech bylo odebrání přesně šesti probandů v Tabulce č. 6, což mělo za následek markantní zvýšení korelací u všech šesti konfliktních slov. Odebrali jsme probandy, kteří skórovali v PSS 57 a méně. Logicky to znamená, že odebrání málo prokrastinujících probandů zvyšuje korelaci mezi PSS a konfliktními slovy. Vysvětlujeme si to tím, že probandi, kteří mají malé problémy s prokrastinací, v slovním asociačním testu skórovali obdobně jako probandi, kteří mají problémy s prokrastinací větší. Odstraněním těchto hodnot jsme „uvolnili“ datové dno, resp. data, která korelaci snižovala.

### **6.3. Možné chyby a nepřesnosti měření**

Při průběhu celého výzkumu jsme postupně narazili na několik problémů, které se daly více či méně eliminovat a je důležité, abychom se z nich do dalších výzkumů poučili. Zároveň ale nepovažujeme žádnou z chyb či nepřesností za fatální, aby výzkum ztratil na hodnotě.

Jednou z možností, jak by výzkum mohl být vylepšen, považujeme změnit výběr slov. Stávající výběr, kdy jsme slova vybírali po rozhovorech s prokrastinujícími lidmi, nebyl zjevně úplně ideální. Jak vyplývá z analýz, nacházejí se slova, která



s výsledky PSS korelují více. Řešení tohoto problému nás napadlo bohužel až v průběhu testování, tudíž již nebylo možné ho aplikovat. Při první pilotní studii by se mohlo probandům předložit slov více, například 100 a z těchto slov poté na základě analýzy vybrat slova, která korelují nejvíce a ty následně zakomponovat do podnětových slov k administraci. Mohlo by se tím zlepšit zaměření slovního asociačního testu.

Dalším vylepšením, které by se dalo aplikovat, je změna analýzy nahrávek a přepis reakčních časů. V současné studii jsme časy měřili od konce podnětového slova do začátku slova reakčního. Až při analýze jsme si uvědomili fakt, že každé slovo je různě dlouhé a že moment, kdy probandovi dojde, o jaké slovo se jedná a kdy začne přemýšlet nad slovem reakčním, není vždy stejný. Například u slova Dům, které je značně krátké a obsahuje pouze jednu slabiku, můžeme předpokládat, že proband začne reagovat na slovo opravdu až po jeho vyslovení. Na rozdíl od toho můžeme uvést slovo Prokrastinace. Takové slovo, které má 5 slabik a jeho vyslovení trvá přibližně celou vteřinu. Zároveň jde o slovo srozumitelné a s neobvyklým, ojedinělým zněním. U takového slova se dá předpokládat, že probandovi slovo dojde již v půlce vyslovení, tudíž začne přemýšlet nad reakcí již před koncem vyslovení slova – ještě před začátkem měření. První myšlenkou, jak se této chybě vyvarovat, bylo měření latence již od začátku slova. Tím by se vyrušil vliv nejistého začátku, objevil by se ale další problém a to odlišná délka slov, která by se do latence promítla. Druhou možností je měřit latenci od půlky podnětového slova. Tím by se snížil vliv délky slova na latenci a zároveň by se zmenšila možnost vlivu „uhodnutí“ podnětového slova před jeho dokončením. Nejde o bezchybné řešení, ale mohlo by analýzu mírně vyčistit.

#### **6.4. Srovnání výsledků**

Při srovnávání výsledků naší studie s výsledky ostatních studií jsme se zaměřili především na výzkumy prokrastinace. Gabrhelík (2008) zjišťoval prevalenci prokrastinace u studentů v České republice. Naší druhou hypotézou jsme se snažili jeho výzkum replikovat a prevalenci potvrdit. Gabrhelík ve svém výzkumu uvádí prevalenci 78%. Z našeho výzkumu docházíme k výskytu prokrastinace téměř 91%.

Za důvod zvýšeného výskytu prokrastinace považujeme čas testování. Náš sběr dat probíhal na přelomu konce zkouškového období a začátku semestru, kdy je prokrastinace aktuálnějším tématem, než například v létě, kdy student nemá tolik povinností.

Dalším faktorem, který můžeme porovnat s ostatními výzkumy je rozdíl v prokrastinaci mezi muži a ženami. Ani v jedné z uvedených studií (Ferrari et al., 1995; Gabrhelík, 2008) nevyšel žádný signifikantní rozdíl mezi těmito skupinami. Tyto výsledky jsme naší studií potvrdili (viz. Hypotéza 5).

Srovnání výsledků slovního asociačního testu s jinými výzkumy není příliš možné, jelikož jsme měli vlastní sadu podnětových slov a zároveň také upravené zachycení latenčních časů. Ve všech výzkumech, kde se pracovalo i s reakčním časem, výzkumníci měřili reakce na stopkách (Kondáš, 1979). My jsme použili detailnější metody měření.

## **6.5. Praktická přínosnost studie**

Za největší praktickou přínosnost studie považujeme především zjištění prevalence prokrastinace. I přes malý vzorek můžeme pozorovat velmi vysoký výskyt prokrastinace mezi studenty, který považujeme za alarmující. Gabrhelík (2008) uvádí lehce nižší číslo prevalence, přesto vysoké. I když se v současné době rozšiřují různé kurzy a přednášky na téma jak prokrastinaci předcházet, či ji „pokořit“, myslíme si, že je důležité o možné práci s prokrastinací informovat ještě více.

Dalším pozitivem studie vidíme osobní přínos pro autora, pro kterého šlo o první velký vědecký výzkum. Celý projekt mu přinesl mnoho zkušeností, poznatků i rad, které využije v následujících pracích.

## 7. Závěr

Z důvodů nedostatečného pokrytí diagnostických metod na prokrastinaci jsme se rozhodli udělat iniciační výzkum, který by vytvořil podklad vytvoření nové psychodiagnostické metody. Souboru 33 probandů jsme postupně administrovali upravený Slovní asociační test, který byl vytvořen přímo pro naši potřebu, a následně Layovu Škálu prokrastinace pro studenty.

Výsledky obou metod jsme mezi sebou postupně porovnávali a testovali jsme předem dané hypotézy:

H<sub>1</sub> jsme zamítli a přijali jsme hypotézu, že **relativní reakční časy nekorelují s výsledným skórem PSS.**

H<sub>2</sub> jsme také zamítli a přijali jsme tvrzení, že **lidé s větší mírou prokrastinace podle PSS nemají větší latence u konfliktních slov než u slov ostatních.**

H<sub>3</sub> jsme také zamítli a přijali hypotézu, že **výsledný skór PSS nekoreluje, nebo koreluje negativně s reakčními časy všech nekonfliktních podnětových slov.**

H<sub>4</sub> jsme též zamítli a přijali tvrzení, že **počet středně a těžce prokrastinujících probandů není mezi 70-90% celého výzkumného souboru.**

Hypotézu 5 jsme přijali, tudíž jsme přijali tvrzení, že **není statistický významný rozdíl u výsledného skóru PSS mezi muži a ženami.**

Shrnutím výsledků zamítáme vztah mezi PSS a naší verzí slovního asociačního testu. Zároveň jsme zjistili prevalenci prokrastinace v našem vzorku (91%) a potvrdili jsme premisu, že není rozdíl v míře prokrastinace mezi muži a ženami.

## 8. Souhrn

Ačkoli liknavost a lenost se objevuje v literatuře od začátku všech písemných známek, prokrastinace a vědecká práce na ní přichází až v posledním století. Postupem času prokrastinace získala definici, která v sobě snoubí důvody i principy: „Prokrastinace je copingová strategie zvládnání anxiety při započetí nebo dokončení úkolu“. Díky postupným výzkumům se vytvořilo v teorii prokrastinace několik dělení. Jako nejvýznamnější rozdělení uvádíme dělení na prokrastinaci obecnou a akademickou. Právě akademickou prokrastinací se v této práci zabýváme.

Vzhledem k nedostatku psychodiagnostických metod z okruhu prokrastinace jsme se rozhodli vytvořit iniciační studii, abychom případně mohli vytvořit podklad pro vytvoření nové diagnostické metody. Vybrali jsme slovní asociační test pro jeho nesporné výhody, které jsou v protikladu nevýhodám sebeposuzovacích škál. Právě slovní asociační test má v diagnostice dlouhou historii, kterou započal již velký myslitel Carl Gustav Jung na přelomu devatenáctého a dvacátého století. Od té doby slovní asociační test prošel mnoha proměnami a byl aplikován v nejrůznějších oborech. Z novějších využití můžeme jmenovat výzkumy lingvistiky, kontinuity řeči nebo představitosti. Celý asociační test funguje na základě teorie o komplexu. Komplex je nevědomá energie uložená v nevědomí, která se váže na určitý fenomén ve vědomí nebo v okolí. Komplex se při vyvolání manifestuje do vědomí a do konativních složek. Teorie tvrdí, že komplex může až ovládnout chování, což se projeví při asociačním testu. Ve chvíli kdy proband má odpovídat na slovo, které vyvolává komplex, jeho reakce je opožděná a vyskytuje se poruchové reakční slovo.

Spojením těchto dvou teorií jsme došli k myšlence, že vložením slov týkajících se prokrastinace do slovního asociačního testu vyvoláme prodloužené latence u lidí s problémem s prokrastinací. Vytvořili jsme tedy seznam 25 podnětových slov, mezi kterými bylo 6 konfliktních slov, které mají souvislost s prokrastinací.

Postupně jsme administrovali nejprve slovní asociační test a následně škálu prokrastinace pro studenty 33 probandům ve 3 různých městech (Brno, Olomouc, Praha).

Výsledky testů jsme následně podrobili kvantitativní analýze, ze které vyšly následující závěry: Relativní reakční časy konfliktních slov ani ostatních slov nekorelují s výsledky PSS. Počet středně nebo těžce prokrastinujících probandů v našem vzorku je 91% a v celém vzorku se neobjevil rozdíl mezi muži a ženami.

Základního cíle studie jsme tedy dosáhli – vztah mezi naším slovním asociačním testem a škálou prokrastinace pro studenty není statisticky významný. Dále jsme v rámci výzkumu došli k přínosnému závěru pro další výzkumy a cíle akademiků: Prevalence prokrastinace je velice vysoká a dala by se označit za alarmující.

## Bibliografie

1. Carnevale, J. J., Fujita, K., Han, A. H., & Amit, E. (2014). Immersion Versus Transcendence: How Pictures and Words Impact Evaluative Associations Assessed by the Implicit Association Test. *Social Psychological and Personality Science*, 92-100. doi:10.1177/1948550614546050.
2. Cerino, E. S. (2014). Relationships Between Academic Motivation, Self-Efficacy, and Academic Procrastination. *Psi Chi Journal Of Psychological Research*, 19(4), 156-163.
3. Corkin, D. M., Yu, S. L., Wolters, C. A., & Wiesner, M. (2014). The role of the college classroom climate on academic procrastination. *Learning And Individual Differences*, 32294-303. doi:10.1016/j.lindif.2014.04.001.
4. Dacey, J. S., & Lennon, K. H. (2000). *Kreativita*. Praha: Grada Publishing.
5. Ferrari, J. R., Díaz-Morales, J. F., O'Callaghan, J., Díaz, K., & Argumedo, D. (2007). Frequent behavioral delay tendencies by adults: International prevalence rates of chronic procrastination. *Journal Of Cross-Cultural Psychology*, 38(4), 458-464. doi:10.1177/0022022107302314.
6. Ferrari, J. R., & Emmons, R. A. (1994). Procrastination as revenge: Do people report using delays as a strategy for vengeance?. *Personality And Individual Differences*, 17(4), 539-544. doi:10.1016/0191-8869(94)90090-6.
7. Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCrown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press.
8. Freud, S. (1971). *Inhibitions, symptoms and anxiety*. London: Hogarth Press.
9. Freud, S. (2005). *Výklad snů*. Pelhřimov: Nová tiskárna Pelhřimov s.r.o.
10. Gaberhelík, R. (2008). *Akademická prokrastinace: Ověření sebesuzovací škály, prevalence a příčiny prokrastinace*. (Nepublikovaná disertační práce. Masarykova Univerzita.
11. Hartl, P., & Hartlová, H. (2010). *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál.

12. Jacobi, J. (2013). *Complex/Archetype/Symbol In The Psychology Of C G Jung*. London: Routledge.
13. Jaffé, A. (1998). *Vzpomínky, sny, myšlenky C.G. Junga*. Brno: Atlantis.
14. Jung, C. G. (1910). The Association Method. *The American Journal of Psychology*, 21(2), 219-269.
15. Jung, C. G. (1993). *Analytická psychologie, Její teorie a praxe, Tavistocké přednášky*. Praha: Academia.
16. Jung, C. G. (1996). *Výbor z díla I. Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka.
17. Jung, C. G. (1997). *Výbor z díla II. Archetypy a nevědomí*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka.
18. Jung, C. G. (2001). *Výbor z díla IV. Obraz člověka a obraz Boha*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka.
19. Kang, J. (1998). Analysis of associative style from the viewpoint of conceptual distance between stimulus and response: Relationship of word association test under free-condition and the Rorschach test. *Japanese Journal Of Educational Psychology*, 46(3), 317-325.
20. Kondáš, O. (1979). *Asociačný Experiment príručka*. Bratislava: Psychodiagnostika.
21. Kroese, F. M., De Ridder, D. D., Evers, C., Adriaanse, M. A., Schmidt, R. E., & Wrzus, C. (2014). Bedtime procrastination: introducing a new area of procrastination. *Frontiers In Psychology*, 51-8. doi:10.3389/fpsyg.2014.00611.
22. Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal Of Research In Personality*, 20(4), 474-495. doi:10.1016/0092-6566(86)90127-3.
23. Lečbych, M. (2013). *Rorschachova metoda Integrativní přístup k interpretaci*. Praha: Grada Publishing.
24. Lowinger, R. J., He, Z., Lin, M., & Chang, M. (2014). The Impact of Academic Self-Efficacy, Acculturation Difficulties, and Language Abilities on

- Procrastination Behavior in Chinese International Students. *College Student Journal*, 48(1), 141-152.
25. Milgram, N., & Tenne, R. (2000), Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination. *Eur. J. Pers.*, 14: 141–156. doi: 10.1002.
26. Petchkovsky, L., Petchkovsky, M., Morris, P., Dickson, P., Montgomery, D., Dwyer, J., & Burnett, P. (2013). fMRI responses to Jung's Word Association Test: implications for theory, treatment and research fMRI responses to Jung's Word Association Test: implications for theory, treatment and research. *Journal Of Analytical Psychology*, 58(3), 409-431. doi:10.1111/1468-5922.12021.
27. Rapaport, D., Gill, M., & Schafer, R. (1946). The Word Association Test. *Diagnostic Psychological Testing*, 2,13-84.
28. Rodríguez-Aranda, C., & Martinussen, M. (2006). Age-Related Differences in Performance of Phonemic Verbal Fluency Measured by Controlled Oral Word Association Task (COWAT): A Meta-Analytic Study. *Developmental Neuropsychology*, 30(2), 697-717. doi:10.1207/s15326942dn3002\_3.
29. Široký, H. (1990). *Analytická psychologie C. G. Junga*. Brno: Bollingenská věž.

### **Elektronické zdroje**

30. Český statistický úřad. 2015. Počty žáků a studentů podle formy vzdělávání. Získáno z:  
[http://vdb.czso.cz/vdbvo/tabparam.jsp?voa=tabulka&cislotab=VZD0030CU&&kapitola\\_id=17](http://vdb.czso.cz/vdbvo/tabparam.jsp?voa=tabulka&cislotab=VZD0030CU&&kapitola_id=17).



## **Abstrakt diplomové práce**

Název práce: Vztah prokrastinace a slovního asociačního testu (WAT)

Autor práce: Ondřej Glaser

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Panajotis Cakirpaloglu, DrSc.

Počet stran a znaků: 48s (78 208 znaků)

Počet příloh: 4

Počet titulů použité literatury: 30

Abstrakt:

Prokrastinace je poslední dobou stále více diskutované téma, zároveň ale vědecké obci shází jiné diagnostické metody než sebesposuzovací škály. V naší práci jsme se pokusili nalézt vztah mezi prokrastinací a Slovním asociačním testem, který by mohl přinést nové poznatky k výzkumu prokrastinace a zároveň vytvořit podklad pro novou diagnostickou metodu. Vzorku (N = 33) jsme postupně administrovali slovní asociační test lehce upravený pro naše potřeby a následně Škálu prokrastinace pro studenty. Kvantitativními analýzami (korelační statistiky a t-testy) jsme data zpracovali a došli k následujícím výsledkům: Vztah mezi prokrastinací a naší verzí slovního asociačního testu jsme nenalezli ( $r = 0,164$ ;  $p = 0,361$ ). Zároveň jsme přijali premisu, že není statisticky významný rozdíl v prokrastinaci mezi muži a ženami. Dále jsme určili prevalenci prokrastinace v našem vzorku – 91%.

Klíčová slova: Prokrastinace, Slovní asociační test, WAT, Akademická prokrastinace

## **ABSTRACT OF THESIS**

Title: Relationship of Procrastination and Word Association Task (WAT)

Author: Ondřej Glaser

Supervisor: Doc. PhDr. Panajotis Cakirpaloglu, DrSc.

Number of pages and characters: 48p (78 208 characters)

Number of appendices: 4

Number of references: 30

Abstract (800–1200 characters): Procrastination is highly discussed topic in last decades. However, the scientific community is missing other psychodiagnostic methods than self-report scales. In our study, we tried to find relationship between procrastination and word association task, which may bring new findings in study of procrastination and simultaneously create background for new diagnostic method. In our sample (N = 33) first we administered word association task (mildly adapted to our purposes) and after that we administered Procrastination scale for students. With quantitative analysis (correlation statistics and t-tests) we processed the data and come to conclusions: We could not confirm relationship between procrastination and our version of word association task ( $r = 0.164$ ;  $p = 0.361$ ). Next finding is, there is not statistically significant difference between men and women. At the end we determined prevalence of procrastination in our sample to 91%.

## **Přílohy**

## **Příloha č. 1**

### **Škála prokrastinace pro studenty (PSS)**

#### Layova škála prokrastinace pro studenty

Níže je uvedena řada výroků, které mohou lidé užít, když popisují sami sebe. Přečtěte si, prosím, každý výrok a rozhodněte se, zda Vás výrok vystihuje či nikoli.

Žádáme Vás o sebehodnocení toho, do jaké míry je každý z výroků pro Vás charakteristický nebo necharakteristický. Škála jde od hodnocení *VELMI NETYPICKÉ* do *VELMI TYPICKÉ*. Všimněte si, že na škále je hodnocení *NEUTRÁLNÍ*, což znamená, že výrok není pro Vás ani odpovídající ani neodpovídající. Prosíme, zaškrtněte políčko na konci každého z výroků.

Odpovězte na každý výrok, a to i přesto že si nejste zcela jisti Vaší odpovědí. Pokud se spletete, špatnou odpověď začerněte a zaškrtněte správnou.

	Velmi netypické	Spíše netypické	Neutrální	Spíše typické	Velmi typické
1. Často se přistihnu při tom, že dělám úkoly, které jsem zamýšlel dělat před několika dny.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Často propásnu koncerty, sportovní klání a podobné akce, protože se nedostanu k tomu, abych koupil lístky včas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Když plánuji setkání s přáteli, všechny potřebné věci mám připraveny s dostatečným předstihem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Když je ráno čas vstávat, nejčastěji ihned vstávám z postele.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Po dopsání může dopis několik dní ležet, než jej odešlu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Obecně odpovídám na zmeškané telefonáty okamžitě.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. I úkoly, které vyžadují krátké sezení u stolu a práci na nich, dělám dny.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Obvykle se rozhoduji jak nejrychleji je to možné.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Obecně naberu zpoždění před tím, než začnu dělat práci, kterou dělat musím.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Když cestuji, obvykle musím s chystáním pospíchat, abych přijel na letiště nebo nádraží v příhodný čas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Když se chystám ven, zřídka kdy zjistím, že musím něco na poslední chvíli dělat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Při práci na úkolu, který je před odevzdáním, často ztrácím čas děláním jiných věcí.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Pokud obdržím účet na malý obnos, ihned jej zaplatím.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Často začínám na úkolu pracovat krátce po jeho zadání.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Často mám úkol splněn dříve, než je potřeba	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

<b>16.</b> Vždy mi to vychází tak, že dárky na Vánoce nakupuji na poslední chvíli.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>17.</b> Obvykle kupuji i tu nejpodstatnější věc na poslední chvíli.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>18.</b> Obvykle dokončím všechny úkoly, které jsem si na ten den naplánoval.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>19.</b> Opakovaně říkám “udělám to zítra”.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>20.</b> Obvykle se postarám o to, abych měl všechny úkoly hotové před tím, než se večer uklidním a relaxuji.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Příloha č. 2

### Seznam podnětových slov

Tabulka č. 9: Seznam podnětových slov

Č.	Podnětové slovo	Průměrný reakční čas
1.	Dům	1,331
2.	Měsíc	0,971
3.	Talíř	0,895
<b>4.</b>	<b>Škola</b>	1,222
5.	Potok	1,020
6.	Sůl	0,863
7.	Cihla	1,002
<b>8.</b>	<b>Lenost</b>	2,255
9.	Okno	1,954
<b>10.</b>	<b>Povinnost</b>	2,054
11.	Ulice	1,735
<b>12.</b>	<b>Deadline</b>	1,993
13.	Knihy	1,512
14.	Chlapec	1,271
15.	Lev	1,375
16.	Stůl	1,159
17.	Muž	1,543
18.	Závazek	2,440
19.	Hora	1,661
20.	Sýr	1,657
<b>21.</b>	<b>Úkol</b>	2,131
22.	Hlava	1,406
23.	Dítě	1,945
<b>24.</b>	<b>Prokrastinace</b>	2,105
25.	Řeka	1,635

### Příloha č. 3

#### Ukázka matice dat

Tabulka č. 10: Ukázka matice dat

...	L18	L19	L20	Suma LAY	Nahrávka	Dům	Měsíc	Talíř	Škola	...
...	4	4	4	59	B06	0,554	1,761	1,421	1,214	...
...	2	4	3	63	A45	0,46	1,257	0,567	0,935	...
...	5	4	5	77	B10	1,063	0,714	0,747	1,104	...
...	3	3	4	59	A38	1,554	0,805	0,637	1,405	...
...	4	4	4	60	A49	0,666	0,71	0,459	1,199	...
...	4	4	5	70	B15	0,584	0,687	0,326	0,824	...
...	5	3	3	78	B09	9,396	1,063	1,755	2,592	...
...	5	5	5	92	B04	0,758	0,957	1,218	1,429	...
...	3	4	2	56	A35	1,821	1,766	4,776	1,822	...
...	1	4	4	57	A47	1,035	1,68	0,521	0,957	...
...	4	4	4	76	B18	0,819	0,398	0,493	0,803	...
...	1	5	1	62	A36	1,303	1,264	0,564	0,506	...
...	2	3	2	62	A44	1,719	0,683	0,442	1,681	...
...	2	2	2	43	B20	0,642	0,577	0,618	0,666	...
...	3	2	2	60	B01	2,061	0,512	0,549	1,802	...
...	5	4	5	61	B07	0,598	0,769	1,083	1,848	...
...	3	2	5	66	A48	0,686	0,385	0,994	0,782	...
...	4	2	4	60	B11	0,25	0,403	0,569	1,376	...
...	3	4	4	63	B17	0,851	1,398	0,53	0,643	...
...	4	4	4	67	B05	0,712	0,644	0,659	0,894	...
...	3	4	5	63	B13	1,14	0,372	0,322	0,582	...
...	2	4	2	67	A42	0,663	2,002	0,69	1,637	...
...	2	2	4	53	B02	0,725		2,761	1,833	...
...	4	4	4	67	B03	4,75	1,127	1,816	1,315	...
...	5	5	5	76	B12	1,23	0,506	0,376	1,924	...
...	4	5	4	72	B08	1,194	0,683	0,623	0,697	...
...	2	5	2	62	A37	0,884	1,692	0,602	1,14	...
...	4	2	4	61	B14	0,686	2,21	0,419	0,526	...
...	2	5	2	61	A41	0,581	0,78	0,581	0,63	...
...	2	3	1	59	A40	0,625	0,552	0,581	2,579	...
...	2	5	2	64	A39	2,432	1,296	0,87	1,953	...
...	2	2	1	31	B19	0,745	1,833	0,488	0,514	...
...	3	1	4	43	B16	0,742	0,572	0,491	0,515	...



## Příloha č. 4

### Zadání bakalářské práce

Univerzita Palackého v Olomouci

Filozofická fakulta

Akademický rok: 2013/2014

Studijní program: Psychologie

Forma: Prezenční

Obor/komb.: Psychologie (PCH)

#### Podklad pro zadání BAKALÁŘSKÉ práce studenta

PŘEDKLÁDÁ:	ADRESA	OSOBNÍ ČÍSLO
GLASER Ondřej	Kopaninská 189, Ořech	F12577

#### TÉMA ČESKY:

Vztah prokrastinace a slovního asociačního testu (WAT)

#### NÁZEV ANGLICKY:

Relationship of Procrastination and World Association Task (WAT)

#### VEDOUcí PRÁCE:

Doc. PhDr. Panajotis Cakirpaloglu, DrSc. - PCH

#### ZÁSADY PRO VYPRACOVÁNÍ:

Rešerše a studium literatury z oblasti prokrastinace a slovního asociačního testu

Sepsání teoretické části práce se zřetelem na metody měření prokrastinace, latenci WAT.

Příprava a realizace výzkumného designu:

- a) Vymezení problému, formulování cílů a výzkumných otázek
- b) Určení vzorku výzkumu (vysokoškolští studenti), sběr dat
- c) Analýza dat
- d) Porovnání teoretických předpokladů s výsledky výzkumu, interpretace výsledků, diskuze, závěr, souhrn

#### SEZNAM DOPORUČENÉ LITERATURY:

Rodríguez-Aranda, C., & Martinussen, M. (2006). Age-Related Differences in Performance of Phonemic Verbal Fluency

Measured by Controlled Oral Word Association Task (COWAT): A Meta-Analytic Study. *Developmental Neuropsychology*, 30(2), 697-717. doi:10.1207/s15326942dn3002\_3

Karwoski, T. F., & Schachter, J. J. (1948). PSYCHOLOGICAL STUDIES IN SEMANTICS: III. REACTION TIMES FOR SIMILARITY AND DIFFERENCE. *Journal Of Social Psychology*, 28(1), 103-120.

Surwillo, W. W. (1973). Word-Association Latency in Normal Children During Development and the Relation of Brain Electrical Activity. *Psychophysiology*, 10(2), 154-165.

Jung, C. G., Plocek, K., Smekal, V., Bennet, E. A., Dulava, D., & Lukasova-Cerna, K. (1993). *Analyticka psychologie: Jeji teorie a praxe: Tavistocke prednasky*. Praha: Academia.

Petchkovsky, L., Petchkovsky, M., Morris, P., Dickson, P., Montgomery, D., Dwyer, J., & Burnett, P. (2013). fMRI responses to Jung's Word Association Test: implications for theory, treatment and research fMRI responses to Jung's Word Association Test: implications for theory, treatment and research. *Journal Of Analytical Psychology*, 58(3), 409-431. doi:10.1111/14685922.12021

Podpis studenta: .....

Datum: .....

Podpis vedoucího práce: .....

Datum: .....