

ŠKÁLA POCIŤOVANÉ DOSPĚLOSTI

Tereza Vaňura, Petr Mikulec a Katarína Krča Pomorská

Pociťovaná dospělost

Současné studie naznačují, že lidé pojem dospělosti nejčastěji odvozují od psychologických rysů, nikoli od sociodemografických přechodů (např. Arnett, 2001; Bao et al., 2023; Blatterer, 2007; Kuang et al., 2023; Molgat, 2007; Obidoa et al., 2018; Settersten, 2007; Sharon, 2016; Sirsch et al., 2009). Tento vzorec ukazuje například šetření mezi Američany ve věku 18–25 let: 55 % účastníků považovalo za znak dospělosti zakotvení v dlouhodobé kariéře, 26 % uvedlo manželství a 33 % rodičovství (N = 1 113; Sharon, 2016). Naproti tomu výroky „Přebírám odpovědnost za důsledky svých činů“, „Rozhoduji se nezávisle“ a „Projevuji více ohleduplnosti k druhým“ podpořilo 96 %, 95 % a 82 % respondentů (Sharon, 2016). Celkově tak převažují psychologické ukazatele nad sociodemografickými, což poukazuje na to, že rozvoj v dospělosti se odehrává hlavně v rovině psychiky a přesahuje tradiční role zaměstnance, partnera a rodiče (Wright & von Stumm, 2025).

Dřívější studie zkoumaly, jaké znaky lidé považují za určující pro dosažení dospělosti, prostřednictvím škály Markers of Adulthood (MoA) (Arnett, 1994, 2001). Tato škála vyjadřuje, jak velká část respondentů označuje určité vlastnosti či životní milníky za důležité pro to, aby byl člověk považován za dospělého. Původní verze MoA vznikla na začátku 90. let (Arnett, 1994) a později prošla revizí a aktualizací s cílem lépe odpovídat současným společenským podmínkám (Norman et al., 2021). Revidovaná škála již zahrnuje i psychologické ukazatele dospělosti, jako je například převzetí odpovědnosti za vlastní činy nebo nezávislé utváření osobních hodnot a přesvědčení (Arnett, 1994; Norman et al., 2021), avšak některé klíčové psychologické aspekty v ní stále chybí – například sebedůvěra a schopnost spoléhat se na vlastní dovednosti (Wright & von Stumm, 2023a, 2023b).

Za účelem zachycení širšího spektra psychologických kvalit vytvořili Wright & von Stumm (2023a, 2023b) škálu založenou na taxonomii CARES, která identifikuje pět klíčových kvalit vývoje dospělého člověka:

- Kognitivní zralost (Cognitive maturity) – týká se sebejistoty dospělých ve vlastních znalostech a schopnostech.
- Vědomí stárnutí (Sense of aging) – zachycuje uvědomění si, že člověk stárne a že život je konečný.
- Sebespolehnutí (Self-reliance) – schopnost postarat se sám o sebe.
- Eudaimonie (Eudaimonia) – poznání sebe sama a žití v souladu se sebou.
- Sociální konvoj (Social convoy) – síť sociálních vztahů, kterou si dospělí vytvářejí a udržují v průběhu života (Wright & von Stumm, 2023a, 2023b).

Ve studii Wright & von Stumm (2025) autoři použili položky škály MoA (Arnett, 2001) plus novou škálu CARES (Wright & von Stumm 2023a, 2023b). Ve výsledcích uvádějí, jaký podíl účastníků označil jednu nebo více z pěti kvalit CARES (kognitivní zralost, vědomí stárnutí, sebespolehnutí, eudaimonie a sociální konvoj) a/nebo položky ze škály MoA jako charakteristiky, které podle nich definují dospělost (Wright & von Stumm, 2025).

Tvorba položek

Při konstrukci našeho dotazníku jsme vycházeli ze studie Wright & von Stumm (2025). Pro účel našeho testování jsme vybírali z celkového množství 47 položek. Pro zachování obsahové validity jsme se zaměřili na škálu CARES. Při tvorbě škály jsme postupovali od těch položek, které respondenti označili za nejvíce relevantní vzhledem ke konceptu dospělosti (Wright & von Stumm, 2025). Takto jsme vybrali prvních 15 nejvýše hodnocených položek, které pokrývají následující faktory dle CARES:

- a) kognitivní zralost
- b) vědomí stárnutí
- c) sebespolehnutí
- d) eudaimonia

Mezi těmito patnácti položkami nebyl reprezentován faktor sociální konvoj žádnou položkou; vědomí stárnutí bylo reprezentováno jednou položkou. Výsledných 15 položek jsme přeložili do češtiny. Všechny položky jsou v oznamovací větě v první osobě. Na začátku škály je respondent tázán na své pohlaví a následně mu je přidělen set tvrzení v příslušném rodu. U každého tvrzení respondent volí, nakolik souhlasí pomocí výběru z pěti možností Likertovy škály:

naprosto nesouhlasím - spíše nesouhlasím - ani souhlasím, ani nesouhlasím - spíše souhlasím - naprosto souhlasím

Jednotlivé možnosti jsou bodovány tak, že „naprostý nesouhlas“ má většinou jeden bod a „naprostý souhlas“ pět bodů. Výjimkou jsou dvě položky (6, 13, 15), které jsou kódovány reverzně (tedy „naprostý nesouhlas“ má pět bodů).

Do dotazníků jsme zahrnuli následujících patnáct položek:

1. Jsem schopný se o sebe postarat.
2. Dělán vlastní rozhodnutí nezávisle na ostatních.
3. Mám kontrolu nad svým životem.
4. Dělán dobrá rozhodnutí na základě předchozích zkušeností.
5. Žiji v souladu s tím, kdo jsem.
6. Nemám důvěru sám v sebe. (reverzní)
7. Respektuji názory ostatních lidí, aniž bych měnil své vlastní.
8. Upřednostňuji vztahy, které jsou pro mě důležité.
9. Mám důvěru ve své schopnosti.
10. Trávím čas u věcí, které jsou pro mě důležité.
11. Vážím si času, který v životě mám.
12. Jsem schopný řešit problémy, které se v mém životě objeví.
13. Když řeším problémy, nepřemýšlím v širší perspektivě. (reverzní)
14. Uvědomuji si, že stárnu.
15. Nejsem si jistý svými rozhodnutími. (reverzní)

Výzkumný a standardizační soubor

Za účelem výběru položek, které poskytují relevantní informace, jsme výše uvedený soubor 15 položek administrovali na rozsáhlém vzorku respondentů. Sběr dat probíhal online prostřednictvím webové platformy. Účastníci byli osloveni přes sociální sítě, jednalo se tedy o příležitostný výběr.

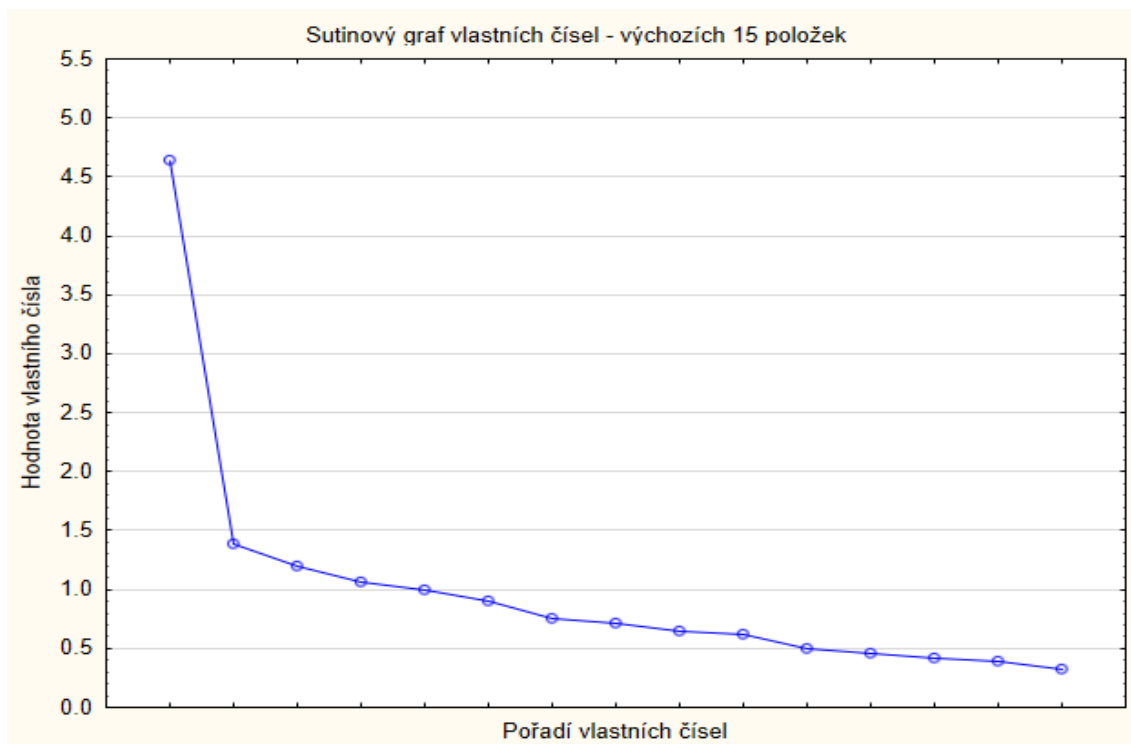
Test celkově vyplnilo 363 respondentů, jejich věk se pohyboval od 15 do 76 let, s horními a dolními kvantily věku 22 a 33 let. Při kontrole dat jsme vyřadili dva respondenty, kterým bylo 66 a 76 let (dotazník byl určen pouze lidem od 15 do 60 let včetně). Upravený soubor se skládal ze 361 respondentů, z toho 85 mužů (23,5 %) a 276 (76,5 %) žen. Průměrný věk respondenta v rámci upraveného souboru dat byl 28,5 let se směrodatnou odchylkou 9,89 roku.

Popisovaný upravený soubor byl následně použit k dalším výpočtům (výběr testových položek, zkoumání vlastností vytvořeného testu a výpočtu norem).

Faktorová struktura inventáře a výběr funkčních položek

Původní set 15 testových položek jsme podrobili exploratorní faktorové analýze (EFA). Metoda hlavní osy (PAF) odhalila jediný faktor. Další explorační metodou hlavních komponent (PCA) ukazovala k vlivu možných čtyř faktorů, což zhruba odpovídá fazetám z výchozího materiálu, z něhož jsme položky generovali. I vzhledem k tomu, že několik dalších metod faktorové analýzy objevilo faktor jeden, pokračovali jsme v konstrukci škály s jedním faktorem. Sutinový graf na obrázku 1 odhaluje stěžejní dominantní faktor s možnou přítomností více faktorů.

Obrázek 1: Sutinový graf vlastních čísel pro výchozích 15 položek



Pakliže bychom použili pravidlo vlastního čísla většího než 1, mohli bychom uvažovat až čtyři možné faktory. Vzhledem k podrobnější analýze jsme přistoupili k jednofaktorovému modelu.

Pro nízkou hodnotu komunality ($<0,2$) a zejména slabé faktorové náboje ($<0,3$) jsme odstranili položky číslo 7, 8, 13 a 14. Pro další statistické zpřesňování modelu jsme zkoumali taktéž modely s nižšími počty položek, ale nejlepší výsledky statisticky i kvalitativně vykazoval stávající model o jedenácti položkách, jehož faktorové náboje a komunality uvádíme v Tabulce 1.

Tabulka 1: Faktorové náboje z EFA na 11 položkách

položka	faktorový náboj	komunalita	znění položky
1	0,46	0,21	Jsem schopný se o sebe postarat.
2	0,51	0,26	Dělám vlastní rozhodnutí nezávisle na ostatních.
3	0,68	0,46	Mám kontrolu nad svým životem.
4	0,56	0,32	Dělám dobrá rozhodnutí na základě předchozích zkušeností.
5	0,58	0,33	Žiji v souladu s tím, kdo jsem.
6*	-0,69	0,48	Nemám důvěru sám v sebe.
9	0,69	0,48	Mám důvěru ve své schopnosti.
10	0,40	0,16	Trávím čas u věcí, které jsou pro mě důležité.
11	0,50	0,25	Vážím si času, který v životě mám.
12	0,70	0,49	Jsem schopný řešit problémy, které se v mém životě objeví.
15*	-0,63	0,40	Nejsem si jistý svými rozhodnutími.

Pozn.: Položky označené hvězdičkou * jsou skórovány reverzně.

Nalezený faktor jsme pojmenovali *Pocitovaná dospělost*. Obě reverzní položky, tj. č. 6 a č. 15, mají příslušnou zápornou hodnotu faktorového náboje.

Nejvíce tento faktor sytí položky tematizující sebedůvěru jako je položka 12 „Jsem schopný řešit problémy, které se v mém životě objeví“ (0,70), položka 9. „Mám důvěru ve své schopnosti“ (0,69) či reverzní položka 6 „Nemám důvěru sám v sebe“ (-0,69).

Nejslabší faktorový náboj (0,40) má potom položka číslo 10 „Trávím čas u věcí, které jsou pro mě důležité.“

Testové škály a výpočet hrubého skóru

Po víceroch testování modelu jsme dospěli k výsledku o jednom faktoru pod názvem *Pocitovaná dospělost*. Faktor je tvořen 11 položkami. Z výchozích 15 položek jsme vyřadili položky číslo 7, 8, 13 a 14, neboť vykazovaly velmi nízké faktorové náboje, tj. s hodnotou menší než 3.

Hrubý skór se počítá jako součet bodů, které respondent získal za odpovědi na jednotlivé položky, kdy úplný souhlas je skórován 5 body a úplný nesouhlas 1. Položky číslo 6 a 15 jsou reverzní, a jsou tak skórovány naopak, kdy za úplný nesouhlas proband získává 5 bodů a za úplný souhlas 1.

Celkově je v rámci Škály pocítované dospělosti při vyplnění všech položek možné získat 11 až 55 bodů.

Důkazy o reliabilitě metody

Vnitřní konzistence

Pro test vnitřní konzistence jsme použili koeficient Cronbachova alfa, který má pro celou škálu uspokojivě vysokou hodnotu: 0,85. Ani u jedné z jedenácti položek inventáře by se po odstranění hodnota Cronbachovy alfy nezvýšila. Nejnižší reliabilitu má položka č. 10 (= 0,369), po jejím odstranění by Cronbachova alfa klesla pouze o hodnotu 0,001, její vypuštění proto nezvažujeme.

Pokud bychom chtěli dosáhnout reliabilitu 0,9, museli bychom do inventáře přidat 7 nových položek. V případě, že bychom inventář zkrátali o polovinu (5 položek), hodnota Cronbachovy alfa by byla 0,75. Popisné charakteristiky jednotlivých položek znázorňuje Tabulka č.2.

Tabulka 2: Popisné charakteristiky jednotlivých položek

položka	průměr	sm. odch.	šikmost	R_{celek}	R^2
1	4,34	0,80	-1,54	0,42	0,27
2	3,87	0,89	-0,87	0,46	0,27
3	3,78	0,99	-0,79	0,61	0,45
4	3,79	0,77	-0,96	0,52	0,31
5	3,89	0,90	-0,79	0,53	0,36
6	3,34	1,17	-0,34	0,63	0,52
7	3,63	0,96	-0,42	0,64	0,48
8	3,88	0,84	-0,77	0,37	0,26
9	4,16	0,88	-1,10	0,45	0,33
10	3,98	0,77	-0,83	0,64	0,47
11	2,98	1,14	-0,02	0,58	0,39
MIN	2,98	0,77	-1,54	0,37	0,26
MAX	4,34	1,17	-0,02	0,64	0,52

Pozn.: V textu nyní dále pracujeme s přečíslovanými výslednými položkami 1-11.

Stabilita v čase

Část výzkumného souboru byla požádána, aby předložený inventář vyplnila po čase ještě jednou. Na tuto výzvu zareagovalo 22 respondentů. Dle výše navrženého klíče jsme v tomto souboru nevyřadili žádného respondenta.

Časový odstup obou administrací se pohyboval mezi 7 a 19 dny, medián 8 dnů. Průměrný hrubý skóre z prvního sběru dat je 44,22 a směrodatná odchylka 3,96. V druhém sběru dat je průměrný hrubý skóre 43,22 a směrodatná odchylka 4,67. **Test-retestová reliabilita vyšla 0,61** ($p < 0,003$; $R^2 = 0,3721$) s vypočítanou silou testu 0,89 při hladině významnosti $\alpha = 0,05$.

Důkazy o validitě metody

Kriteriální validita metody

K ověření kriteriální validity metody jsme respondentům položili otázku na jejich aktuální věk. 37 z nich na otázku neodpovědělo (pravděpodobně proto, že respondenti již na začátku dotazníku vyplňovali rok narození). Věk jsme tedy u všech respondentů počítali z uvedeného roku narození.

Při výběru tohoto konkrétního parametru jsme vycházeli z jednoduchého předpokladu, že u jedince s vyšším věkem bude naměřena vyšší míra pociťované dospělosti. Na základě Arnettova (2000) konceptu emerging adulthood (který podle autora trvá v průběhu období až do konce dvacátých let života) můžeme však taky předpokládat, že od určitého věku se skóre pociťované dospělosti už významně zvyšovat nebude. Na druhé straně je pociťovaná dospělost značně subjektivní.

Vztah mezi hrubým skóre škály a vnějším kritériem (věkem) jsme spočítali pomocí Spearmanova korelačního koeficientu. Vzhledem k výše uvedenému dilematu uvádíme výpočty pro dvě populace: celý výzkumný soubor a respondenty do 30 let, kterých bylo 250. Údaje korelačního koeficientu včetně údajů o statistické významnosti jsou uvedeny v Tabulce 3.

Tabulka 3: Spearmanův korelační koeficient vnějšího kritéria a hrubého skóre škály

populace (věk)	N	r	t	p
<15,60>	361	0,20	(359) = 3,92	< 0,001
<15,30>	250	0,07	(248) = 1,18	0,238

U celkové zkoumané populace hrubé skóre škály pociťované dospělosti slabě pozitivně korelují s věkem respondentů, vyšší skóre odráží vyšší věk. Korelace je statisticky významná a v očekávaném směru. Tyto výsledky posilují validitu naší metody.

U části populace, při které jsme se zaměřili na koncept emerging adulthood (do 30 let včetně) není téměř žádný lineární vztah a korelace není statisticky významná. Jedním z důvodů může být to, že jde o subjektivní koncept a dospělost je obzvláště v období *Emerging Adulthood* pociťována s větší individuální odlišností.

Faktorová validita

Naše škála se zakládá na konstruktu dospělosti, respektive subjektivního vnímání dospělosti u sebe sama. Tento konstrukt náš model podchycuje jedním celistvým faktorem *Pocíťovaná dospělost*; ten sestává z 11 položek.

Statistické vlastnosti modelu prezentujeme v Tabulce 4 dle jednotlivých položek, jejich faktorového náboje a komunality.

Tabulka 4: Faktorové náboje položek

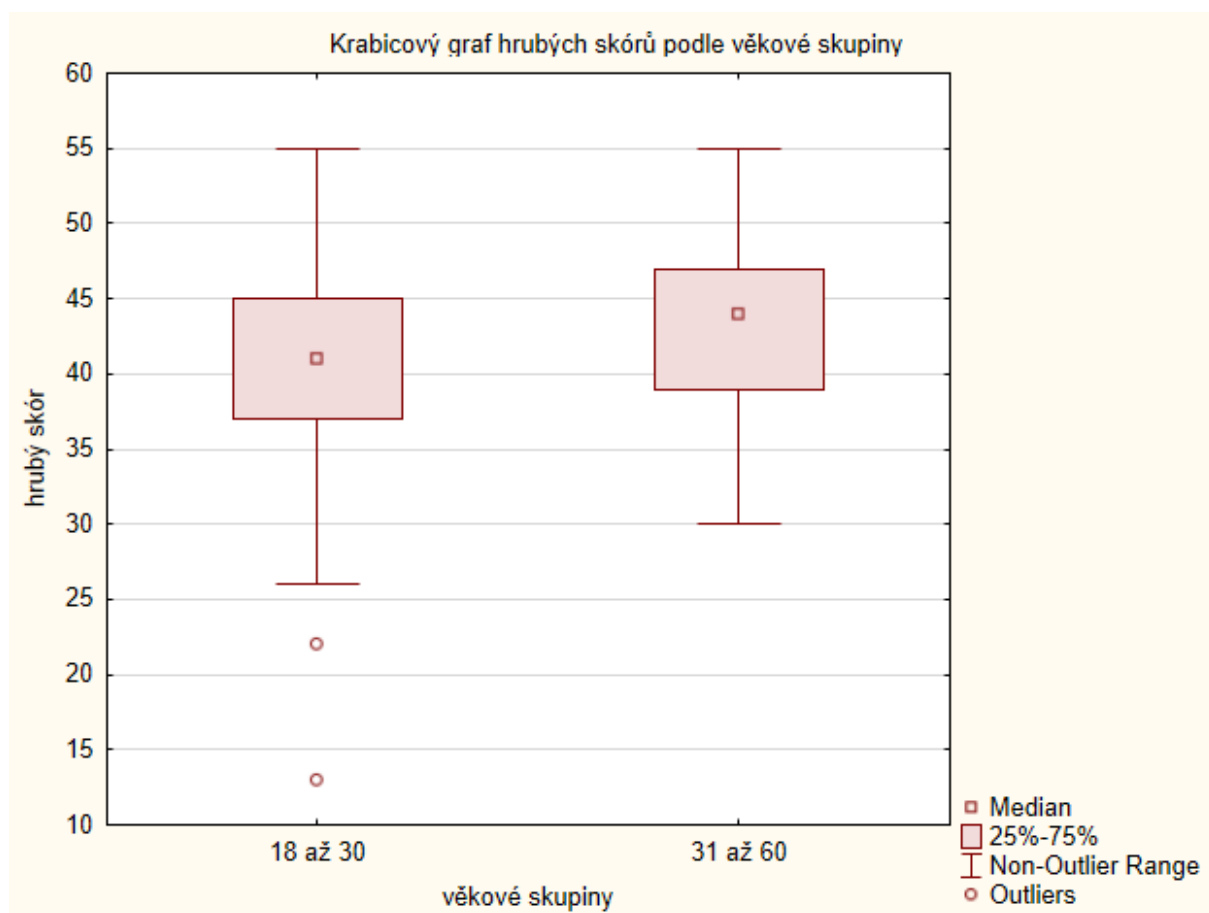
položka	faktorový náboj	komunalita
1	0,46	0,21
2	0,51	0,26
3	0,68	0,46
4	0,56	0,32
5	0,58	0,33
6*	-0,69	0,48
7	0,69	0,48
8	0,40	0,16
9	0,50	0,25
10	0,70	0,49
11*	-0,63	0,40
vysvětlený rozptyl	35 %	

Žádná položka neklesá faktorovým nábojem pod 0,40; položka číslo 8 má ovšem nižší komunalitu, tj. 0,16. Kromě této položky však žádná jiná neklesá pod úroveň 0,20.

Orientační normy

Mezi muži a ženami není ve skórování rozdíl. Věk zde přirozeně vzhledem k podstatě měřeného konstruktů hraje důležitou roli. Normy jsme konstruovali pro věkové skupiny 18-30 (vzhledem k *emerging adulthood*) a 31-60 let, mezi nimiž je signifikantní rozdíl ($t=-3,53$; $p<001$; $d=0,42245$). Potenciální skupina 15-17 čítala pouhých 9 respondentů, nadto není z hlediska vývojových stádií člověka konceptuálně vhodné ji slučovat, tudíž jsme ji z norem vynechali.

Obrázek 2: Hrubé skóry podle věkových kategorií



Data neměla normální rozložení (Shapiro-Wilko $W=0,98352$, $p=0,0004$), pro tvorbu norem jsme tak použili nelineární „plošnou“ transformaci, kdy byly hodnoty hrubého skóru zvláště u skupiny s vynořující se dospělostí (18-30 let) a skupiny s dospělostí ustálenou (31-60 let) převedeny na percentily, následně byly tyto percentily převedeny s pomocí kvantilu normálního rozdělení na Z-skór. Ten jsme dále upravili do podoby staninu, které jsou vhodné pro komunikaci výsledků. Staninové normy shrnuje tabulka 7.

Tabulka 7: Normy podle dvou věkových skupin

18-30 let – vynořující se dospělost		31-60 let – ustálená dospělost	
hrubý skór	stanin	hrubý skór	stanin
11-28	1	11-33	1
29-32	2	34-37	2
33-36	3	38-39	3
37-40	4	40-42	4
41-43	5	43-45	5
44-45	6	46-47	6
46-49	7	48-50	7
50-54	8	51-54	8
55	9	55	9

Zhodnocení metody

Představená Škála pociťované dospělosti je krátký sebeposuzovací dotazník určený k rychlému orientačnímu zmapování subjektivně vnímané dospělosti. Škála sestává z 11 položek, které sytí jeden faktor.

Z hlediska reliability vykazuje metoda velmi uspokojivé psychometrické vlastnosti. Vnitřní konzistence škály je vysoká (Cronbachovo $\alpha = 0,85$), což naznačuje, že položky měří konzistentně stejný konstrukt. Stabilita v čase (test-retest reliabilita) se ukázala jako středně silná ($r = 0,61$). Ačkoliv je tato hodnota nižší než vnitřní konzistence, je přijatelná s ohledem na velikost retestového vzorku ($N = 22$) a povahu konstrukt, který může podléhat aktuálnímu životnímu rozpoložení či kontextu (např. vnímání vlastní kompetence při řešení problémů).

Z důkazů o validitě lze mluvit jen o dílčích podpůrných indikacích. Kriteriační validita vůči věku vyšla v celém souboru statisticky významná, ale slabá (Spearman $r = 0,20$), a v podskupině do 30 let se vztah nepotvrdil ($r = 0,07$; ns). To znamená, že věk zde funguje jako omezené a ne zcela stabilní kritérium. Co se faktorové validity týče, žádná položka neklesá pod faktorový náboj 0,40; současně se ale objevují položky s nižší komunalitou (nejnižší 0,16; 0,21), což může naznačovat, že část položek zachycuje konstrukt méně přesně.

Za problematické je nutné označit především zobecnitelnost: data byla sbírána online příležitostným výběrem a vzorek je nevyvážený z hlediska pohlaví. Nadto byl nástroj ověřen jen v rámci vymezeného věkového rozmezí určeného zadáním. Dalším limitem je, že validizace se opírá převážně o jediné externí kritérium (věk). Vhodnějším kritériem by mohl být údaj o časovém údobí, kdy respondent žije samostatně ve své domácnosti bez rodičů. Pro robustnější argumentaci by dále bylo vhodné doplnit konvergentní validitu (např. škála CARES nebo MoA) a ověřit funkčnost položek napříč skupinami (např. pohlaví, věkové kohorty).

Použitá literatura

- Arnett, J. J. (1994). Are college students adults? Their conceptions of the transition to adulthood. *Journal of Adult Development*, 1(4), 213–224. <https://doi.org/10.1007/BF02277582>.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development*, 8(2), 133–143. <https://doi.org/10.1023/A:1026450103225>.
- Bao, G., Gao, F., Xie, H., Zhang, R., & Hong, J. (2023). Links between parental autonomy support and psychological control and Chinese emerging adults' conceptions of adulthood. *Journal of Research on Adolescence*, 33(3), 828–840. <https://doi.org/10.1111/jora.12840>.
- Blatterer, H. (2007). *Coming of age in Times of uncertainty*. Berghahn Books.
- Kuang, J., Zhong, J., Arnett, J. J., Hall, D. L., Chen, E., Markwart, M., Yeung, A., & Zou, L. (2023). Conceptions of adulthood among Chinese emerging adults. *Journal of Adult Development*. <https://doi.org/10.1007/s10804-023-09449-4>.
- Molgat, M. (2007). Do transitions and social structures matter? How 'emerging adults' define themselves as adults. *Journal of Youth Studies*, 10(5), 495–516. <https://doi.org/10.1080/13676260701580769>.
- Norman, K. B., Grahe, J. E., & Lee, S. (2021). Reconstructing adulthood: Revising the markers of adulthood scale for increased ecological validity. *Psychological Reports*, 126(2), 1042–1061. <https://doi.org/10.1177/003329412111061700>.
- Obidoo, C. A., Dodoo, B. A., Tackie-ofosu, V., Obidoo, M. A., Kalisch, H. R., & Nelson, L. J. (2018). Perspectives on markers of adulthood among emerging adults in Ghana and Nigeria. *Emerging Adulthood*, 7, 270–278.
- Settersten, R. A. (2007). Passages to adulthood: Linking demographic change and human development. *European Journal of Population*, 23, 251–272. <https://doi.org/10.1007/s10680-007-9132-8>.
- Sharon, T. (2016). Constructing adulthood: Markers of adulthood and well-being among emerging adults. *Emerging Adulthood*, 4(3), 161–167. <https://doi.org/10.1177/2167696815579826>.
- Sirsch, U., Dreher, E., Mayr, E., & Willinger, U. (2009). What does it take to be an adult in Austria? Views of adulthood in Austrian adolescents, emerging adults, and adults. *Journal of Adolescent Research*, 24(3), 275–292. <https://doi.org/10.1177/0743558408331184>.
- Wright, M., & von Stumm, S. (2023a). *The CARES taxonomy: Five psychological qualities of adulthood*. [Under Review].
- Wright, M., & von Stumm, S. (2023b, May 28). *The CARES taxonomy: Five psychological qualities of adulthood* [Conference presentation]. APS 2023 Convention, Washington, D.C., United States.
- Wright, M., & von Stumm, S. (2025). Perceptions of adulthood: What does it mean to be grown-up?. *Journal of Adult Development*, 32(1), 1-14.