

MALADAPTIVNÍ DENNÍ SNĚNÍ V SOUVISLOSTI S ANHEDONIÍ A SEPARAČNÍ ÚZKOSTÍ¹

Pro mnoho lidí je denní snění běžnou součástí každého dne. APA Dictionary of Psychology (2023) definuje denní snění jako určitou bdělou fantazii, v níž se odehrávají naše očekávání, přání a mnohé další scénáře. Zatímco denní snění považujeme za jakousi neškodnou aktivitu, která má v každodenním životě své nezpochybnitelné místo, maladaptivní denní snění už tak běžné (a vlastně i neškodné) není. Pohlcující, patologické (tedy *maladaptivní*) denní snění je popisováno jako excesivní fantazírování, které zpravidla nahrazuje běžné sociální kontakty, a mnohdy také zasahuje do pracovního či interpersonálního fungování jedince. Maladaptivní denní snění lze považovat za behaviorální mentální závislost na fantazii, ve které člověk tráví až polovinu svého bdělého času (Somer, 2002). Poprvé byl tento pojem do psychologie zaveden až v roce 2002 Profesorem Eliezerem Somerem. Mezi běžné projevy MDS lze zařadit nadměrné oddávání se dennímu snění po velice dlouhé časové úseky, dále také živé a intenzivní denní sny, toto vše mohou doprovázet například problémy se spánkem, potíže s dokončováním každodenních činností, touha v pokračování v denním snění vedoucí až ke kompulzím, šeptání, nebo též mluvení (Bigelsen et al., 2016).

V oblasti maladaptivního denního snění bylo provedeno několik výzkumů. V roce 2022 předkládá Brenner a kolektiv studii, zabývající se *osobnostními rysy a maladaptivním sněním*, konkrétněji *fantazijními funkcemi a tématy* onoho pohlcujícího denního snění. Data set je volně přístupný na stránkách zenodo.org., odkud byl pro účely této práce získán². Výzkumníci analyzovali odpovědi 539 respondentů, kteří splnili kritéria pravděpodobného maladaptivního denního snění, a spadali alespoň do jedné z těchto osobnostních facet: *narcismus, anhedonie a separační úzkost*. Pravděpodobnost výskytu maladaptivního denního snění u jednotlivců zjišťovali za využití *14-item Maladaptive scale*, což je metoda, ve které respondenti odpovídali na škále na odpovědi týkající se výskytu maladaptivního snění od 0 do 10, přičemž cut-off skóre bylo 5. Patologické osobnostní rysy byly zjišťovány za pomoci takzvané *the short form of the Personality Inventory DSM-5 for Adults (PID-5-SF)*. Míra těchto patologických rysů je hodnocena na škále od 0 do 3, kdy 0 je chápána jako absence rysu, a 3 jako vysoce intenzivní projev rysu. Autoři se v dané studii zaměřují na 3 osobnostní rysy, tedy *narcismus, separační úzkost a anhedonii*. Vzhledem k neúplnosti dat byl osobnostní rys

¹ Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=296>

² Brenner, R., Somer, E., & Abu-Rayya, H. M. (2021). Personality Traits and Maladaptive Daydreaming: Fantasy Functions and Themes in a Multi-Country Sample [Data set]. Zenodo. <https://doi.org/10.5218/zenodo.4682667>

narcismu pro účely naší práce vyčleněn a dále jsme pracovali pouze se separační úzkostí a anhedonií. Navíc jsme pracovali s původním data setem, který po vyčištění dat činí 628 respondentů.

Pro tuto práci jsme se rozhodli prozkoumat vztah mezi maladaptivním denním sněním, separační úzkostí a anhedonií za pomoci lineárního regresního modelu. Jako závislá proměnná byl zvolen hrubý skór získaný z 14-item Maladaptive scale, tedy hrubé skóry získané ze škály vyhodnocující pravděpodobnost výskytu maladaptivního snění u jedinců. Hrubé skóry v oblasti anhedonie a separační úzkosti, získané z PID-5-SF, škály měřící patologické osobnostní rysy, byly zvoleny jako nezávislé proměnné. Za kovariáty, které slouží ke zpřesnění výsledků, jsme zvolili věk a pohlaví (kódováno jako muži = 0, ženy = 1).

Koeficient determinace (R^2) nám podává informace, týkající se toho, kolik procent rozptylu závislé proměnné (kterou je pravděpodobný výskyt maladaptivního denního snění u jedince) se dá pomocí modelu vysvětlit. Získaná hodnota poukazuje na to, že daný model dokáže vysvětlit přibližně 13 % rozptylu. Hodnoty F statistiky a p hodnoty potvrzují statistickou významnost modelu, jak lze vidět v tabulce 1.

Tabulka 1 Ukazatel kvality modelu

R^2	F statistika	p hodnota
0,13	23,86	$p < 0,001$

Dále je důležité zjistit statistickou významnost jednotlivých regresorů. Výsledky jsou uvedeny v tabulce níže.

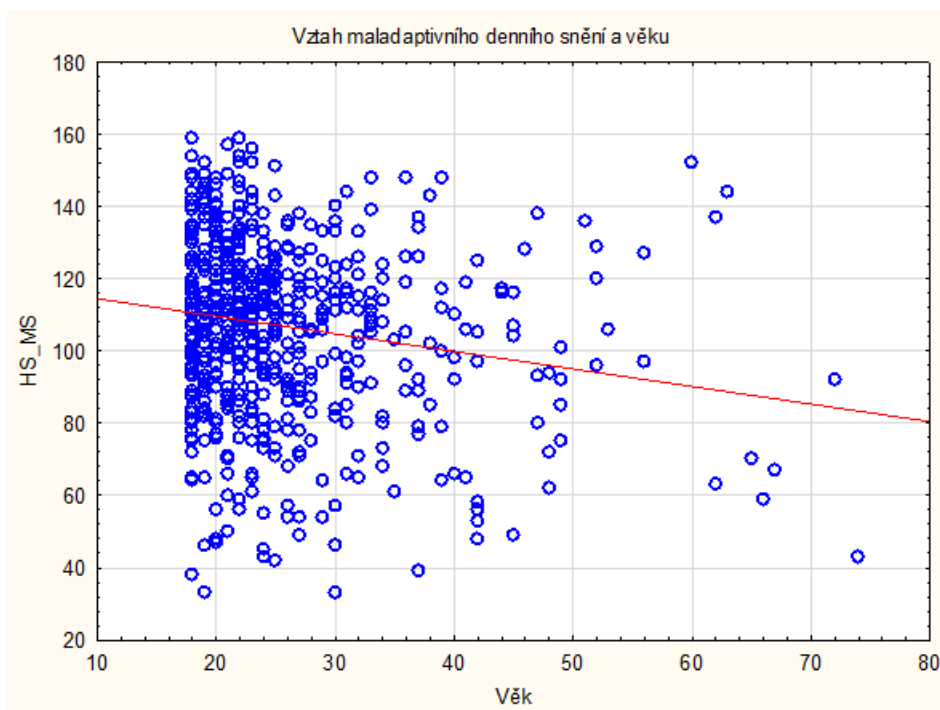
Tabulka 2 Statistická významnost regresorů

Regresor	Standardizovaný		p hodnota	Nestandardizovaný regresní koeficient
	regresní koeficient	T statistika		
Věk	-0,391	-3,723	$< 0,001$	-0,142
Pohlaví	3,255	1,491	0,136	0,056
Anhedonie	2,193	7,887	$< 0,001$	0,303
Separální úzkost	0,316	1,145	0,253	0,045

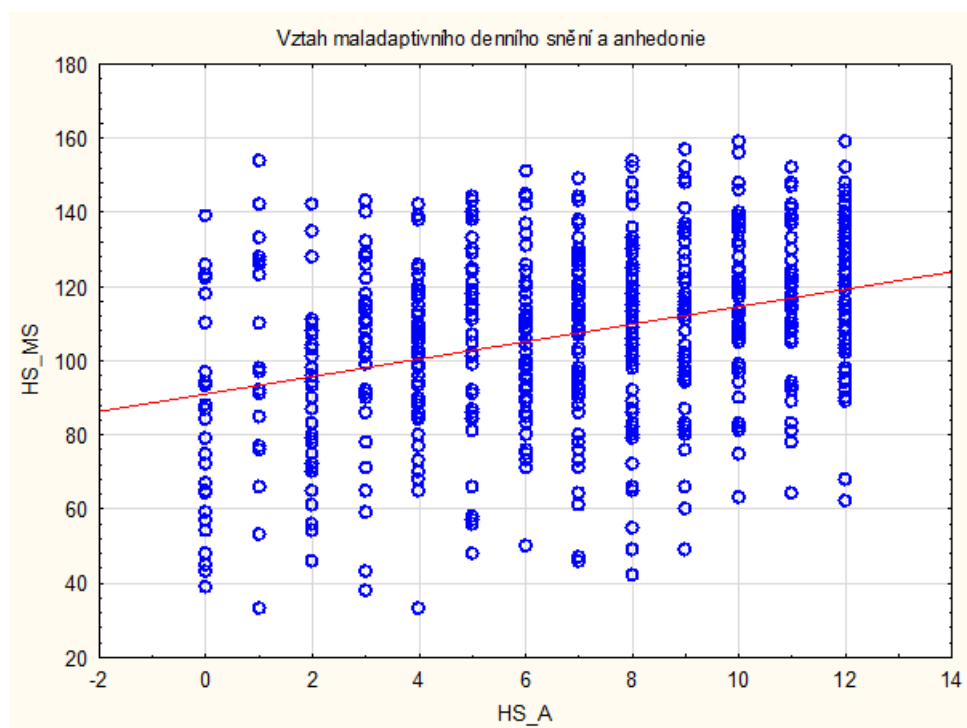
Signifikantní se ukázaly regresory věk a anhedonie, přičemž usuzujeme na základě p hodnoty, která byla nižší než 0,001. Na základě nestandardizovaného regresního koeficientu u regresoru věku můžeme předpokládat, že s nižším věkem budou jedinci dosahovat vyššího skóre v rámci škály mapující výskyt maladaptivního denního snění. U anhedonie pak můžeme usoudit, že pokud bude jedinec dosahovat vyšších hodnot v rámci škály PID-5-SF (tedy škály zabývající se patologickými osobnostními rysy), bude nabývat vyšších hodnot v rámci škály mapující výskyt maladaptivního denního snění o 0,303 bodu. Hodnoty ostatních regresorů (pohlaví a separační úzkosti) jsou v tabulce uvedeny. Jejich hodnota nenabyla hladiny významnosti ($p > 0,05$).

Výsledky lze interpretovat následovně. Čím mladší bude respondent, tím vyššího skóre bude dosahovat v rámci škály maladaptivního denního snění. Dále hraje roli rovněž osobnostní rys, tedy pokud bude jedinec spadat do kategorie anhedonie, zpravidla bude dosahovat vyššího skóre v rámci škály maladaptivního snění. Tyto výsledky podporují rovněž přiložené grafy 1 a 2.

Graf 1 *Vztah maladaptivního denního snění a věku*



Graf 2 *Vztah maladaptivního denního snění a anhedonie*



SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

APA Dictionary of Psychology (2023). *Daydream*. Dostupné z <https://dictionary.apa.org/daydream>

Bigelsen, J., Lehrfeld, J. M., Jopp, D. S., & Somer, E. (2016). Maladaptive daydreaming: Evidence for an under-researched mental health disorder. *Consciousness and cognition*, 42, 254-266. <https://doi.org/10.1016/j.con-cog.2016.03.017>

Brenner, R., Somer, E., & Abu-Rayya, H. M. (2021). Personality Traits and Maladaptive Daydreaming: Fantasy Functions and Themes in a Multi-Country Sample [Data set]. Zenodo. <https://doi.org/10.5218/zenodo.4682667>

Brenner, R., Somer, R., & Abu-Rayya, H. M. (2022). Personality traits and maladaptive daydreaming: Fantasy functions and themes in a multi-country sample. *Personality and Individual Differences*, 184, Article 111194. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111194>

Somer, E. (2002). Maladaptive daydreaming: Ontological analysis, treatment rationale; a pilot case report. *Frontiers in the Psychotherapy of Trauma and Dissociation*, 1(2), 1-22. <https://dx.doi.org/10.XXXX/ftpd.2017.0006>