

# VZTAH PROŽÍVÁNÍ STRESU VE ZKOUŠKOVÉM OBDOBÍ A UŽÍVÁNÍM PŘÍPRAVKŮ NA UKLIDNĚNÍ<sup>1</sup>

Kumari & Jain (2014) zkoumali vnímaný stres a úzkost ve zkouškovém období u studentů univerzit napříč obory v rámci pregraduálního i postgraduálního studia. Zjistili, že pokud je prožívaný stres u studentů vyšší, má to za následek nejen ovlivnění kvality jejich přípravy na zkoušky, ale i jejich podaný výkon. Autoři zdůrazňují, že ačkoli mírný stres může být někdy prospěšný a vést k lepšímu výkonu, výrazný stres před zkouškou a během zkoušky může mít dopad na duševní zdraví (rozvoj úzkosti) i fyzické zdraví.

Alam (2001, citováno v Kumari & Jain, 2014) uvádí, že stres a úzkost během zkoušek se mohou projevat jako strach ze selhání. Co se týče negativních projevů, zmíněny jsou především kognitivní potíže, zejména potíže s pamětí a vybavováním informací.

Štefec et al. (2022) v rámci cvičení z psychometrie na KPCH FF UPOL formulovali v rámci své zprávy o Inventáři prožívání stresu ve zkouškovém období mimo jiné i hypotézu o vztahu mezi prožíváním stresu ve zkouškovém období a užíváním přípravků na uklidnění.

Pro účely ověřování hypotézy o existenci vztahu mezi prožíváním stresu ve zkouškovém období a užíváním léků či bylinek na uklidnění jsem použila datovou matici získanou pro účely výše zmíněného projektu Štefec et al. (2022), která obsahuje 290 záznamů od studentů a absolventů vysokých škol. Platnost této hypotézy jsem ověřovala pomocí logistické regrese. Ta popisuje chování dichotomické závislé proměnné za pomoci spojitých nebo kategorických regresorů. Do modelu jsem zařadila následující proměnné.

Závisle proměnné:

- **Odpověď na otázku, zda respondenti při svém posledním zkouškovém období užívali léky na uklidnění (hypnotika, anxiolytika) nebo bylinné přípravky na uklidnění.** Jedničkou byla kódována kladná odpověď, nulou záporná. Pro každou z těchto proměnných byl vytvořen samostatný statistický model.

---

<sup>1</sup> Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4/zprava.php?id=33>

Regresory:

- **Hrubý skór škály prožívání stresu ve zkouškovém období<sup>2</sup>.** Škála se skládá celkem z 11 tvrzení týkajících se fyzických a psychických projevů stresu a respondent u každého výroku udává míru souhlasu výběrem ze 4 možností.

Kovariáty:

- **Pohlaví.**

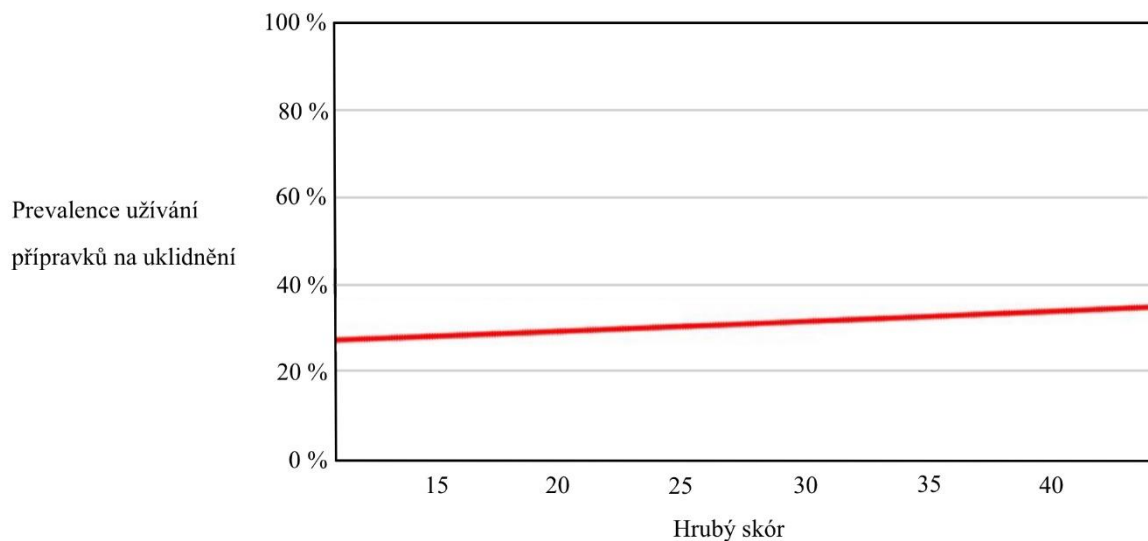
Hypotézu o nelineárním vztahu mezi užíváním léků či bylinek na uklidnění a hrubým skórem škály jsem testovala ověřením statistické významnosti regresního koeficientu u regresoru hrubý skór škály. Test jsem provedla zvlášť pro každou závisle proměnou za pomoci Waldovy statistiky. Následující tabulka shrnuje výsledky testů.

Tabulka 1: Testy statistické významnosti vztahu

Model	Regresní koeficient	Testová statistika	P hodnota
Léky	0,05	2,96	0,0852
Bylinné přípravky	-0,01	2,28	0,7918

Pro účely grafického znázornění jsem převedla predikovaný logit do formátu procent a vypočítala tak vyrovnané hodnoty závisle proměnné pro jednotlivé hodnoty hrubého skóru škály. Výsledek znázorňuje následující obrázek.

Obrázek 1: Predikované hodnoty užívání přípravků na uklidnění v závislosti na hrubém skóru škály



<sup>2</sup> Škála je součástí Inventáře prožívání stresu ve zkouškovém období, který vznikl v rámci cvičení z psychometrie na KPCH FF UPOL.

Z výsledků je patrné, že pozorovaný efekt není statisticky významný. Z grafu je patrné, že užívání přípravků na uklidnění bylo častější u lidí, kteří měli vyšší hrubý skóre a tedy prožívali ve zkouškovém období více stresu než lidé s nižším hrubým skórem. Jak je ale patrné z výsledků statistických testů, vztah není příliš silný. Výsledky analýzy se shodují s výsledkem kritériální validity v původní zprávě o Inventáři stresu ve zkouškovém období (Štefec et al., 2022), kde autoři prozkoumali stejný vztah za pomoci Spearmanovy korelace a našli pouze slabý vztah, který rovněž nebyl statisticky signifikantní.

## Literatura

Kumari, A., & Jain, J. (2014). Examination Stress and Anxiety: A Study of College Students. *Global Journal of Multidisciplinary Studies*, 4(01), 31-40

Štefec, J., Vítковиčová, K., Vyhňáková, A., & Žiak, K. (2022). Inventář prožívání stresu ve zkouškovém období (projekt v rámci předmětu Psychometrika 1 na KPCH FF UPOL). Dostupné z [https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/pmlab/zpravy/zprava0255\\_3.pdf](https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/pmlab/zpravy/zprava0255_3.pdf)