

# Škály sebekontroly v pracovním prostředí – konstruktová validita

## Úvod do problematiky a popis metody

Sebekontrola hraje v pracovním prostředí klíčovou roli, přičemž je spojována zejména s efektivním využitím času, zvládnutím stresu, konfliktních situací a schopností přizpůsobit se proměnlivým podmínkám (Baumeister, Vohs, & Tice, 2007). V tomto kontextu zahrnuje psychologický konstrukt sebekontrola schopnost regulovat své myšlenky, chování a emoce tak, aby odpovídaly profesním cílům a požadavkům.

V současnosti existuje jen omezené množství nástrojů pro měření sebekontroly, které obvykle pojímají konstrukt sebekontroly v širším rozsahu a neomezují se na specifika pracovního prostředí. Za tímto účelem byla v rámci předmětu Psychometrika 1 navržena Škála sebekontroly v pracovním prostředí (Gambová et al, 2024). Tato škála sestávala z celkového počtu 16 položek, které byly s využitím explorativní faktorové analýzy uspořádány do 4 samostatných subškál o 5, 4, 4 a 3 položkách. Odpovědi na položky byly uvedeny ve formátu Likertovy škály (1 = zcela nesouhlasím až 5 = zcela souhlasím). Detailní struktura metody včetně znění jednotlivých položek je přehledně uvedena v **Tabulce 1**.

**Tabulka 1:** Škála sebekontroly v pracovním prostředí – subškály a znění jednotlivých položek.

Položka	Znění položky
<b>Subškála – Plánování a organizace práce (POP)</b>	
p(1)	Dokážu začít pracovat na úkolu hned, jakmile ho dostanu.
P(2)	Pokud mám něco důležitého udělat, pustím se do toho dříve, než se věnuji méně důležitým úkolům.
P(3)_r	Odkládám úkoly tak dlouho, že tím zbytečně trpí moje efektivita.
P(4)	Plním své úkoly včas, aniž bych je odkládal na poslední chvíli.
P(5)	Dokážu si dobře naplánovat úkoly, abych je zvládl dokončit včas.
<b>Subškála – Kontrola pozornosti a soustředění (KPS)</b>	
p(6)	Zvládám se dobře soustředit na svou práci.
P(7)	Při práci se dokážu soustředit, i když mě mé okolí vyrušuje.
P(8)	Zvládám regulovat svou pozornost při plnění úkolu.
P(9)_r	Snadno mě rozptýlí okolní podněty, což mi brání dokončit úkoly.

Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychoologie.cz/stat4?i=410>

---

**Subškála – Emoční regulace (ER)**

- p(10)** Reaguji klidně i na nečekané pracovní situace.  
**P(11)** I když se v práci naštvu, dokážu se ovládnout a reagovat racionálně.  
**P(12)** V práci dokážu kontrolovat své emoce a nenechat je ovlivnit mé rozhodování.  
**P(13)** Dokážu udržet své emoce pod kontrolou i v náročných pracovních situacích.
- 

**Subškála - Stanovování a dosahování dlouhodobých cílů (SDDC)**

- p(14)** Stanovuji si jasné pracovní cíle a plánuji, jak jich dosáhnout.  
**p(15)** Vím, co musím udělat, abych dosáhl svých pracovních cílů.  
**p(16)** Každý den se alespoň chvíli věnuji svým dlouhodobým pracovním cílům.
- 

Pozn. r = reverzní položka.

Autoři metody se zaměřili na základní psychometrickou analýzu zahrnující důkazy o reliabilitě (vnitřní konzistence, stabilita v čase) i validitě metody (kriteriální validita) a s využitím explorativní faktorové analýzy (EFA) potvrdili jednodimenzionální charakter definovaných subškál škály sebekontroly v pracovním prostředí.

V této práci bychom se zaměřili na ověření konstruktové validity, konkrétně faktorové validity, pomocí konfirmatorní faktorové analýzy (CFA). Pro účely analýzy byly využity volně přístupné údaje Studentské psychometrické laboratoře Katedry psychologie UPOL, jmenovitě projektu #302 Škála sebekontroly v pracovním prostředí autorů Gambová et al. (2024). S ohledem na rozsah i účel této zprávy nebudeme v tomto textu blíže popisovat výzkumný soubor a další popisné statistiky, ale odkazujeme čtenáře na výše uvedený primární zdroj.

## Výsledky analýzy

Statistické zpracování výzkumných dat bylo provedeno v programu RStudio. Před zahájením konfirmatorní faktorové analýzy jsme ověřili vhodnost výzkumných dat pro faktorovou analýzu pomocí Kaiser-Meyer-Olkinova kritéria (KMO) a Bartlettova testu sféricity. Celkové KMO odpovídalo hodnotě 0,868, přičemž nejnižší pozorovaná hodnota byla u položky 11 (KMO = 0,724). Tyto výsledky spolu s výsledkem paralelně provedeného Bartlettova testu sféricity (stat.krit. = 2555,708; s.v. = 120;  $p < 0,001$ ) nás opravňovali k postoupení následné faktorové analýze.

Pro účely návrhu vhodného modelu jsme vycházeli z výsledků explorativní faktorové analýzy v původní práci. Tato odhalila čtyřfaktorovou strukturu škály sebekontroly v pracovním prostředí, jak bylo diskutováno v úvodní části. Autoři dále potvrdili, že tyto faktory jsou vzájemně korelovány, avšak bez uvedení konkrétních výsledků a způsobu stanovení korelačních koeficientů. S ohledem na ordinální charakter výzkumných dat není vhodné použít Pearsonův korelační koeficient, a proto jsme pro tento účel zvolili polychorickou korelaci, která je vhodná pro ordinální data. Výsledky polychorické korelace potvrdily, že všechny položky

jsou do určité míry korelovány ( $\rho_{\text{poly}} = 0,09-0,77$ ). Vzájemné polychorické korelace diskutovaných subškál jsou v rozmezí  $\rho_{\text{poly}} = -0,22$  až  $-0,15$ .

Tato zjištění nám umožnila pokračovat v konfirmatorní faktorové analýze a soustředit se na vícefaktorový model s korelovanými faktory, případně hierarchický model. Pro úplnost dodejme, že jednofaktorový model bylo lze opustit na základě výsledků původní práce, která ověřila čtyřfaktorové uspořádání škály sebekontroly pomocí EFA.

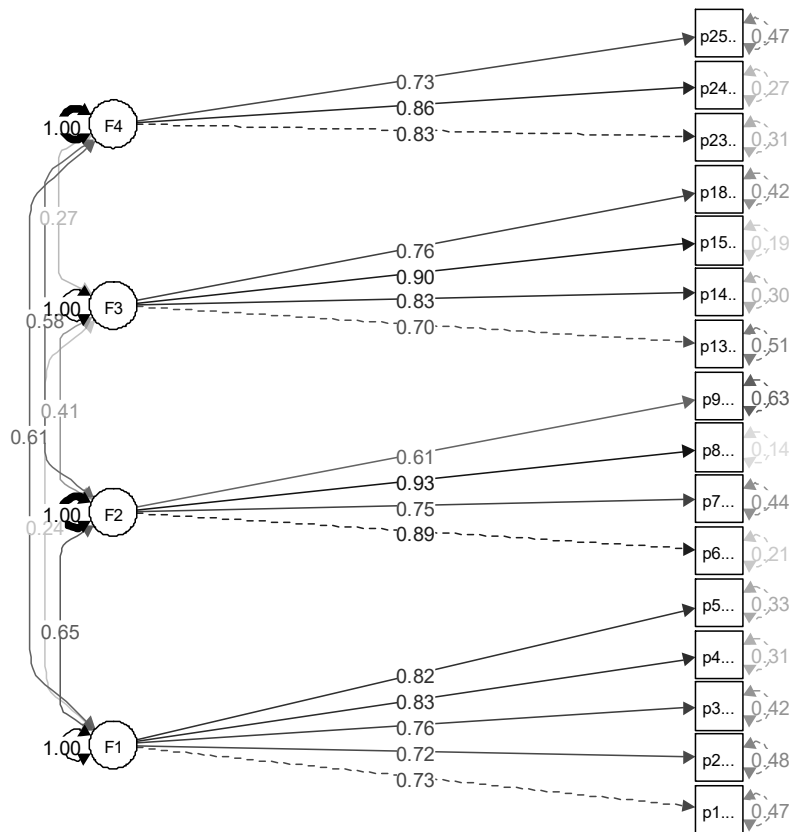
Klíčové indexy uvažovaných modelů jsou přehledně uspořádány v **Tabulce 2**.

**Tabulka 2:** Výsledky CFA analýzy uvažovaných modelů pro škálu sebekontroly.

	$\chi^2(\text{df})$	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
<b>Hierarchický model (4 faktory a 1 obecný faktor)</b>	243,1(100)	0,99	0,988	0,063 [0,053; 0,073]	0,064
<b>Vícefaktorový model (4 faktory vzájemně korelované)</b>	207,2 (98)	0,992	0,991	0,056 [0,045; 0,066]	0,058

Indexy fitu obou uvažovaných modelů naznačují, že oba modely dobře modelují škálu sebekontroly. Přestože uvedené parametry naznačují (např. TLI 0,988 pro hierarchický model vs 0,991 pro vícefaktorový korelovaný model), že vícefaktorový model s korelovanými faktory mnohem lépe vystihuje studovanou metodu, byl proveden  $\chi^2$  test ( $\Delta\chi^2 (2) = 12,011$ ,  $p = 0,002$ ), který podpořil, že **vícefaktorový model s korelovanými faktory** lépe odpovídá škále sebekontroly v pracovním prostředí. Tento výsledek umožňuje interpretovat samostatně jednotlivé subškály bez nutnosti k přihlídnutí k celkovému skoru. Pro větší přehlednost jsou příslušné faktorové zátěže všech položek ke svým faktorům (včetně reziduí) a mezifaktorové korelační koeficienty prezentovány na **Obrázku 1**.

**Obrázek 1:** Schematické znázornění faktorové struktury škály sebekontroly.



## Seznam použité literatury

Baumeister, R., Vohs, K., & Tice, D. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*, vol. 16(issue 6), 351-355.

Gambová, J., Hodík, T., Hafoudh, S., Holčák, L. & Štigler, N. (2025). *Škála sebekontroly v pracovním prostředí*. Studentský projekt. Univerzita Palackého v Olomouci, Filozofická fakulta.