

Vztah mezi psychickou odolností a citovou vazbou, věkem, pohlavím a vzděláním.

Teoretické zakotvení

Tato zpráva se zaměřuje na zjištění úlohy citové vazby a dalších faktorů, jako je, věk, dosažené vzdělání, k předpovědi psychické odolnosti.

Citová vazba

Teorie citové vazby J. Bowlbyho, zásadně ovlivnila vědecké zkoumání emocionálních vztahů mezi matkou a dítětem. Novorozenec přirozeně reaguje na hrozby aktivací systému citové vazby, který mu poskytuje pocit bezpečí a důvěru v dostupnost a podporu pečovatele. Tento mechanismus umožňuje dítěti vnímat svět jako bezpečné místo pro učení a růst (Mikulincer & Shaver, 2012). Citová vazba tedy představuje hluboké emoční pouto mezi jedincem a jeho pečovatelem.

Na základě Bowlbyho výzkumu byly vytvořeny revize a nové verze teorie citové vazby dalšími badateli. Teorie citové vazby podle Bartholomewa a Horowitza vychází z teorie Hazana a Shavera (Muyang et al., 2023). Jejich výzkum se zaměřil na styly citové vazby ve vztazích. Pokud je obraz sebe sama vnímán jako pozitivní nebo negativní a pokud je i obraz druhých lidí rozdělen na pozitivní nebo negativní, mohou vzniknout čtyři různé kombinace: jistá, vyhýbavě odmítavá, zapletená (úzkostně-vyhýbavá) a strachuplná (úzkostná) (Bartholomew & Horowitz, 1991). Tyto čtyři styly citové vazby lze zároveň vnímat jako kombinace dvou základních dimenzí citové vazby – vztahové úzkosti a vztahové vyhýbavosti. Vztahová úzkost se vyznačuje potřebou ujištění a obavami z odmítnutí, zatímco vztahová vyhýbavost se vztahuje k míře komfortu s blízkostí a tendenci zdůrazňovat nezávislost. Jedinci s vyšší vztahovou úzkostí častěji vykazují horší emoční regulaci (Mikulincer & Shaver, 2018), vyšší emoční reaktivitu (Wei et al., 2005) a jsou náchylnější k úzkostným a depresivním symptomům (Lopez et al., 2001). Naopak osoby s vyšší vztahovou vyhýbavostí mají tendenci potlačovat emoční potřeby a vykazují nižší míru vyhledávání sociální opory (Fraley & Shaver, 2000).

Psychická odolnost

Resilience, neboli psychická odolnost, je schopnost a dynamický proces, díky kterému tělo nebo mysl adaptivně překonává stres a nepříznivé životní okolnosti (Tang, 2024). S resiliencí úzce souvisí také salutogenetický model Aarona Antonovského, který říká, že fyzické a psychické zdraví jedince je určováno hlavně smyslem pro koherenci (SOC), který je chápán jako vnitřní zdroj pro mobilizaci obecných a specifických odolnostních charakteristik (Krok et al., 2024). Při setkání s psychosociálními nebo fyzickými stresory, jako je například nemoc, smysl pro

koherenci pomáhá člověku tyto náročné situace zvládat, přičemž nalezení konstruktivního řešení může vést k lepšímu duševnímu a fyzickému zdraví (Krok et al., 2024).

Jak ukazují výsledky metaanalýzy Rasmussena et. Al. (2019), bezpečná citová vazba, která je základem pro zdravý vývoj v raných letech, může pozitivně ovlivnit rozvoj psychické odolnosti. Osoby, které v dětství zažily stabilní a podpůrné vztahy, mají větší schopnost čelit životním těžkostem a efektivně se adaptovat na nové výzvy v dospělosti (Özbay & Çelik, 2024). Jedinci s vyšší úzkostností v citových vazbách mají tendenci prožívat silnější obavy z opuštění a nejistoty ve vztazích, což může ovlivnit jejich schopnost efektivně zvládat životní výzvy a adaptovat se na stresové situace (Mikulincer & Shaver, 2018). Zároveň jedinci s vyšší vztahovou vyhýbavostí, kteří se vyhýbají blízkosti a spoléhají se více na sebe, mohou mít tendenci potlačovat emoční potřeby, to může vést k nižší schopnosti vyhledávat sociální podporu v těžkých obdobích, což má dopady i na odolnost (Fraley & Shaver, 2000). Tato souvislost podtrhuje význam kvalitních mezilidských vztahů pro rozvoj psychické odolnosti.

Průběh získávání dat a jejich analýzy

Data byla získána s povolením z výzkumu, který provedli studentky 2. ročníku bakalářského studia psychologie z Ostravské univerzity v rámci nepublikované prezentace do předmětu Statistika 2 (Foltýnová, Uhliarová, Vynnyk, Vavrušová, 2025). V daném výzkumu byla data získána pomocí online dotazníkového šetření, pomocí google forms. Pro zapojení do výzkumu, museli účastníci splnit podmínku věku 18 a více let a odsouhlasení informovaného souhlasu. Poté byli získány demografické údaje věk a nejvyšší dosažené vzdělání. Dále pak účastníci vyplnili dva dotazníky ECR-CZ a SOC-9.

Experiences in close relationships - ECR-CZ

Tento nástroj obsahuje celkem 31 položek – z toho 17 položek sytí škálu vztahové úzkostnosti a 14 položek škálu vztahové vyhýbavosti. Jednotlivé položky jsou hodnoceny na sedmistupňové škále Likertova typu (1 = rozhodně nesouhlasím, 2 = nesouhlasím, 3 = spíše nesouhlasím, 4 = nevím, 5 = spíše souhlasím, 6 = souhlasím, 7 = rozhodně souhlasím). Některé položky jsou skórovány reverzně (Seitl et al., 2016). Podle Seitla et al. (2016) vykazuje česká verze ECR-CZ velmi dobrou reliabilitu – hodnota Cronbachova alfa činí 0,86 pro obě škály. Stabilita v čase byla ověřena metodou test–retest s korelacemi $r = 0,73$ pro vyhýbavost a $r = 0,85$ pro úzkostnost.

Sense of coherence - SOC – 9

Zkrácenou verzi škály smyslu pro koherenci (Sense of coherence) SOC-9 vytvořili Klepp et al. (2007), za účelem poskytnutí kratšího, jednodimenzionálního dotazníku pro rozsáhlé epidemiologické šetření. SOC-9 Obsahuje celkem 9 položek odpovídající třem dimenzím konceptu SOC – *srozumitelnost* (3 položky), dále *zvládnutelnost* (3 položky) a *smysluplnost* (3 položky), jenž se v konfirmatorní faktorové analýze pro škálu SOC-13 prokázaly jako položky s nejvyšším faktorovým zatížením pro každou dimenzi (Feldt&Rasku, 1998). Respondenti odpovídají na jednotlivé výroky pomocí původní sedmibodové Likertovy škály, která je ukotvena

slovním popisem na obou krajních bodech (Klepp et al., 2007). Podle Klepp et al. (2007) vykazuje dotazník SOC-9 uspokojivou vnitřní konzistenci s hodnotou Cronbachova alfa 0,79. Tato hodnota spadá do rozmezí zaznamenaných pro verzi SOC-13, jejíž vnitřní konzistence se v mezinárodní studii, provedené ve 20 zemích, pohybovala mezi 0,74 a 0,91 (Antonovsky, 1993). Analýza podle Tušl et al. (2024), která proběhla v České republice, potvrzuje jednodimenzionální strukturu dotazníku SOC-9 a prokazuje jeho spolehlivost a platnost, poskytující rychlé, přesto efektivní měření.

Zpracování dat

Data z dotazníků ECR-CZ a SOC – 9 byla stažena z Google forms. Data z ECR-CZ byla v textové formě, a proto musela být předělána dle instrukcí do číselné podoby. Následně byli reverzní položky v ECR-CZ a SOC-9 dle instrukcí převedeny na správné hodnoty. Poté došlo k čištění dat. Z celkového souboru byly vyloučeny dva respondenti, jelikož počet položek, které byli vynechaný u jednotlivých dotazníků, činil více jak 10%. Dále u dvou respondentů byla provedena řádková imputace, jelikož jim chyběla odpověď na 1 položku z ECR-CZ a na 1 položku v SOC-9. Po očištění dat, byli u ECR-CZ, dle instrukcí označeny položky, které patřily ke škále Vztahové úzkostnosti a Vztahové vyhýbavosti. Následně z nich byl u každého respondenta vypočítán průměr. U SOC-9 je pouze 1 škála, proto stačilo pouze u každého respondenta ze všech položek vypočítat průměr. Důvodem, proč byl u jednotlivých škál počítán průměr odpovědí respondenta, namísto součtu, je rozdílný počet položek u ECR-CZ a SOC-9- Užití průměru namísto součtu zabraňuje zkreslení výsledku, z důvodu rozdílu počtu položek u jednotlivých nástrojů.

Po získání výsledných průměrů jednotlivých škál, bylo ještě nutné kódovat proměnné pohlaví a nejvyšší dosažené vzdělání, jelikož Google forms byli získány v textové podobě. Pro pohlaví byli zvoleny kódy 0-muž a 1- žena. U vzdělání byli kódy následující: 1 – Základní škola, 2- Odborné učiliště, 3- Střední škola, 4 – Vysoko školské studium bakalářského stupně, 5- vysoko školské studium magisterského stupně.

Po zakódování těchto proměn byla vytvořena datová matice, jež byla užita ke statistické analýze.

Statistická analýza

Výzkumný soubor byl tvořen 93 respondenty 27 muži a 66 ženami. Věk respondentů se pohyboval od 18 do 32 let. V rámci dosaženého vzdělání měli 4 respondenti pouze základní školu, 3 absolvovali odborné učiliště, 77 absolvovalo střední školu, 7 absolvovalo vysokoškolské vzdělání bakalářského stupně a 2 respondenti absolvovali vysokoškolské vzdělání magisterské stupně. Lze pozorovat, že výzkumný soubor je ze 71% tvořen ženami, a 82,8% souboru má středoškolské vzdělání. Z důvodu této zřetelné nevyrovnanosti, nelze označit výzkumný soubor za reprezentativní. Výsledky bude tedy nutno interpretovat s opatrností.

Ke zjištění, jak věk, pohlaví, vzdělání, vztahová úzkost a vztahová vyhýbavost předpovídají psychickou odolnost, byla využita lineární regrese. Jedná se o statistický model, jež využívá skupiny spojitých a kategoriálních regresorů k popisu chování závislé proměnné.

V našem výzkumu je závislou proměnou výsledný průměr škály SOC-9. Ostatní proměnné jsou regresory.

Výsledky

Ukazatelem kvality našeho modelu je koeficient determinace (R^2), který uvádí, kolik procent rozptylu bylo možné naším modelem vysvětlit. Tento model je schopen vysvětlit pouze 42,3 % rozptylu, což je dle našeho názoru nedostatečné, jedná se ale o statisticky významný výsledek viz

Tabulka 1. Durbin-Watsonova testu vypovídá o možném přeceňování a podceňování hodnot závislé proměnné, naším modelem viz **Tabulka 2.**

Tabulka 1: Ukazatele kvality modelu

Model	R	R^2	Overall Model Test			
			F	df1	df2	p
1	0.651	0.423	12.8	5	87	<.001

Tabulka 2: Durbin–Watson Test for Autocorrelation

Autocorrelation	DW Statistic	p
-0.225	2.41	0.036

Tabulka 3: Regresní váhy a statistická významnost jednotlivých regresorů

Predictor	Estimate	SE	T	p
Intercept	6.7715	0.9433	7.179	< .001
Věk	-0.0372	0.0467	-0.798	0.427
Pohlaví	-0.4043	0.1540	-2.626	0.010
Vzdělání	0.1948	0.1380	1.412	0.162
Vztahová vyhýbavost	-0.3281	0.0638	-5.139	< .001
Vztahová úzkost	-0.2928	0.0683	-4.283	< .001

Tento model prokázal statisticky významné regresní váhy (koeficient b) u 3 z 5 regresorů, výsledky uvádí **Tabulka 3**. Nejnižší p hodnoty dosáhly regresory Pohlaví, Vztahová vyhýbavost a Vztahová úzkost. Hodnota regresního koeficientu Pohlaví vypovídá o tom, že, pokud-li je respondent ženou, jeho výsledné skóre v SOC bude průměrně o 0,4 bodu menší, než kdy by byla muž. Regresivní koeficient Vztahové vyhýbavosti říká, že každý bod získaný ve škále vyhýbavosti je spojen s průměrným úbytkem skóre SOC o 0.328 bodu. V praxi to znamená, že pokud někdo získá ve škále vyhýbavosti 10 bodů, očekává se, že ve škále SOC bude mít o 3,28 bodů méně (10 Bodů * - 0.3281). Regresivní koeficient Vztahové úzkosti zase říká, že každý bod získaný ve škále vztahové úzkosti je spojen s průměrným úbytkem skóre SOC o 0.292 bodu. V praxi to znamená, že pokud někdo získá ve škále vztahové úzkosti 10 bodů, očekává se, že ve škále SOC bude mít o 2,92 bodů méně (10 Bodů * - 0.2928). Model tedy ukazuje, že se vzrůstem hodnot škál Vztahová úzkost a Vztahová vyhýbavost vede k úbytku získaných hodnot na škále SOC. Zároveň model vypovídá i o tom, že ženy budou mít o 0,4 bodů méně než muži.

Závěr

Tento statisticky významný model je schopen vysvětlit 42,3 % rozptylu získaných hodnot na škále SOC. Je tedy nutné uznat, že úroveň psychické odolnosti měřené metodou SOC, nesouvisí pouze s věkem, pohlavím, vzděláním, Vztahovou úzkostí a vyhýbavostí ve vztazích, ale s dalšími faktory.

Z výsledku se jeví, že Vztahová úzkost, Vyhýbavé chování ve vztazích a pohlaví jedince má vliv na úroveň Psychické odolnosti. Tyto výsledky je nutné brát s velkou rezervou z důvodu nerovného zastoupení pohlaví v souboru a nepříznivého výsledku. Durbin-Watsonova testu.

Celkově lze tedy říct, že je nutné dále zkoumat vliv vztahové vazby a dalších proměnných na vliv psychické odolnosti, za pomoci studií s reprezentujícím výzkumným souborem, či s využití jiných výzkumných nástrojů.

ZDROJE

Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine*, 36(6), 725–733. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(93\)90033-Z](https://doi.org/10.1016/0277-9536(93)90033-Z)

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>

Cígler, H., Cvrčková, A., Daňšová, P., Hašto, J., Charvát, M., Ježek, S., Kaščáková, N., Lacinová, L., & Seidl, M. (2019). Experiences in Close Relationships: České verze metod pro měření vazby vycházející z dotazníku ECR. *E-psychologie*, 13(4), 57–74. <https://e-psycholog.eu/clanek/359>

Feldt, T., & Rasku, A. (1998). The structure of Antonovsky's Orientation to Life Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 25(3), 505–516. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00077-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00077-4)

Foltýnová, T., Uhliarová, L., Vynnyk, K., Vavrušová, D., Vztah mezi citovou vazbou a psychickou odolností. Nepublikovaná prezentace

Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132–154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>

Klepp, O. M., Mastekaasa, A., Sørensen, T., Sandanger, I., & Kleiner, R. (2007). Structure analysis of Antonovsky's sense of coherence from an epidemiological mental health survey with a brief nine-item sense of coherence scale. *International journal of methods in psychiatric research*, 16(1), 11–22. <https://doi.org/10.1002/mpr.197>

Krok, D., Telka, E., & Moroń, M. (2024). Dyadic Effects of Attachment on Illness Acceptance in Patients with Breast Cancer and Spousal Caregivers: Sense of Coherence as a Mediator. *Journal of Clinical Medicine*, 13(21), 6425. <https://doi.org/10.3390/jcm13216425>

Lopez, F. G., Mauricio, A. M., Gormley, B., Simko, T., & Berger, E. (2001). Adult attachment orientations and college student distress: The mediating role of problem coping styles. *Journal of Counseling & Development*, 79(4), 459–464. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2001.tb01993.x>

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry*, 11(1), 11–15. <https://doi.org/10.1016/j.wpsyc.2012.01.003>

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2018). Attachment Theory as a framework for studying relationship dynamics and functioning. In *Cambridge University Press Books* (pp. 175–185). <https://doi.org/10.1017/9781316417867.015>

Muyang, R. E., Jamil, A. M., & Chan, S. L. (2023). Relationship between Attachment Styles and Personal Resilience among Malaysian Young Adults. *International*

Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 13(5). <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v13-i5/17096>

Özbay, A., & Çelik, M. (2024). The mediating role of psychological resilience, anger, and hostility in university students' attachment styles and life satisfaction. *Children and Youth Services Review*, 163, 107752. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107752>

Rasmussen, P. D., Storebø, O. J., Løkkeholt, T., Voss, L. G., Shmueli-Goetz, Y., Bojesen, A. B., Simonsen, E., & Bilenberg, N. (2018). Attachment as a core feature of resilience: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Psychological Reports*, 122(4), 1259–1296. <https://doi.org/10.1177/0033294118785577>

Seitl, M., Charvát, M., & Lečbych, M. (2016). Psychometrické charakteristiky české verze škály Experiences in Close Relationships (ECR). *Československá psychologie*, 60(4), 351–369. <https://kramerius.lib.cas.cz/view/uuid:b82e2640-94cf-4491-b89a-0676a31aa8a6?article=uuid:44ccc884-5f98-4eda-891b-0780c4e90b76>

Tang, X. (2024). The effects of attachment styles on resilience and emotion regulation. *Journal of Education Humanities and Social Sciences*, 26, 755–759. <https://doi.org/10.54097/shp3g660>

Tušl, M., Šípová, I., Máčel, M., Cetkovská, K., & Bauer, G. F. (2024). The sense of coherence scale: psychometric properties in a representative sample of the Czech adult population. *BMC Psychology*, 12(1), 293. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01805-7>

Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: the mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14–24. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.1.14>

Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=615>.