

Rozdíly v psychosociálním fungování a sebepojetí v závislosti na historii využití odborné psychologické péče

Psychosociální fungování popisuje, jak jedinec zvládá sociální role a své emoce v běžném životě. Zahrnuje například sociální přizpůsobivost, vzájemné vztahy (oblíbenost v kolektivu), odolnost vůči úzkosti či sebepojetí a seberealizaci (Keyes, 2002; Ryff, 1989). Právě sebepojetí je považováno za významný aspekt duševního zdraví – osoby s vyšším sebepojetím obvykle lépe zvládají stres a mají zdravější vztah ke svému okolí (Rosenberg, 1965; Orth & Robins, 2014).

Předpokládáme, že i u vysokoškolských studentů je kvalita sebepojetí spojena s duševním zdravím a s historií vyhledání psychologické péče. Výzkumy naznačují, že studenti vyhledávající psychologickou pomoc častěji, vykazují vyšší míru úzkosti a nižší úroveň sebepojetí, zejména v oblasti sebehodnocení a vnímané kompetence (Eisenberg et al., 2019; Osborn et al., 2022).

Zároveň však může mít odborná psychologická péče pozitivní dopad na sebepojetí i celkovou psychickou pohodu – úspěšná intervence může posilovat sebedůvěru, vnímanou kompetenci a odolnost jedince (Gaskell et al., 2023; Bhattacharya et al. (2023)).

Tato práce se zaměřuje na srovnání psychosociálního fungování vysokoškolských studentů v závislosti na historii využití odborné psychologické péče, se zvláštním důrazem na dimenze sebepojetí, které představují důležité indikátory duševního zdraví (Eisenberg et al., 2019; Osborn et al., 2022; Gaskell et al., 2023).

K analýze rozdílů je využit model MANOVA, přičemž jednotlivé dimenze sebepojetí jsou měřeny pomocí Dotazníku sebepojetí – DOS-18 (Dolejš et al., 2021).

Výzkumný soubor

Analýza vychází ze souboru 197 vysokoškolských studentů ve věku 19–30 let. Ve vzorku bylo 151 žen (76,6 %) a 46 mužů (23,4 %). Průměrný věk respondentů činil přibližně 21,6 let ($SD \approx 2,1$).

Z hlediska historie využití odborné psychologické či psychiatrické péče uvedlo 78 respondentů (39,6 %), že mají zkušenost s návštěvou odborníka, zatímco 119 respondentů (60,4 %) tuto

zkušenost nemělo. Soubor lze charakterizovat jako věkově homogenní s převahou žen a s menší skupinou respondentů se zkušeností s odbornou psychologickou péčí.

Použité škály a proměnné

Závislé proměnné tvořila hrubá skóre dílčích škál Dotazníku sebepojetí DOS-18 (Dolejš et al., 2021), který měří více aspektů sebepojetí relevantních pro psychosociální fungování. Analýzy pracovaly s následujícími faktory sebepojetí:

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| - Sociální přizpůsobivost | - Odolnost vůči úzkosti |
| - Fyzický zjev | - Oblíbenost v kolektivu |
| - Práce a studium | - Smysl a seberealizace |

Vyšší skóre každé škály naznačuje vyšší úroveň příslušné složky sebepojetí (např. lepší sociální přizpůsobivost či fyzický zjev). **Nezávislou proměnnou** představovala historie vyhledání psychologické péče (kategorie „ANO“/„NE“).

Metoda

Pro analýzu rozdílů byl použit model **vícerozměrné analýzy rozptylu (MANOVA)**, který zkoumá, zda se průměry více závislých proměnných liší mezi skupinami. Všechny testy byly hodnoceny na hladině významnosti $\alpha = 0,05$.

Výsledky analýzy

MANOVA prokázala signifikantní multivariační efekt nezávislé proměnné „historie psychologické péče“ na kombinaci sledovaných faktorů sebepojetí – viz. **Tabulka 1**. Tento výsledek indikuje, že celkové rozmístění průměrů psychosociálních faktorů mezi skupinami je statisticky odlišné, což lze interpretovat tak, že **kombinace aspektů sebepojetí studentů se liší na základě jejich zkušenosti s odbornou péčí**. Z analýzy vyplývá, že přibližně 10,5 % variability v těchto škálách vysvětluje právě historie využívání odborné psychologické péče (*parciální $\eta^2 = 0,105$), což znamená střední efekt velikosti (Cohen, 1988). Hotellingův T^2 test poukazuje na stejný závěr.

Tabulka 1 Výsledky Wilksova testu a Hotellingova T^2 testu

	regresor *	hodnota	Testová statistika F	df1	df2	p-hodnota
Historie návštěv psychologa/psychiatra	Wilksonova lambda	0,895	3,71	6	190	0,002
	Hotellingovo T	0,117	3,71	6	190	0,002

Tabulka 2 (níže) ukazuje výsledky porovnání studentů s historií návštěvy psychologa/psychiatra a bez této zkušenosti ve třech dimenzích sebepojetí, které se ukázaly být signifikantní. **Ve všech případech dosahovali vyšších průměrných hodnot studenti bez zkušenosti s odbornou péčí. Rozdíly byly statisticky významné u sociální přizpůsobivosti, oblíbenosti v kolektivu a odolnosti vůči úzkosti.**

Z výsledků vyplývá, že **studenti bez historie psychologické péče vykazují lepší psychosociální fungování v těchto oblastech.** Tento náleží si dovolueme interpretovat tak, že **jedinci, kteří vyhledali odbornou pomoc, pravděpodobně čelili větší psychické zátěži nebo nižší úrovni sebepojetí.**

Tabulka 2 Výsledky t -testu při použití vícerozměrného Hotellingova T^2 testu

Faktor	Průměr – studenti s historií návštěvy psychologa	Průměr – studenti bez historie návštěv psychologa	T-hodnota	p-hodnota	SD – studenti s historií návštěvy psychologa	SD – studenti s historií návštěv psychologa
Sociální přizpůsobivost	8,85	9,63	-3,22	<0,01	1,87	1,28
Oblíbenost v kolektivu	8,00	9,00	-3,73	<0,001	1,98	1,60
Odolnost vůči úzkosti	6,63	7,52	-3,55	<0,001	1,80	1,60

Pro ilustraci byly rozdíly obou skupin ve významných faktorech zobrazeny v Grafu 1 (srovnání průměrů).

Graf 1 Rozdíly ve vybraných aspektech sebepojetí mezi skupinou s historií využívání odborné psychologické péče a skupinou bez této zkušenosti



Shrnutí

Naše výsledky naznačují, že studenti s historií psychologické péče vykazují v průměru nižší úroveň psychosociálního fungování v oblastech souvisejících se sebepojetím, než studenti bez této zkušenosti. Tito studenti se pohybovali spíše v poloze nižší sociální adaptace a odolnosti, což odpovídá předchozím poznatkům. Michel et al. (2018) upozornili, že lidé nahlízejí na pomoc odborníků až v okamžiku, kdy už jejich potíže výrazně ovlivňují běžné fungování. To souhlasí s naším zjištěním: nižší skóre ve faktoru sociální přizpůsobivosti může reflektovat právě tu úroveň potíží, která motivovala studenty k návštěvě psychologa. Obdobně Osman et al. (2022) navrhli, že lepší psychosociální fungování (a tedy i silnější pozitivní sebepojetí) je spojeno s menším výskytem duševních problémů a menší potřebou odborné péče. Naše data tedy podporují interpretaci, že rozdíly mezi skupinami souvisí nejen s mírou obtíží, ale také s tím, jak silně studenti věří ve své schopnosti zvládat překážky (vnímání kompetence a odolnost).

Je ale nutné zmínit i **omezení výzkumu**: u našeho výzkumu nelze uvažovat kauzální směr. Naše výsledky také neznamenají, že psychologická péče sama snižuje sebepojetí – je pravděpodobnější, že lidé s již nižším sebepojetím a vyšší úzkostí hledají pomoc častěji. Dále pracujeme se sebehodnocením, potažmo se sebepojetím, které může podléhat subjektivním vlivům. Budoucí studie by mohly kontrolovat další faktory (např. diagnózy, délku terapie – zda-li se jednalo o jednorázovou krizovou intervenci či dlouhodobější péči psychologa) a ideálně sledovat změny při opakovaných měřeních. V neposlední řadě je třeba upozornit na relativně malý a nerovnoměrně rozložený výzkumný soubor, který mohl ovlivnit stabilitu výsledků a snížit jejich zobecnitelnost na širší populaci.

Seznam literatury

- Bhattacharya, S., Kennedy, M., Miguel, C., Tröger, A., Hofmann, S. G., & Cuijpers, P. (2023). Effect of psychotherapy for adult depression on self-esteem: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 325, 572–581. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.047>
- Dolejš, M., Dostál, D., Oberiegnerů, R., Orel, M., & Kňážek, G. (2021). Dotazník sebepojetí (DOS): Příručka pro praxi. Univerzita Palackého.
- Eisenberg, D., Lipson, S. K., & Posselt, J. (2016). Promoting resilience, retention, and mental health. *New Directions for Student Services*, 2016(156), 87-95.
- Gaskell, C., Kellett, S., Simmonds-Buckley, M., Curran, J., Hetherington, J., & Delgadillo, J. (2023). Long-term psychotherapy in tertiary care: A practice-based benchmarking study. *British Journal of Clinical Psychology*, 62(2), 483–500. <https://doi.org/10.1111/bjc.12424>
- Holliman AJ, Waldeck D and Holliman DM (2022). Adaptability, social support, and psychological wellbeing among university students: A 1-year follow-up study. *Front. Educ.* 7:1036067. doi: 10.3389/educ.2022.1036067
- Keyes C. L. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of health and social behavior*, 43(2), 207–222.
- Michel, C., Schnyder, N., Schmidt, S. J., Groth, N., Schimmelmann, B. G., & Schultze-Lutter, F. (2018). Functioning mediates help-seeking for mental problems in the general population. *European psychiatry : the journal of the Association of European Psychiatrists*, 54, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2018.06.009>
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The Development of Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381–387. <https://doi.org/10.1177/0963721414547414>
- Osborn, T. G., Li, S., Saunders, R., & Fonagy, P. (2022). University students' use of mental health services: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Mental Health Systems*, 16(1), 57. <https://doi.org/10.1186/s13033-022-00569-0>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press. Dostupné z (20. 3. 2026): <http://www.jstor.org/stable/j.ctt183pjih>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>