

Vnímaný stres u matek pečujících o děti od narození do tří let věku¹

Prezentovaná studie zkoumá vztah mezi věkem dítěte a mírou vnímaného stresu u matek v období od narození dítěte do jeho tří let. Sběr dat byl realizován formou dotazníkového šetření. Cílem této studie je identifikovat a charakterizovat specifické skupiny (shluky) matek pečujících o děti do tří let věku na základě souvislosti mezi věkem dítěte a mírou subjektivně vnímaného stresu (PSS-10).

Škála vnímaného stresu

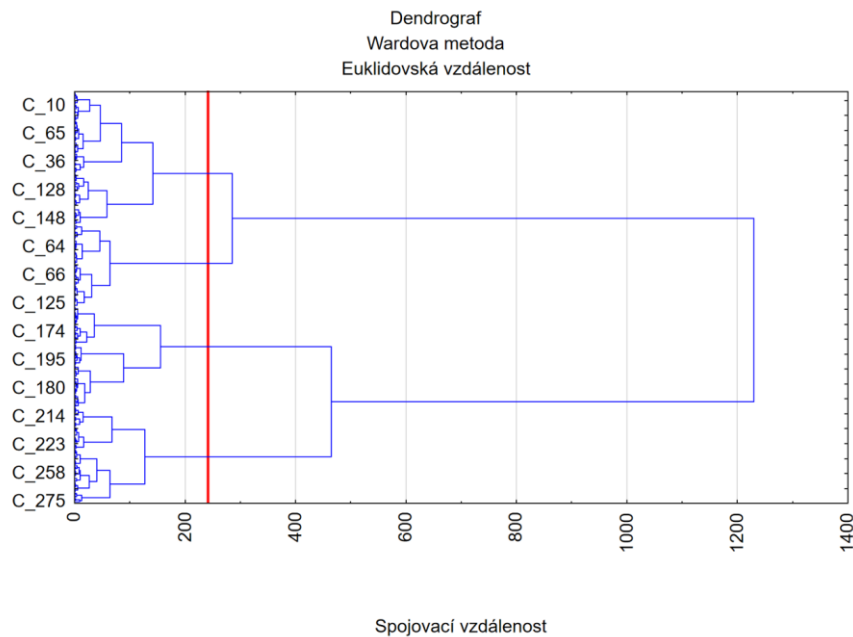
K posouzení míry stresu respondentek byla použita česká verze standardizovaného dotazníku PSS-10 (Perceived Stress Scale). Tuto škálu vyvinuli Cohen a kol. (1983) za účelem měření míry stresu, kterou jedinec subjektivně přisuzuje situacím ve svém životě. Dotazník zjišťuje, do jaké míry respondent považuje životní okolnosti za nepředvídatelné, nekontrolovatelné či zahlcující. V této práci pracujeme s 10položkovou verzí, která dle Buršíkové Brabcové a Kohouta (2018) vykazuje vysokou vnitřní konzistenci a představuje reliabilní i validní nástroj. Výzkum Harris et al. (2023) navíc naznačuje, že PSS neodráží pouze aktuální stav, ale také stabilní kognitivní styl, jakým člověk stresové situace interpretuje.

Analýza dat a interpretace výsledků

Data byla zpracována pomocí hierarchické shlukové analýzy v programu Statistica 14. Tato metoda umožňuje seskupovat respondenty do shluků na základě jejich vzájemné podobnosti v měřených proměnných (věk dítěte a skóre PSS). K výpočtu podobnosti byla využita euklidovská vzdálenost a k samotnému shlukování Wardova metoda. Výhodou tohoto postupu je, že struktura dat sama naznačuje optimální počet výsledných skupin.

¹ Data a další informace o této zprávě jsou dostupné na adrese: <https://dostal.vyzkum-psychologie.cz/stat4?i=815>

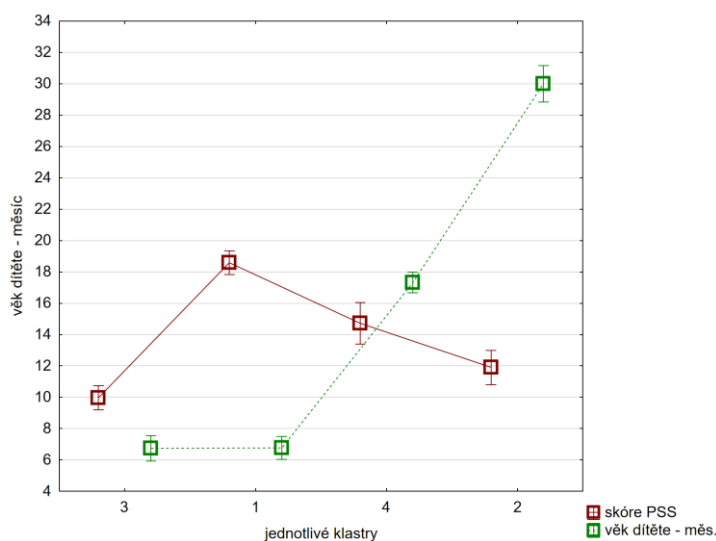
Graf 1: Dendrogram hierarchické shlukové analýzy



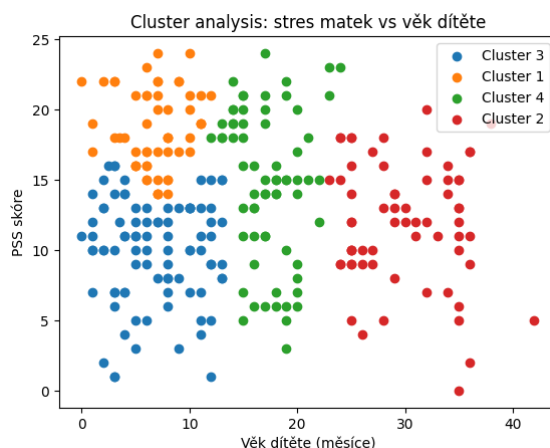
Výstupy analýzy jsou vizualizovány pomocí dendrogramu, který znázorňuje proces a úroveň vzdálenosti, při které dochází ke slučování objektů. Na základě analýzy byly identifikovány čtyři hlavní shluky (klastry), které lze interpretovat následovně:

- **Klastr 1 (oranžová):** Zahrnuje matky pečující o děti v raném věku (zpravidla do 12 měsíců), které vykazují vysoké hodnoty PSS skóre. Tyto respondentky vnímají své aktuální životní okolnosti jako vysoce stresující, nekontrolovatelné a zahlcující.
- **Klastr 2 (červená):** Reprezentuje matky pečující o starší děti (přibližně od 23. do 42. měsíce věku). Tato skupina je heterogenní z hlediska míry stresu, vykazuje tedy značný rozptyl v PSS skóre.
- **Klastr 3 (modrá):** Zahrnuje matky dětí do 13. měsíce věku, které však vykazují nízkou míru vnímaného stresu. Jde o protipól prvního klastru v rámci stejné věkové kategorie dětí.
- **Klastr 4 (zelená):** Tvoří jej matky dětí ve věku od 12 do 24 měsíců. Tato skupina vykazuje ambivalentní výsledky, zahrnující jak respondentky s nízkým, tak s vysokým skóre stresu.

Graf 3: Graf jednotlivých shluků a jejich průměry



Graf 2: Graf shluků s jednotlivými respondenty



Závěr

Studie se zaměřila na analýzu vnímaného stresu u matek dětí do tří let věku s využitím škály PSS-10 a hierarchické shlukové analýzy. Výsledky ukazují, že zatímco u matek starších dětí (12–42 měsíců) je míra stresu velmi individuální a rozptýlená, matky dětí v prvním roce života (do 12–13 měsíců) se jasně polarizují do dvou odlišných skupin: na ty, které situaci zvládají s nízkou mírou stresu, a ty, které se cítí výrazně zahlceny. Pro budoucí výzkum je klíčové zaměřit se na identifikaci protektivních faktorů a copingových strategií, které u matek v prvním roce po porodu korelují s nižší hladinou vnímaného stresu.

Zdroje

- 1 Buršíková Brabcová, D., & Kohout, J. (2018). Psychometrické ověření české verze Škály vnímaného stresu [PDF]. E-psycholog. https://e-psycholog.eu/pdf/bursikova-brabcova_kohout.pdf
- 2 Cohen, S., Thomas W. Kamarck, & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. Journal of Health and Social Behavior, 24(4), 385-385. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- 3 Harris, K. M., Gaffey, A. E., Schwartz, J. E., Krantz, D. S., & Burg, M. M. (2023). The Perceived Stress Scale as a Measure of Stress: Decomposing Score Variance in Longitudinal Behavioral Medicine Studies. Annals of Behavioral Medicine, 57(10), 846-854. <https://doi.org/10.1093/abm/kaad015>