

Příloha 1 – Dotazníková baterie

Osobnostní charakteristiky a časová perspektiva

Dobrý den,

jsem studentkou posledního ročníku magisterského studia psychologie na PedF UK a chtěla bych Vás požádat o vyplnění následujícího dotazníku, jehož výsledky budou součástí mé diplomové práce. Dotazník je určen komukoli bez omezení věku, genderu nebo dosaženého vzdělání. Výzkum probíhá pod vedením Mgr. Kateřiny Lukavské Ph.D. a jeho cílem je podrobněji prozkoumat souvislosti různých dimenzí časové perspektivy s vybranými osobnostními charakteristikami.

Vyplnění dotazníku je dobrovolné. Všechny Vámi uvedené údaje jsou anonymní a budou využity ryze pro účely diplomové práce.

Dotazník obsahuje celkem 4 oddíly, z nichž první je nejdelší. Jeho vyplnění Vám zabere přibližně 20 minut.

Oddíl 1 – Časová perspektiva

Nakolik souhlasíte s následujícími výroky?

(1=rozhodně nesouhlasím; 2=spíše nesouhlasím; 3 = neutrální; 4=spíše souhlasím; 5=rozhodně souhlasím)

		rozhodně nesouhlasím			rozhodně souhlasím	
1.	Věřím, že scházení se s přáteli na večírcích a oslavách patří k důležitým životním radostem.	1	2	3	4	5
2.	Pohledy, zvuky a vůně důvěrně známé z dětství ve mně často vyvolávají spoustu nádherných vzpomínek.	1	2	3	4	5
3.	Mnohé v mém životě určuje osud.	1	2	3	4	5
4.	Často myslím na to, co jsem měl/a v životě udělat jinak.	1	2	3	4	5
5.	Má rozhodnutí jsou většinou ovlivněna lidmi a věcmi v mém okolí.	1	2	3	4	5
6.	Věřím, že člověk by si měl každé ráno předem naplánovat svůj nastávající den.	1	2	3	4	5
7.	Moc rád/a vzpomínám na svou minulost.	1	2	3	4	5
8.	Jednám impulsivně – tj. dělávám věci, které mne právě napadnou.	1	2	3	4	5
9.	Nedělám si starosti, když se věci neudělají včas.	1	2	3	4	5
10.	Když chci něčeho dosáhnout, vytyčím si své cíle a rozmyslím si jakými konkrétními prostředky k nim dospět.	1	2	3	4	5
11.	Často myslím na to, že nemám čas na všechno, co jsem na den naplánoval/a.	1	2	3	4	5
12.	Často pochybuji, zda se mi podaří splnit mé životní cíle.	1	2	3	4	5

13.	Zvážím-li svou minulost, vybavuje se mi mnohem víc dobrého než toho špatného.	1	2	3	4	5
14.	Při poslouchání své oblíbené hudby často úplně ztratím pojem o čase.	1	2	3	4	5
15.	Řídím se pravidlem „nejdřív práce a potom zábava“.	1	2	3	4	5
16.	Vzhledem k tomu, že co se má stát se stejně stane, nesejde vlastně na tom, co udělám já.	1	2	3	4	5
17.	Mám rád povídání o tom, jaké to bylo za „starých dobrých časů“.	1	2	3	4	5
18.	V myslí se mi opakují staré bolestné prožitky.	1	2	3	4	5
19.	Pokouším se žít svůj život den za dnem (bez velkého přemýšlení o budoucnosti) a naplno.	1	2	3	4	5
20.	Zneklidňuje mne, když jdu někam pozdě.	1	2	3	4	5
21.	Nejraději bych žil/a každý den, jako by to byl můj den poslední.	1	2	3	4	5
22.	Snadno mi mysl zaplaví vzpomínky na šťastné chvíle.	1	2	3	4	5
23.	Své závazky vůči přátelům a úřadům plním včas.	1	2	3	4	5
24.	V minulosti jsem si prožil/a svůj díl příkoří.	1	2	3	4	5
25.	Rozhoduji se bez přemýšlení, pod vlivem okamžiku.	1	2	3	4	5
26.	Beru každý den tak, jak přichází, místo abych se pokoušel/a ho naplánovat.	1	2	3	4	5
27.	V noci často přemýšlím o zítřejších výzvách.	1	2	3	4	5
28.	Často cítím, že nedokážu splnit své závazky vůči přátelům a autoritám.	1	2	3	4	5
29.	Minulost je spojena s příliš mnoha nepříjemnými vzpomínkami, na které raději nemyslím.	1	2	3	4	5
30.	Pokládám za důležité vnést do svého života vzrušení.	1	2	3	4	5
31.	Přál/a bych si, aby bylo možné napravit chyby, které jsem udělal/a v minulosti.	1	2	3	4	5
32.	Případá mi, že je důležitější mít radost z toho, co člověk dělá, než dokončit danou práci včas.	1	2	3	4	5
33.	S nostalgií vzpomínám na své dětství (jako by se mi po dětství stýskalo).	1	2	3	4	5
34.	Než se k něčemu rozhodnu, zvažuji, zda se vynaložený čas a námaha vyplatí.	1	2	3	4	5
35.	Riskování chrání můj život před nudou.	1	2	3	4	5
36.	Pro mne je důležitější si cestu životem užít než soustředit se jen na cíl.	1	2	3	4	5
37.	Věci málokdy dopadly tak, jak jsem čekal/a.	1	2	3	4	5
38.	Je pro mne těžké zapomenout na nepříjemnosti z mého mládí.	1	2	3	4	5

39.	Mám-li se rychle rozhodnout, často si dělám starosti, že se rozhodnu špatně	1	2	3	4	5
40.	Cítím tlak, že nestihnu dokončit různé úkoly včas.	1	2	3	4	5
41.	Živelné potěšení z toho, co dělám, mizí, když musím myslet na cíle a důsledky své činnosti.	1	2	3	4	5
42.	I když se zrovna těším z přítomnosti, nutí mne to srovnávat s podobnými zážitky z minulosti.	1	2	3	4	5
43.	Život je samá změna, a tak člověk může sotva plánovat budoucnost.	1	2	3	4	5
44.	Má životní cesta je řízena silami, na které nemám vliv.	1	2	3	4	5
45.	Nemá smysl si dělat starosti s budoucností, protože ji stejně nemohu nijak ovlivnit.	1	2	3	4	5
46.	Díky soustavné práci plním úkoly včas.	1	2	3	4	5
47.	Často se přistihnu, že prostě „vypnu“ pozornost, když někdo z rodiny mluví o tom, jak se věci měly dříve	1	2	3	4	5
48.	Riskuji, abych dodal/a svému životu vzrušení.	1	2	3	4	5
49.	Dělávám si seznamy toho, co mám udělat.	1	2	3	4	5
50.	Často spíše poslechnu hlas svého srdce než rozumu.	1	2	3	4	5
51.	Když vím, že je třeba udělat nějakou práci, jsem schopen/a odolat pokušením.	1	2	3	4	5
52.	Nechávám se strhnout okamžitým vzrušením.	1	2	3	4	5
53.	Dnešní život je příliš složitý, dal/a bych přednost jednoduššímu životu, jako byl dříve.	1	2	3	4	5
54.	Mám raději přátele, kteří jsou spontánní (nenuceně přirození) než ty, jejichž chování lze předvídat.	1	2	3	4	5
55.	Mám rád rodinné tradice a pravidelně opakované rituály.	1	2	3	4	5
56.	Myslívám na ošklivé věci, které se mi přihodily v minulosti.	1	2	3	4	5
57.	Pracuji i na obtížných, nezajímavých úkolech, když mi dopomohou k úspěchu.	1	2	3	4	5
58.	Je lepší utratit to, co vydělám, za současné radosti, než šetřit na zajištění budoucnosti.	1	2	3	4	5
59.	Šťastná náhoda často přinese lepší výsledek než tvrdá práce.	1	2	3	4	5
60.	Myslím na příležitosti, o které jsem v životě přišel/a.	1	2	3	4	5
61.	Mám rád/a, když jsou mé důvěrné vztahy plné vášně.	1	2	3	4	5
62.	Vždycky se najde čas na to, abych v práci dohonil/a, co jsem zameškal/a.	1	2	3	4	5
63.	Pomyšlení na moji budoucnost mne často rozesmutní.	1	2	3	4	5
64.	Budoucnost obsahuje příliš mnoho nudných rozhodnutí, o kterých se mi nechce přemýšlet.	1	2	3	4	5

Oddíl 2 – Osobnostní charakteristiky

POZOR, ŠKÁLA JE OBRÁCENĚ NEŽ V PŘEDCHOZÍ ČÁSTI!

(1=rozhodně souhlasím; 2=spíše souhlasím; 3=ani nesouhlasím, ani souhlasím; 4=spíše nesouhlasím; 5=rozhodně nesouhlasím)

A. Následující část zjišťuje vaše názory a pocity. Jak silně souhlasíte nebo nesouhlasíte s následujícími výroky?	rozhodně nesouhlasím			rozhodně souhlasím	
1. Jediný způsob, jak se v tomto komplikovaném světě vyznat, je spoléhat se na autority nebo experty, kterým lze důvěřovat.	1	2	3	4	5
2. Rozčilují mě nešťastní lidé, kteří jen litují sami sebe.	1	2	3	4	5
3. Život je v podstatě stejný většinu času.	1	2	3	4	5
4. Lidé přisuzují přílišný význam pocitům a citlivosti zvířat.	1	2	3	4	5
5. Téměř všechny lidi lze rozřadit na čestné nebo nepoctivé.	1	2	3	4	5
6. Cítil/a bych se mnohem lépe, kdyby se má současná situace změnila.	1	2	3	4	5
7. Existuje jen jeden správný způsob, jak něco udělat.	1	2	3	4	5
8. Vím, že existují lidé, které bych nikdy nemohl/a mít rád/a.	1	2	3	4	5
9. Je lepší nevědět příliš mnoho o věcech, které nelze změnit.	1	2	3	4	5
10. Věci pro mě často dopadnou špatně bez mého zavinění.	1	2	3	4	5
11. Nevědomost je blaženost.	1	2	3	4	5
12. Dokážu vycházet s různými druhy lidí.	1	2	3	4	5
13. Člověk buď zná odpověď na otázku, nebo ji nezná.	1	2	3	4	5
14. Není to můj problém, pokud ostatní mají potíže a potřebují pomoc.	1	2	3	4	5
15. Lidé jsou buď dobří, nebo špatní.	1	2	3	4	5
B. Nakolik jsou následující výroky pravdivé o vás samotných?	rozhodně o mně platí			rozhodně o mně neplatí	
16. V případě sporu se snažím zvážit stanovisko každého, než udělám rozhodnutí.	1	2	3	4	5
17. Pokud vidím lidi v nouzi, snažím se jim tak či onak pomoci.	1	2	3	4	5
18. Když jsem na někoho naštvaný/á, obvykle se snažím na chvíli „vžít do jeho/její kůže“.	1	2	3	4	5
19. Některé lidi mám tak nerad/a, že mě potěší na duši, když jsou chyceni a potrestáni za své prohřešky.	1	2	3	4	5
20. Vždy se snažím zvážit všechny stránky problému.	1	2	3	4	5
21. Někdy upřímně soucítím s každým.	1	2	3	4	5

22. Snažím se dopředu vyhýbat situacím, kde je pravděpodobné, že budu muset něco do hloubky promýšlet.	1	2	3	4	5
23. Když se dívám zpět na to, co se mi stalo, nemůžu si pomoci a cítím roztrpčení.	1	2	3	4	5
24. Častokrát jsem někoho neutěšil, když to potřeboval.	1	2	3	4	5
25. Nezajímám se o problémy, o kterých si myslím, že nemají řešení.	1	2	3	4	5
26. Když se věci pokazí, velmi se rozčílím nebo jsem sklíčený/á.	1	2	3	4	5
27. Není mi moc líto ostatních, když mají problémy.	1	2	3	4	5
28. Často nerozumím chování druhých lidí.	1	2	3	4	5
29. Někdy jsem tak zahlcený/á emocemi, že nejsem schopný/á zvážit různé způsoby, jak zvládnout mé problémy.	1	2	3	4	5
30. Někdy, když na mě lidé mluví, tak si uvědomím, že chci, aby odešli.	1	2	3	4	5
31. Raději nechávám věci být, než abych se snažil/a porozumět tomu, proč se tak vyvinuly.	1	2	3	4	5
32. Když něčemu nerozumím, nejprve zmapuju situaci a zvážím všechny relevantní informace k danému problému.	1	2	3	4	5
33. Nerad/a naslouchám problémům druhých lidí.	1	2	3	4	5
34. S důležitým rozhodnutím obvykle váhám i poté, co si ho promyslím.	1	2	3	4	5
35. Před tím, než někoho kritizuji, snažím se představit si, jak bych se cítil/a na jeho/jejím místě.	1	2	3	4	5
36. Snadno mě naštvou lidé, kteří se se mnou hádají.	1	2	3	4	5
37. Když se podívám zpět na to, co se mi stalo, cítím se podvedený/á.	1	2	3	4	5
38. Když znám řešení nějakého problému, nevdám mi, že neznám důvody za ním.	1	2	3	4	5
39. Někdy je pro mě obtížné dívat se na věci z perspektivy jiného člověka.	1	2	3	4	5

ODDÍL 3 – Transcendentální časová perspektiva

Označte, nakolik souhlasíte či nesouhlasíte s následujícími výroky.

POZOR, ŠKÁLA JE OBRÁCENĚ NEŽ V PŘEDCHOZÍ ČÁSTI!

	rozhodně nesouhlasím			Rozhodně souhlasím	
1. Jen mé fyzické tělo jednou zemře.	1	2	3	4	5
2. Mé tělo je jen dočasným domovem pro mé skutečné já.	1	2	3	4	5
3. Smrt je jen nový začátek.	1	2	3	4	5

4. Věřím na zázraky.	1	2	3	4	5
5. Evoluční teorie adekvátně vysvětluje, jak vznikli lidé.	1	2	3	4	5
6. Lidé mají duši.	1	2	3	4	5
7. Vědecké zákony nemohou vysvětlit vše.	1	2	3	4	5
8. Až zemřu, budu se zodpovídat ze svých činů na zemi.	1	2	3	4	5
9. Existují božské zákony, podle kterých by lidé měli žít.	1	2	3	4	5
10. Věřím v nadpřirozené síly.	1	2	3	4	5

ODDÍL 4 – Demografické údaje

Pohlaví: žena x muž

Věk:

Nejvyšší dosažené vzdělání

- Neukončené základní
- Základní
- Střední bez maturity
- Střední s maturitou
- Vysokoškolské – bakalářské
- Vysokoškolské – magisterské
- Doktorské a vyšší akademické tituly

Obor studia (uveďte ten, který odpovídá nejvyššímu dosaženému vzdělání):

Máte nějaké zdravotní problémy, které vás omezují ve vašem každodenním životě (např. v péči o domácnost apod.)?

- Bez omezení
- Částečné omezení
- Zásadní omezení

Jak byste ohodnotil/a svůj aktuální zdravotní stav na škále 1-10 (kde 1 je nejhorší a 10 nejlepší)?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

ODDÍL 5 - Komentáře a kontakt

Zde je prostor pro případné připomínky a komentáře.

Pokud chcete poslat výsledky, uveďte váš e-mail

Moc Vám děkuji za vyplnění dotazníku a čas, který jste mu věnoval/a. Přeji Vám příjemné léto.