

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra psychologie

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Moudrost a časová perspektiva

Wisdom and Time Perspective

Ing. Bc. Petra Topková

Vedoucí práce: Mgr. Kateřina Lukavská, Ph.D.

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie

Odevzdáním této diplomové práce na téma Moudrost a časová perspektiva potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucí práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 13. 7. 2018

Petra Topková

Na tomto místě bych chtěla poděkovat všem, díky kterým tato práce vznikla ve své finální podobě. V první řadě patří poděkování vedoucí práce, Mgr. Kateřině Lukavské, PhD. za laskavou podporu, ochotu pomoci a za odborné připomínky k práci. Díky patří také mé rodině, která mě podporovala v mém úsilí a poskytla mi zázemí pro studium i pro vznik této práce.

ABSTRAKT

Tato práce se zabývá souvislostmi mezi časovou perspektivou a moudrostí. Cíli práce bylo jednak převést do českého prostředí Třídídimenzionální škálu moudrosti a ověřit její psychometrické vlastnosti a jednak empiricky prozkoumat souvislosti mezi takto operacionalizovanou moudrostí a časovou perspektivou. Výzkumný soubor čítal 196 respondentů. Pro měření časové perspektivy byla použita švédská verze Zimbardova inventáře časové perspektivy (S-ZTPI) a škála Transcendentální budoucí časové perspektivy (TBČP), pro zjišťování moudrosti byla použita česká verze Třídídimenzionální škály moudrosti (3DŠM). Oba nově přeložené dotazníky měly v českém souboru dobré psychometrické vlastnosti. Balancovaná časová perspektiva byla vypočtena dvěma různými metodami a souvisela se vzděláním a zdravotním stavem. Optimálních skóre BČP i moudrosti dosáhl jen velmi malý počet respondentů. Čeští respondenti nejvýše skórovali v reflektivní dimenzi moudrosti a nejnižší v afektivní dimenzi moudrosti. Ženy měly vyšší skóre v afektivní dimenzi než muži. Jednotlivé subškály a celková moudrost měly komplexní vztahy s různými časovými perspektivami. BČP korelovala pozitivně s moudrostí. V TBČP dosahovaly vyšších skóre ženy oproti mužům. Tato časová perspektiva korelovala s přítomnými časovými perspektivami, pozitivní minulostí a afektivní dimenzí moudrosti. Časová perspektiva je potenciálním prediktorem moudrosti.

KLÍČOVÁ SLOVA

Moudrost, balancovaná časová perspektiva, transcendentální budoucí časová perspektiva, 3DŠM, S-ZTPI, TBČP

ABSTRACT

This diploma thesis is focused on relationship between time perspective and wisdom. The aim of this paper was firstly to transfer Three-Dimensional Wisdom Scale (3D-WS) into Czech environment and test its psychometric properties, and secondly to explore relationships between wisdom conceptualized using above mentioned scale and time perspective. The sample encompassed 196 respondents. In order to measure time perspective Swedish version of the Zimbardo Time Perspective Inventory (S-ZTPI) and the Transcendental-Future Time Perspective scale were used; in order to explore wisdom Czech version of the Three-Dimensional Wisdom Scale was applied. Both newly translated questionnaires showed good psychometric properties in Czech sample. Balanced time perspective was calculated via two different methods and was related to education and health state. Only a very few respondents achieved optimal scores for BTP as well as for wisdom. Czech respondents scored the highest in reflective wisdom dimension and the lowest in the affective wisdom dimension. Women scored higher than men in affective subscale. Wisdom subscales and total wisdom had complex relations with different time perspectives. BTP was positively correlated with wisdom. Women scored higher than men in TFTP. This time perspective correlated with both present time perspectives, past positive time perspective and affective component of wisdom. Time perspective is a potential predictor of wisdom.

KEYWORDS

Wisdom, balanced time perspective, transcendental-future time perspective, 3D-WS, S-ZTPI, TFTP

Obsah

Úvod	8
1 Moudrost jako psychologický koncept.....	9
1.1 Průnik tematiky moudrosti do psychologie	9
1.2 Moudrost v současné psychologii.....	10
1.2.1 Implicitní teorie	11
1.2.2 Explicitní teorie	17
1.2.3 Moudrost osobní a obecná.....	29
1.3 Vývoj moudrosti	29
1.3.1 Moudrost jako osobnostní rys vs. kontextuální proměnná	29
1.3.2 Vývoj moudrosti	30
1.3.3 MORE model Glück a Bluck.....	32
1.4 Způsoby zkoumání explicitní moudrosti	33
1.4.1 Přemýšlení nahlas	33
1.4.2 Sebeuposuzovací dotazníky.....	34
1.4.3 Kombinovaná metoda týmu kolem I. Grossmanna	37
1.5 Souvislosti moudrosti s demografickými proměnnými	39
1.6 Moudrost a další proměnné.....	40
2 Časová perspektiva	44
2.1 Psychologický čas	44
2.2 Koncept časové perspektivy	45
2.2.1 Zimbardovo pojetí časové perspektivy	46
2.3 ZTPI jako nástroj měření časové perspektivy.....	47
2.3.1 Orientace na minulost.....	48

2.3.2	Orientace na přítomnost.....	48
2.3.3	Orientace na budoucnost	49
2.3.4	Diferenciace na pozitivní a negativní budoucnost.....	50
2.3.5	Holistická perspektiva	50
2.4	Souvislosti časové perspektivy	50
2.5	Balancovaná časová perspektiva.....	53
2.5.1	Percentilové vymezení.....	54
2.5.2	Shluková analýza.....	55
2.5.3	Odchylnka od balancované časové perspektivy	55
2.5.4	Švédské pojetí.....	56
2.5.5	Websterovo pojetí.....	58
2.5.6	Balancovaná časová perspektiva v souvislosti s dalšími proměnnými	59
2.6	Transcendentální budoucnost	60
2.7	Časová perspektiva a moudrost	61
3	Cíl výzkumu	64
4	Výzkumné otázky a hypotézy	65
5	Metody.....	67
5.1	Administrace výzkumu	67
5.2	Charakteristika výzkumného vzorku	67
5.3	Výzkumné metody.....	69
5.3.1	Dotazník S-ZTPI	69
5.3.2	Třídimenzionální škála moudrosti (3DŠM).....	70
5.3.3	Transcendentální budoucí časová perspektiva	73
5.3.4	Anamnestická část	74
5.3.5	Způsob zpracování a vyhodnocení dat	74

6	Výsledky.....	76
6.1	Časová perspektiva	76
6.1.1	Základní psychometrické vlastnosti	76
6.1.2	Balancovaná časová perspektiva	77
6.1.3	Transcendentální budoucí časová perspektiva	81
6.2	Moudrost.....	82
6.2.1	Základní psychometrické vlastnosti	83
6.3	Moudrost a časová perspektiva.....	86
6.3.1	Moudrost a S-ZTPI.....	86
6.3.2	Moudrost a balancovaná časová perspektiva.....	87
6.3.3	Moudrost a transcendentální budoucí časová perspektiva	88
6.3.4	Regresní analýza.....	88
7	Diskuze.....	89
7.1	Limity výzkumu.....	93
7.2	Návrh pokračování.....	93
	Závěr.....	95
	Seznam použitých informačních zdrojů	96
	Seznam příloh.....	104

Úvod

V dnešním turbulentním světě existuje celá řada problémů, které lidstvo zatím nedokázalo efektivním způsobem vyřešit. Rostoucí ozonová díra, znečištění planety či válečné konflikty a jejich následky jsou natolik komplexního charakteru, že jejich uchopení vyžaduje jiný než běžný způsob uvažování a jednání. Ukázalo se, že pro řešení těchto problémů je inteligence nedostatečná, že je potřeba jiná kvalita uvažování nad světem a lidským životem. Touto staronovou kvalitou je moudrost.

Moudrost se objevuje jako lidská kvalita v mnoha náboženstvích i filozofii, které jsou základními stavebními kameny řady kultur. Kromě toho je moudrost běžnou součástí každodenního života v podobě přísloví, příběhů a pohádek, kde vládnu moudří králové a muži se stříbrnými vlasy udílejí cenné životní rady. Každý má také nějakou představu, jak se moudrost projevuje v každodenním životě a dokáže ve svém okruhu známostí identifikovat člověka, který této představě odpovídá.

Ačkoli má za sebou koncept moudrosti mnohaletý vývoj, do centra pozornosti psychologů se dostala teprve nedávno. S přesměrováním výzkumného zájmu z negativních aspektů lidského života na pozitivní a růstové koncepty, se moudrost postupně stala předmětem zájmu v řadě oblastí. Nejprve byla studována v souvislosti s „dobrým stárnutím“, posléze byly studovány i jiné věkové skupiny a v současnosti začíná moudrost pomalu pronikat do aplikovaných oblastí jako je vzdělávání či management.

V České republice je zatím výzkum moudrosti v plenkách. Tato diplomová práce si klade za cíl přinést téma moudrosti do světa české empirické psychologie, a to prostřednictvím pilotáže škály určené k sebehodnocení moudrosti a prvními výzkumnými poznatky o vztahu moudrosti s druhým významným adaptivním procesem – balancovanou časovou perspektivou. Budování základny poznatků o fenoménu moudrosti je prvním krokem, který v dlouhodobé perspektivě může vést k navržení způsobů, jak moudrost u člověka cíleně rozvíjet.

Teoretická část

Teoretická část obsahuje dvě kapitoly, první z nich je věnována konceptu moudrosti v psychologii. Budou v ní představeny hlavní současné teoretické přístupy a dosavadní poznatky o tomto komplexním fenoménu. Druhá kapitola se zabývá časovou perspektivou, zejména konceptualizací P. Zimbarda a dalších výzkumníků, kteří jeho pojetí dále rozpracovali a empiricky ověřovali.

1 Moudrost jako psychologický koncept

Moudrost má za sebou jako koncept velmi dlouhou a spletitou historii (Woerner & Edmondson, 2008). Cesta k současnému pojetí má své počátky již před přibližně 2500 let ve filozofii a náboženství-teologii (Baltes, 2004; Kallio, 2015). Moudrost nalezneme v Bibli, budhistických knihách, v Aristotelových spisech i v dílech dalších filozofů. Vývoj pojetí moudrosti dosud neskončil, naopak byl v posledních desetiletích zájem o tuto ctnost znovu oživen, a to především v psychologické vědecké obci, kde je moudrost považována za nejvyšší ze všech lidských ctností, a tedy i optimální cíl lidského vývoje (Staudinger, Maciel, Smith, & Baltes, 1998).

V následujících kapitolách je nejprve stručně představen průnik tematiky moudrosti do psychologie. Druhá obsáhlejší část je věnována současným teoriím, a to jak implicitním (tj. laickým), tak explicitním (tj. vědeckým). V závěru kapitoly budou představeny vybrané výsledky dosavadních výzkumů moudrosti.

1.1 Průnik tematiky moudrosti do psychologie

První vlašťovky na poli psychologie se ve vztahu k moudrosti objevily ve vývojové teorii E. Eriksona a u následovníků J. Piageta.

Erik H. Erikson (2015) definoval osm stádií vývoje člověka. Moudrost považoval za ctnost vyplývající z úspěšného zvládnutí krize v posledním, vrcholném stádiu, kdy se člověk potýká se zoufalstvím a strachem ze smrti. Pokud konečnost vlastního života úspěšně přijme, získá nadhled, který mu umožní dosáhnout ego-integrity. Moudrost je tedy podle Eriksona (2015) výsledkem úspěšného celoživotního vývoje a člověk k ní dospívá až v samotném závěru života, když zpětně pozitivně hodnotí jeho průběh, smysluplnost, úspěchy i

neúspěchy. Pokud naopak zaujímá na svůj život negativní náhled a lituje zmeškaných příležitostí, dospívá k zoufalství nebo pohrdání.

Jean Piaget se zabýval vývojem kognitivního uvažování. Za nejvyšší stádium vývoje považoval stádium formálních operací, nicméně jeho následovníci připustili možnost existence dalších, tzv. postformálních stádií (Walsh, 2011). Tato stádía by měla být charakteristická relativistickým či dialektickým způsobem uvažování. Moudrost patří právě do těchto postformálních stádií a je konceptualizována jako komplexní způsob uvažování, který zahrnuje schopnost integrovat protiklady, vypořádat se s limity poznání a nejistotou, mnohostí příčin a následků či nekonzistencí (Staudinger, 2008).

Empirický výzkum moudrosti v psychologii započal až v 70. letech 20. století (Bangen, Meeks, & Jeste, 2013) nejprve studiem laických teorií o tom, co moudrost je, jak ji lze poznat a jak se projevuje. V souvislosti s nástupem pozitivní psychologie na konci 90. let došlo k rozvoji výzkumu moudrosti, nejprve v oblasti studia pozitivních aspektů stárnutí. Předpokládalo se totiž, že by moudrost mohla reprezentovat určitou kompenzaci ztrát fyzických i mentálních schopností v pokročilejším věku (Baltes & Staudinger, 1993). V současnosti je moudrost velmi aktuální téma, ke kterému existují stovky výzkumů.

1.2 Moudrost v současné psychologii

S návratem moudrosti do centra zájmu psychologů souvisí i určité nevýhody. V současnosti existuje celá řada různých konceptualizací, některé pouze na úrovni teorií, jiné empiricky testované, které se od sebe výrazně odlišují. Většina autorů pracuje převážně s vlastní definicí a nezdá se, že by v blízké době mohlo dojít ke sjednocení nebo integraci teorií. Množství různých pojetí odpovídá také variabilita způsobů zjišťování moudrosti a stále přibývajícím množství dotazníkových metod. To vede k tomu, že jsou výzkumná zjištění jen obtížně porovnatelná. Navíc se řada vědců soustředí především na konceptualizaci moudrosti a zjišťování základních souvislostí s jinými koncepty, zatímco prakticky využitelných poznatků je dostupných relativně málo.

V následujících kapitolách bude představeno implicitní pojetí moudrosti, tj. představy běžné populace o tom, jaké vlastnosti s moudrostí souvisejí, kdo je prototypem moudrosti, či v kterých situacích ve svém životě lidé sami moudře rozhodli, a výsledky některých výzkumů,

kteřé se laickým pojetím moudrosti zabývaly. Poté budou představeny nejvýznamnější a nejčastěji citované explicitní (vědecké) teorie moudrosti. Na závěr budou za využití několika realizovaných studií zmíněny společné prvky jednotlivých pojetí.

1.2.1 Implicitní teorie

Implicitní teorie představují běžně užívaný diskurz, ke kterému lidé koncept moudrosti vztahují. Typickým příkladem je lidová slovesnost, která obsahuje řadu přísloví, pohádek či legend, kde moudrost figuruje. Kromě toho však o moudrosti často mluvíme i v každodenním životě, je to slovo, které se běžně objevuje v beletristických knihách či v novinách. Zkoumat implicitní teorie je důležité, protože výsledky pomáhají pochopit, co lidé obvykle pojmem moudrost myslí a podle čeho hodnotí, zda někdo kritéria moudrosti naplňuje či nikoli. Dále je užitečné vědět, nakolik se implicitní teorie shodují s explicitními. Na základě shod a rozdílů pak lze čerpat z implicitních teorií inspiraci a rozšířit explicitní teorie o ty aspekty moudrosti, které nebyly původně zahrnuté, ale zároveň se ukázaly jako významné v laických teoriích (Sternberg, 1985).

První výzkumy implicitních teorií byly realizovány již v 70. a 80. letech a odstartovaly zájem o studium moudrosti. Nejčastěji je v tomto kontextu citován výzkum Vivian Clayton a Jamese Birrena (1980), kteří zjistili, že moudrost je obvykle spojována se třemi skupinami charakteristik – kognitivními, afektivními a reflektivními a že přídavná jména vystihující moudré lidi jsou: erudovaný, zralý, tolerantní, empatický, zkušený a intuitivní. V navazujících výzkumech byla aplikována pestrá škála způsobů zaměřených na zjišťování implicitních teorií:

- kulturně-historická analýza dokumentů – co, kdo, kdy o moudrosti řekl;
- přímá otázka na představu o tom, co je moudrost (např. Co je podle vás moudrost?);
- zjišťování charakteristik typických pro moudrého člověka (prosté vyjmenování, posuzování na základě předem vytvořeného seznamu, třídění karet apod.);
- příklady (prototypy) moudrých lidí a studium jejich života a činů (např. Matka Tereza);
- nominace moudrých lidí samotnými respondenty z okruhu jejich známých;
- autobiografické narativy - rozhovory o situacích z vlastních životů dotazovaných, ve kterých si myslí, že se zachovali moudře;

- příběhy o lidech a jejich rozhodnutích v různých situacích, které jsou předkládány respondentům, a ti dále rozhodují, zda příběh považují za příklad moudrosti, proč ano/ne (Reams, 2015);
- porovnání implicitního prototypu moudrosti se škálou měřící moudrost nebo podobný koncept (Sternberg, 1985);
- kombinace různých výše uvedených přístupů.

Obdobně jako je široká paleta různých metod uplatňovaných v implicitním přístupu k moudrosti, existuje v současnosti i celá řada výzkumníků, kteří tyto metody v různých formách a kombinacích uplatnili a následně svá zjištění publikovali.

Respondenti z běžné populace měli ve výzkumu Jasona a kol. (2001) za úkol jmenovat osobu ze svého okolí, kterou považují za moudrou, ilustrovat konkrétním příkladem, jak se moudrost této osoby projevila, vyjmenovat vlastnosti, které z této osoby činí osobu moudrou, a popsat vliv této osoby na svůj vlastní život. Nejčastěji uváděnými charakteristikami moudrých lidí byly: drive, houževnatost, vůdčí dovednosti a vhled, spiritualita, chytrost a láskyplnost. Jejich moudrost se projevovala obvykle v situacích, kdy respondenti potřebovali pomoci stanovit své cíle, ujasnit si vlastní hodnoty a přesvědčení, potřebovali vhled, radu či vzor (Jason a kol., 2001).

Krafcik (2015) nechal ve své studii respondenty nominovat moudré lidi z jejich blízkého okolí a s těmi pak uskutečnil rozhovory. Jako vlastnosti, kvůli kterým považují daného člověka za moudrého, uváděli respondenti nejčastěji čestnost, soucit, spiritualitu, integraci, porozumění a otevřenost. Přímou z rozhovorů a dotazníkových metod vyplynuly další charakteristiky moudrých osob – moudří lidé jsou skromní, vděční, spirituálně orientovaní, mají vhled, jsou pravdomluvní, veselí a otevření vůči zkušenostem. Ve svých životech jsou spokojení, mají důvěrné vztahy s blízkými a mentory a mají významný vliv na životy ostatních ve svém okolí. Za faktory přispívající k rozvoji moudrosti považují své učitele a mentory, schopnost vytvořit si odstup, předchozí zkušenosti a jejich reflexi a spirituální odevzdání se něčemu, co je přesahuje (Krafcik, 2015).

Hlubkové rozhovory ve své studii uplatnili také Montgomery, Barber a McKee (2002), kteří zpovídali šest účastníků starších 60 let. Ptali se jich na situace v jejich životě, kdy se zachovali moudře, a na vlastnosti moudrého člověka, se kterým se ve svém životě setkali.

Na základě analýzy těchto rozhovorů identifikovali několik základních složek praktické moudrosti. První z nich je vedení (ať už z pohledu vedoucího nebo vedeného), dále pak znalosti a životní zkušenosti, morální kompas (snaha dělat dobrá rozhodnutí) a soucit v mezilidských vztazích. Účastníci také zmiňovali, že se často až při zpětné reflexi situace ukazuje, zda bylo rozhodnutí moudré či nikoli. Zajímavým zjištěním je také to, že respondentům dělalo větší potíže nacházet svou vlastní moudrost a popisovat ji, než hovořit o ostatních (Montgomery, Barber, & McKee, 2002).

Robert Sternberg (1985) oslovil profesory z různých vědeckých disciplín a požádal je, aby vyjmenovali charakteristiky chování, které podle nich nejlépe odpovídají projevům inteligentního, kreativního a moudrého člověka. Z těchto charakteristik pak vytvořil seznam, který předložil stejné skupině, aby na 9-bodové škále ohodnotila, nakolik jednotlivé charakteristiky odpovídají ideálně inteligentnímu, ideálně kreativnímu a moudrému člověku. Mezi profesory našel výrazný překryv v základních charakteristikách moudrosti napříč obory, kromě toho odhalil i drobné rozdíly v tom, na které konkrétní aspekty je v kterém oboru kladen největší důraz. Zjistil také, že lidé vnímají inteligenci a moudrost jako relativně podobné koncepty, zatímco kreativita je pro ně zřetelně odlišná vlastnost (Sternberg, 1985).

V dalším kroku výzkumu identifikoval prostřednictvím faktorové analýzy šest komponent moudrosti: schopnost uvažování (např. uvažuje logicky), prozíravost (např. zvažuje rady), učení se z myšlenek a prostředí (např. je vnímavý), úsudek (např. přemýšlí před tím, než jedná nebo učiní rozhodnutí), rychlé využívání informací (např. učí se z minulých chyb a úspěchů), bystrost (např. dokáže vidět do hloubky – číst mezi řádky) (Sternberg, 1985).

Jeste a kol. (2010) použili ve svém výzkumu implicitních teorií Delphi metodu, kterou zjišťovali představy expertů z různých oborů o tom, co je inteligence, moudrost a spiritualita. Respondenti na 9-bodové Likertově škále hodnotili 53 výroků a rozhodovali o jejich relevantnosti pro tři výše uvedené koncepty. Z tohoto výzkumu vyplynuly následující charakteristiky moudrosti: je to vzácná osobnostní kvalita, jedinečná lidská vlastnost, forma pokročilého kognitivního a emočního vývoje, rozvíjí se skrze zkušenosti, lze se jí naučit, stoupá s věkem, dá se měřit a nelze ji zvýšit léky (Jeste a kol., 2010). Experti navrhovali také další charakteristiky, které jim v seznamu výroků chyběly, a lišili se mezi sebou v názorech na roli věku.

Kałużna-Wielobób (2014) ve svém výzkumu zjišťovala, nakolik hodnoty vyznávané respondenty ovlivňují jejich pojetí moudrosti. Výsledky ukázaly, že lidé, kteří zastávají více tradiční a konzervativní hodnoty rozumí moudrosti v tradičním slova smyslu (charakterové vlastnosti plus různé druhy znalostí), zatímco lidé více zaměřeni na sociální hodnoty mají nejkompexnější pojetí a zařazují také afektivní či morální komponenty. Nejúžeji chápali moudrost lidé zaměřeni na hédonistické hodnoty, kteří za aspekty moudrosti považovali pouze kognitivní složku a zkušenosti. Z tohoto výzkumu vyplývá, že hodnotový systém člověka ovlivňuje také jeho porozumění konceptu moudrosti (Kałużna-Wielobób, 2014).

Značný počet výzkumů implicitních teorií realizovaly Judith Glück a Susan Bluck ve spolupráci s dalšími kolegy. Podařilo se jim zmapovat vývoj implicitních teorií od dětství až do dospělosti a jejich studie přinesly řadu důležitých poznatků.

Ojedinělý výzkum (Glück, Bischof, & Siebenhüner, 2012) se zabýval implicitním pojetím moudrosti u dětí na prvním stupni základní školy. Od první do čtvrté třídy postupně narůstala znalost tohoto termínu. Děti s moudrostí nejčastěji přicházely do styku v knihách, doma, v televizi a filmech, ve škole, v počítačových hrách a v kontaktu s kamarády. Za moudré děti nejčastěji považovaly své prarodiče a rodiče, jiné příbuzné či kamarády. Příznačné charakteristiky pro moudrost podle nich byly chytrost, přátelskost a ochota pomoci. Méně časté pak byly životní zkušenosti a znalosti, popis vzhledu nebo vysoký věk. Základy pojetí konceptu moudrosti se u dětí vyvíjí ještě před nástupem do základní školy, nicméně k podrobnější diferenciaci u nich dochází až později v průběhu vývoje (Glück a kol., 2012). Obdobný výzkum opakovaly König a Glück (2012) i u starších dětí (5. a 8. třída). Ty nejčastěji nominovali jako moudré rodiče, přátele a sourozence. Překvapivý byl neobvykle nízký věkový průměr nominovaných osob (29 let, 15,5 roku u mladších dětí a 37,5 roku u starších dětí). Obě skupiny dětí pojímaly moudrost jako schopnost řešit složité situace (konflikty, šikana, zranění apod.) se silným zaměřením na empatii a pomoc druhým. Chlapci se více soustředili na význam řešení problémů, zatímco u dívek byly častější emocionální aspekty (např. podpora) (König & Glück, 2012). Mezi dětmi v uvedených výzkumech je s přibývajícím věkem vidět výrazný posun v chápání moudrosti.

Ve výzkumu Glück, Bluck, Baron a McAdamse (n.d.) aplikovali autoři autobiografickou metodu a při rozhovorech s účastníky identifikovali tři hlavní formy moudrosti: 1) empatie

a podpora, 2) sebeurčení a sebedůvěra, a 3) znalosti a flexibilita, které se projevovaly ve významných životních situacích (rozhodnutí ovlivňující budoucnost, zvládání negativních událostí a zvládání dlouhodobých životních překážek). Adolescenti byli více zaměřeni na empatii a podporu, lidé ve středním věku na sebeurčení a sebedůvěru a nejstarší skupina na znalosti a flexibilitu. Autoři na základě toho usuzují, že pojetí moudrosti je ovlivněno situacemi typickými pro aktuální životní fázi respondenta (Glück a kol., n.d).

Výzkum Bluck a Glück (2004) ukázal, že náročné životní situace, ve kterých lidé jednají moudře, jsou obvykle ty, které lidé dokážou vlastními zdroji zvládnout a čerpat z nich ponaučení pro budoucí život. Takové události se stávají součástí životního příběhu a významným faktorem ovlivňujícím jeho směřování. Nicméně se ukazuje, že pro adolescenty toto neplatí. Ačkoli jsou schopni identifikovat situace, ve kterých jednají moudře, neuvádí, že by měly vliv na jejich život nebo že by z nich čerpali poučení do budoucna. Adolescenti tak na rozdíl od lidí starších nedokážou plně využít svých dosavadních zkušeností a čerpat z nich moudrost. Zdá se tedy, že aby mohl člověk plně využívat svou moudrost, je nutné nejprve dosáhnout určité vývojové úrovně (Bluck & Glück, 2004).

Prostřednictvím shlukové analýzy identifikovaly König a Glück (2013) dvě koncepce moudrosti: kognitivní a integrativní. Pro obě koncepce byla kognitivní složka významná, nicméně integrativní koncepce obsahovala také ve větší míře prvky afektivní a reflektivní dimenze. Jen necelá třetina respondentů mladších 20 let považovala afektivní složku za významnou. V průběhu mladé dospělosti však podíl respondentů, kteří považovali empatii a zájem o druhé za centrální charakteristiku moudrosti, stoupal (Glück & Bluck, 2011). Účastníci studie starší 30 let už měli převážně integrativní pojetí moudrosti (König & Glück, 2013). Muži měli o něco větší tendenci přiklánět se ke kognitivnímu pojetí než ženy (Glück & Bluck, 2011). Pro rozvoj moudrosti považovali lidé s integrativním pojetím navíc za důležité náročné emoční situace, nejen zkušenosti a učení se od moudrých lidí, jako lidé s kognitivní koncepcí (Glück & Bluck, 2011). Účastníci s integrativním pojetím skórovali výše ve všech použitých škálách vděčnosti (König & Glück, 2013).

Rozdíly mezi ženami a muži v implicitním pojetí moudrosti jsou poměrně malé. Muži považují za důležitější inteligenci, zatímco ženy kladou důraz na lásku k lidem a přijetí hodnot a myšlenek druhých. Situace, ve kterých respondenti projevili moudrost, jsou u mužů

více spojené s profesionální kariérou, zatímco u žen jsou obvyklejší situace týkající se rodiny, nemoci nebo smrti. Koncepce moudrosti u mužů je tedy o něco více zaměřená na kognitivní složku a méně na emoční aspekty (Glück, Strasser, & Bluck, 2009).

Výsledky implicitně orientovaných studií ukazují, že:

- Moudrost dokáže ve svém vlastním životě identifikovat takřka každý;
- Každý zná osobu, kterou by označil za moudrou a je snadné takovou osobu poznat;
- Existuje rozdíl mezi popisem vlastní moudrosti a moudrosti druhých lidí (Staudinger, 2008);
- Moudří lidé dokážou vyvažovat dobrý úsudek se starostí o druhé, a zároveň zohledňovat zájmy různých stran;
- Moudrost má silný interpersonální a sociální aspekt, např. v podobě mentorství či udílených rad;
- Vývoj koncepce moudrosti začíná už v dětství a bývá dotvořen v období mladé dospělosti;
- Na pojetí moudrosti má vliv hodnotová orientace, vývojová úroveň (věk) či profesní orientace, malé rozdíly nacházejí výzkumníci i mezi muži a ženami.

Vliv kultury

Ačkoli existují lidé, kteří jsou nominováni napříč kulturami jako vzory moudrosti, např. Matka Tereza, Buddha, král Šalamoun či Mahátma Ghándí, hraje v každodenním chápání moudrosti významný vliv kulturní, etnický či náboženský rámec (Baltes, 2004). Nominace některých prezidentů či panovníků jako vzorů moudrosti je typickým příkladem kulturně-historicky podmíněné odpovědi.

Západní pojetí moudrosti mají kořeny v antické filozofii a kladou větší důraz na kognitivní aspekty (Takahashi & Bordia, 2000), opomíjejí intuici (Walsh, 2012) a vztahování se k širšímu kontextu (kvůli preferenci analytického způsobu uvažování). Výzkum Takahashiho a Bordiy, (2000) ukázal, že slovo moudrý je pro Američany a Australany významově nejbližší slovům zkušený a znalý. Dobrý život je v západních kulturách charakterizován tím, že v něm člověk může naplňovat svá přání (Yang, 2011).

Východní pojetí má kořeny v buddhismu, hinduismu, konfucianství a dalších filozofických a náboženských směrech. Ačkoli i na východě je kognitivní aspekt moudrosti důležitý, je významná role připisována také afektivní složce (Takahashi & Bordia, 2000). Menší důraz je kladen na materiální hodnoty a sebeprosazování. Pokud chce člověk žít dobrý život, měl by především zvažovat, co je správné dělat a co je správné nedělat (Yang, 2011). Japonskými i indickými respondenty byla jako slova významově nejbližší moudrosti zvolena diskrétnost, stárí a zkušenosti (Takahashi & Bordia, 2000). Výzkum mezi čínskými obyvateli Taiwanu odhalil čtyři faktory významné pro koncept moudrosti: dovednosti a znalosti, laskavost a soucit vůči druhým, otevřenost a hloubku přemýšlení a skromnost a nenápadnost v sociálních interakcích (Yang, 2001). Santos, Huynh a Grossmann (2017) podotýkají, že bylo zjištěno, že upozadění self a větší zaměření se na kontext podporuje moudré rozhodování. Např. Japonci, kteří vyrůstají v prostředí, které je učí menší sebestřednosti, tak mohou mít potenciální výhodu oproti západním kulturám.

Vliv národnosti a náboženského vyznání na koncepcie moudrosti porovnávali Brezina a van Oudenhoven (2012) v pěti různých zemích - Spojených arabských emirátech, Malajsii, Indonésii, Indii a Ekvádoru. Nejmenší rozdíly našli ve faktoru sebeurčení (jednání na základě rozvahy a reflexe), významnější rozdíly se pak ukázaly v dalších dvou identifikovaných faktorech - altruismu (moudrý člověk není motivován egoisticky) a klidnosti (rozhava ve vztazích a oproštění se od materiálna). Ukázalo se, že na pojetí moudrosti má větší vliv národnost ve srovnání s náboženstvím (Brezina & van Oudenhoven, 2012).

Souhrnně lze říci, že moudrost je chápána jako žádoucí lidská charakteristika napříč kulturami (McLaughlin & McMinn, 2015). Co konkrétně se moudrostí rozumí, však do značné míry určují historicko-kulturní kořeny, náboženské vyznání a hodnoty daného národa (Yang, 2011).

1.2.2 Explicitní teorie

Druhou skupinou teorií jsou tzv. explicitní teorie, což jsou teorie vytvořené vědci, a to buď na základě studia literatury, empirických výzkumů nebo implicitních teorií. Z explicitních teorií jsou nejvíce propracované a nejčastěji citované následující: klasifikace silných stránek Petersona a Seligmana, Sternbergova balanční teorie moudrosti, pojetí berlínské školy

moudrosti, třídímenzionální pojetí Moniky Ardeli, HEROE model Jeffreyho Deana Webstera, neurovědní pohled na moudrost a konstruktivistický model moudrého uvažování Igora Grossmanna. Kromě uvedených teorií existuje celá řada dalších, ty však zatím nejsou detailně rozpracované nebo je k nim pouze malé množství empirických dat.

Silné stránky Petersona a Seligmana

Peterson a Seligman (2004) sestavili klasifikaci 24 silných stránek, které rozřadili do šesti ctností: moudrosti, odvahy, lidskosti, spravedlnosti, zdrženlivosti a transcendence. Ctnosti podle nich představují nejvyšší nejabstraktnější kategorie charakteristik dobrého člověka, které jsou univerzální pro všechny kultury napříč časem.

Ctnost moudrosti je podle autorů definována jako „*těžce získané znalosti, které jsou využity pro dobrou věc*“ (Peterson a Seligman, 2004, s. 39). Považují moudrost za jakousi formu vznešené inteligence, proto pět silných stránek, které do ní zařazují, souvisí se získáváním a využíváním znalostí, jsou to: tvořivost, zvědavost, otevřená mysl, láska k učení a perspektiva. Kreativita je vytváření originálních produktů, které mají pozitivní hodnotu buď pro člověka samotného, nebo pro životy ostatních lidí. Zvědavost souvisí s touhou člověka zažít stále něco nového a překonávat výzvy. Otevřenost mysli souvisí se způsobem uvažování, jde o schopnost člověka dívat se na komplexní problémy z různých úhlů a kriticky zvažovat dostupné informace. Lidé, kterým je vlastní láska k učení, jsou v průběhu celého života motivováni zdokonalovat své dovednosti a získávat nové znalosti. Poslední silná stránka moudrosti je nazvána perspektiva a je spojená se schopností nahlížet svět a život ve smysluplném rámci a dobře radit ostatním.

Pokud člověk rozvíjí těchto pět silných stránek, může dospět k moudrosti, zároveň však autoři podotýkají, že jen velmi zřídka nalezneme člověka, který by disponoval všemi. To by nicméně odpovídalo tomu, že moudrost je mezi lidmi vzácná vlastnost a jen málokdo je považován za moudrého člověka.

Peterson a Seligman (2004) sestavili dotazník Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS), který měří všech 24 charakterových silných stránek včetně moudrosti. Ten je v anglickém jazyce volně dostupný například na internetových stránkách <http://www.viacharacter.org>.

Schwartz a Sharpe (2006) upozorňují na nedostatky navržené klasifikace, a to především při zohlednění její aplikace v praktickém životě. Silné stránky totiž nemají určeno, pro které situace se hodí, a podobně i situace, se kterými se lidé setkávají, nemají předem jasné stanoveny, jakou konkrétní silnou stránku by měl člověk použít, aby je úspěšně zvládl. Často se navíc lidé dostávají do situací, kdy jsou silné stránky navzájem v konfliktu. Schwartz a Sharpe (2006) uvažují, že to, aby byl člověk schopný posoudit vhodnost silné stránky v určité situaci, vyžaduje praktickou moudrost, která umožňuje efektivní volbu, kombinování a použití silných stránek ve strategii řešení situace. Problematické je také pojetí moudrosti jako čistě kognitivní charakteristiky, protože postrádá emočně-motivační aspekt. Člověk může na rozumové úrovni vědět, co je dobré udělat, ale pokud mu chybí motivace nebo zájem, může se rozhodnout jednat jinak (Schwartz & Sharpe, 2006).

Sternbergova Balanční teorie moudrosti

Robert J. Sternberg (1998, s. 347) vymezuje moudrost jako „*aplikaci tacitních znalostí usměrňovanou hodnotami směřující k dosažení obecného dobra balancováním a) intrapersonálních, b) interpersonálních a c) extrapersonálních zájmů za účelem dosažení rovnováhy mezi a) adaptací na existující prostředí, b) přetvářením stávajícího prostředí a c) volbou nového prostředí.*“

Tacitní znalosti jsou procedurální znalosti, které člověk získává sám bez pomoci druhých lidí a které pramení ze zkušenosti. Tvoří součást praktické inteligence a jsou svázány s konkrétními kontexty (Sternberg, 1998). Tacitní znalosti získané v jedné situaci jsou přenositelné do podobných situací. Čím více zkušeností tedy člověk má, tím efektivněji dokáže tuto formu znalostí využívat. Moudrost je pak proces aplikace tacitních znalostí, který směřuje k dosažení určitého cíle (dobra).

Do tohoto procesu vstupuje řada faktorů, které ovlivňují jeho průběh – hodnoty, různé skupiny zájmů a prostředí. Aby člověk dokázal moudře rozhodovat, musí být schopen vyvažovat své zájmy se zájmy druhých a s vyššími zájmy, a zároveň volit vhodný způsob interakce s prostředím. Výsledkem popsaného procesu je rada, jak se v daném kontextu zachovat.

Moudrost je ve Sternbergově pojetí druh interakce mezi člověkem a jeho prostředím, což je v protikladu k jiným konceptualizacím, které rozumí moudrosti spíše jako osobnostní

charakteristice. Rozdíly mezi lidmi jsou podle Sternberga způsobeny rozmanitostí cílů, hodnot, množství a druhu získaných tacitních znalostí, ve způsobech vyvažování různých zájmů a ve způsobech interakcí lidí s prostředím.

Pro to, aby člověk dokázal jednat moudře, je potřeba nashromáždit velké množství tacitních znalostí. Na základě toho Sternberg (1998) vyvozuje, že moudrost je něco, co se vyvíjí v průběhu celého života, nikoli jen v dětství a mladé dospělosti, a také, že s ohledem na druh získaných tacitních znalostí je moudrost doménově specifická. Zároveň jsou si však podle něj moudří lidé vědomí svých limitů a neposkytují rady v situacích, ve kterých nemají dostatek tacitních znalostí.

Nevýhodou Sternbergovy teorie je, že nebyla doposud empiricky ověřována, zčásti proto, že by její operacionalizace pro empirický výzkum byla velmi obtížná. Jeho pojetí tak zatím zůstává pouze na úrovni teorie.

Berlínská škola moudrosti (Paul Baltes a kolegové)

Berlínská škola moudrosti je skupina výzkumníků kolem Paula Baltese v institutu Maxe Plancka v Berlíně, která se tematice moudrosti věnuje již téměř 30 let. Jejich myšlenky a studie významným způsobem přispěly k metodice zjišťování a poznatkové základně o moudrosti.

Moudrost tito výzkumníci vymezují jako „*expertní znalostní systém o zásadních praktických otázkách života, který umožňuje výjimečný vhled, úsudek a poskytování rad, které se týkají komplexních a nejistých záležitostí lidské existence.*“ (Baltes & Staudinger, 1993, s. 76).

Zásadní praktické otázky života jsou podle nich znalosti a rozhodování v záležitostech, které souvisejí s podstatou lidské existence, tedy s plánováním a vedením dobrého života a porozuměním tomu, co dobrý život znamená. Patří sem např. znalosti o vývoji člověka v průběhu života, rozmanitosti způsobů života, znalost životních cílů a závazků, porozumění vlivům sociálního, kulturního a univerzálně lidského (smrtelnost, nekompletnost) kontextu, znalost sebe samých, vlastních limitů či významu spirituální složky života (Baltes & Staudinger, 2000). V centru pak stojí otázky související se smyslem lidského života (Baltes, Staudinger, Maercker, & Smith, 1995).

Kromě této definice vymezili také pět kritérií, která slouží k posouzení moudrosti (Staudinger a kol., 1992; Baltes & Staudinger, 2000; Baltes & Smith, 2008; Staudinger, 2008; Banicki, 2009). Dvě z nich se týkají expertních znalostí a jsou to: bohaté faktické a procesní znalosti. Tato kritéria platí pro jakoukoli oblast expertízy, specificky pro moudrost jsou pak vztažena k zásadním otázkám života.

- 1) Faktické (deklarativní) znalosti o zásadních otázkách lidského života zahrnují hluboké porozumění lidské podstatě, celoživotnímu vývoji (možným odlišnostem a výsledkům), mezilidským a mezigeneračním vztahům, sociálním normám a jejich aplikaci, kritickým životním událostem a vlastní identitě (Baltes & Staudinger, 2000; Baltes & Smith, 2008; Staudinger, 2008).
- 2) Procesní (procedurální) znalosti o zásadních otázkách lidského života sestávají ze znalostí strategií a heuristik zaměřených na vedení života a interpretaci životních událostí (heuristiky o udílení rad, stanovování a volbě cílů, strategie zvládání konfliktů a zásadních rozhodnutí, alternativní strategie, když běžné selžou apod.) (Baltes & Staudinger, 2000, Baltes & Smith, 2008).

Další tři metakritéria už jsou unikátní pro moudrost:

- 3) Kontextualita života znamená, že jsou lidé a události uvažováni v širším kontextu (věk, historické období, kultura, vzdělání, výchova atd.), ze kterého jsou nahlíženi a následně zasazovány do souvislostí v rámci celoživotní perspektivy (minulost, přítomnost a budoucnost) (Staudinger, Smith & Baltes, 1992; Baltes & Smith, 2008; Staudinger, 2008).
- 4) Relativismus ohledně hodnot, životních priorit a cílů vypovídá o respektu vůči kulturním a individuálním rozdílům a o vědomí si relativnosti vlastních hodnot, postojů a cílů (Staudinger, Smith & Baltes, 1992; Baltes & Smith, 2008; Staudinger, 2008). Nevztahuje se na univerzální hodnoty, jejichž nerespektování by moudrý člověk neměl tolerovat.
- 5) Uznávání nejistoty a zacházení s ní spočívá ve vědomí člověka, že lidské poznání je limitováno, že jen část informací je dostupná a že nedokážeme předvídat budoucnost, zároveň je to schopnost člověka nenechat se touto nejistotou ochromit a navzdory ní

rozhodovat o důležitých otázkách života (Staudinger a kol., 1992; Baltes & Staudinger, 2000; Baltes & Smith, 2008).

Uvedených pět kritérií může být použito při posuzování úrovně moudrosti u daného člověka. Pro potřeby výzkumu vyvinuli vědci z berlínské školy vlastní způsob posuzování moudrosti založený na krátkých úryvcích příběhů, které obsahují náročné životní situace. Participanti výzkumu pak o těchto situacích přemýšlejí nahlas, jejich výpovědi jsou zaznamenány a kvalifikovanými hodnotiteli posuzovány podle výše uvedených kritérií (podrobněji kapitola 1.4.1).

Baltes a Staudinger (2000) navrhuji podrobný model, který popisuje faktory předcházející rozvoji moudrosti, a procesy, který rozvoj moudrosti podporují. Jako předchůdce moudrosti uvádějí tři skupiny faktorů: osobnostní charakteristiky (např. kognitivní styl, otevřenost ke zkušenosti, kreativitu, duševní zdraví), faktory související s rozvojem expertnosti (např. zkušenosti, heuristiky, učení se od mentora nebo rady od zkušenějších), facilitativní faktory (historická etapa, vzdělání a profese, věk, zkušenosti s vedením lidí). Procesy, které pomáhají tyto tři faktory usměrňovat k rozvoji vhledu a postupně i k moudrosti jsou plánování života, zvládání života a zpětné hodnocení života (Baltes & Staudinger, 2000).

Berlínská škola moudrosti se se svým pojetím moudrosti nevyhnula kritice. Nejčastější námitkou je, že moudrost není možné zredukovat na expertní znalosti, protože hrozí, že za moudré budou označováni i lidé, kteří jsou jen specialisté na úzkou oblast, ale jejichž život by se za moudrý označit nedal (Banicki, 2009). Teorie také vysvětluje moudrost jako kognitivní charakteristiku, čímž opomíjí zvláště emoční aspekty a motivaci.

Třídídimenzionální teorie Moniky Ardel

Monika Ardel (2003, s. 277) definuje moudrost jako integraci kognitivních, reflektivních a často opomíjených afektivních charakteristik osobnosti. Svou teorii zakládá na výzkumu implicitních teorií Clayton a Birrrena (1980), kteří právě tyto tři dimenze identifikovali. Argumentuje, že takto definovaná moudrost je kompatibilní s většinou historických i současných konceptualizací (Ardelt, 2003).

Kognitivní dimenze vypovídá o schopnosti a ochotě jedince důkladně porozumět určitým fenoménům a situacím. Je to vědomí limitů lidského druhu i sebe sama, vědomí

nepředvídatelnosti a nejasnosti životních situací. Zároveň je to schopnost porozumět lidské povaze, jejím silným i slabým stránkám, mezilidským vztahům, životu jako takovému a budovat si nadhled (Jeste a kol., 2010; Ardelt, 2003).

Reflektivní uvažování umožňuje člověku nahlížet na věci z různých perspektiv, zbavit se předsudků a zkreslení, a tím rozvíjet porozumění sobě samému i vnějšímu světu. Reflektivně zaměřeni lidé se nebojí kriticky zkoumat sebe samé, své pohnutky a jednání. S rostoucím náhledem na sebe i svět pak dochází ke snížení egoismu, subjektivity, zlepšuje se náhled, a člověk tak může proniknout do pravé podstaty věcí. Schopnost integrovat protikladné pohledy či ambivalentní jednání prohlubuje komplexnost vnímání pozitivních i negativních aspektů života.

Poslední dimenzí, kterou Ardelt (2003) vyčlenila, je afektivní složka. Moudrý člověk projevuje náklonnost vůči druhým a chová k nim kladné city. Je soucitný, chápající, empatický. Negativní pocity a chování jsou u něj naopak zřídka, a to i ve chvílích, kdy čelí nepříznivým situacím. (Jeste a kol., 2010)

Reflektivní dimenzi považuje Ardelt (2003) za nejdůležitější, protože je podle ní základem pro rozvoj dalších dvou dimenzí. Schopnost přistupovat k věcem bez předsudků a objektivně je podle ní totiž podmínkou rozvoje kognitivní dimenze, obdobně lepší porozumění jednání ostatních a nižší egocentrismus přispívají k rozvoji afektivní složky moudrosti (Ardelt, 2003). Uvedené tři dimenze jsou tedy navzájem provázané a podporují se (Ardelt, 2000a).

Aby mohl být člověk označen jako moudrý, měl by vynikat ve všech třech uvedených dimenzích zároveň. Bez kognitivní složky by koncept označoval člověka s dobrými úmysly, který ale často jedná neefektivně. Bez afektivní dimenze by se pravděpodobně jednalo o člověka inteligentního, ale postrádajícího zájem o druhé. Absence reflektivní dimenze by pak člověka mohla svádět k projekci vlastních předsudků do životů druhých, což by vedlo k neschopnosti jim reálně pomoci (Ardelt, 2003). Přítomnost všech tří složek je tedy pro moudrost nezbytná, zároveň však postačující. Ostatní pozitivní vlastnosti moudrých lidí označuje Ardelt (2011) za koreláty nebo důsledky moudrosti. Za účelem empirického testování své teorie vytvořila Ardelt (2003) sebesposuzovací dotazník, který je podrobně představen v kapitole 1.4.2.

Teorie J. D. Webstera – HEROE model

Jeffrey Dean Webster (2007, s. 164; 2010, s. 71) ve své definici zdůrazňuje roli kritických životních zkušeností, když definuje moudrost jako *“schopnost, záměr a aplikaci kritických životních událostí za účelem facilitace optimálního rozvoje sebe a druhých“*. Kritické životní situace jsou náročné události, které lidé zažívají a zásadně mění běh jejich života. Reflexe těchto situací pomáhá lidem zhodnotit svůj dosavadní život a stanovit si odpovídající cíle do budoucna. Pro rozvoj moudrosti nejsou postačující každodenní rutinní starosti. Kromě toho je významná intencionalita moudrého jednání. Moudrost není vedlejší produkt nesouvisející aktivity, naopak je to záměrné úsilí rozhodovat a jednat v konkrétní situaci co nejlépe. Aby nebyla moudrost pouze nesplněnými předsevzetími, je nutná její aplikace do praktického života (Webster, 2007, 2010). Moudří lidé proto nebývají samotáři, ale snaží se svou nabytou moudrost předávat dalším lidem, kteří by z ní mohli čerpat.

Za implicitní předpoklad pro rozvoj moudrosti považuje Webster (2007,2010) alespoň určitou minimální úroveň intelektových schopností, např. schopnost rozhodování či řešení problémů. Na základě literární rešerše pak Webster (2003) navrhuje 5 dimenzí, které souhrnně nazývá HEROE model: kritické životní zkušenosti, emoční regulace, vzpomínání a reflexe, otevřenost (ke zkušenosti) a humor.¹

Do dimenze kritických životních zkušeností zařazuje autor na jedné straně náročné situace a obtížná rozhodnutí (např. morální dilemata), která mají předem nepředvídatelné ale zároveň dalekosáhlé důsledky. Obvykle jde o špatně definované problémy s nedostatkem dostupných informací. Na druhé straně sem patří také vrcholné zážitky, které zvyšují štěstí a spokojenost a které si moudří lidé střeží a váží si jich (Webster, 2007).

Emoční regulace zahrnuje schopnost rozeznávat i velmi jemné odstíny emocí z celé škály lidského prožívání, reagovat na ně a využívat je produktivním způsobem. Vzhledem ke komplexitě lidského prožívání to zahrnuje celou řadu emocí od těch negativních jako je vztek či smutek po ty pozitivní jako je radost a jejich rozmanité kombinace. Důsledkem emoční integrity by měl být i smysl pro humor (Webster, 2007).

¹ HEROE je zkratka složená z prvních písmen dimenzí v anglickém jazyce: H – humor, E – emotional regulation, R – reminiscence and reflectiveness, O – openness, E – experience.

Vzpomínání a reflexe je třetím faktorem, který navazuje na kritické životní zkušenosti. Ty totiž samy o sobě nepostačují k získání moudrosti, pokud je člověk nereflektuje, neučí se z nich a netěží z nich pro svůj budoucí život. Moudří lidé dokáží nahlížet na obtížné chvíle v životě z větší perspektivy, lépe je zvládají, a zvyšují tak vlastní self-efficacy do budoucna (Webster, 2007).

Čtvrtou komponentou je otevřenost k alternativním názorům, novým informacím a strategiím, které člověku umožňují prozkoumávat různé způsoby řešení životních situací a budovat si z nich repertoár funkčních dovedností. Otevření lidé dokážou při rozhodování brát v úvahu protikladné názory a rozmanitou škálu možností řešení. Jejich otevřenost se týká jak vnějších podnětů, tak i vnitřních myšlenek, stavů a emocí, jejichž bohatosti a intenzity si moudří lidé váží (Webster, 2007).

Poslední komponentou, kterou Webster do svého modelu zařadil, je specifický typ humoru, který je laskavý, sbližuje a pomáhá moudrým lidem získat nadhled a odstup a účinně se vyrovnávat s náročnými životními situacemi. Tento typ humoru je spojený s vědomím ironie života, schopností se i v těžkých chvílích zasmát a nebrat se příliš vážně. K moudrosti naopak nepřispívá sarkasmus, jízlivost nebo posměch ostatním (Webster, 2007).

Každá z uvedených složek je podle Webstera (2007) nezbytná, ale nikoli postačující pro moudrost sama o sobě. Pro rozvoj moudrosti je potřeba synergie mezi všemi pěti aspekty, nejde jen o pouhou sumu jednotlivých složek. Pro měření moudrosti zkonstruoval autor sebesposuzující dotazník SAWS (Self-Assessed Wisdom Scale; Webster, 2003), který je detailněji popsán v kapitole 1.4.2.

Kritika této teorie se týká především jednotlivých složek moudrosti. Ardelt (2011) poukazuje na to, že otevřenost ke zkušenosti je spíše faktorem předcházejícím moudrost, zatímco humor důsledkem moudrosti, nikoli však jejími složkami. Emoční regulace pak podle ní spadá do reflektivní komponenty moudrosti a zbývající dvě složky – kritické životní zkušenosti a reflexe – nejsou postačujícími kritérii pro identifikaci moudrosti.

Pohled neurověd (Dilip Jeste)

Neuropsychiatři Meeks a Jeste (2009) se na moudrost podívali z úhlu pohledu neurověd. Nejprve identifikovali 6 subkomponent moudrosti společných pro nejrozšířenější současné

definice a k nim pak vyhledali neurobiologické koreláty v literatuře (převážně ve studiích zahrnujících výzkum mozku zobrazovacími metodami). Společné subkomponenty moudrosti byly: prosociální postoje a chování; rozhodování v sociálních situacích/praktické znalosti života; emoční homeostáza; reflexe/sebeporozumění; relativita hodnot/tolerance; uznávání nejistoty a nejednoznačnosti a jejich zvládnutí. Kromě lokalizace těchto funkcí v oblastech mozku se Meeks a Jeste (2009) zaměřili také na úlohu neurotransmiterů. Z rešerše literatury vyplynulo, že oblasti mozku související se subkomponenty moudrosti jsou:

- Prefrontální kortex, který se podílí na emoční regulaci, rozhodování či hodnotovém relativismu prostřednictvím regulace limbického systému a striata. Zvláště významné části jsou dorsolaterální prefrontální kortex, který je zodpovědný za logické rozhodování a disciplínu, a ventromediální prefrontální kortex, který ovlivňuje emoční ladění a prosociální jednání (Meeks & Jeste, 2009; Jeste & Harris, 2010).
- Limbický systém (ventrální striatum, nucleus accumbens, amygdala, přední cingulární kůra) ovlivňuje emoční reakce, emoční paměť, prosociální jednání (Meeks & Jeste, 2009).
- Monoaminergní systém (neurotransmitery dopamin a serotonin) se podílí na emoční regulaci, rozhodování a prosociálním jednání (Meeks & Jeste, 2009).

Zdá se, že moudrost vyžaduje integraci aktivity fylogeneticky nejstarších (limbický systém) a nejnovějších částí mozku (prefrontální kortex) (Jeste & Harris, 2010). Protože je vývoj mozku značně ovlivněn zkušenostmi, hrají vnější faktory důležitou roli v rozvoji nervových struktur potřebných pro získání moudrosti (Lewis, 2009). Výzkumy mozkové aktivity a kognitivního výkonu starších lidí naznačují, že některé změny ve fungování mozku ve stáří mohou sloužit jako kompenzace ztrát spojených se stárnutím (reorganizace nervových spojů – posílení/oslabení, menší lateralizace apod.). Tyto změny přispívají například k lepší emoční regulaci díky nižší reaktivnosti na negativní a stresující podněty (Jeste & Oswald, 2014).

Moudré uvažování Igora Grossmanna

Igor Grossmann (2017) navrhl konstruktivistický model moudrosti, který uvažuje vliv kulturně-historických, sociálních a osobnostně motivačních faktorů a situačního kontextu na rozvoj moudrosti a její aplikaci v každodenním životě. Moudrost je podle něj „*schopnost nezaujatě uvažovat, vyvažovat různé skupiny (protikladných) zájmů, a přispívat tak k vedení dobrého života*“ (Brienza, Kung, Santos, Bobocel, & Grossmann, 2017, s. 2).

Moudrost je v tomto modelu chápána jako dovednost, nikoli biologicky daná dispozice, která se variabilně proměňuje v závislosti na kontextu (Grossmann, 2017a). Nicméně to neznámá, že moudrost nemá svůj dispoziční aspekt. Ten je však nejlépe definován jako průměrná míra moudrého rozhodování napříč rozmanitými situacemi (Santos a kol., 2017).

Moudrost je aplikace určitých znalostí, postojů a chování v komplexních a náročných životních situacích (Grossmann, 2017a). Není to však pouze dostupnost znalostí, jak danou situaci řešit, ale dynamický proces aplikace různých strategií uvažování (Grossmann, Na, Varnum, Kitayama, & Nisbett, 2013). Potenciál uvažovat moudře vzniká v interakci člověka s prostředím a každá změna kontextu mění způsob projevu dovednosti moudrosti navenek (Grossmann, 2017a). Moudrost je chápána především jako metakognitivní nástroj, který umožňuje vnímat širší kontext, volit vhodnou strategii a dosahovat kompromisů (Santos a kol., 2017). Schopnost člověka se obvykle dobře rozhodovat neznámá, že člověk čas od času neprojeví nějaké známky „hlouposti“ (Grossmann, 2017a).

Moudrost je nejčastěji aplikována v náročných situacích, které vyžadují zvažování různých cílů, vztahů a situačních podmínek a nemají jedno osvědčené správné řešení. Komplexní, špatně strukturované a náročné situace jsou typicky například interpersonální konflikty (Brienza a kol., 2017). Při konfliktech mezi lidmi je potřeba zohledňovat spletnost sociálních sítí, často protikladné zájmy stran konfliktu, hledat mezi nimi kompromis a počítat s tím, že všechny důsledky rozhodnutí se nedají odhadnout předem (Santos a kol., 2017).

Charakteristiky moudrého uvažování vymezuje Igor Grossmann (2017a,b; Brienza a kol., 2017) následující: 1) intelektuální pokora, 2) uznávání nejistoty a neustálých změn, 3) zvažování kontextu a různých perspektiv a 4) jejich integrace v podobě kompromisu. Tato kritéria uplatňuje i ve své metodě měření moudrosti, tzv. rekonstrukci událostí, která je založená na podrobném popisu konkrétních zkušeností respondentů s náročnými situacemi,

jejich následné strukturované analýze a vyhodnocení, nakolik naplňují stanovená kritéria (Brienza a kol., 2017).

Společné komponenty teorií

Vzhledem k velkému množství definic a nástrojů na měření moudrosti začali někteří autoři usilovat o identifikaci společných komponent jednotlivých přístupů. Meeks a Jeste (2009) studovali deset různých definic, ve kterých identifikovali šest společných subkomponent, tj. takových, které byly zahrnuty alespoň ve třech definicích: 1) prosociální postoje a chování; 2) rozhodování v sociálních situacích/praktické znalosti života; 3) emoční homeostáza; 4) reflexe/sebeporozumění; 5) relativita hodnot/tolerance; 6) uznávání nejistoty a nejednoznačnosti a jejich zvládnání.

O 4 roky později Bangen a kol. (2013) aktualizovali přehled společných subkomponent moudrosti. Vycházeli při tom z 9 různých teorií, respektive nástrojů měření, a identifikovali pět subkomponent společných alespoň polovině přístupů a další čtyři, které byly společné pro méně než polovinu teorií. Nejčastěji uváděnými složkami moudrosti byly: 1) rozhodování v sociálních situacích/praktické znalosti života, kam patří např. znalosti o životě a životní dovednosti či schopnost udělit dobrou radu; 2) prosociální postoje a chování zahrnují altruismus, empatii, soucit, vřelost a spravedlivost; 3) reflexe/sebeporozumění, což jsou dovednosti související s vhladem, intuicí, introspekci a znalostí sebe sama; 4) vědomí nejistoty a její úspěšné zvládnání a 5) emoční homeostáza, která souvisí s emoční regulací a sebekontrolou. Komponenty uvedené v méně než polovině definic byly: 1) relativita hodnot/tolerance; 2) otevřenost ke zkušenostem; 3) spiritualita a 4) smysl pro humor (Bangen a kol., 2013).

Ze dvou výše uvedených seznamů vyplývá, že se konceptualizace moudrosti v průběhu 4 let proměnily jen málo, navzdory intenzivnímu zájmu o toto téma. Významným zjištěním z těchto dvou analýz je, že ačkoli se jednotlivé konceptualizace moudrosti na první pohled liší, existuje poměrně velký překryv mezi současnými teoriemi. Většina zahrnutých teorií pojímá moudrost jako holistický koncept, který vyžaduje současnou integraci několika komponent. Další společnou vlastností teorií je tedy to, že považují moudrost za multidimenzionální charakteristiku, která vyžaduje integraci vyšší míry všech jednotlivých subkomponent pro to, aby mohl být člověk označen za moudrého (Bangen a kol., 2013).

1.2.3 Moudrost osobní a obecná

V empirickém výzkumu postupně vykryštovalo rozdělení moudrosti na osobní moudrost a obecnou moudrost. Osobní moudrost je vztahována ke zralým osobnostem na vrcholu osobnostního vývoje (Staudinger, 2008; Mickler & Staudinger 2008). Je obtížně dosažitelná, protože se získává skrze vlastní zkušenosti s náročnými životními situacemi, introspekci, vhléd do vlastního života a průběžné učení se o světě, životě a sobě samém (Glück a kol., 2013). Rady lidí, kteří osobní moudrostí disponují, vycházejí z jejich vlastních zkušeností. Zatímco lidé, kteří disponují osobní moudrostí, žijí výjimečně dobře své vlastní životy, a stávají se tak inspirací pro okolí, jsou lidé obdařeni obecnou moudrostí spíše dobrými rádci pro ostatní bez ohledu na moudrost či spokojenost ve svých vlastních životech. Moudré uvažování jim usnadňuje perspektiva pozorovatele bez osobní angažovanosti na řešených problémech. Obecně moudří lidé mají spíše filozofický náhled na lidský život jako takový (Glück a kol., 2013) či expertní znalosti o životě (Staudinger, 2008), ale při udílení rad nečerpají z vlastních zkušeností (Staudinger, 2008; Glück a kol., 2013).

Mickler a Staudinger (2008) zkoumali rozdíly mezi lidmi s vysokým skórem osobní moudrosti a lidmi s vysokým skórem obecné moudrosti. Zjistili například, že obecná moudrost nesouvisí s věkem, zatím v osobní moudrosti skórovali výše mladí dospělí. Životní spokojenost také korelovala silněji s obecnou moudrostí, zatímco životní události a kognitivní proměnné s osobní moudrostí. Z jejich výsledků vyplývá, že jsou rozdíly mezi osobní a obecnou moudrostí a nelze tyto dva typy moudrosti zaměňovat.

1.3 Vývoj moudrosti

1.3.1 Moudrost jako osobnostní rys vs. kontextuální proměnná

Jednou z aktuálních centrálních otázek ohledně moudrosti je, zda může být moudrost popsána jako osobnostní rys (vrozená a neměnná tendence) nebo dovednost závislá na kontextu (situační a dynamický konstrukt) (Santos a kol., 2017). Např. Meeks a Jeste (2009) vnímají moudrost jako osobnostní rys, který je v rámci populace distribuován kontinuálně a není omezen pouze na několik málo výjimečných osobností. Ačkoli je moudrost relativně stabilní je do značné míry ovlivněna zkušenostmi a učením (Meeks & Jeste, 2009). Pojetí M. Ardelt (2003) a J. D. Webstera (2007) jsou také bližší moudrosti jako osobnostnímu rysu.

Za situačně specifickou považují moudrost například výzkumníci z berlínské školy moudrosti a výzkumný tým kolem Grossmanna. Ten ve svých výzkumech zjistil, že některé aspekty moudrého uvažování jsou stabilnější než jiné (Brienza a kol., 2017) a že lidé vykazovali středně silnou konzistenci v moudrém rozhodování napříč situacemi ($r=0,31$) a časem ($r=0,48$). V průběhu devíti dní pak naměřili stejně velkou intraindividuální jako interindividuální variabilitu v moudrosti, proto doporučují pro relevantní zhodnocení měřit moudrost vícenásobně (Santos a kol., 2017). Přiklání se k tomu, že moudrost má dispoziční základ, ale samotný proces moudrého uvažování se uplatňuje až v konkrétních kontextech, kde se projevuje různá úroveň moudrosti v závislosti na kontextu (Santos a kol., 2017).

1.3.2 Vývoj moudrosti

Vývoj moudrosti v průběhu života člověka je zatím empiricky málo probádanou oblastí, protože většina realizovaných výzkumů je průřezová, zatímco longitudinální studie jsou vzácné a obvykle se zaměřují jen na dílčí či situační faktory podporující či inhibující moudrost.

Teoreticky navrhované cesty, kterými lze k moudrosti během vývoje dospět shrnuje ve své studii Walsh (2012), který uvádí celkem sedm různých linií. První linie přisuzuje rozvoj moudrosti určitému vývojovému stádiu (např. E. Erikson), druhá pak specifickému vyššímu stupni vývoje (postformální či dialektické myšlení). Třetí linie považuje moudrost za kombinaci určitých charakteristik (např. teorie M. Ardelt), zatímco čtvrtá zdůrazňuje balancování různých aspektů (např. Sternbergova či Grossmannova teorie). Podobná dvěma předchozím liniím je cesta pátá, která přisuzuje význam integraci určitých aspektů. Šestá linie reprezentuje představu, že pro rozvoj moudrosti je nejprve třeba dosáhnout dostatečné zralosti určitých psychických kapacit (např. percepčního a kognitivního vývoje, socio-emočního vývoje, vývoje ega či morálky). Poslední linie uvádí možnost rozvoje moudrosti jako nezávislé osobnosti charakteristiky, což je však cesta málo pravděpodobná.

Empirický výzkum zatím naznačuje, že moudrost se v reálném životě rozvíjí prostřednictvím komplexní souhry několika z uvedených vývojových cest. Moudřími se lidé nerodí, v období dětství a adolescence dochází k postupnému zrání mentálních kapacit, které umožňují rozvoj kognice potřebné k řešení špatně definovaných problémů. Znalosti související s moudrostí se utvářejí také v tomto období mezi 14.-25. rokem (Staudinger,

2008). Sociální prostředí v tomto období souvisí s rozvojem moudrosti později v dospělosti (Ardelt, 2000a). Od dosažení mladé dospělosti až do stáří se pak úroveň moudrosti nezvyšuje, ale např. její emoční komponenta zůstává zachována až do relativně pokročilého věku (Aspinwall & Staudinger, 2003), kdy napomáhá kompenzovat úbytek některých intelektových funkcí (Ardelt, 2000b). Osobní moudrost je obtížnější získat než moudrost obecnou, proto se může vyvíjet až později v ontogenezi (Staudinger, 2008).

Prozkoumána byla také řada dílčích faktorů, které podporují projevy moudrosti nebo naopak moudré uvažování či jednání blokuje. Nejčastěji zmiňovaným faktorem v mnoha teoriích i výzkumech jsou životní zkušenosti a jejich reflexe, která vede ke zhodnocení výsledku rozhodování a případné modifikaci budoucího chování (Ardelt, 2000b; Le, 2008; Staudinger, 2008; Greene & Brown, 2009; Chen a kol., 2011; Weststrate & Glück, 2017). Důležité je, že i moudří lidé mohou chybovat, ale měli by být schopní se ze svých chyb poučit (Frantz, 2014). Při zvládání extrémně náročných situací může být moudrost facilitujícím copingovým faktorem i důsledkem úspěšného zvládnutí takové situace (Linley, 2003; Webster & Deng, 2015).

Ukázalo se, že některé profesní specializace mohou podporovat rozvoj moudrosti, jsou to například klinická psychologie (a terapie) nebo pastorační činnost (Staudinger, 2008). Snížení egocentrismu (Grossmann, 2017b), odstranění subjektivních zkreslení (Ardelt, 2000b) a zvětšení odstupů či nadhledu na danou situaci zvyšuje moudrost rozhodování, pozitivní vliv má také diskuze problému s druhými (Sharma & Dewangan, 2017), rada mentora nebo meditační praktiky (Pascual-Leone, 2000). V modelu berlínské školy je pro rozvoj expertních dovedností zapotřebí investovat dostatek času, úsilí, motivace (osobnostní faktory), záměrně vyhledávat příležitosti k procvičování a zpětnou vazbu (zkušenosti). Nezanedbatelný vliv má také kontextuální rámec (historická etapa, kultura apod.) (Baltes & Staudinger, 2000; Baltes & Smith, 2008; Le, 2008; Swartwood, 2013). Dalšími dílčími facilitativními faktory mohou být sociální vztahy, vzdělání a výchova rodičů, profesní znalosti a dovednosti, náboženské vyznání či četba (zprostředkované učení) (Chen, Wu, Cheng, & Hsueh, 2011). Obecně platí, že čím více faktorů člověk ve svém životě má, tím lépe pro rozvoj moudrosti. Ačkoli toho zatím o vývoji moudrosti mnoho nevíme, jisté je, že je tato

charakteristika mnohými nahlížena jako ideální cíl lidského celoživotního vývoje (Staudinger, 2008; Woerner & Edmondson, 2008).

1.3.3 MORE model Glück a Bluck

Dvojice autorek Glück a Bluck (2014) vytvořila konceptuální model vývoje moudrosti založený na předchozích teoriích a výzkumech o moudrosti, celoživotním vývoji, posttraumatickém růstu, autobiografické paměti a životním příběhu. Je to první ucelený model toho, jak by mohl vývoj moudrosti vypadat, a proč někteří lidé moudrosti dosáhnou a jiní ne.

V centru modelu stojí životní zkušenosti, které jsou prostředkem pro rozvoj moudrosti. S jakými životními zkušenostmi se jedinec setká, jak je bude vnímat a hodnotit, jak se vyrovná s výzvami, a jakým způsobem zkušenosti začlení do svého životního příběhu, ovlivňují čtyři zdroje: pocit zvládnání (mastery), otevřenost (openness), reflektivita (reflectivity) a emoční regulace a empatie (emotion regulation and empathy) neboli MORE. Pociť zvládnání reprezentuje přesvědčení člověka, že si poradí s náročnými situacemi, ačkoli je nikdy nemůže předvídat dopředu. Otevřenost omezuje vlastní předsudky díky zvažování různých perspektiv a nabízí příležitosti k rozvoji díky ochotě zažívat nové věci. Reflektivita je schopnost člověka dívat se na věci v širší perspektivě, kriticky hodnotit vlastní názory, zkušenosti a rozhodnutí. Emoční regulace svědčí o schopnosti člověka uvědomovat si a plně prožívat širokou škálu emocí, ale také emoce neprojevat, pokud to situace vyžaduje, empatie pak souvisí se zájmem o druhé lidi (Glück & Bluck, 2014).

Lidé, kteří ve vysoké míře disponují všemi čtyřmi zdroji, budou ve svém životě častěji potkávat situace, které budou zvládat způsobem posilujícím moudrost a začleňovat je do svého životního příběhu tak, aby se poučili z minulých zkušeností. Zvláště silný facilitující vliv na rozvoj moudrosti mají náročné životní výzvy, tj. takové situace (negativní i pozitivní), které vyvolají zásadní změnu a přehodnocení dosavadní perspektivy (Glück & Bluck, 2014).

Čtyři uvedené zdroje nejsou chápány jako stabilní charakteristiky osobnosti, naopak autorky hovoří o jejich kontinuálním rozvoji ve vzájemné interakci po celý život. Moudrost podle nich nevzniká v jednom určitém momentu, vývoj moudrosti je nikdy nekončící proces.

Autorky nyní realizují první výzkumy, které by navrhovanou teorií měly prověřit v praxi (Glück & Bluck, 2014).

1.4 Způsoby zkoumání explicitní moudrosti

Někteří výzkumníci vyvinuli kromě konceptualizace moudrosti také způsoby, jak ji měřit. Berlínská škola moudrosti vytvořila metodu založenou na přemýšlení nahlas o životních dilematech, řada autorů vytvořila sebeposuzovací dotazníky a Igor Grossmann navrhnul metodu rekonstrukce událostí. Následující tři podkapitoly popisují základní charakteristiky uvedených metod, jejich výhody a nevýhody.

1.4.1 Přemýšlení nahlas

Respondenti ve výzkumech berlínské školy moudrosti spontánně přemýšlejí nahlas o krátkých hypotetických situacích, které se týkají druhých osob v náročných životních situacích (Baltes & Smith, 2008). Před samotným hodnoceným protokolem předchází obvykle tréninková situace, na které si respondenti vyzkoušejí přemýšlení nahlas. Poté následuje jedna nebo více standardizovaných situací zaměřených na plánování života, reflexi života a zvládání života (Baltes & Smith, 2008). Příklad situace zahrnující životní plánování je následující: „*Představte si starší ženu, která je na začátku poslední fáze své profesionální kariéry a je konfrontována s žádostí svého syna, aby mu pomohla postarat se o jeho dvě malé děti po tom, co ho opustila žena. Co by měla zvážit a udělat v takové situaci?*“ (Baltes a kol., 1995, s. 155), příklad situace ohledně zvládání života zní: „*Někomu zavolá dobrý přítel a řekne, že už takhle nemůže dál pokračovat a rozhodl se spáchat sebevraždu. Co by měl člověk v takové situaci zvážit a co udělat?*“ (Baltes & Staudinger, 2000, s. 126) a příklad situace zaměřené na reflexi života: „*Při reflexi vlastního života si lidé často uvědomí, že nedosáhli toho, čeho jednou chtěli dosáhnout. Co by měli udělat a vzít v úvahu?*“ (Baltes & Staudinger, 2000, s. 126). Situace jsou buď předloženy v písemné podobě, nebo prostřednictvím video nahrávek. Výzkumníci se záměrně neptají respondentů na jejich vlastní životní rozhodnutí, protože usilují o vytvoření repertoáru standardizovaných situací, který jim umožní porovnávat odpovědi mezi jednotlivými respondenty (Baltes & Smith, 2008).

Po přečtení/zhlédnutí jsou respondenti požádáni, aby nahlas přemýšleli o uvedených situacích. Jejich výpovědi jsou nahrávány, doslovně přepsány a později vyhodnocovány panelem hodnotitelů. Neexistují správné ani špatné odpovědi pro uvedené situace. Část hodnotitelů posuzuje na 7-bodové škále nakolik výpověď odpovídá implicitnímu pojetí moudrosti (Jak moudré je toto řešení?) a druhá část hodnotitelů prochází tréninkem a hodnotí, nakolik navrhané řešení odpovídá pěti kritériím moudrého uvažování berlínské školy (viz kapitola 1.2.2) (Baltes & Smith, 2008). Za moudrý protokol je označen jen takový, který získá vysoké skóre ve všech pěti hodnocených kritériích, tj. alespoň 5 na 7-bodové škále (Baltes & Staudinger, 2000). Metoda má dobrou reliabilitu a validitu (Baltes & Staudinger, 2000, Baltes & Smith, 2008).

Zásadní nevýhodou metody je její extrémní časová náročnost. Získání odpovědi od jednoho respondenta trvá obvykle 1,5-2 hodiny a následný přepis a analýza odpovědí jsou také velmi časově náročné. Hodnotitelé by navíc měli absolvovat výcvik, aby dokázali na škále stanovit míru naplnění pěti stanovených kritérií. Celkově je metoda vhodná spíše pro malé výzkumné vzorky nebo větší výzkumné týmy. Druhou nevýhodou metody je, že neměří osobní moudrost, ale moudrost obecnou, tj. teoretickou, která se nevztahuje k životu ani osobě samotného respondenta (Glück a kol., 2013). Grossmann a kol. (2013) ke kritice doplňují, že standardizované situace jsou dekontextualizované, a proto se respondenti musí spoléhat na své znalosti podobných situací a kontext si doplnit. Metoda tak do určité míry může měřit faktické znalosti účastníků o daných situacích, nikoli moudrost. Pro lidi, kteří ve svém životě prožili mnoho náročných situací a mají o nich dostatek znalostí, může být tento fakt intervenující proměnnou, která může mít dopad na vztah moudrosti s well-beingem (Grossmann a kol., 2013).

1.4.2 Sebeposuzovací dotazníky

Sebeposuzovací dotazníky jsou při zjišťování moudrosti oblíbenou metodou vzhledem ke snadnosti administrace a rychlosti vyhodnocování, a to i u rozsáhlých výzkumných souborů. Proto existuje celá řada dotazníků, z nichž zatím empiricky nejpoužívanějšími jsou Třídímní škála moudrosti (Ardelt, 2003) a Sebeposuzovací škála moudrosti (Webster, 2003, 2007).

Sebeposuzovací škála moudrosti (Self-Assessed Wisdom Scale, SAWS; Webster, 2003, 2007)

Dotazník byl sestaven na základě rešerše literatury, ze které vyplynulo pět dimenzí moudrosti, které mezi sebou navzájem korelují: kritické životní zkušenosti („*Ve svém životě jsem prožil/a mnoho bolestivých událostí.*“), otevřenost („*Rád/a čtu knihy, které mě nutí přemýšlet o věcech jinak.*“), vzpomínání a reflexe („*Vzpomínání na dřívější časy mi pomáhá získat vhled do důležitých životních záležitostí.*“), emoční regulace („*Dokážu velmi dobře rozpoznat vlastní emoce.*“) a humor („*V současné životní situaci je pro mě obtížné zasmát se vlastním chybám.*“). Respondenti volí na 6-bodové Likertově škále, nakolik souhlasí s uvedenými výroky (1 = rozhodně souhlasím; 6 = rozhodně nesouhlasím) (Webster, 2003, 2007).

První verze dotazníku obsahovala 30 položek, 6 pro každou z navržených škál, 6 výroků bylo reverzně skórovaných. Celkové skóre moudrosti je prostým součtem skóru jednotlivých položek. Aby byl člověk označen za moudrého, musí jeho skóre přesahovat hodnotu 152 bodů (jednu směrodatnou odchylku nad průměrem) pro tuto verzi (Webster, 2003). Později Webster (2007) doplnil dvě další položky pro každou škálu, současná verze má tedy celkem 40 položek. Obě verze byly ověřovány faktorovou analýzou, která potvrdila pět komponent moudrosti. Škála má dobrou interní, test-retest reliabilitu, konstruktovou a divergentní validitu (Webster, 2003). Škála byla vytvořena a testována v Kanadě.

Třídídimenzionální škála moudrosti (Three Dimensional Wisdom Scale, 3D-WS; Ardelt, 2003)

Monika Ardelt (2003) se nechala inspirovat dimenzemi identifikovanými ve výzkumu Clayton a Birrena (1980). Z jiných existujících škál, které nebyly původně určeny k měření moudrosti, vytvořila databázi 158 položek. Tým hodnotitelů pak pro každou z nich rozhodl, zda patří do kognitivní, reflektivní nebo afektivní dimenze. Shody bylo dosaženo u 114 položek, které byly doplněny o 18 nových a následně administrovány výzkumnému souboru 180 lidí ve věku 52-87 let. Respondenti hodnotili položky na 5-bodové škále (1 = rozhodně souhlasím, 5 – rozhodně nesouhlasím nebo 1 = rozhodně o mně platí, 5 = rozhodně o mně neplatí). Položkovou analýzou dospěla Ardelt (2003) k výsledným 14 položkám pro

kognitivní, 12 pro reflektivní a 13 pro afektivní dimenzi, všechny ostatní položky byly eliminovány.

Celá škála zahrnuje 39 položek, z toho všechny měřící kognitivní dimenzi jsou formulovány negativně, protože pozitivní formulace byly ovlivněny sociální žádoucností. Subškály nejsou jednodimenzionální, ale zahrnují více rozmanitých položek, které spadají do jedné ze tří dimenzí. Výsledné skóre moudrosti je průměrem průměrů jednotlivých subškál. Ardel (2003) uvádí dobrou konstruktovou, prediktivní a diskriminační validitu, vysokou interní a test-retest reliabilitu a uspokojivou obsahovou a konvergentní validitu. Autorka škálu vytvořila v USA.

Nicméně se ukazuje, že interní konzistence subškál je v některých výzkumných souborech na hraně přijatelnosti (Benedikovičová & Ardel, 2008; Taylor, Bates, & Webster, 2011; Glück a kol., 2013), a reverzně formulované položky zvyšují nároky na fluidní inteligenci, což potenciálně vysvětluje negativní korelaci s věkem (Glück a kol., 2013). Zatímco konfirmační faktorová analýza potvrdila přijatelnost třífaktorového řešení (Glück a kol., 2013), ukázala exploratorní faktorová analýza, že položky nesytí teoreticky určené dimenze (Taylor a kol., 2011). Dotazník je původně vytvářen na míru pro starší populaci, a nemusí být vhodný pro měření moudrosti u mladších respondentů (Taylor a kol., 2011).

Pro účely tohoto výzkumu byl přes dílčí nedostatky zvolen právě dotazník M. Ardel, a to především kvůli jeho rozšířenosti ve výzkumech i v jiné než americké kultuře a velkému množství empirických poznatků, které je díky robustnosti využití dostupné.

Další sebezposuzovací dotazníky

Dotazník moudrého myšlení a jednání (Wise Thinking and Acting Questionnaire, WITHAQ) (Moraitou & Efklides, 2012) obsahuje 13 položek, které měří tři faktory: praktickou moudrost, dialektické myšlení a uznávání nejistoty v životě. Respondenti odpovídají na 4-bodové škále (1 = vůbec ne, 4 = ve velké míře).

Škála vývoje moudrosti (Wisdom Development Scale) (Greene & Brown, 2009) zahrnuje 79 položek příslušících do osmi subškál: znalost sebe sama, porozumění druhým, úsudek, životní znalosti, životní dovednosti, ochota učit se. Respondenti odpovídají na 7-bodové škále (1 = rozhodně nesouhlasím, 7 = rozhodně souhlasím).

Inventář sebetranscendence pro dospělé (Adult Self-Transcendence Inventory, ASTI) (Levenson, Jennings, Aldwin, & Shiraishi, 2005) má 18 položek ve dvou škálách: sebetranscendence a odcizení. Respondenti odpovídají na 4-bodové škále (1 = rozhodně nesouhlasím, 4 = rozhodně souhlasím) v porovnání s obdobím před pěti lety. Tento dotazník se snaží zachytit vývoj sebetranscendence a odlišit ji od odcizení.

Stručná screeningová škála moudrosti (The Brief Wisdom Screening Scale, BWSS) (Glück a kol., 2013) je škála složená z 20 položek, které nejlépe korelovaly s obecným faktorem moudrosti, z dotazníků: Sebeuposuzovací škála moudrosti, Třídímní škála moudrosti a Inventář sebetranscendence pro dospělé. Respondenti odpovídají na 5-bodové škále (1 = rozhodně nesouhlasím, 5 = rozhodně souhlasím). Škála je vhodná jako screeningový nástroj do výzkumů, kde je moudrost vedlejší proměnnou (Glück a kol., 2013).

San Diegská škála moudrosti (San Diego Wisdom Scale, SD-WISE) (Thomas a kol., 2017) obsahuje 24 položek, které měly nejlepší psychometrické vlastnosti z původních 55 položek. Dotazník má sedm subškál: emoční regulaci, prosociální chování, vhléd, toleranci odlišných hodnot, rozhodnost, obecné znalosti o životě a rozhodování v sociálních situacích. Ve faktorové analýze se nicméně povedlo potvrdit jen pět ze sedmi subškál, dotazník tedy potřebuje ještě další vývoj a testování (Thomas a kol., 2017).

Obecnou nevýhodou sebeuposuzovacích škál je jejich ovlivnitelnost sociální žádoucností (Staudinger, 2008), která se nevyhýbá ani dvěma nejpoužívanějším škálám 3D-WS a SAWS (Webster, Taylor, & Bates, 2011). Ve vztahu k moudrosti je pak využití sebehodnotících dotazníků na zvaženu, protože jedněmi z klíčových charakteristik moudrosti jsou vědomí nejistoty a vlastních limitů a určitá pokora či skromnost. Moudrý člověk by tak měl teoreticky skórovat níže než člověk nemoudrý při posuzování vlastní úrovně moudrosti (Taylor a kol., 2011). Otázkou je také, jak silný mají takto konstruované škály moudrosti vztah k realitě (ekologická validita) (Bangen a kol., 2013).

1.4.3 Kombinovaná metoda týmu kolem I. Grossmanna

Vlastní metodu zjišťování úrovně moudrého rozhodování vyvinuli Brienza a kol. (2017). Metoda kombinuje výhody vztahování se ke konkrétní situaci a sebehodnocení. Nejprve je

respondent požádán, aby si vybavil nedávnou situaci, ve které zažil interpersonální konflikt, co si při něm myslel a co prožíval. Detailní vybavení situace je podpořeno upřesňujícími otázkami (kdy, kde, jak, co). Teprve poté vyplňuje respondent sebehodnotící škálu (Situating Wise Reasoning Scale, SWIS), kde na 5-bodové stupnici (1 = vůbec ne, 5 = úplně) posuzuje, nakolik při vybaveném konfliktu použil strategie spojené s moudrým uvažováním. Položek je celkem 21 a mají následující znění: „*V průběhu vývoje situace jsem udělal/a následující...*“ a pokračují jedním z kritérií moudrého rozhodování. Kritéria jsou následující: intelektuální pokora/vědomí limitů vlastních znalostí; uvažování možnosti změny; zvažování více alternativ, jak se konflikt může vyvíjet; uznání perspektivy druhých; hledání kompromisu; uznání důležitosti vyřešení konfliktu; využití pohledu vnějšího pozorovatele (Grossmann, Gerlach, & Denissen, 2016; Brienza & Grossmann, 2017; Brienza a kol., 2017).

Kromě této metody používají v některých svých výzkumech také standardizované krátké popisy situací, které se zabývaly interpersonálními nebo meziskupinovými konflikty (Brienza & Grossmann, 2017). Pro interpersonální konflikty použili tři dopisy z poradenské sekce časopisu, které zahrnovaly sociální dilemata (mezi partnery, přáteli). Pro meziskupinové konflikty použili tři novinové články popisující napětí mezi různými skupinami v cizí zemi. Výzkumníci pak požádali účastníky, aby hovořili o budoucím vývoji konfliktu za pomoci tří otázek (Co si myslíte, že se stane potom? Ještě něco? Proč si myslíte, že se stane toto?). Ve výpovědích účastníků byla hodnocena míra uplatnění strategií moudrého uvažování, nicméně tento postup byl zdlouhavý a náročný (Grossmann a kol., 2013).

Bangen a kol. (2013) hodnotili psychometrické vlastnosti devíti v současnosti využívaných nástrojů měření moudrosti. Tři byly založené na rozhovorech, pět sebezposuzujících škál a jedna hybridní metoda. Kromě dvou metod, Dotazníku moudrého myšlení a jednání (Moraitou & Efklides, 2012; Řecko) a paradigmatu berlínské školy (Německo), byly všechny metody vyvinuty v USA. Nástroje, které byly na základě analýzy označeny za kvalitní, jsou: paradigma berlínské školy (např. Baltes & Staudinger, 2000), Třídídimenzionální škála moudrosti (Ardelt, 2003), Sebezposuzovací škála moudrosti

(Webster, 2003, 2007), Škála vývoje moudrosti (Greene & Brown, 2009) a kombinovaná metoda (Brienza a kol., 2017).

Při výběru vhodné metody pro konkrétní výzkum je potřeba zvážit, který typ moudrosti (obecná, osobní) chceme měřit, a zda postačuje použití sebeposuzujícího dotazníku nebo je lepší využít metody hodnotící výkon (Bangen a kol., 2013).

1.5 Souvislosti moudrosti s demografickými proměnnými

Moudrost je často implicitně dávána do souvislosti s věkem nebo alespoň velkým množstvím životních zkušeností, empirické výzkumy však prozatím tuto hypotézu nepotvrzují. Většina výzkumů totiž nenachází korelaci mezi moudrostí a věkem (Baltes & Staudinger, 1993; Baltes a kol., 1995; Webster, 2007; Ardel, 2010; Taylor a kol., 2011; Grossmann & Kross, 2014). Další skupina studií poukazuje na to, že moudrost roste v období adolescence, dosahuje vrcholu v období dospělosti a zůstává po mnoho let neměnná (Pasupathi, Staudinger, & Baltes, 2001) a až s pokročilým věkem (cca po 75.-80. roku) začíná klesat (Staudinger, 1999; Baltes & Staudinger, 2000; Webster, Westerhof, & Bohlmeijer, 2014a). Pokles moudrosti v pokročilém věku je vysvětlován různými faktory, např. úbytkem kognitivních schopností (Staudinger, 1999), klesající otevřeností a větší rigiditou (Staudinger, 1999; Webster a kol., 2014a), úbytkem smyslu pro humor (Webster a kol., 2014a) či poklesem dialektického způsobu uvažování (Moraitou & Efklides, 2012). Naopak některé faktory přispívají k tomu, že si lidé mohou moudrost udržet až do stáří, např. množství kritických životních zkušeností (Webster a kol., 2014a) či osobnostní růst (Staudinger, 1999). Výjimečně nacházejí studie negativní (Brienza a kol., 2017) nebo pozitivní korelaci (Takahashi & Overton, 2002; Maroof, Khan, Anwar, & Anwar, 2015) moudrosti s věkem. Různost výsledků je způsobena použitím rozdílných metod měření moudrosti či socio-kulturními specifiky výzkumného souboru. Např. některé studie využívající Třídídimenzionální škálu moudrosti (Ardelt, 2003) nacházejí negativní korelaci moudrosti, zvláště pak kognitivní dimenze, s věkem (Ardelt, 2003; Glück a kol., 2013). Z dosavadních poznatků vyplývá, že stárnutí v průběhu života není dostatečným předpokladem pro získání moudrosti.

Rozdíly v celkové moudrosti mezi muži a ženami výzkumníci nenalezli (Aldwin, 2009; Ardel, 2009; Glück a kol., 2013; Webster a kol., 2014a), existují ale drobné rozdíly v jejich

jednotlivých aspektech. Ženy skórují v afektivní dimenzi výše než muži, kteří mají zase vyšší skóry v kognitivní dimenzi oproti ženám (Ardelt, 1997, 2009). Pro ženskou moudrost je také typičtější charakteristikou vděčnost (König & Glück, 2014), je proto možné, že existují rozdílné cesty vývoje moudrosti pro ženy a muže (Aldwin, 2009). Vědci z berlínské školy zjistili, že dívky skórují výše než chlapci, ale platí to jen pro období adolescence, v pozdějším věku už jsou výkony mužů a žen vyrovnané (Pasupathi a kol., 2001). Zajímavá je studie, která pro výzkumný soubor z Pákistánu nenašla žádné rozdíly mezi muži a ženami v kognitivní dimenzi, ale ve všech ostatních i v celkové moudrosti skórovali muži výše (Maroof a kol., 2015). Autoři tento výsledek vysvětlují rozdílným způsobem socializace chlapců a dívek. Je patrné, že vliv kultury se nepromítá pouze do implicitních teorií, ale má vliv také na výsledky získané explicitními metodami.

Vyšší vzdělání může přispívat k rozvoji moudrosti (Ardelt, 2003; Glück a kol., 2013; Webster a kol., 2014a) a jejímu udržení ve starším věku (Ardelt, 2010). Významnější vliv než samotná úroveň vzdělání má však následná profesionální orientace. Obory, které zahrnují práci s lidmi v náročných životních situacích, mohou rozvoj moudrosti výrazně facilitovat. Příklady povolání, jejichž vykonávání má pozitivní vliv, jsou klinická psychologie (Staudinger a kol., 1998; Baltes & Staudinger, 2000), sociální služby (Staudinger a kol., 1992) nebo zkušenosti s vedením lidí (Yang, 2014). Pokud s sebou profesní orientace přináší i vysoký sociální status, může být naopak tendence moudře uvažovat v interpersonálních situacích nižší kvůli menší schopnosti vnímat limity vlastních znalostí, uvědomovat si proměnlivost světa a zvažovat perspektivy druhých (Brienza & Grossmann, 2017).

1.6 Moudrost a další proměnné

Kromě základních demografických proměnných jsou zkoumány souvislosti moudrosti s řadou dalších aspektů lidského života. V centru zájmu stojí osobnostní charakteristiky, intelekt, emoce a životní spokojenost, vztahové a spirituální aspekty.

Nejčastějším zjištěním v souvislosti s osobnostními rysy je, že lidé s vysokými skóry moudrosti bývají zároveň více otevření novým zkušenostem (Staudinger, 1999; Levenson a kol., 2005; Le, 2011; Webster a kol., 2014a; Krafcik, 2015). Vztahy s ostatními dimenzemi osobnosti jsou méně významné a nálezy souvislostí bývají spíše ojedinělé. Pozitivní

souvislosti bývají někdy uváděny s extravertí a naopak negativní s neuroticismem (Webster a kol., 2014a). S pojetím moudrosti jako sebepřesahu (self-transcendence) autorů Levensona a kol. (2005) se pojí celá řada osobnostních rysů; pozitivní korelace uvádějí pro extravertu, přívětivost a svědomitost. Osobnostní charakteristiky z Big Five však vysvětlují jen dílčí procento rozptylu v moudrosti (11 % v Staudinger a kol., 1998). Moudří lidé mají větší tendenci dosahovat osobnostního rozvoje a růstu (Staudinger, 1999; Staudinger, 2008; Ardel, 2010), zralosti (Ardelt, 2000a), rozvoje ega (Staudinger, 2008) a jeho integrity (Webster, 2010), jsou skromnější (Krause, 2016), snáze odpouštějí (Taylor a kol., 2011; Grossmann a kol., 2016) a jejich hodnotová orientace je méně konzervativní (Le, 2008, 2011), více se zaměřují na pozitivní psychosociální cíle (smysl, koherence) a vlastní rozvoj, méně na hédonistické požitky (Webster, 2010).

V implicitních teoriích je konceptu moudrosti blízká inteligence (Sternberg, 1985), ta však vysvětluje téměř zanedbatelnou část skóre moudrosti (3 % v Staudinger a kol., 1998). Někteří autoři (např. Jeste a kol., 2010; Sternberg, 2016) uvádějí, že inteligence je nezbytnou, nikoli však postačující podmínkou pro rozvoj moudrosti, mimo jiné z toho důvodu, že pro moudré rozhodování je třeba zapojit více oblastí mozku než při řešení problémů apod. (Jeste a kol., 2010). Moudrost oproti inteligenci znamená zcela jiný přístup ke znalostem a jejich praktické aplikaci. Ardel (2000b) rozdíl podrobně analyzuje a uvádí odlišnosti v cílech, přístupu ke znalostem, jejich rozsahu, způsobu získávání, efektech pro nositele inteligence/moudrosti a vztahu ke stárnutí. Moudrý styl práce s informacemi podle ní znamená větší komplexnost, zaměření na kvalitativní aspekty a univerzální otázky, vědomí limitů vlastního poznání a sebereflexi. Z pohledu inteligence nebyly nalezeny rozdíly mezi kontrolní skupinou a moudrými osobami ve fluidní složce, ale v krystalické měli moudří lidé lepší výsledky (Weststrate & Glück, 2017). Moudřejší lidé více uplatňují kritický styl myšlení a jsou ve svém myšlení kreativnější (Staudinger, 1999; Baltes & Staudinger, 2000; Avey, Luthans, Hannah, Sweetman, & Peterson, 2012).

Nejčastěji bývá moudrost dáována do souvislosti s emocemi, konkrétně s životní spokojeností, well-beingem a štěstím. Mnoho studií prokazuje pozitivní souvislosti mezi těmito proměnnými (Ardelt, 1997, 2000a; Takahashi & Overton, 2002; Le, 2011; Taylor a kol., 2011; Bergsma & Ardel, 2012; Arzeen, Anis-ul-Haque, & Arzeen, 2013; Grossmann

a kol., 2013; Zacher, McKenna, & Rooney, 2013; Webster a kol., 2014a; Krafcik, 2015; Ardel & Jeste, 2016; Krause, 2016; Thomas a kol., 2017), které jsou částečně zprostředkovány například emoční inteligencí (Zacher a kol., 2013) či copingovým stylem (Ardelt, 2005; Etezadi & Pushkar, 2013) a mohou být posíleny dalšími osobnostními vlastnostmi, jako je např. skromnost (Krause, 2016). Různé dimenze moudrosti mohou se štěstím a spokojeností souviset různým způsobem, Zacher a kol. (2013) poukazují na to, že kognitivní moudrost souvisela se štěstím negativně, zatímco reflektivní složka korelovala pozitivně, a afektivní komponenta se štěstím překvapivě nesouvisela vůbec. Webster a kol. (2014a) uvádí, že moudřejší lidé jsou zaměřeni spíše na eudaimonické, než na hédonistické štěstí.

Moudrost s sebou přináší také větší pocit zvládnání (mastery) (Ardelt, 2000a, 2003; Thomas a kol., 2017), vyšší emoční inteligenci (Zacher a kol., 2013) a lepší emoční regulaci (Grossmann a kol., 2016), vděčnost za rozmanité aspekty života (König & Glück, 2014), generativitu, mindfulness (Krafcik, 2015), nezdolnost, lepší mentální (Thomas a kol., 2017) i fyzické zdraví (Ardelt, 2000a, b) a dlouhověkost (Grossmann a kol., 2013). Moudřejší lidé bývají méně úzkostní, depresivní (Ardelt, 2003; Grossmann a kol., 2013; Thomas a kol., 2017) a zažívají méně negativních emocí (Arzeen a kol., 2013; Etezadi & Pushkar, 2013; Grossmann a kol., 2013). Moudřejší mladí lidé méně kouří a pijí alkohol, jsou méně agresivní a více se spoléhají sami na sebe než na názory vrstevníků (Perry a kol., 2002).

V oblasti mezilidských vztahů požívají moudří lidé také určité benefity, mívají zdravější attachmentový styl (Webster, 2007, 2010), při konfliktech se více soustředí na spolupráci a balancování zájmů obou stran (Brienza a kol., 2017), k tomu jim napomáhá vyšší atribuční komplexita, která eliminuje některá zkreslení (Webster, 2010). Moudří lidé jsou sociálně aktivnější (Webster, 2010) a mají celkově lepší vztahy s druhými (Ardelt, 2000a ; Webster, 2010; Grossmann a kol., 2013).

Ačkoli dosavadní poznatky ukazují na pozitivní souvislosti mezi moudrostí a spiritualitou (Krafcik, 2015), smyslem života (Ardelt, 2003; Webster, Weststrate, Ferrari, Munroe, & Pierce, 2018), sebepřesahem (Le, 2011) a menšími obavami ze smrti (Ardelt, 2003b), jsou tyto oblasti vědci relativně opomíjené. Krause a Hayward (2015) ve svém výzkumu našli

sekvenci začínající návštěvami kostela, které souvisí s vyšší praktickou inteligencí a bází z boha a skrze větší pocit sounáležitosti ústí ve vyšší životní spokojenost.

Protože moudrost není neměnná osobnostní charakteristika, jsou studovány různé situační aspekty, které ji můžou ovlivnit, a to především v pozitivním směru. Zjistilo se díky tomu například, že lidé uvažují moudřeji, pokud vnímají interpersonální konflikt jako závažný (Thomas & Kunzmann, 2014; Brienza a kol., 2017), a také, pokud mají spor s někým opačného pohlaví (Brienza a kol., 2017). Různé způsoby vytváření odstupů od řešeného problému napomáhají redukovat egocentrismus a podporují moudré uvažování (Kross & Grossmann, 2012; Grossmann & Kross, 2014). Ve studiích využívající berlínské paradigma vyvolávalo zhlédnutí video nahrávek moudřejší odpovědi oproti krátkým příběhům ve formě textu (Thomas & Kunzmann, 2014). Dopad na moudrost měla také relevance příslušného dilematu věku respondentů. Dospělí a starší respondenti profitovali z řešení jim blízkých témat (Staudinger a kol., 1992; Thomas & Kunzmann, 2014), tento efekt však neplatil pro adolescenty (Pasupathi a kol., 2001). Instrukci „pokuste se odpovědět moudře“ otestovali ve své výzkumu Glück a Baltes (2006). Zjistili, že takto explicitně zadaná instrukce má negativní dopad na moudrost, zvláště u osob, které mají menší předpoklady rozhodovat moudře. Na základě toho doporučují, aby bylo ve výzkumech moudrosti respondentům utajeno, co je předmětem studie, protože vysoké nároky spojené s moudrostí mohou negativně ovlivnit jejich výkon.

2 Časová perspektiva

Tato kapitola představuje koncept časové perspektivy v psychologii a dále se zaměřuje na její konceptualizaci a operacionalizaci Zimbardem v podobě dotazníku ZTPI. Stručně popsány jsou jednotlivé dimenze časové perspektivy použité v tomto dotazníku a v jeho rozšířené švédské verzi S-ZTPI. Další podkapitola shrnuje dosavadní empirická zjištění o souvislostech časové perspektivy a jejím významu pro lidské mentální zdraví. Jako nejoptimálnější forma časové perspektivy je stanovena balancovaná časová perspektiva, které je věnována další část textu. Popsány jsou různé přístupy k její operacionalizaci, jejich výhody a nevýhody a souvislosti s dalšími proměnnými. Předposlední část se zabývá škálou transcendentální budoucí časové perspektivy a poslední je zaměřena na vztah časové perspektivy a moudrosti.

2.1 Psychologický čas

Lidský druh existuje ve fyzikálním časoprostoru. Čas je tedy jednou ze základních dimenzí lidské zkušenosti, která je pevně zakořeněná v podstatě našeho bytí. Můžeme rozlišit dvě základní podoby času: čas objektivní, který je měřitelnou fyzikální veličinou a který v moderním západním světě do velké míry reguluje chování lidí a společnosti, a čas subjektivní, jehož vnímání je individuální a jedinci se liší v jeho konstrukci, prožívání a hodnocení (Mareš, 2010).

V psychologii je téma času v souvislosti s lidským chováním rozpracovááno od 40. let 20. století (Pavelková, Purková, & Menšíková, 2010). Výzkumníci od té doby sledovali různé aspekty subjektivního času počínaje vnímanou dobou trvání určitých podnětů, přes vnímání následnosti různých událostí či životní tempo až po vztahování se jednotlivce k různým časovým rámcům (minulosti, přítomnosti, budoucnosti). Subjektivní vnímání času je unikátní pro každého jednotlivce či skupinu osob a vzniká na základě osobních charakteristik, životních zkušeností a ve vztahu k širšímu sociokulturnímu kontextu (Mareš, 2010). Vnímání času se důležitou měrou podílí na autoregulaci jedince, která souvisí s volbou a naplňováním životních cílů či schopností utvářet a zdokonalovat sám sebe v návaznosti na tyto cíle, a má tak významné dopady na motivaci, kognitivní procesy a emoční prožívání jednotlivce (Pavelková a kol., 2010; Pavelková & Havlíčková, 2013).

2.2 Koncept časové perspektivy

Pojem časová perspektiva použil již v roce 1939 Lawrence Frank (in Pavelková & Havlíčková, 2013), na kterého navázal Kurt Lewin a definoval časovou perspektivu jako „*celistvý pohled jednotlivce na jeho psychologickou budoucnost a psychologickou minulost existující v určitém okamžiku*“ (Lewin, 1951 in Zimbardo & Boyd, 1999; Pavelková & Havlíčková, 2013). Upozornil na to, že chování člověka nevychází jen z jeho aktuální situace, ale má vztah k jeho minulosti (např. předchozí zkušenosti, zažitá schémata) i budoucnosti (např. přání, cíle, očekávání) (Pavelková a kol., 2010). Bez této provázanosti časových rámců by byl život jen skládkou různých útržků vědomí, což by vedlo k tomu, že by lidé neměli vytvořenou svou osobní historii ani představy o budoucnosti a nedocházelo by u nich k utváření celistvého pojetí self. Konceptem se pak zabývala řada dalších výzkumníků, např. Gjesme, Nuttin či v českém kontextu Pavelková, kteří ho podrobněji rozpracovali a prozkoumali. Doposud existuje přes dvě stě různých přístupů k časové perspektivě, což má za následek i velký počet různých definic a nejednotnost metod jejího zjišťování (Boniwell & Zimbardo, 2004). V obecné rovině reprezentuje časová perspektiva způsob, jakým jednatel rozděluje čas na minulost, přítomnost a budoucnost a vztahuje se k těmto psychologickým časovým rámcům (Zimbardo & Boyd, 1999; Boniwell & Zimbardo, 2004). Lidé vzpomínají na minulé zkušenosti a zážitky, prožívají přítomnost a těší se na budoucnost či z ní naopak mají obavy (Wiberg, Sircova, Wiberg, & Carelli, 2017). Vztahování událostí k jednotlivým časovým perspektivám pomáhá přisuzovat událostem význam, koherenci a řadit je do určité posloupnosti (životního příběhu) (Zimbardo & Boyd, 1999). Mimo to jsou časové rámce používány směrem do minulosti při kódování, ukládání a vybavování vzpomínek či směrem do budoucnosti při vytváření očekávání, stanovování cílů nebo zvažování různých alternativ (Zimbardo & Boyd, 1999).

Časová perspektiva má významný vliv na mnoho aspektů lidského chování (Zimbardo & Boyd, 1999; Boniwell & Zimbardo, 2004). Souvisí s celou řadou individuálních procesů, ale také se sociálním fungováním (Zimbardo & Boyd, 1999; Stolarski, Wiberg, & Osin, 2015) mezilidskými vztahy (Holman & Zimbardo, 2009) či sociokulturním diskurzem dané společnosti (Boniwell & Zimbardo, 2004). Na individuální rovině ovlivňuje motivaci (Pavelková & Havlíčková, 2013), pozornost, rozhodování i jednání (Zimbardo & Boyd,

1999; Boniwell & Zimbardo, 2004) a je kritickým faktorem při stanovování cílů (Sircova a kol., 2014). Do sociálního fungování se promítají další procesy úzce spojené s časovou perspektivou, jako je například pocit viny, self-efficacy nebo pocit úspěchu (Holman & Zimbardo, 2009). Časová perspektiva slouží jako brýle, skrze které vnímáme a interpretujeme dění v sociálních vztazích i v širším kontextu.

2.2.1 Zimbardovo pojetí časové perspektivy

V současnosti je velmi rozšířeným pojetím Zimbardův koncept časové perspektivy, který zahrnuje kognitivní, emoční a sociální aspekty (Boniwell & Zimbardo, 2004). Zimbardo považuje časovou perspektivu za relativně stálou osobnostní charakteristiku a za potenciálně další faktor osobnosti navíc k současné pětifaktorové teorii osobnosti (Zimbardo & Boyd, 1999). Časová perspektiva v určitém okamžiku je podle něj do určité míry ovlivněná situačně, nicméně téměř každý jedinec už v průběhu dětství a socializace postupně získává určitou předpojatost. (Zimbardo & Boyd, 1999; Wiberg a kol., 2017). Dispoziční složkou osobnosti se pak konkrétní časová perspektiva stává, pokud u jedince převládne a stane se přednostně využívaným časovým rámcem (Boniwell & Zimbardo, 2004). Faktory, které ovlivňují výběr preferovaného rámce, jsou podle Zimbarda především naučené, a to převzetím kulturních, náboženských, sociálních či rodinných vzorců. Někteří autoři však poukazují také na možný vliv temperamentu, tedy biologických a hereditárních faktorů, na rozvoj tendence k preferenci minulého, současného či budoucího časového rámce (Matthews & Stolarski, 2015; Stolarski & Cyniak-Cieciura, 2016).

Jednou získaná preference pro určitou časovou perspektivu se může změnit následkem významných situačních vlivů, jako je např. trauma, výrazná změna společenského postavení nebo změněné stavy vědomí (Zimbardo & Boyd, 1999). Podstatné je, že není důležitá událost sama o sobě, ale její interpretace konkrétním jednotlivcem a její širší kontext (Wiberg a kol., 2017), neboť jedním člověkem může být určitá událost vnímána pozitivně jako příležitost, zatímco druhým zcela naopak jako životní neúspěch. Časová perspektiva v pojetí Zimbarda je tedy částečně ovlivnitelný proces, který utváří a zároveň je utvářen společnostmi, ve kterých žijeme (Holman & Zimbardo, 2009).

Přestože má subjektivní vnímání času značné důsledky pro lidské chování, zůstává z větší části nevědomým procesem (Zimbardo & Boyd, 1999; Metcalf & Zimbardo, 2016). Člověk

si běžně neuvědomuje, jaký časový rámec zrovna využívá, a zda u něj nevznikla preference přednostně používat jen některé z nich. Ukazuje se, že i na úrovni kultur existují rozdíly v časové perspektivě, které ovlivňují nejen jednotlivce, či skupiny lidí, ale celé národy. Například v „západních“ zemích je důraz kladen především na relativně blízkou budoucnost – budoucí úspěchy, kariéru apod., zatímco „východní“ země vnímají čas kontinuálněji a dlouhodoběji a mají větší respekt k tradici a sociálním závazkům (Sircova a kol., 2014).

2.3 ZTPI jako nástroj měření časové perspektivy

Zimbardo a Boyd (1999) kromě teorie časové perspektivy vypracovali také vlastní nástroj pro zjišťování individuální časové perspektivy tzv. Zimbardovu škálu časové perspektivy (ZTPI = Zimbardo Time Perspective Inventory). Tato škála je v současnosti jedním z nejrozšířenějších a nejpoužívanějších nástrojů. Svůj prapůvod má ve Stanfordské škále časové perspektivy téhož autora, která měla pět dimenzí podobných aktuálnímu pojetí (minulá lítost, hédonistická a fatalistická přítomnost, budoucí úspěch a faktor časového tlaku), ale jejíž struktura se ukázala nestabilní (Boniwell & Zimbardo, 2004), a proto nebyla nevhodná pro výzkumné ani praktické využití. Východiskem pro tvorbu nové škály byly teoretické poznatky, rozhovory, focusové skupiny, zpětná vazba od účastníků výzkumu, faktorové analýzy a analýzy validity (Zimbardo & Boyd, 1999). V průběhu let svého vývoje byla škála mnohokrát upravována, prověřována empiricky a cizelována do finální podoby, kterou autoři Zimbardo a Boyd uveřejnili v roce 1999.

Položky této škály reprezentují výroky, které vycházejí z motivačních, emočních, kognitivních a sociálních procesů a jsou vztaženy k individuálním hodnotám, přesvědčením a preferencím určitých časových rámců (Zimbardo & Boyd, 1999). Výsledný dotazník obsahuje 56 položek, je jednoduchý na administraci i skórování, protože respondenti odpovídají na 5-stupňové Likertově škále od 1- rozhodně nesouhlasím, po 5 – rozhodně souhlasím. Autoři navíc podrobně popsali reliabilitu i validitu vytvořeného dotazníku (z větší části na americké populaci) (Zimbardo & Boyd, 1999). V současnosti existuje mnoho jazykových verzí po celém světě, např. v Alžírsku, Brazílii, Filipínách, Izraeli, Japonsku, JAR, Mexiku, Rusku a v mnoha evropských zemích včetně České republiky (viz Sircova a kol., 2014).

Ve faktorové analýze vykryštovalo celkem pět faktorů - časových perspektiv (Zimbardo & Boyd, 1999), které jsou relativně stabilní napříč různými výzkumnými vzorky a s drobnými odchylkami přenositelné i napříč kulturami (Sircova a kol., 2014). Těmito pěti subškálami jsou: negativní minulost, pozitivní minulost, fatalistická přítomnost, hédonistická přítomnost a budoucnost.

2.3.1 Orientace na minulost

Typické pro lidi orientované na minulost je, že výrazně čerpají z předcházejících zkušeností při řešení aktuálních situací nebo plánování do budoucna. Bývají konzervativní, nejsou otevření změnám a za důležité považují tradice a rodinu (Zimbardo, 2008).

Negativní minulost

Reflektuje časovou perspektivu, která je soustředěná na minulé zkušenosti negativního charakteru, tedy na ty, které zahrnují traumata, bolestné prožitky a vyvolávají stud, lítost či další negativní emoce (Zimbardo & Boyd, 1999; Sircova a kol., 2014). Jde o veskrze pesimistický pohled na vše, co se odehrálo v minulosti. Zimbardo s Boydem (1999) o lidech, kteří mají tendenci preferovat tuto perspektivu, uvádí, že mají málo uspokojivých sociálních vztahů (včetně přátelských a sexuálních), nejsou motivováni zabývat se budoucností a celkově hodnotí jen málo aspektů svého aktuálního života pozitivně.

Pozitivní minulost

Reprezentuje vřelý, radostný, sentimentální a nostalgický pohled na vlastní minulost. Rekonstrukce minulých zážitků a zkušeností je spojena s pozitivními emocemi. Pozitivní minulost odpovídá v porovnání s negativní minulostí zdravějšímu náhledu na život. Lidé s touto orientací jsou zaměřeni na tradice, kontinuitu v čase a udržování dobrých vztahů s rodinou i přáteli (Boniwell & Zimbardo, 2004).

2.3.2 Orientace na přítomnost

Člověk výhradně orientovaný na přítomnost se soustředí na konkrétní aspekty aktuální situace, jen velmi okrajově se zabývá minulostí či budoucností. Jeho uvažování se odehrává teď a tady a je reakcí na přítomné podněty a požitky, neplánuje ani neusiluje o dosažení budoucích cílů. Snadno se nechá rozptýlit novými podněty nebo podlehe pokušení (Zimbardo, 2008).

Fatalistická přítomnost

Odráží přesvědčení, že vnější síly určují osud člověka, který nemá kontrolu nad svým životem. Typický je fatalistický postoj, pocit rezignace, bezmoci a beznaděje (Zimbardo & Boyd, 1999; Boniwell & Zimbardo, 2004; Sircova a kol., 2014) a to jak v aktuální situaci, tak i směrem do budoucna. Takovým lidem nedává smysl stanovovat si budoucí cíle a snažit se cokoli ve svém životě změnit, neboť veškeré úsilí je předem považováno za marné. Boniwell a Zimbardo (2004) uvádí, že tato časová perspektiva je poměrně relevantní pro určité skupiny lidí, například pro uprchlíky, chudé nebo obyvatele ghet, kteří mají malou šanci změnit svou situaci.

Hédonistická přítomnost

Hédonistická přítomnost je časová perspektiva typická užíváním si přítomného okamžiku a aktuálního potěšení bez ohledu na případné budoucí následky. Lidé s preferencí této perspektivy se pouštějí do rizikových aktivit, vyhledávají potěšení, vzrušení a adrenalin, jsou otevření novým přátelstvím či sexuálním dobrodružstvím. Obvykle nejsou ochotni oddálit uspokojení při vidině budoucích zisků, jejich jednání je ovlivněno aktuálními potřebami, emocemi a podněty z prostředí. Nezabývají se plánováním ani potenciálními důsledky svých činů, vystavují se tak riziku závislosti, nehod či zranění, případně selhání v akademické nebo profesionální sféře (Boniwell & Zimbardo, 2004).

2.3.3 Orientace na budoucnost

V budoucí časové perspektivě Zimbardo s Boydem (1999) nerozlišují žádné subtypy. Chování člověka s budoucí časovou perspektivou ovlivňují především stanovené cíle, očekávání a představy o budoucnosti. Při svém rozhodování vždy zvažuje možné budoucí následky a usiluje o systematické dosahování svých cílů (Sircova a kol., 2014). Dokáže obětovat okamžitou odměnu a přizpůsobit své chování dlouhodobým plánům, překonávat překážky a vytrvat. Proto bývají lidé orientovaní na budoucnost úspěšnější ve studiu i v kariéře. To vše však může být na úkor přítomnosti, kterou si nedokáží naplno užít, mohou podléhat pocitu nedostatku času a usilovat o jeho efektivní využívání za každou cenu (Zimbardo & Boyd, 1999; Boniwell & Zimbardo, 2004).

2.3.4 Diferenciace na pozitivní a negativní budoucnost

Tým výzkumnic ze Švédska upozornil na to, že Zimbardovo pojetí budoucnosti je pozitivně předpojaté (Carelli, Wiberg, & Wiberg, 2011). To znamená, že je většina položek v této subškále formulována tak, že předjímá spojení budoucnosti s úspěchem, štěstím, nadějí apod., nikoli však se strachem, obavami či pocitem nejistoty, které však mohou představy o budoucnosti doprovázet ve stejné míře jako pozitivní emoce. Rozhodly se proto rozšířit Zimbardovo pojetí a rozdělit škálu budoucí časové perspektivy na konstrukt pozitivní a negativní budoucnosti. Většinu původních položek ponechaly jako součást subškály pozitivní budoucnost a vytvořily osm nových, které spolu se dvěma původními tvoří novou subškálu negativní budoucnost. Rozšířený dotazník S-ZTPI obsahuje celkem 64 položek a obohacuje původní Zimbardovo pojetí o negativní aspekty spojené s vyhlídkami na budoucnost.

2.3.5 Holistická perspektiva

Zimbardo a Boyd v knize *The Time Paradox* (2008) zmiňují ještě další časovou perspektivu, která se pojí s přítomností, tzv. holistickou přítomnost. Při konceptualizaci této perspektivy se nechali inspirovat východními filozofiemi, především buddhismem. Holistická přítomnost v sobě integruje minulou, přítomnou i budoucí časovou perspektivu. Člověk s touto perspektivou je plně přítomný v aktuálním okamžiku, zároveň si je však vědomý své minulosti a budoucích cílů, což přináší zážitek vlastní kontinuity a koherence. Autoři považují tuto meta-časovou perspektivu za vysoce adaptivní a podporující komplexní afektivní prožívání.

2.4 Souvislosti časové perspektivy

Při utváření časové perspektivy v rámci enkulturace a socializace jedince někdy dochází k tomu, že se vlivem vnějších či vnitřních okolností vytvoří a posléze upevní silná preference určitého časového rámce. Ten je pak používán velmi často v reakci na rozmanité situace a činí jedince méně adaptibilním, protože omezuje využívání ostatních časových perspektiv. Takto zafixovaná časová perspektiva vede k nerovnováze a stává se dysfunkční (Boniwell & Zimbardo, 2004). Ukazuje se, že preference různých časových perspektiv souvisí s řadou dalších psychologických konceptů.

Pro negativní minulost byla nalezena souvislost s neuroticismem-úzkostností (Muro a kol., 2015), stresem (Rönnlund a kol., 2018), úzkostí (Åström, Wiberg, Sircova, Wiberg, & Carelli, 2014), depresivitou, subjektivním pocitem neštěstí, nízkou sebeúctou (Zimbardo & Boyd, 1999), agresivitou (Stolarski, Zajenkowski, & Zajenkowska, 2016) perseverací a emoční reaktivitou (Stolarski & Cyniak-Cieciura, 2016), s očekáváním špatné nálady a podceňováním budoucího výskytu dobré nálady (Stolarski, Matthews, Postek, Zimbardo, & Bitner, 2014), spontánním rozhodováním, potížemi s blízkostí, potřebou souhlasu, zaujetím pro vztahy a osobní zodpovědností (Molinari a kol., 2016). Negativně tato časová perspektiva koreluje s emoční stabilitou, svědomitostí a přívětivostí (Zimbardo & Boyd, 1999), vitalitou, nezdolností a nadějí (Davis & Ortiz, 2017), well-beingem (Zhang, Howell, & Stolarski, 2013; Stolarski & Matthews, 2016), štěstím (Drake, Duncan, Sutherland, Abernethy, & Henry, 2008; Simons a kol., 2018), emoční inteligencí (Stolarski, Bitner, & Zimbardo, 2011), mindfulness (Drake a kol., 2008; Muro, Feliu-Soler, Castellà, Deví, & Soler, 2017), aktivitou (Muro a kol., 2015), self-efficacy (Zebardast, Besharat, & Haghigatgoo, 2011a), seberegulací (Zebardast, Besharat, & Haghigatgoo, 2011b) či sebedůvěrou (Molinari a kol., 2016). Lidé s preferencí negativní minulosti zažívají častěji konflikty se členy rodiny a jinými důležitými osobami (Holman & Zimbardo, 2009) a získávají nižší skóre v inteligenčních testech kvůli vyššímu emočnímu stresu (Zajenkowski, Stolarski, Maciantowicz, Malesza, & Witowska, 2016a).

Pozitivní minulost naopak pozitivně koreluje s přívětivostí (Zimbardo & Boyd, 1999), well-beingem (Zhang a kol., 2013; Stolarski & Matthews, 2016), sebeúctou a štěstím (Boniwell & Zimbardo, 2004; Drake a kol., 2008; Simons a kol., 2018), vybavováním si a zároveň očekáváním energie (Stolarski a kol., 2014), častějším vzpomínáním (Ely & Mercurio, 2011), emoční inteligencí (Stolarski a kol., 2011), mindfulness (Drake a kol., 2008; Muro a kol., 2017), seberegulací (Zebardast a kol., 2011b), závislým stylem rozhodování, zaujetím pro vztahy (Molinari a kol., 2016), religiozitou (Łowicki, Witowska, Zajenkowski, & Stolarski, 2018). Negativně souvisí s některými psychickými obtížemi (depresivitou, úzkostí) či agresivitou (Zimbardo & Boyd, 1999). Lidé s pozitivní minulostí mívají větší sociální síť s dlouhotrvajícími vazbami a bližší vztahy s rodinou (Zimbardo & Boyd, 1999).

Fatalistická přítomnost souvisí pozitivně s agresivitou (Stolarski a kol., 2016), úzkostí, depresivitou, traumatickými sny (Zimbardo & Boyd, 1999), náboženským fundamentalismem a prožíváním náboženství (Łowicki a kol., 2018), zatímco negativně se zvažováním budoucích následků, úrovni energie, svědomitostí, otevřeností ke zkušenosti, emoční stabilitou, na problém zaměřeným copingem (Zimbardo & Boyd, 1999), well-beingem (Zhang a kol., 2013), štěstím (Drake a kol., 2008; Simons a kol., 2018), vitalitou, nezdolností a nadějí (Davis & Ortiz, 2017), emoční inteligencí (Stolarski a kol., 2011), mindfulness (Drake a kol., 2008; Muro a kol., 2017), self-efficacy (Zebardast a kol., 2011a), seberegulací (Zebardast a kol., 2011b), osobní zodpovědností a důvěrou v lepší budoucnost (Molinari a kol., 2016), výsledky inteligenčních testů kvůli vysokému stresu (sebepodceňování, strach z neúspěchu) (Zajenkowski a kol., 2016a). Zaměření na fatalistickou přítomnost také zvyšuje riziko škodlivých aktivit (např. nechráněný sex, sdílení injekčních stříkaček apod.) (Zimbardo & Boyd, 1999) či riskování při řízení (Zimbardo, Keough, & Boyd, 1997).

Hédonistická přítomnost souvisí obdobně jako fatalistická přítomnost s riskováním v různých oblastech (gambling, investice, zdraví a bezpečí, sociální a mravní sféře) (Jochemczyk, Pietrzak, Buczkowski, Stolarski, & Markiewicz, 2017), rizikovou jízdou (Zimbardo a kol., 1997) či zneužíváním návykových látek (Keough, Zimbardo, & Boyd, 1999). Kromě toho byly zjištěny souvislosti také s aktivitou (Stolarski & Cyniak-Cieciera, 2016), ADHD (Weissenberger a kol., 2016), well-beingem (Zhang a kol., 2013), štěstím (Drake a kol., 2008; Simons a kol., 2018), emoční inteligencí (Stolarski a kol., 2011), impulzivním vyhledáváním vjemů a sociabilitou (Muro a kol., 2015), spontánním rozhodováním, sebedůvěrou, osobní zodpovědností, důvěrou v lepší budoucnost (Molinari a kol., 2016), agresivitou (Stolarski a kol., 2016), vyhýbavým stylem copingu či s náboženským fundamentalismem a prožíváním náboženství (Łowicki a kol., 2018). Hédonisticky orientovaní jedinci mívají víc známých a opory od přátel (Holman & Zimbardo, 2009). Negativně tato časová perspektiva souvisí s preferencí konzistence, svědomitostí a emoční stabilitou (Zimbardo & Boyd, 1999), well-beingem (Zhang a kol., 2013), mindfulness (Drake a kol., 2008; Muro a kol., 2017), vyhýbavým stylem rozhodování, potřebou souhlasu a potížemi s blízkostí (Molinari a kol., 2016).

Budoucnost je v pojetí Zimbarda koncipována spíše v pozitivní konotaci, ve výzkumu proto pozitivně koreluje s řadou žádoucích konceptů. Nalezena byla souvislost se zvažováním budoucích následků, preferencí konzistence, dobou strávenou přípravou do školy (Zimbardo & Boyd, 1999), well-beingem (Zhang a kol., 2013), péčí o zdraví (screening rakoviny, sexuální chování, zdravá výživa), svědomitostí a energií (Zimbardo & Boyd, 1999; Stolarski & Matthews, 2016), vitalitou, nezdolností a nadějí (Davis & Ortiz, 2017), verbální inteligencí (Zajenkowski a kol., 2016a), vztahy s blízkými osobami (Holman & Zimbardo, 2009), aktivní řešením problémů (Zimbardo & Boyd, 1999), rychlejším a úspěšným návratem do běžného fungování po epizodě bezdomovectví (Epel, Bandura, & Zimbardo, 1999), optimismem, vyšším SES, akademickou úspěšností, organizovaností a strukturovaností, ale taky s mírou stresu (Zimbardo & Boyd, 1999), emoční inteligencí (Stolarski a kol., 2011), neuroticismem-úzkostností (Muro a kol., 2015), self-efficacy (Zebardast a kol., 2011a), seberegulací (Zebardast a kol., 2011b), racionálním stylem rozhodování, osobní zodpovědností (Molinari a kol., 2016) a religiozitou (Łowicki a kol., 2018). Negativně tato perspektiva koreluje s vyhledáváním novinek, rizikovým chováním (Zimbardo & Boyd, 1999) a impulzivním vyhledáváním vjemů (Muro a kol., 2015), zneužíváním návykových látek (Keough a kol., 1999) či s vyhýbavým stylem rozhodování (Molinari a kol., 2016). Negativní budoucí perspektiva souvisí s úzkostí (Åström a kol., 2014).

2.5 Balancovaná časová perspektiva

Balancovaná časová perspektiva (BČP) je „*idealizovaný mentální rámeček, který umožňuje lidem flexibilně volit vhodnou časovou perspektivu s ohledem na aktuální situaci, dostupné zdroje, intrapersonální a interpersonální faktory*“ (Zimbardo & Boyd, 1999, s. 1272). Chování takového člověka není zatíženo žádnou preferencí časové perspektivy, naopak je ovlivněno vyvažováním minulých zkušeností, aktuální situace a budoucích cílů a přání (Zimbardo & Boyd, 1999). Taková definice BČP zdůrazňuje dynamičnost tohoto konceptu, který se proměňuje v čase společně s tím, jak se mění okolnosti jedince. Jedinec tak musí neustále analyzovat aktuální situaci a přizpůsobovat jí volbu časové perspektivy (Zajenkowski, Stolarski, Witowska, Maciantowicz, & Lowicki, 2016b), např. v okamžiku krize je nejprve potřeba plně se soustředit na přítomnost, při vymýšlení řešení je pak nasnadě

vzpomenout si na podobné situace a jejich řešení v minulosti, ale zároveň neztrácet ze zřetele budoucí cíle (Boniwell & Zimbardo, 2004). Adaptibilní způsob fungování v čase by měl přispívat k fyzickému i psychickému zdraví jednotlivce a jeho optimálnímu působení ve společnosti (Zimbardo & Boyd, 1999).

Boniwell a Zimbardo (2004) navrhli konkrétnější specifikaci balancované časové perspektivy, která by měla naplňovat následující kritéria: nízká skóre v dysfunkčních perspektivách, vysoká ve funkčních a průměrné skóre v hédonistické přítomnosti. Později Zimbardo a Boyd (2008) lehce pozměnili ideální profil jedince s vyváženou časovou perspektivou, který by měl skórovat vysoko v pozitivní minulosti, středně vysoko na subškále budoucnosti a hédonistické přítomnosti a nízko v negativní minulosti a fatalistické přítomnosti.

Ve Švédsku se výzkumnice (Wiberg a kol., 2017) rozhodly Zimbardovo teoretické pojetí prověřit v empirickém výzkumu. Kromě souvislostí BČP s různými dalšími proměnnými uskutečnily hloubkové rozhovory se sedmi respondenty, kteří splňovali podmínky vyvážené časové perspektivy. Tito lidé měli pozitivní postoj ke své minulosti, nostalgicky a s vděčností vzpomínali na své dětství a dospívání v primární rodině. Směrem do budoucna měli stanovené jasné a realistické cíle, ale zároveň si dokázali vážit přítomného okamžiku, být v něm spontánní a plně si ho užívat. Kromě těchto výsledků odpovídajících Zimbardově teorii měli navíc respondenti tendenci vztahovat se ke vzdálené budoucnosti a představovat si ji (horizont 30-50 let i to, co bude s planetou po jejich smrti) a měli pocit, že na sebe časové rámce navzájem navazují, jsou propojené (Wiberg a kol., 2017).

Kromě výše popsaného kvalitativně orientovaného výzkumu bylo navrženo několik různých způsobů, jak časovou perspektivu upřesnit a operacionalizovat. Každý z těchto přístupů má své silné a slabé stránky, jak bude přiblíženo v následujících podkapitolách.

2.5.1 Percentilové vymezení

První se o přesnější vymezení balancované časové perspektivy pokusili Drake a kol. (2008). Použili k tomu rozdělení výsledků v jednotlivých časových perspektivách v ZTPI podle percentilových skóre na tři úrovně: nízkou – pod 33. percentil, střední – mezi 33. a 66. percentilem a vysokou – nad 66. percentil. Na základě Zimbardovy teorie o optimálním profilu časové perspektivy pak za skupinu s balancovanou časovou perspektivou označili ty

respondenty, kteří měli na škálách negativní minulosti a fatalistické přítomnosti nízké skóre, a na škálách pozitivní minulosti, hédonistické přítomnosti a budoucnosti střední nebo vysoké skóre (Drake a kol., 2008). Tímto způsobem vyčlenili Drake a kol. (2008) 5 % respondentů ze svého výzkumného vzorku. Zásadní nevýhodou tohoto způsobu je jeho závislost na zvoleném výzkumném souboru, protože percentilové rozdělení stanoví cut-off skóry pro každý soubor na jinou hodnotu skóre (Stolarski a kol., 2015). Respondent, který je v jednom výzkumném souboru považován za balancovaného, tak může v jiném spadat mimo toto vymezení.

2.5.2 Shluková analýza

Boniwell a kolegové (2010 in Zhang a kol., 2013) navrhli shlukovou analýzu jako způsob pro určování respondentů s balancovanou časovou perspektivou. Jejich cílem bylo roztřídit respondenty na skupiny s podobnými vzorci odpovědí v jednotlivých subškálách. Porovnáváním modelů s různými počty shluků dospěli ke stanovení jejich nejvhodnějšího počtu a vybrali ten, který nejlépe odpovídal teoretické konceptualizaci BČP. Ve svém výzkumném vzorku identifikovali čtyři shluky, kde 22 % všech respondentů spadalo do toho, který se nejvíce přibližoval teoretické konceptualizaci BČP (Boniwell a kol., 2010 in Wiberg, Sircova, Wiberg, & Carelli, 2012). Zhang a kol. (2013) se pokoušeli tento přístup replikovat na svém výzkumném vzorku, ale nepodařilo se jim získat takové řešení, kde by některý ze shluků odpovídal typickému profilu BČP. Upozorňují tak na jednu z nevýhod využití shlukové analýzy, jejíž výsledky jsou závislé na výzkumném souboru, zvoleném počtu shluků a dalších faktorech (Stolarski a kol., 2015).

2.5.3 Odchylka od balancované časové perspektivy

Polský tým autorů (Stolarski a kol., 2011 in Stolarski a kol., 2015) se rozhodl pro zcela odlišný přístup ke stanovení balancované časové perspektivy. Vycházeli z teoretických předpokladů Zimbarda a Boyda (2008) o tom, jak by měla skladba optimální, tedy balancované, časové perspektivy vypadat. Stanovili optimální body pro každou z měřených časových perspektiv podle percentilových norem a u každého respondenta poté vypočítali, nakolik se od tohoto bodu odchyluje ať už jedním nebo druhým směrem. Stanovují tedy balancovanou časovou perspektivu nepřímo podle velikosti odchylky od optima. Optimální hodnoty jsou 4,6 pro pozitivní minulost, 1,95 pro negativní minulost, 3,9 pro hédonistickou

přítomnost, 1,5 pro fatalistickou přítomnost a 4 pro budoucnost (Zhang a kol., 2013). Pro výpočet odchylky od balancované časové perspektivy je pak aplikován následující vzorec:

$$OB\check{C}P = \sqrt{(oNM - eNM)^2 + (oPM - ePM)^2 + (oFP - eFP)^2 + (oHP - eHP)^2 + (oB - eB)^2}$$

Vysvětlivky: OBČP = odchylka od balancované časové perspektivy; oNM = optimální skóre negativní minulosti, eNM = empirický skóre negativní minulosti; oPM = optimální skóre pozitivní minulosti, ePM = empirický skóre pozitivní minulosti; oFP = optimální skóre fatalistické přítomnosti, eFP = empirický skóre fatalistické přítomnosti; oHP = optimální skóre hédonistické přítomnosti, eHP = empirický skóre hédonistické přítomnosti; oB = optimální skóre budoucnosti, eB = empirický skóre budoucnosti.

Nejprve se pro každou časovou perspektivu vypočítá rozdíl mezi optimální hodnotou a skórem dosaženým konkrétním respondentem. Tyto odchylky jsou pak umocněny a následně sečteny, aby byl na závěr tento součet odmocněn a získána výsledná hodnota odchylky od balancované časové perspektivy pro každého respondenta. Čím nižší je tato hodnota, tím více se daný respondent blíží vyvážené časové perspektivě. Podle autorů je výhodou, že je takto vypočtená odchylka od BČP lineární proměnnou s normálním rozdělením nezávislou na výzkumném souboru, která umožňuje určit, jak vzdálený je konkrétní respondent od teoreticky definovaného optima, tj. nerozděluje respondenty pouze dichotomně na balancované a nebalancované (Stolarski a kol., 2015). Nevýhodou přístupu je, že je poměr časových orientací nevyvážený, protože minulá a přítomná obsahují dvě subškály, zatímco budoucí jen jednu (Stolarski a kol., 2015). Pro aplikaci tohoto postupu na rozšířenou škálu S-ZTPI upravili vzorec autoři Rönnlund, Åström a Carelli (2017). Do vzorce pod odmocninu doplnili ještě odchylku od optima pro negativní budoucí časovou perspektivu. Optimum pro pozitivní budoucí škálu zůstalo na hodnotě 4 a pro negativní budoucí ČP byla hodnota optima stanovena na 1,8 (10. percentil) (Rönnlund a kol., 2017). V tomto výzkumu budou pro srovnání použity také optimální body vycházející z českých norem.

2.5.4 Švédské pojetí

Švédský tým výzkumnic vycházel také z teoretického vymezení balancované časové perspektivy Boniwell a Zimbardem (2004), které přizpůsobil na rozšířenou verzi dotazníku S-ZTPI. Znamená to, že člověk s BČP by měl skórovat nízko v negativní minulosti, fatalistické přítomnosti a negativní budoucnosti, průměrně na škále hédonistické přítomnosti, středně vysoko v pozitivní budoucnosti a vysoko v pozitivní minulosti. Za nízké

skóre považují 1 a 2, za průměrné hodnoty kolem 3, za středně vysoké pak hodnoty mezi 3 a 4 a za vysoké skóre mezi 4 a 5 na Likertově škále použité v dotazníku (Wiberg a kol., 2012). Na základě empirického výzkumu ve Švédsku vytvořili návrh operacionalizace balancované časové perspektivy pro subškály ZTPI i S-ZTPI (viz tabulka č. 1). Překryv hodnot v popsanych hladinách skóru není překážkou, protože bylo následně autory pro každou časovou perspektivu stanoveno konkrétní optimální rozmezí skóru.

Tabulka 1 - Vyvážené úrovně časové perspektivy podle Wiberg a kol. (2012).

Subškála	Vyvážená úroveň	Limity skóre
Negativní minulost	nízká	1,0 – 2,5
Pozitivní minulost	vysoká	3,5 – 5,0
Hédonistická přítomnost	průměrná	2,7 – 3,3
Fatalistická přítomnost	nízká	1,0 – 2,5
Budoucnost	středně vysoká	3,0 – 4,0
Pozitivní budoucnost	středně vysoká	3,0 – 4,0
Negativní budoucnost	nízká	1,0 – 2,5

Převzato z: Wiberg a kol. (2012, s. 101).

Pro každého respondenta se určí, zda v dané subškále naplňuje kritérium pro vyváženou úroveň, tj. zda jeho empirické skóre spadá mezi limity uvedené v tabulce. Za každou splněnou podmínku získá respondent jeden bod, jejichž výsledný počet poté určuje, nakolik má vyváženou časovou perspektivu. Např. respondent, který skóruje nízko v negativní minulosti, fatalistické i hédonistické přítomnosti a negativní budoucnosti a vysoko v pozitivní minulosti i budoucnosti, bude mít skóre BTP 4 nebo 5 (v závislosti na tom, zda bude jeho skóre v pozitivní budoucnosti v limitu pro středně vysokou úroveň nebo ji přesahuje). Ve švédském vzorku respondentů mělo plně vyváženou časovou perspektivu 7,6 % pro ZTPI a 4,8 % pro S-ZTPI (Wiberg a kol., 2012).

Výhodou tohoto přístupu je jeho nezávislost na výzkumném souboru a operacionalizace BČP jako multidimenzionálního, nikoli binárního konstrukt, který se dá navíc přizpůsobit národnostním rozdílům. Tento model tedy lépe odpovídá komplexitě konstrukt BČP, protože lidé jsou jen zřídka buď balancovaní, nebo nebalancovaní, spíše mají různou úroveň vyváženosti (Wiberg a kol., 2012; Stolarski a kol., 2015).

2.5.5 Websterovo pojetí

Webster (2011) přichází s vlastním teoretickým vymezením balancované časové perspektivy. Podle něj jde „častou a vyváženou tendencí přemýšlet o své minulosti i budoucnosti pozitivním způsobem“ (Webster, 2011, s. 112). Vychází z toho, že empirické výzkumy nacházejí benefity pro jedince, kteří pozitivně rekonstruují svou minulost, a také pro ty, kteří mají pozitivní představy směrem do budoucnosti. Z toho vyvozuje, že lidé, kteří jsou schopní relativně často používat tyto dvě časové perspektivy a přepínat mezi nimi podle aktuální situace, budou pociťovat benefity pro svou psychologickou kondici. Přítomnost je v jeho pojetí pouze bodem, ve kterém mohou lidé minulou a budoucí perspektivu balancovat. Minulost slouží lidem jako zdroj copingu, sociální opory nebo pocitu vlastní identity, který následně promítají do svých budoucích očekávání, rozhodnutí či cílů.

Za účelem zjišťování takto definované BČP vytvořil Webster vlastní dotazník², který obsahuje pouze dvě subškály – pozitivní minulost a pozitivní budoucnost. V empirickém výzkumu pak rozdělil soubor respondentů podle skóre na obou škálách na čtyři skupiny s dělící linií stanovenou mediánem (viz tabulka č. 2).

Tabulka 2 - Rozdělení souboru respondentů podle mediánu na škálách pozitivní budoucnost a pozitivní minulost.

kategorie respondentů		pozitivní minulost	
		pod mediánem	nad mediánem
pozitivní budoucnost	pod mediánem	Časově restriktivní	Nostalgiici
	nad mediánem	Futuristé	Časově expanzivní (balancovaná ČP)

Zdroj: vlastní zpracování podle Webster (2011).

Dále zjišťoval, zda se skupina časově expanzivních respondentů nějak liší od ostatních skupin v prožívaném štěstí, sebehodnotě a subjektivním well-beingu. Jedinci s BČP skórovali výše ve všech těchto proměnných v porovnání s časově restriktivní skupinou. Webster (2011) zadal ve svém výzkumu také dvě korespondující subškály z dotazníku ZTPI – pozitivní minulost a budoucnost – a ověřoval, nakolik spolu jeho dotazník a Zimbardovo pojetí souvisí. Zjistil pouze středně silné korelace mezi svými novými a Zimbardovými

² Balanced Time Perspective Scale (BTPS) – Škálu balancované časové perspektivy.

škálami ($r = 0,32$ pro minulost a $r = 0,43$ pro budoucnost), což vysvětluje tím, že položky v jeho subškálách obsahují silný afektivní náboj, který u původních škál chybí. Jako výhodu oproti Zimbarдовu pojetí BČP uvádí větší konceptuální čistotu a jednoduchost svého pojetí, protože zachází pouze se dvěma perspektivami, nikoli s pěti.

Jeho způsob zjišťování BČP má však také zásadní nedostatky, které už však sám autor příliš nezdůrazňuje:

- Typologie založená na rozdělení podle mediánu je jednak závislá na aktuálním výzkumném souboru, jednak dichotomně dělí respondenty, což vede k redukci získaných informací a „černobílému“ rozlišování.
- Skupina časově expanzivních respondentů skórovala ve všech zjišťovaných proměnných stejně vysoko jako skupina futuristů. Autor tedy nepředkládá přesvědčivé důkazy pro přínosnost BČP pro psychologické prožívání oproti futuristům.
- Toto pojetí nebere v potaz negativní dimenze časové perspektivy, které nejsou opakem pozitivních subškál, a přítomnou časovou perspektivu, jejíž absence může řadit mezi jedince s BČP i takové, kteří se sice pozitivně vztahují ke své minulosti a budoucnosti, ale nedokáží vést uspokojivý život v přítomném okamžiku (Stolarski a kol., 2015).

2.5.6 Balancovaná časová perspektiva v souvislosti s dalšími proměnnými

Balancovaná časová perspektiva je zkoumána především v souvislosti se štěstím, životní spokojeností a dalšími proměnnými, které jsou považovány za žádoucí (mindfulness, inteligence, vděčnost apod.). Výzkumů je zatím relativně malé množství a jejich závěry jsou obtížněji zobecnitelné kvůli rozdílnostem v operacionalizaci BČP mezi jednotlivými autory. Podle studie porovávající různé přístupy existuje totiž jen malá shoda v tom, kteří respondenti jsou identifikováni jako ti s BČP (Wiberg a kol., 2012). Uvedené souvislosti jsou tedy spíše předběžného charakteru a řada z nich vyžaduje další empirické zkoumání.

Nezávisle na operacionalizaci se ukazuje, že BČP souvisí s vyšší životní spokojeností a štěstím (Drake a kol., 2008; Webster, 2011; Zhang a kol., 2013; Stolarski, Vowinckel, Jankowski, & Zajenkowski, 2016; Muro a kol., 2017; Wiberg a kol., 2017), případně well-beingem (Webster, 2011; Wiberg a kol., 2017), zdá se tedy, že vyvážená časová perspektiva

je nalézána u spokojených a šťastných jedinců. Zatím ojediněle byla zjištěna souvislost BČP s nižší depresivitou a lepším psychickým zdravím (Wiberg a kol., 2017), mindfulness (Drake a kol., 2008; Muro a kol., 2017; Wiberg a kol., 2017), se sebehodnotou (Webster, 2011), dobrou náladou (Stolarski a kol., 2014), pozitivními emocemi, uspokojením psychologických potřeb, tendencí k osobnímu rozvoji, vitalitou, vděčností, nízkou mírou negativních emocí (Zhang a kol., 2013), fluidní inteligencí (Zajenkowski a kol., 2016a,b), exekutivní kontrolou (Zajenkowski a kol., 2016b) a schopností odložit uspokojení (Stolarski a kol., 2011). Úroveň BČP je v čase relativně stabilní, ale může být ovlivněna (ať už pozitivně či negativně) různými životními událostmi (Wiberg a kol., 2017).

Vyvážená časová perspektiva také moderuje vztah mezi osobnostními rysy a subjektivním well-beingem. Ve výzkumu Stolarskiho (2016) se ukázalo, že respondenti s balancovanější časovou perspektivou byli nadprůměrně šťastní nezávisle na osobnostních faktorech (introverzi a neuroticismu). Výsledky nasvědčují tomu, že by BČP mohla mírnit některé nežádoucí efekty osobnostních charakteristik (Stolarski, 2016). Vyvážená ČP by také mohla částečně zprostředkovávat vztah mezi mindfulness a životní spokojeností (Stolarski a kol., 2016) či ovlivňovat rozvoj symptomatiky post-traumatické stresové poruchy u lidí, kteří prožili vážné trauma (Stolarski & Cyniak-Cieciura, 2016).

Dosavadní výsledky naznačují, že rozvoj BČP by mohl mít potenciálně pozitivní přínosy pro řadu lidí, nicméně naprostá většina realizovaných studií je průřezová, nikoli longitudinální, a je proto namístě opatrnost při vyvozování závěrů pro praxi.

2.6 Transcendentální budoucnost

Zimbardo a Boyd (1997) vyvinuli kromě pěti základních škál časové perspektivy obsažených v dotazníku ZTPI ještě šestou škálu tzv. transcendentální budoucnost, pro kterou vytvořili také samostatný dotazník. Tato škála reflektuje jejich přesvědčení, že lidé rozdělují svou budoucnost na tu část, která se stane ještě před jejich smrtí, a na část, která bude následovat po smrti (Boyd & Zimbardo, 1997). Mnoho lidí podle nich totiž věří, že jejich budoucnost nekončí okamžikem tělesné smrti, ale pokračují v určité podobě i po smrti (Zimbardo & Boyd, 1999). Transcendentální budoucnost obsahuje speciální časově neukončené cíle, např. shledání s již zesnulými členy rodiny a přáteli, posmrtný život či konec utrpení a chudoby (Boyd & Zimbardo, 1997). Liší se tak výrazně od tradičního pojetí

budoucnosti, které zahrnuje životní cíle a vědomí konečnosti lidského života. Zimbardo a Boyd (1997) považují transcendentální budoucnost za důležitý motivační aspekt, který podobně jako tradiční budoucnost ovlivňuje současné chování a rozhodování. Poukazují na to, že doposud s tímto významným motivačním faktorem pracovalo jen náboženství, nikoli psychologie, a považují za důležité to změnit.

Dotazník, který pro zjišťování této perspektivy Zimbardo s Boydem (1997) vyvinuli, má 10 položek a respondenti volí, nakolik věří obsahu daného výroku, na Likertově škále od 1-rozhodně nesouhlasím, po 5-rozhodně souhlasím, stejně jako u dotazníku ZTPI. Při tvorbě položek se autoři snažili vyloučit ty, které by mohly souviset s konkrétním typem náboženského vyznání, a formulovat položky co nejvíc obecně (např. „Lidé mají duši.“ nebo „Jen mé fyzické tělo jednou zemře.“) (Boyd & Zimbardo, 1997).

Podle výsledků jejich výzkumu skórují ženy v této perspektivě výše než muži, Američané afrického a hispánského původu výše než Američané asijského nebo evropského původu a lidé mladší 20 let a starší 50 let věku výše než ostatní věkové skupiny (Boyd & Zimbardo, 1997). Skóre na škále úzce souvisí s frekvencí návštěv náboženských obřadů nebo jejich vykonáváním doma. Příslušníci některých církví, např. protestanté, katolíci a křesťané, skórovali výše než věřící jiných náboženství, např. budhisté nebo židé. Ukázalo se však, že i lidé bez náboženského přesvědčení mohou skórovat vysoko v transcendentální perspektivě. Škála jen nízce koreluje s dimenzemi Big Five, souvisí tedy více s jinými než osobnostními charakteristikami (Boyd & Zimbardo, 1997). Seema, Sircova a Baltin (2014) upozorňují na to, že podle výsledků jejich analýzy transcendentální škály, kterou adaptovali pro estonskou populaci, se nejedná o škálu časové perspektivy, nýbrž o škálu měřící víru v transcendentální budoucnost (posmrtný život). Podotýkají, že škála neměří, jak často a s jakými postoji člověk přemýšlí o určitém časovém rámci, což by měly být základní atributy škály časové perspektivy. V jejich výzkumu navíc škála nekorelovala s mindfulness, well-beingem, sebeúctou ani depresivitou a jen velmi slabé pozitivní souvislosti byly nalezeny s původními pozitivními škálami ZTPI (Seema a kol., 2014).

2.7 Časová perspektiva a moudrost

Moudrost je považována za jeden z aspektů lidského vzkvétání, podobný náhled je i na balancovanou časovou perspektivu, protože oba tyto koncepty prokazatelně empiricky

souvisí s řadou pozitivních psychických i fyzických aspektů života. Moudrost i balancovaná časová perspektiva do určité míry vypovídají o schopnosti člověka adaptovat se na různá prostředí a situace. Součástí BČP i moudrosti je kognitivní aspekt, který je v balancované časové perspektivě potřebný pro flexibilní vyvažování časových rámců (Zajenkowski a kol., 2016a,b) a u moudrosti se podílí na získávání znalostí, schopnosti reflektovat zkušenosti nebo při rozhodování. U obou těchto konceptů je implicitním předpokladem alespoň základní, tj. průměrná úroveň intelektu.

Časová perspektiva je součástí moudrosti, kde reprezentuje zralé uvažování o minulém, přítomném i budoucím časovém rámci (Munro, 2012). Moudří lidé vnímají minulost jako zdroj cenných zkušeností a poučení, své minulé zážitky opakovaně reflektují, aby z nich mohli čerpat pro přítomnost nebo se připravit na budoucí životní situace (Webster, Bohlmeijer, & Westerhof, 2014b). Na minulost by tedy měli moudří lidé nahlížet pozitivně, a to i v případech, že v ní prožili nějaká traumata. Důležitost minulosti pro moudrost je vyjádřena i tím, že je součástí některých nástrojů měření, např. u Webstera (2003, 2007) je vzpomínání a reflexe jednou z dimenzí. Moudří lidé si umí vychutnat přítomný okamžik, ale umí také překonávat kritické situace díky zkušenostem z minulosti a pozitivním vyhlídkám na lepší budoucnost. Moudří lidé vidí smysl v plánování budoucnosti, přemýšlejí o ní s optimismem a vírou v to, že i když mohou přijít těžké časy, oni je zvládnou. Svědčí pro to např. zahrnutí pocitu zvládnání do MORE modelu (Glück & Bluck, 2014) a pozitivní souvislosti moudrosti s úspěšným copingem (Ardelt, 2005).

Na základě uvedených společných znaků a souvislostí mezi moudrostí a balancovanou časovou perspektivou lze očekávat pozitivní vztah mezi těmito dvěma proměnnými (Webster a kol., 2014b). Jediný výzkum, který byl doposud realizován, svědčí pro to, že vyváženější časová perspektiva souvisí s vyššími skóry moudrosti a well-beingu (Webster a kol., 2014b). Výsledky poukazují také na to, že BČP má silnější vztah s moudrostí než jen samostatné pozitivní časové rámce (konkrétně pozitivní minulost a budoucnost, přítomnost nebyla součástí výzkumu). BČP byla identifikována jako významná vysvětlující proměnná rozptylu v moudrosti nad rámec osobnostních charakteristik a věku (Webster a kol., 2014b). Transcendentální budoucí časovou perspektivu považují Boyd & Zimbardo (1997) za významný faktor ovlivňující motivaci v přítomném okamžiku. Tato škála není začleněna do

BČP a je velmi málo empiricky prozkoumaná. Protože je transcendentálnost součástí některých konceptualizací či nástrojů měřících moudrost a s jinými koreluje, byla tato škála do výzkumu také zařazena. V USA je podle autorů tato perspektiva důležitá, v českém prostředí však může být její vnímání odlišné kvůli relativně nízkému procentu oficiálně věřících a kulturně-historickým faktorům. Škála by nicméně měla zjišťovat spíše spirituální než náboženský rozměr, a proto byla nakonec do dotazníkové baterie začleněna. Vzhledem k aspektu spirituality a transcendentálnosti je teoreticky možné předpovídat souvislost s moudrostí, ovšem tuto hypotézu nelze nikterak podložit empirickými zjištěními.

Empirická část

3 Cíl výzkumu

Moudrost je už od nepaměti považována za jednu z lidských ctností, o kterou je žádoucí v průběhu života usilovat. Souvisí s řadou benefitů pro fyzické i psychické zdraví, může kompenzovat úbytek některých kognitivních funkcí ve stáří. Ukazuje se, že na implicitní i explicitní pojetí moudrosti má vliv kultura, historie a další faktory prostředí.

Časová perspektiva souvisí se způsobem, jakým člověk nahlíží na svou minulost, přítomnost a budoucnost. Pozitivní a negativní emoce spojené s konstrukcí časových rámců fungují jako motivační faktor jednání, mají tedy významný vliv na rozhodování, chování, spokojenost apod. Za optimální časovou perspektivu je považována balancovaná časová perspektiva, která podle výzkumů souvisí s řadou pozitivních přínosů. Jako faktor ovlivňující jednání člověka v přítomnosti se uplatňuje také transcendentální budoucí časová perspektiva, která souvisí s představami o posmrtném životě.

Prvním cílem této práce je pilotáž české verze Třidimenzionální škály moudrosti vyvinuté v prostředí USA v českém výzkumném souboru. Tato škála již byla úspěšně adaptována do různých světových jazyků včetně slovenského, proto se dá předpokládat její využitelnost i v českém prostředí. V této práci budou ověřeny psychometrické vlastnosti českého překladu škály.

Druhým cílem této práce je prozkoumání souvislostí mezi dvěma významnými koncepty ovlivňujícími lidské fungování – moudrostí a časovou perspektivou, se zvláštním důrazem na balancovanou časovou perspektivu. Přestože je moudrost v současnosti velmi studované téma, souvislosti s časovou perspektivou nejsou doposud až na jednu výjimku vůbec prověřeny. V tomto kontextu se tedy jedná o unikátní výzkum nejen v České republice, ale i ve světě. Výzkum tak přispěje k dalšímu rozšíření základny poznatků o fenoménu moudrosti a jejích vztazích s dalšími psychologickými koncepty.

4 Výzkumné otázky a hypotézy

- 1) Je třídídimenzionální škála moudrosti vhodná pro české prostředí, tj. jaké jsou její psychometrické vlastnosti?
- 2) Je dotazník transcendentální budoucí ČP vhodný pro české prostředí, tj. jaké jsou jeho psychometrické vlastnosti?
- 3) Jaké jsou skóry a jejich rozložení v jednotlivých subškálách časové perspektivy (včetně transcendentální)?
- 4) Jakých výsledků dosahují čeští respondenti pro balancovanou časovou perspektivu?
- 5) Jaká je úroveň moudrosti měřená českou verzí škály? Jaký podíl respondentů naplňuje kritéria pro moudrost a nemoudrost?
- 6) Na kterých subškálách dosahují čeští respondenti nejvyšších a naopak nejnižších hodnot? V jakých dimenzích skóruje český výzkumný soubor stejně a v kterých odlišně oproti americkému či slovenskému vzorku?
- 7) Souvisí moudrost s demografickými proměnnými?
- 8) Souvisí moudrost měřená sebezposuzujícím dotazníkem se škálami časové perspektivy?
- 9) Jaká z vybraných metod výpočtu balancované časové perspektivy nejvíce souvisí s moudrostí?
- 10) Je možné predikovat moudrost prostřednictvím časové perspektivy?

Hypotézy jsou formulovány na základě literární rešerše, která je obsažena v teoretické části práce.

H1: Ženy budou v dotazníku TBČP skórovat statisticky významně výše než muži.

H2: Výsledky moudrosti u českého souboru respondentů budou bližší výsledkům slovenského než výsledkům amerického vzorku.

H3: Jen malý podíl respondentů bude splňovat kritérium moudrosti, maximálně 10 % naplní požadavky stanovené měkkým kritériem a maximálně 5 % požadavky stanovené tvrdým kritériem.

H4: Moudrost bude statisticky významně korelovat s úrovní vzdělání a tento vztah bude silnější než s věkem či zdravotním stavem.

H5: Muži a ženy budou skórovat v celkové moudrosti i jednotlivých subškálách stejně vysoko.

H6: Moudrost bude pozitivně korelovat s jednotlivými pozitivními škálami časové perspektivy a negativně s negativními škálami časové perspektivy.

H7: a) Moudrost bude pozitivně korelovat s balancovanou časovou perspektivou. b) Síla této korelace bude větší než pro časové perspektivy obsažené v S-ZTPI.

H8: Moudrost bude pozitivně korelovat s transcendentální budoucí časovou perspektivou.

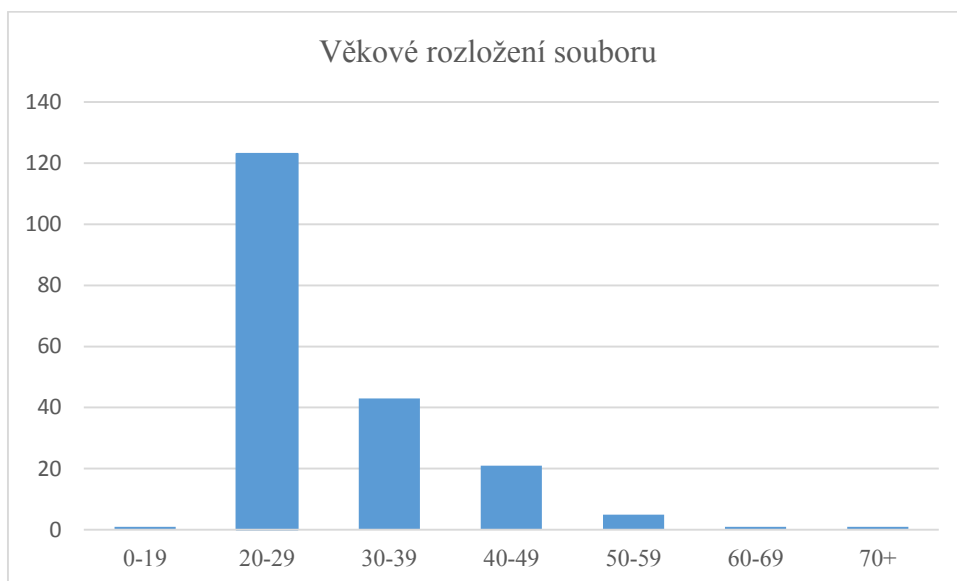
5 Metody

5.1 Administrace výzkumu

Dotazník se skládal ze čtyř částí, první byl zařazen dotazník S-ZTPI měřící časovou perspektivu, následovala Třídímenzionální škála moudrosti a jako poslední byla začleněna Škála transcendentální budoucí časové perspektivy. Baterie byla zakončena otázkami zjišťujícími demografické údaje – pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání, obor studia a aktuální zdravotní stav. Dotazník byl vytvořen online prostřednictvím Google dokumentů, každý respondent ho tedy vyplňoval, kdy a kde uznal za vhodné. Vyplnění dotazníku trvalo přibližně 25 minut. Výzkumný soubor byl vytvořen metodou dostupného výběru (convenience sample) kombinovanou s metodou sněhové koule. Sběr dat probíhal v termínu 28. června – 7. července 2018, kdy byl vzhledem k dostatečnému množství sesbíraných dat uzavřen. Výhodou online formy dotazníku je, že eliminuje výskyt chybějících hodnot, protože dokument automaticky vyžaduje jejich doplnění. Jen jeden respondent nevedl svůj věk a jeden vynechal obor vzdělání.

5.2 Charakteristika výzkumného vzorku

Výzkumný soubor tvořilo 196 respondentů, z toho 65 mužů (33,2 %) a 131 žen (66,8 %) ve věku od 19 do 74 let (průměrný věk byl 30,4, SD = 8,38). Jeden respondent nevedl svůj přesný věk. Věkové rozložení znázorňuje graf č. 1.



Graf 1 - Věkové rozložení výzkumného souboru.

Výzkumný soubor byl vysoce vzdělaný, 2 % absolvovala střední školu bez maturity, 22 % ukončilo studium střední školy maturitou, zbylých 75 % respondentů mělo vysokoškolské vzdělání, z toho 31 % bakalářské, 40 % magisterské a 4 % doktorské nebo vyšší. Obory, ve kterých respondenti svého vzdělání dosáhli, byly velmi rozmanité.³ Jeden respondent obor neuvedl. Aktuální subjektivní zdravotní stav byl průměrně 8,34 na škále od 1 do 10 a naprostá většina respondentů neměla žádná zdravotní omezení (90,3 %). Částečné omezení běžného fungování uvedlo 8,2 % a závažné omezení 1,5 % respondentů.

³ Při kategorizaci na základě ISCED-F, patřilo 11 respondentů do nulté, 16 do první, 10 do druhé, 41 do třetí, 43 do čtvrté, po 12 respondetech do páté a šesté, 24 do sedmé, 3 do osmé a 13 do deváté a 10 do desáté kategorie. Číselným kódům náleží následující kategorie: 0 = všeobecné; 1 = vzdělání a výchova; 2 = umění a humanitní vědy; 3 = společenské vědy a žurnalistika, informační vědy; 4 = obchod, administrativa a právo; 5 = přírodní vědy, matematika a statistika; 6 = informační a komunikační technologie; 7 = technika, výroba, stavebnictví; 8 = zemědělství, lesnictví, rybolov, veterinární lékařství; 9 = zdravotní a sociální péče; 10 = služby. ISCED-F je oficiálním kódovacím systémem pouze pro vysokoškolské vzdělávání, v tomto výzkumu však byl pro zjednodušení použit plošně na všechny respondenty bez ohledu na úroveň dosaženého vzdělání.

5.3 Výzkumné metody

Dotazník předkládaný respondentům se skládal ze čtyř částí. Nejprve respondenti vyplňovali švédskou verzi Zimbardova inventáře časové perspektivy, následovala Třídimenzionální škála moudrosti, Škála transcendentální budoucí časové perspektivy a na závěr uváděli respondenti své demografické údaje.

5.3.1 Dotazník S-ZTPI

Pro diagnostiku časové perspektivy byla použita švédská verze Zimbardova dotazníku časové perspektivy (S-ZTPI). Český překlad původní Zimbardovy škály vytvořili Lukavská, Klicperová-Baker, Lukavský a Zimbardo (2011), překlad ostatních položek byl převzat z bakalářské práce Kocourka (2018).

Celkem má dotazník 64 položek, které mají formu výroků a respondenti na ně volí odpověď na 5-bodové Likertově škále (1 = rozhodně nesouhlasím; 5 = rozhodně souhlasím). Rozšířená verze dotazníku obsahuje celkem 6 škál: negativní minulost (10 položek, např. „*Myslím na příležitosti, o které jsem v životě přišel/a.*“; „*Často myslím na to, co jsem měl/a v životě udělat jinak.*“), pozitivní minulost (9 položek, např. „*Moc rád/a vzpomínám na svou minulost.*“; „*Mám rád/a povídání o tom, jaké to bylo za starých dobrých časů.*“), fatalistickou přítomnost (9 položek, např. „*Má životní cesta je řízena silami, na které nemám vliv.*“; „*Život je samá změna, a tak může člověk sotva plánovat budoucnost.*“), hédonistickou přítomnost (15 položek, např. „*Riskování chrání můj život před nudou.*“; „*Jednám impulzivně – tj. dělávám věci, které mě právě napadnou.*“), negativní budoucnost (10 položek, např. „*Často pochybuji, zda se mi podaří splnit mé životní cíle.*“; „*Cítím tlak, že nestihnu dokončit různé úkoly včas.*“) a pozitivní budoucnost (11 položek, např. „*Když vím, že je třeba udělat nějakou práci, jsem schopen/a odolat pokušením.*“; „*Díky soustavné práci plním úkoly včas.*“). Podrobný popis jednotlivých škál je obsažen v kapitolách 2.3.1-2.3.4. Výsledné skóre se počítá zvlášť pro jednotlivé subškály jako průměr položek příslušících k dané subškále.

Cronbachova alfa jednotlivých subškál pro českou pětiškálovou verzi dotazníku se pohybovala od 0,66 do 0,85, což je na hraně přijatelnosti. Konfirmační faktorová analýza odhalila problematické body související se strukturou dotazníku a některé problematické položky. Nicméně i přes tyto nedostatky považují autoři české verze tento dotazník za

vhodný pro výzkumné použití (Lukavská a kol., 2011). Pro všech šest subškál se hodnoty Cronbachova alfa pohybují v rozmezí od 0,67 po 0,84, konzistence nižší než 0,7 mají subškály pozitivní minulost, fatalistická přítomnost a pozitivní budoucnost (Kocourek, 2018).

5.3.2 Třídídimenzionální škála moudrosti (3DŠM)

Protože v českém jazyce nejsou zatím dostupné žádné dotazníkové metody pro měření moudrosti, byla z anglického jazyka přeložena Třídídimenzionální škála moudrosti (Ardelt, 2003). Nejprve byl proveden první překlad do českého jazyka, který byl na základě diskuze s vedoucí práce přizpůsoben tak, aby lépe reflektoval české prostředí. Výraznou pomocí při překladu byla slovenská verze dotazníku (Benedikovičová & Ardel, 2008), která již byla empiricky ověřena. Pro ověření významové shody byl bilingvální mluvčí proveden zpětný překlad do anglického jazyka. Po jeho porovnání s originálem byly upřesněny formulace čtyř položek české verze dotazníku.

Dotazník obsahuje celkem 39 položek ve třech škálách: kognitivní (14 položek), reflektivní (12 položek) a afektivní (13 položek). Respondenti odpovídají na 5-bodové Likertově škále (pro prvních 15 položek volí na škále 1 – rozhodně souhlasím; 5 - rozhodně nesouhlasím a pro položky 16-39 na škále 1 – rozhodně o mně platí, 5 – rozhodně o mně neplatí). Subškály jsou podrobně popsány v kapitole 1.2.2, příklady položek jsou následující – pro kognitivní dimenzi: „*Je lepší nevědět příliš mnoho o věcech, které nelze změnit.*“, „*Nezajímám se o problémy, o kterých si myslím, že nemají řešení.*“, pro reflektivní dimenzi „*Před tím, než někoho kritizuji, snažím se představit si, jak bych se cítil/a na jeho/jejím místě.*“, „*Věci pro mě často dopadnou špatně bez mého zavinění.*“ a pro afektivní dimenzi „*Vím, že existují lidé, které bych nikdy nemohl/a mít rád/a.*“, „*Snadno mě naštvou lidé, kteří se se mnou hádají.*“.

Pro vyhodnocení je potřeba nejprve převrátit skórování pro 3 položky z afektivní škály a 5 položek z reflektivní škály. Následně se spočítají průměrné skóry pro jednotlivé subškály, celkové skóre moudrosti se pak určí jako průměr průměrů tří subškál. Za vysoké skóre se považují hodnoty průměru přesahující 4 pro každou z dimenzí, případně celkové skóre převyšující 4. Za nízká skóre jsou naopak považovány hodnoty nižší než 3 pro jednotlivé dimenze, případně skóre nižší než 3 pro celkovou moudrost.

Cronbachova alfa (měřená ve dvou časech) jednotlivých subškál pro původní americkou verzi dotazníku byla 0,78, respektive 0,85 pro kognitivní dimenzi, 0,75, respektive 0,71 pro reflektivní dimenzi a 0,74 respektive 0,72 pro afektivní komponentu. Původní dotazník má vysokou konstruktovou, prediktivní a diskriminační validitu a test-retest reliabilitu, obsahová a konvergentní validita byly akceptovatelné.

Ověření psychometrických vlastností českého překladu dotazníku

Ardelt (2003) doporučuje pro ověření psychometrických vlastností dotazníku za prvé stanovit hodnoty vnitřní konzistence (Cronbachova alfa) pro jednotlivé subškály. Jako druhý způsob ověření psychometrických vlastností dotazníku doporučuje, aby mezi sebou jednotlivé dimenze korelovaly s Pearsonovým korelačním koeficientem alespoň 0,3.

Hodnoty vnitřní konzistence pro jednotlivé subškály stanovené prostřednictvím Cronbachova alfa uvádí tabulka č. 3. Všechny tři subškály mají přijatelnou vnitřní konzistenci, která odpovídá výsledkům ve slovenském i americkém souboru respondentů. Hodnota alfa pro celý dotazník vypočtená z průměru tří subškál má hodnotu 0,651, a je tedy také akceptovatelná. Kromě těchto výpočtů byla konzistence subškál sledována při odebrání jednotlivých položek příslušné subškály, čímž byly identifikovány položky, bez kterých se Cronbachovo alfa zvýšilo, případně zůstalo nezměněné. Poslední sloupec uvádí hodnoty Cronbachova alfa pro všechny tři subškály po odebrání takto identifikovaných položek.

Tabulka 3 - Vnitřní konzistence jednotlivých subškál a celkového skóre moudrosti.

Cronbach. α	ČR	SK	USA	bez pol.	Cr. α	bez pol.	Cr. α	bez pol.	Cr. α
AFE	0,681	0,63	0,65	2	0,706	36	0,695	2, 36	0,725
REF	0,814	0,73	0,73	6	0,816	26	0,814	6, 26	0,814
KOG	0,706	0,70	0,68	28	0,706	34	0,735	28, 34	0,739
CELK	0,651	0,66	0,71						

Výsledky pro slovenský a americký soubor jsou převzaty z Benedikovičová a Ardelt (2008).

Druhým krokem byla korelační matice jednotlivých dimenzí a celkového skóre v dotazníku moudrosti. Statisticky významné hodnoty Pearsonova korelačního koeficientu uvádí tabulka č. 4.

Tabulka 4 - Vzájemné korelace jednotlivých subškál a celkové moudrosti.

	KOG	AFE	REF
KOG	-		
AFE	0,421*	-	
REF	0,426*	0,325*	-
Celk	0,782*	0,730*	0,795*

*Statisticky významné korelace na hladině $p < 0,001$.

Vzájemné souvislosti mezi subškálami splňují kritérium stanovené autorkou a všechny dosahují hodnot r vyšších než 0,3. V českém výzkumném souboru spolu nejvíce souvisí kognitivní a reflektivní dimenze, nejméně naopak afektivní a reflektivní dimenze.

V položkové analýze byly ověřeny jednak korelace jednotlivých položek se skóry za danou dimenzi a jednak s celkovým skórem moudrosti. Pouze dvě položky nekorelovaly statisticky významně s příslušnou subškálou, a to položky 2 „Rozčilují mě nešťastní lidé, kteří jen litují sami sebe.“ a 34 „S důležitým rozhodnutím obvykle váhám i poté, co si ho promyslím.“, které už byly identifikovány i při ověřování vnitřní konzistence. Položka 2 byla problematická i ve slovenské verzi, kde byla nakonec vyloučena ze zpracování. Původní verze položky zní „I am annoyed by unhappy people who just feel sorry for themselves.“ Je možné, že je znění českého překladu nepřesné a zavádějící a bylo by lepší přeložit položku jako „Jsem otrávený/á z nešťastných lidí, kteří jen litují sami sebe. Rozčilení totiž vyjadřuje jinou emocionální kvalitu než být otrávený/á. Položka 34 zní v originále „I am hesitant about making important decisions after thinking about them.“ a český překlad je anglické verzi ekvivalentní. Nicméně bližší obsahová analýza položek patřících do kognitivní dimenze nasvědčuje tomu, že je problematické spíše obsahové zaměření položky. Všechny ostatní položky této škály se totiž zabývají zájmem o získávání znalostí, řešení problémů a přemýšlení, zatímco položka 34 se jako jediná zaměřuje na proces rozhodování. Nízká korelace může být tedy způsobena obsahovou nesourodostí položky.

Vzhledem k tomu, že je dotazník moudrosti použitý poprvé v českém souboru respondentů, doporučujeme obě položky v dotazníku i v budoucnu ponechat. Znění položky č. 2 doporučujeme pozměnit podle výše uvedeného návrhu a ověřit její psychometrické

vlastnosti. Problematicnost položek může být také dána specifičností výzkumného souboru, proto doporučujeme škálu před realizací zásahů ověřit i v jiných výzkumných souborech.

5.3.3 Transcendentální budoucí časová perspektiva

Je samostatný dodatečný dotazník vytvořený Zimbardem a Boydem (1997) k časové perspektivě. Protože však není součástí základního inventáře časové perspektivy a nebyl doposud přeložen, byl pro něj aplikován stejný postup pro adaptaci do českého jazyka jako pro škálu moudrosti. Zpětný překlad české verze do anglického jazyka prokázal dobrou významovou shodu.

Dotazník má celkem 10 položek, které zjišťují představy respondentů o transcendentálnosti lidské existence, položky zní např. „*Smrt je jen nový začátek.*“, nebo „*Lidé mají duši.*“. Způsob odpovídání je stejný jako u dotazníku S-ZTPI, tj. 5-bodová Likertova škála (1 = rozhodně nesouhlasím; 5 = rozhodně souhlasím). Výsledné skóre je průměrem všech položek dotazníku. Cronbachovo alfa pro originální verzi dotazníku bylo 0,87 a test-retest reliabilita po čtyřech týdnech 0,86. Autoři považují dotazník za validní.

Ověření psychometrických vlastností českého překladu dotazníku

Pro českou verzi dotazníku TBČP byla ověřena vnitřní konzistence. Cronbachovo alfa pro deset položek bylo vysoké, 0,852. Vnitřní konzistenci ještě vylepšilo odebrání položky číslo 5 (zvýšení na 0,896). Pátá položka se ukázala jako problematická i v položkové analýze, kde jako jediná nekorelovala s celkovým skórem. Tato položka zní „*Evoluční teorie adekvátně vysvětluje, jak vznikli lidé.*“ (v originále: „*The theory of evolution adequately explains how humans came to be.*“). Překlad do českého jazyka odpovídá anglickému znění, je proto pravděpodobné, že položka byla problematická z jiného důvodu. Při podrobnější analýze dotazníku se zdá, že by tato položka měla být přeformulována negativně („*Evoluční teorie nevysvětluje adekvátně, jak vznikli lidé.*“), nebo reverzně skórována, protože je svým významem opačná než všechny ostatní položky. Samotní autoři nicméně podobnou instrukci k vyhodnocení dotazníku nikde neuvádějí. Druhý možným vysvětlením je celkově obsahová rozdílnost položky 5 oproti ostatním v dotazníku, protože se zabývá souhlasem s vědeckou teorií, zatímco ostatní položky zjišťují spíše souhlas se spirituálními koncepty jako je duše, posmrtný život apod.

5.3.4 Anamnestická část

Baterie byla zakončena otázkami zjišťujícími demografické údaje. Respondenti byli dotazováni na pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání, obor studia a aktuální zdravotní stav. Zdravotního stavu se týkaly dvě otázky převzaté z Webster a kol. (2014b). Na první „*Máte nějaké zdravotní problémy, které vás omezují ve vašem každodenním životě (např. v péči o domácnost apod.)?*“ vybírali respondenti odpověď ze tří možností (0 – bez omezení, 1 – částečné omezení, 2 – zásadní omezení). Ve druhé hodnotili svůj subjektivní zdravotní stav („*Jak byste ohodnotil/a svůj aktuální zdravotní stav na škále 1-10, kde 1 je nejhorší a 10 nejlepší?*“) na škále od 1 – nejhorší, 10 – nejlepší. Údaje byly zjišťované především kvůli možné souvislosti se zkoumanými proměnnými.

5.3.5 Způsob zpracování a vyhodnocení dat

Získaná data z dotazníků byla předzpracována v programu Microsoft Office Excel, kde bylo převráceno skórování příslušných položek, překódovány nominální proměnné a následně provedeny základní výpočty (průměry, součty) za účelem získání skóre pro jednotlivé subškály i celková skóre.

Kvantifikace časové perspektivy

- skóre jednotlivých subškál dotazníku S-ZTPI (negativní minulost, pozitivní minulost, fatalistická přítomnost, hédonistická přítomnost, negativní budoucnost, pozitivní budoucnost),
- míra balancované časové perspektivy dle Wiberg a kol. (2012) (od 0 = nulová úroveň balance, 6 = nejvyšší úroveň balance),
- odchylka od balancované časové perspektivy ve dvou verzích – s optimálními body stanovenými podle amerických a podle českých norem na základě vzorce vytvořeného Stolarskim a kol. (2015),
- průměrné skóre v dotazníku Transcendentální budoucí časové perspektivy.

Kvantifikace moudrosti

- průměry jednotlivých dimenzí moudrosti (kognitivní, reflektivní, afektivní),
- celkové skóre moudrosti - průměr průměrů jednotlivých dimenzí.

Data byla následně zpracovávána v programech JASP a JAMOVI a vyhodnocena s využitím metod popisné a induktivní statistiky. Nejprve byly pro jednotlivé proměnné stanoveny šikmost a špičatost rozdělení, které měly přijatelné hodnoty pro použití parametrických testových metod. Pro jednotlivé dotazníky a jejich subškály byla spočtena interní konzistence pomocí Cronbachova alfa. Pro dvě nově přeložené škály bylo navíc spočítáno Cronbachovo alfa při vyloučení jednotlivých položek. Pro stanovení rozdílů mezi muži a ženami byl použit t-test pro dva nezávislé soubory. Pro zjištění interních vztahů mezi dimenzemi dotazníků a vztahů mezi zkoumanými koncepty bylo využito korelační analýzy (Pearsonův korelační koeficient). Celkový skóre moudrosti byl nakonec vložen do lineární regrese jako závisle proměnná.

6 Výsledky

Následující části prezentují výsledky, nejprve pro časovou perspektivu včetně transcendentální časové perspektivy, následně pro moudrost a poslední část je věnována zkoumání vztahů mezi moudrostí a časovou perspektivou.

6.1 Časová perspektiva

Vzhledem k rozsahu práce a hlavnímu zaměření na koncept moudrosti je část věnovaná časové perspektivě a zjištěným výsledkům stručněji. Fenomén časové perspektivy je v českém prostředí již velmi dobře zmapován a podrobně se jím zabývala řada výzkumníků.

6.1.1 Základní psychometrické vlastnosti

Tabulka č. 5 uvádí základní deskriptivní charakteristiky jednotlivých subškál časové perspektivy (průměrné skóry, směrodatné odchylky, vnitřní konzistenci) a vzájemné korelace subškál.

Tabulka 5 - Deskriptivní charakteristiky jednotlivých subškál časové perspektivy a jejich vzájemné korelace.

	M	SD	α	NMI	PMI	FAP	HEP	POB	NEB
NMI	2,70	0.772	0,831	-					
PMI	3,12	0.531	0,511		-				
FAP	2,27	0.646	0,777	0,278***	0,365***	-			
HEP	3,13	0.595	0,820		0,397***	0,350***	-		
POB	3,47	0.473	0,594	-0,176*		-0,257***	-0,212**	-	
NEB	2,79	0.584	0,682	0,585***		0,434***		-0,208**	-

Statisticky významné korelace ***na hladině $p < 0,001$; **na hladině $p < 0,01$; *na hladině $p < 0,05$.

Respondenti ve výzkumném souboru byli méně zaměřeni na negativní časové perspektivy a o něco více na pozitivní časové perspektivy. Nejvyšší průměr a zároveň nejnižší směrodatná odchylka byla nalezena pro škálu pozitivní budoucnosti. Respondenti obecně hledí do budoucna spíše s optimismem a věnují energii dosahování svých cílů. Hodnoty vnitřní konzistence se pohybovaly v rozmezí 0,51-0,82. Nízkou konzistenci měly v tomto výzkumném souboru škály pozitivní minulosti a pozitivní budoucnosti, konzistence

negativní budoucnosti byla na hraně přijatelnosti, Cronbachovo α pro ostatní dimenze bylo vysoké.

Vztahy mezi dílčími škálami jsou v očekávaném směru s výjimkou středně silné pozitivní korelace mezi pozitivní minulostí a fatalistickou přítomností ($r=0,37$). I lidé, kteří mají kladný vztah ke své minulosti a nostalgicky na ni vzpomínají, tak mohou v přítomnosti propadat pocitům beznaděje a ztráty kontroly nad vlastním životem. Poměrně silný vztah je mezi negativní minulostí a negativní budoucností ($r=0,59$), středně silný mezi negativní minulostí a fatalistickou přítomností ($r=0,28$) a slabá je negativní korelace s pozitivní budoucností ($r=-0,18$). Pozitivní minulost souvisí středně silně s hédonistickou přítomností ($r=0,40$). Fatalistická přítomnost pak souvisí pozitivně s druhou dimenzí přítomnosti ($r=0,35$) a s negativní budoucností ($r=0,43$) a negativně s pozitivní budoucností ($r=-0,26$). Pozitivní budoucnost koreluje negativně s hédonistickou přítomností ($r=-0,21$) a negativní budoucností ($r=-0,21$).

Souvislosti subškál časové perspektivy s demografickými údaji jsou v současné době dostatečně zdokumentované, a protože nejsou hlavním cílem práce, nebudou zde reportovány.

6.1.2 Balancovaná časová perspektiva

Způsobů výpočtu balancované časové perspektivy je celá řada, nicméně v této práci byly použity dva, které byly na základě rešerše literatury vybrány jako nejrelevantnější a nejméně závislé na konkrétním výzkumném souboru. Jsou to balancovaná časová perspektiva švédského týmu autorek (S-BČP; Wiberg a kol., 2012) a odchylka od balancované časové perspektivy (ODČP; Stolarski a kol., 2015).

Balancovaná časová perspektiva – švédský model

Pro všechny respondenty ve výzkumném souboru byla stanovena velikost S-BČP na základě toho, kolikrát se velikostí svého skóre na jednotlivých subškálách vešli do intervalu stanoveného Wiberg a kol. (2012) viz tabulka č. 6. Parametry byly definovány na základě teoretického vymezení balancované časové perspektivy.

Tabulka 6 - Intervaly pro balancovanou časovou perspektivu.

Subškála	Úroveň balance	Interval
NMIN	Nízká	1,00 – 2,50
PMIN	Vysoká	3,50 – 5,00
FATP	Nízká	1,00 – 2,50
HEDP	Střední	2,70 – 3,30
POZB	Středně vysoká	3,00 – 4,00
NEGB	Nízká	1,00 – 2,50

Zdroj: Wiberg a kol. (2012, s. 101).

Pro každého respondenta tak byla získána hodnota od 0 do 6, která reprezentuje míru vybalancovanosti časové perspektivy daného člověka. Čím vyšší skóre, tím více kritérií respondent naplnil, a tím je jeho perspektiva vyváženější. Počty a podíly českých a švédských respondentů pro jednotlivé úrovně vybalancovanosti profilu jsou uvedené v tabulce č. 7.

Tabulka 7 – Počty a podíly respondentů podle hodnoty balancovanosti jejich časové perspektivy.

Balancovanost profilu	Aktuální počet respondentů	Aktuální podíl respondentů	Podíl respondentů ve švédském vzorku
0	8	4,08 %	3,4 %
1	24	12,24 %	11 %
2	49	25 %	19,5 %
3	49	25 %	24,9 %
4	55	28,06 %	21,3 %
5	9	4,59 %	15,1 %
6	2	1,02 %	4,8 %

Data pro švédské respondenty jsou převzata z Wiberg a kol. (2012).

V českém výzkumném souboru dosahovali respondenti nejčastěji hodnoty 4, nicméně pro více než 66 % všech respondentů nepřesahovala úroveň S-BČP skóre 3, tedy průměrnou výši S-BČP. Nejvyšších skóre (5 a 6) dosáhlo jen 11 jedinců, z toho jen dva měli zcela vyváženou ČP. V porovnání se švédským souborem, kde rozložení S-BČP odpovídá normálnímu rozdělení (Wiberg a kol., 2012), náleží v českém výzkumném vzorku menší podíl respondentů mezi ty s více vyváženou ČP.

Pro S-BČP nebyl nalezen statisticky významný rozdíl ve skórech mužů a žen. Nízká pozitivní korelace byla nalezena se zdravotním stavem ($r=0,21$, $p=0,004$) a nízká záporná korelace s věkem ($r=-0,15$, $p=0,038$). Se vzděláním výše S-BČP souvisela v nízké míře ($r=0,18$, $p=0,013$).

Odchylka od balancované časové perspektivy

Odchylka od balancované časové perspektivy je nepřímou metodou stanovení vyváženosti profilu ČP pro respondenta. Stolarski a kol. (2015) na základě percentilových norem stanovili body optima (viz tabulka č. 8), vůči kterým je následně porovnáváno empiricky naměřené skóre respondenta v příslušných dimenzích.

Tabulka 8 - Body optima podle percentilových norem.

Subškála	Percentil	Bod optima původní	Bod optima české normy
NMIN	10	1,95	2,2
PMIN	90	4,6	4,11
FATP	10	1,5	2,22
HEDP	85	3,9	3,8
POZB	85	4,0	3,92
NEGB	10	1,8	(2,2)

Tabulka vytvořena na základě údajů v Stolarski a kol. (2015) a Rönnlund a kol. (2017).

Pro českou populaci nejsou v současnosti dostupné normy pro pozitivní budoucnost a negativní budoucnost. U pozitivní budoucnosti je bod optima stanovený na stejnou hodnotu, jaká byla aplikována pro jednu původní škálu budoucnosti, po vzoru autorů rozšířeného způsobu výpočtu (Rönnlund a kol., 2017). Pro dimenzi negativní budoucnosti však v české

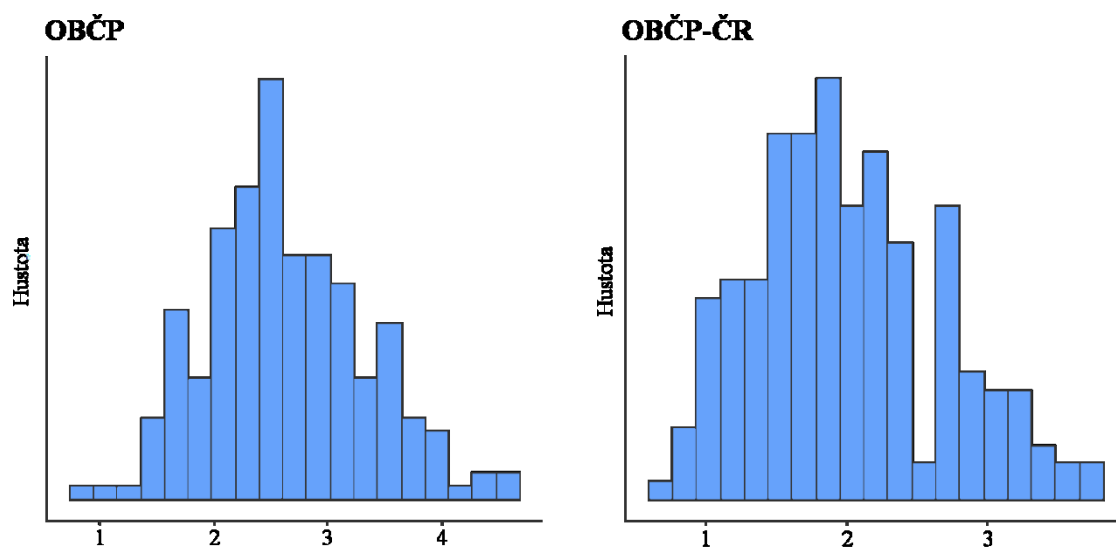
populaci nejsou žádná vodítka. Aby bylo možné výpočet uskutečnit, byl pro negativní budoucnost zvolen stejný bod optima, jaký vyplývá z norem pro ostatní dvě negativní dimenze. Bez přesných empirických údajů je však nutné výsledky chápat pouze jako orientační. Kvůli tomuto nedostatku byl výpočet OBČP uskutečněn dvěma způsoby, jednou za použití českých bodů optima (OBČP-ČR) a v druhém případě s body původními (OBČP).

Pro výpočet odchylky od balancované časové perspektivy je aplikován následující vzorec:

$$OBČP = \sqrt{(oNM - eNM)^2 + (oPM - ePM)^2 + (oFP - eFP)^2 + (oHP - eHP)^2 + (oPB - ePB)^2 + (oNB - eNB)^2}$$

Vysvětlivky: OBČP = odchylka od balancované časové perspektivy; oNM = optimální skóre negativní minulosti, eNM = empirický skóre negativní minulosti; oPM = optimální skóre pozitivní minulosti, ePM = empirický skóre pozitivní minulosti; oFP = optimální skóre fatalistické přítomnosti, eFP = empirický skóre fatalistické přítomnosti; oHP = optimální skóre hédonistické přítomnosti, eHP = empirický skóre hédonistické přítomnosti; oPB = optimální skóre pozitivní budoucnosti, ePB = empirický skóre pozitivní budoucnosti, oNB = optimální skóre negativní budoucnosti, eNB = empirický skóre negativní budoucnosti.

Výhodou této metody výpočtu je, že při něm oproti předchozí metodě nedochází k redukci dat. Čím nižší je výsledná hodnota, tím méně je respondent vzdálený od vyvážené časové perspektivy. Podle autorů je také výhodou, že je takto vypočtená odchylka od BČP lineární proměnnou s normálním rozdělením. Rozložení skóre v aktuálním souboru znázorňují následující dva histogramy (graf č. 2).



Graf 2 - Histogramy znázorňující rozložení skóre odchylek od balancovaných časových perspektiv.

Prostřednictvím t-testu byly zjišťovány rozdíly mezi muži a ženami. Muži dosahovali statisticky významně vyšších průměrů než ženy v OBČP [$t(196) = -2,06$, $p = 0,041$, Cohenovo $d=0,31$] i v OBČP-ČR [$t(196) = -3,23$, $p = 0,001$, Cohenovo $d=0,49$]. Muži mají tedy v průměru méně balancovanou časovou perspektivu než ženy. Souvislost s genderem byla potvrzena i v korelační analýze, kde obě odchylky statisticky významně korelovaly s genderem respondentů ($r_{OBČP}=0,15$, $r_{OBČP-ČR}=0,23$). Z dalších demografických proměnných souvisely skóry odchylek negativně se zdravotním stavem ($r_{OBČP}=-0,35$, $r_{OBČP-ČR}=-0,31$). Lidé s vyšší odchylkou od BČP tedy uvádějí také horší zdravotní stav. Výsledky obou způsobů výpočtu odchylky se vztahovaly také ke vzdělání, a to se stejně vysokým korelačním koeficientem pro OBČP i OBČP-ČR ($r=-0,23$). Ve zkratce lze říci, že lidé s balancovanější časovou perspektivou mívají vyšší vzdělání a lepší zdravotní stav.

Následující tabulka č. 9 uvádí vzájemné korelace mezi metodami výpočtu časové perspektivy. Oba způsoby výpočtu odchylky spolu vysoce pozitivně korelují ($r = 0,952$) a středně silně negativně korelují s BČP.

Tabulka 9 - Vzájemné korelace mezi metodami výpočtu BČP.

	S-BČP	OBČP
S-BČP	-	
OBČP	-0,567*	-
OBČP-ČR	-0,434*	0,952*

*Statisticky významné korelace na hladině $p<0,001$.

6.1.3 Transcendentální budoucí časová perspektiva

Transcendentální budoucí časová perspektiva (TBČP) je méně často používaná v empirickém výzkumu, a proto pro ni byly spočítány jak základní deskriptivní údaje, tak korelace s dimenzemi S-ZTPI a souvislosti s demografickými proměnnými.

Základní údaje uvádí tabulka č. 10. Průměrné odpovědi respondentů odpovídají střední hodnotě odpovědní škály, minimální a maximální hodnota svědčí o tom, že se našli respondenti, kteří využili při odpovídání na položky dotazníku jeden nebo druhý konec

škály. Některým je tedy koncept TBČP blízký, jiným naopak velmi vzdálený. Vnitřní konzistence dotazníku je vysoká, hodnota Cronbachova alfa je 0,852.

Tabulka 10 - Základní deskriptivní údaje pro TBČP.

M	M(ženy)	M(muži)	SD	min	max	α
3,1	3,27	2,75	0,877	1,1	5	0,852

Z měřených demografických proměnných nesouvisela TBČP statisticky významně s nikterou z nich kromě pohlaví. V souladu se zjištěními Boyda a Zimbarda (1997) byl i v českém výzkumném souboru statisticky významný rozdíl mezi ženami a muži [$t(196) = 4,068, p < 0,001$]. Ženy měly vyšší skóre na škále TBČP než muži se střední velikostí účinku (Cohenovo $d = 0,617$) a hypotéza 1 tak byla potvrzena.

Souvislosti v podobě statisticky významných korelací s ostatními škálami ČP a balancovanou časovou perspektivou uvádí tabulka č. 11.

Tabulka 11 - Korelace TBČP se subškálami S-ZTPI a S-BČP.

	NMI	PMI	FAP	HEP	POB	NEB	S-BČP	OBČP	OBČP- ČR
TBČP		0,298***	0,200**	0,237***				-0,241***	-0,314***

Statisticky významné korelace ***na hladině $p < 0,001$; **na hladině $p < 0,01$; *na hladině $p < 0,05$.

TBČP souvisí s polovinou subškál obsažených v S-ZTPI. Nízko až středně silně pozitivně koreluje s dimenzemi pozitivní minulost ($r=0,3$), fatalistická přítomnost ($r=0,20$) a hédonistická přítomnost ($r=0,24$). Kromě toho souvisí transcendentální perspektiva negativně s výsledky obou způsobů výpočtu odchylky od BČP. Lidé s vyváženější ČP počítanou podle odchylky tedy také častěji věří v přesah lidské existence. S vyváženou perspektivou podle švédského způsobu výpočtu TBČP nesouvisela.

6.2 Moudrost

Moudrost stojí v centru zájmu této diplomové práce, protože jde o koncept, který dosud nebyl v českém prostředí výzkumně uchopen. Následující část práce představuje

nejdůležitější výsledky statistické analýzy. Nejprve jsou uvedeny základní deskriptivní údaje, u kterých je provedeno srovnání se slovenským a americkým výzkumným souborem a počty moudrých a nemoudrých respondentů podle kritérií Moniky Ardel. Dále jsou popsány souvislosti s demografickými proměnnými, dimenzemi časové perspektivy a zvláště pak s balancovanou časovou perspektivou. V závěru podkapitoly jsou uvedeny výsledky několika modelů regrese s moudrostí jako závisle proměnnou.

6.2.1 Základní psychometrické vlastnosti

Tabulka č. 12 obsahuje minima, maxima, průměry a směrodatné odchylky pro jednotlivé dimenze a celkový skóre moudrosti. Kromě výsledků pro aktuální soubor 196 českých respondentů, jsou uvedeny také průměrné hodnoty a směrodatné odchylky pro slovenský a americký soubor studentů.

Tabulka 12 - Základní deskriptivní údaje pro moudrost v českém, slovenském a americkém souboru respondentů.

	CZ (N=196)				SK (N=212)		US (N=339)	
	MIN	MAX	M	SD	M	SD	M	SD
KOG	1,79	4,71	3,553	0,527	3,489	0,449	3,692	0,445
REF	1,50	4,83	3,616	0,644	3,421	0,469	3,649	0,471
AFE	1,00	4,62	3,339	0,521	3,700	0,382	3,598	0,449
Celk.	1,85	4,49	3,502	0,435	3,537	0,334	3,646	0,362

Údaje pro slovenský a americký soubor respondentů jsou převzaty z Benedikovičová & Ardel (2008).

Nejvyššího skóre dosáhl některý z respondentů v reflektivní dimenzi moudrosti, nejnižšího naopak v afektivní dimenzi. V českém souboru bylo průměrné skóre nejvyšší pro reflektivní subškálu a nejnižší pro afektivní subškálu. Kvůli nedostupnosti původních dat pro zahraniční respondenty jsou průměry napříč kulturami porovnány pouze podle informací v tabulce, nikoli statistickým testem. V kognitivní i reflektivní dimenzi skórují čeští respondenti v průměru výše než slovenští, ale zároveň méně než američtí. V afektivní subškále má pak český výzkumný soubor nejnižší průměr ze všech tří národností, což platí také pro celkové skóre v moudrosti. V afektivní dimenzi skórovali v průměru nejvýše slovenští studenti, zatímco v celkovém skóre američtí. Pro porovnání mezi národnostními výzkumnými

soubory byla spočítána suma absolutních hodnot rozdílů mezi průměry českého a druhými dvěma soubory v jednotlivých subškálách i celkovém skóre moudrosti. Suma rozdílů byla větší pro slovenský vzorek (0,655) než pro americký (0,575), v průměru mají tedy čeští respondenti výsledky podobnější americkým respondentům. Hypotéza 2 se tak nepotvrdila.

Ardelt (2003) v návodu k vyhodnocení Třídídimenzionální škály moudrosti (3DŠM) uvádí tvrdé a měkké kritérium pro skóry příslušící moudrým, respektive nemoudrým lidem. Tvrdé kritérium stanovuje podmínku, kterou musí naplnit zároveň všechny tři subškály, zatímco měkké kritérium se vztahuje pouze k celkovému skóru. Aby byl člověk považován za moudrého podle výsledků v 3DŠM, musí dosáhnout alespoň skóre 4, a to na všech subškálách současně (tvrdé kritérium), nebo pro celkové skóre (měkké kritérium). Obdobná podmínka platí pro opačnou situaci, tj. respondenty považované za nemoudré. Následující tabulka č. 13 uvádí počty respondentů v aktuálním výzkumném souboru, jejichž skóry některé z výše uvedených kritérií naplnily. Navíc jsou v tabulce uvedeny také počty respondentů, kteří skórovali 4 a výše, nebo 3 a méně v jednotlivých dimenzích.

Tabulka 13 - Počty a podíly respondentů splňujících kritérium moudrosti a nemoudrosti.

		Počet respondentů	Podíl (%)
Kritérium nemoudrosti (skóre < 3)	AFE	48	24,49
	KOG	30	15,31
	REF	36	18,37
	CEL	21	10,71
	VŠE	8	4,08
Kritérium moudrosti (skóre > 4)	AFE	16	8,16
	KOG	40	20,41
	REF	67	34,18
	CEL	19	9,69
	VŠE	3	1,53

Z tabulky č. 13 vyplývá, že pouze 3 respondenti naplňují tvrdé kritérium pro moudrost a 19 jich splňuje mírnější kritérium. Z celkového počtu respondentů můžeme tedy považovat za moudré jen 1,5 %, případně necelých 10 %. To odpovídá teoretickému předpokladu, že moudrost je mezi lidmi vzácná. Získané výsledky odpovídají předpokladům ve třetí hypotéze, která je tímto potvrzena. Splněna byla také hypotéza č. 3. Nejvíce respondentů dosáhlo skóre 4 a vyššího v reflektivní dimenzi (přibližně třetina respondentů), nejméně pak v afektivní dimenzi. Nicméně vysoké skóre v jedné či ve dvou dimenzích moudrosti není postačující pro splnění požadavků na moudrost. Opačné kritérium pro nemoudrost naplnilo v aktuálním souboru 8 (tvrdé kritérium), respektive 21 (měkké kritérium) respondentů. Zdá se tedy, že nemoudrost se vyskytuje o něco málo častěji než moudrost. Tabulka č. 13 uvádí také počty respondentů s hodnotami v jednotlivých dimenzích 3 a nižšími. Nejčastěji respondenti skórovali nízko v afektivní subškále, téměř čtvrtina z nich měla skóre nižší nebo rovno 3. Souhrnně lze konstatovat, že slabinou českých respondentů je především afektivní dimenze moudrosti, zatímco silnou stránkou reflektivní složka. Moudrost je mezi lidmi vzácná, jen malý počet respondentů v českém výzkumném souboru můžeme označit za moudré lidi.

Mezi muži a ženami nebyly nalezeny žádné statisticky významné rozdíly s výjimkou afektivní dimenze [$t(196) = 2,844, p=0,005$]. Ženy v této složce moudrosti skórovaly výše než muži se slabým efektem (Cohenovo $d = 0,43$). Ojedinelé byly korelace komponent moudrosti s demografickými proměnnými. Kognitivní složka souvisela negativně s věkem ($r=-0,29, p<0,001$), tj. starší lidé skórovali v této dimenzi méně než mladší. Reflektivní subškála korelovala kladně se zdravotním stavem ($r=0,27, p<0,001$).

Hypotéza č. 4 o korelaci mezi moudrostí a vzděláním se v českém souboru nepotvrdila. Naopak byla nalezena pozitivní statisticky významná souvislost reflektivní složky moudrosti se zdravotním stavem a negativní statisticky významná souvislost kognitivní složky moudrosti s věkem respondentů.

Hypotéza č. 5 o neexistenci rozdílů v moudrosti mezi muži a ženami také nebyla potvrzena. Přestože byla výše skóre na celkové škále, v kognitivní a reflektivní dimenzi srovnatelná, skórovaly ženy oproti mužům výše v afektivní komponentě moudrosti.

6.3 Moudrost a časová perspektiva

Následující část prezentuje výsledky o vztahu moudrosti a časové perspektivy včetně balancované časové perspektivy a TBČP.

6.3.1 Moudrost a S-ZTPI

Nejprve byly zjišťovány vztahy mezi moudrostí a jednotlivými dimenzemi S-ZTPI. Statisticky významné korelace jsou uvedeny v tabulce č. 14.

Tabulka 14 - Korelace moudrosti s dimenzemi časové perspektivy S-ZTPI.

	NMIN	PMIN	FATP	HEDP	POZB	NEGB
KOG		-0,168*	-0,317***			-0,218**
AFE				0,187**		
REF	-0,432***		-0,321***		0,232**	-0,325***
Celk	-0,290***		-0,323***			-0,255***

Statisticky významné korelace ***na hladině $p < 0,001$; **na hladině $p < 0,01$; *na hladině $p < 0,05$.

Statisticky významné korelace byly nalezeny pro reflektivní dimenzi a celkovou moudrost, a to především s negativními subškálami časové perspektivy. Pro reflektivní složku byl korelační koeficient nejvyšší u negativní minulosti ($r = -0,43$), o něco nižší pak u fatalistické přítomnosti ($r = -0,32$) a negativní budoucnosti ($r = -0,33$). Celková moudrost souvisela středně silně s negativní minulostí ($r = -0,29$), fatalistickou přítomností ($r = -0,32$) a negativní budoucností ($r = -0,26$). Pozitivně souvisela reflektivní komponenta moudrosti s pozitivní budoucností ($r = 0,23$). Afektivní složka moudrosti souvisela s jedinou časovou perspektivou, a to s hédonistickou přítomností ($r = 0,19$). Kognitivní subškála moudrosti korelovala negativně s pozitivní minulostí ($r = -0,17$), taktéž negativně s fatalistickou přítomností ($r = -0,32$) a negativní budoucností ($r = -0,22$). Uvedené korelace jsou v očekávaném směru s výjimkou souvislosti pozitivní minulosti a kognitivní složky moudrosti. Ta může být způsobena tím, že přemýšliví lidé se na věci snaží dívat realisticky a nostalgické vzpomínání či zaměření na minulost jim není vlastní.

Moudřejší lidé a lidé, kteří se na věci obvykle dívají z mnoha různých úhlů pohledu a reflektují své jednání, mívají menší tendenci se negativně vztahovat ke své minulosti,

přítomnosti i budoucnosti. Lidé, pro které je důležité porozumění chodu světa a lidské povaze (kognitivní složka moudrosti), mají nižší tendenci k pasivitě, pocitu bezmoci ve vlastním životě a pesimismu směrem do budoucna. Život v přítomném okamžiku souvisí pozitivně se zaměřením na emoce a vztahy.

Hypotéza č. 6 byla potvrzena jen částečně, celkové skóre a reflektivní složka moudrosti korelovaly negativně s negativní minulostí, fatalistickou přítomností a negativní budoucností, kognitivní složka s fatalistickou přítomností a negativní budoucností. Nicméně nebyly nalezeny konzistentně pozitivní vztahy moudrosti s pozitivními subškálami ČP a navíc byly některé vztahy v neočekávaném směru.

6.3.2 Moudrost a balancovaná časová perspektiva

Poslední tabulka č. 15 v části výsledků uvádí korelace mezi třemi vypočtenými podobami BČP a moudrosti.

Tabulka 15 - Korelace moudrosti s balancovanou časovou perspektivou.

	OBČP	OBČP-ČR	S-BČP
KOG			0,161*
AFE	-0,207**	-0,201**	
REF	-0,316***	-0,212**	0,289***
TOTAL	-0,270***	-0,170*	0,242***

Statisticky významné korelace ***na hladině $p < 0,001$; **na hladině $p < 0,01$; *na hladině $p < 0,05$.

Odchylka počítaná podle originálně stanovených optimálních hodnot korelovala negativně s afektivní ($r = -0,21$) i reflektivní komponentou moudrosti ($r = -0,32$) a s celkovým skórem ($r = -0,27$), s kognitivní komponentou moudrosti nebyla nalezena statisticky významná souvislost. Odchylka od BČP počítaná za využití českých percentilů měla stejný vzorec vztahů se subškálami moudrosti jako originální verze, hodnoty korelačních koeficientů však byly o něco nižší ($r = -0,20$, $r = -0,21$, $r = -0,17$ respektive). S-BČP korelovala pozitivně s kognitivní složkou ($r = 0,16$), reflektivní složkou ($r = 0,29$) a s celkovou úrovní moudrosti ($r = 0,24$). Lidé s vyrovnanější časovou perspektivou se na věci snaží dívat objektivněji a reflektovat vlastní předsudky, zároveň jsou také celkově moudřejší.

První oddíl hypotézy 7 byl z větší části potvrzen. Balancovaná časová perspektiva korelovala pro všechny tři postupy výpočtu s celkovým skórem moudrosti a jejími složkami s výjimkou jedné subkomponenty. Pro obě odchylky byla touto nesouvisející výjimkou kognitivní subškála, zatímco pro S-BČP afektivní subškála moudrosti. Síla korelací nebyla vyšší pro BČP než pro subškály S-ZTPI, druhý oddíl hypotézy 7 tak nebyl potvrzen.

6.3.3 Moudrost a transcendentální budoucí časová perspektiva

Pro transcendentální budoucí časovou perspektivu byla nalezena souvislost pouze s afektivní složkou moudrosti, která pozitivně korelovala se skórem v tomto dotazníku ($r=0,23$, $p=0,001$). Hypotéza č. 8 se potvrdila jen pro dílčí dimenzi, nikoli pro celý koncept, jak bylo předpokládáno.

6.3.4 Regresní analýza

Moudrost byla dosazena jako závisle proměnná do tří různých regresních modelů. První model, kde byly za nezávisle proměnné dosazeny demografické údaje (pohlaví, věk, zdravotní stav, vzdělání), se ukázal jako nepříliš nevhodný pro tento způsob statistického zpracování (nízké $R = 0,259$), nicméně F test byl signifikantní na hladině $p = 5 \%$ ($F=3,41$; $p = 0,010$). Model vysvětloval 6,7 % rozptylu v moudrosti a statisticky významnými prediktory byly věk ($\beta = -0,008$, $p = 0,041$) a zdravotní stav ($\beta = 0,047$, $p = 0,007$).

V druhém modelu byly nezávislými proměnnými subškály S-ZTPI. Velikost R byla relativně nízká, 0,410, nicméně F-test byl statisticky významný ($F=6,37$, $p<0,001$). Model vysvětloval 16,8 % rozptylu ve skórech moudrosti a tři subškály časové perspektivy byly statisticky významnými prediktory: negativní minulost ($\beta = -0,124$, $p=0,008$), fatalistická přítomnost ($\beta = -0,205$, $p < 0,001$) a hédonistická přítomnost ($\beta = 0,113$, $p=0,043$).

Třetí model zkoumal vliv nezávisle proměnných S-BČP, OBČP, OBČP_ČR a transcendentální budoucí ČP na moudrost. Velikost R byla opět spíše nižší 0,417 a F-test byl statisticky významný ($F=10,1$; $p<0,001$). Nezávisle proměnné odpovídaly za 17,4 % rozptylu ve skórech moudrosti. Statisticky významnými prediktory byly OBČP ($\beta = -0,755$, $p<0,001$), OBČP_ČR ($\beta = 0,683$, $p<0,001$) a TBČP ($\beta = 0,08$, $p=0,025$).

Na základě výsledků regresní analýzy jsou v části diskuze formulována doporučení pro další výzkum.

7 Diskuze

Prvním cílem této práce byla pilotáž české verze Třídídimenzionální škály moudrosti vyvinuté v prostředí USA v českém výzkumném souboru. V této práci byly ověřeny psychometrické vlastnosti českého překladu škály. Druhým cílem této práce bylo prozkoumání souvislostí mezi dvěma významnými koncepty ovlivňujícími lidské fungování – moudrostí a časovou perspektivou, se zvláštním důrazem na balancovanou časovou perspektivu.

Třídídimenzionální škála moudrosti měla v českém výzkumném souboru dobré psychometrické vlastnosti a splnila obě kritéria kvality stanovená autorkou Monikou Ardeli (2003). Jednotlivé subškály a škála celková měly přijatelnou vnitřní konzistenci a jednotlivé dimenze spolu pozitivně korelovaly. Doporučena byla úprava překladu položky číslo 2 a opakování administrace v jiném výzkumném souboru. Česká verze dotazníku transcendentální budoucí časové perspektivy měla vysokou vnitřní konzistenci. Navrhnutá byla reformulace jedné položky případně její reverzní skórování. Oba dotazníky lze doporučit k dalšímu využití v českém prostředí.

Český výzkumný soubor byl v průměru o něco více zaměřený na pozitivní časové perspektivy než na negativní časové dimenze. Nejvyšší skóre měli respondenti v subškále pozitivní budoucnost, s optimismem tedy plánují do budoucna a jsou ochotní vynaložit úsilí pro dosažení svých cílů. Poněkud problematická je vnitřní konzistence subškál pozitivní minulost a pozitivní budoucnost, která byla v tomto výzkumu nízká. Vzájemné souvislosti mezi subškálami časové perspektivy byly v očekávaném směru, překvapivý byl pouze středně silný pozitivní vztah mezi pozitivní minulostí a fatalistickou přítomností. Vypovídá o tom, že i lidé, kteří svou minulost konstruují pozitivně a vzpomínají na dřívější časy s melancholií, mohou v přítomnosti zažívat pocity bezmoci, beznaděje a nesmyslnosti vlastního úsilí.

Transcendentální budoucí časová perspektiva souvisí kladně s polovinou škál obsažených v S-ZTPI, konkrétně s oběma přítomnými škálami a s pozitivní minulostí. To je výsledek odlišný oproti zjištěním Seema a kol. (2014), kteří našli jen velmi slabé souvislosti TBČP s pozitivními subškálami S-ZTPI. Koncepty obsažené v tomto dotazníku, např. víra v lidskou duši a posmrtný život, jsou bližší ženám, které skórují výše než muži. K podobným

výsledkům došli i Zimbardo a Boyd (1997) a Seema a kol. (2014), v jejichž výzkumných souborech ženy také dosahovaly vyšších skóre.

Wiberg a kol. (2012) považují balancovanou časovou perspektivu za proměnnou s normálním rozdělením. Tento předpoklad se však nepotvrdil pro český výzkumný soubor. Dvě třetiny respondentů dosáhly nejvýše průměrné vyváženosti perspektivy a nejčastější dosažená hodnota byla 4 body z 6 možných. Jen dva čeští respondenti dosáhli maxima bodů, a splnili tak požadavky pro optimální vyváženou časovou perspektivu. Lidé s vybalancovanější časovou perspektivou podle švédského modelu byli vzdělanější, zdravější a spíše mladší. Webster a kol. (2014b) také nacházeli BČP spíše u mladších dospělých než u starších osob. V případě odchylky od balancované časové perspektivy měly ženy vyváženější profil časových rámců než muži. Vyšší vzdělání, lepší zdravotní stav a silnější víra v transcendentálnost lidské existence jsou další znaky, které doprovázely balancovanější časovou perspektivu (tj. nižší OBČP). Ve Websterově modelu byla korelace vzdělání i zdravotního stavu s BČP ve stejném směru a přibližně stejné síly jako byla zjištěna pro S-BČP a OBČP v tomto výzkumu.

Metoda S-BČP a OBČP spolu středně silně souvisely, měří tedy příbuzné, nikoli však totožné koncepty. Proto lze očekávat, že např. lidé, kteří budou jedním způsobem výpočtu označeni za optimálně balancované, mohou druhým způsobem vyjít jako lidé s průměrnou úrovní BČP. K závěru, že jednotlivé operacionalizace BČP sdílí jen malé množství identifikovaných balancovaných respondentů, dochází také Wiberg a kol. (2012). Znamená to, že koncept balancované časové perspektivy ještě není dostatečně přesně definován, což může způsobovat velké variace ve výsledcích.

Českým respondentům je nejbližší reflektivní složka moudrosti, ve které dosahují nejvyšších skóre. Tato složka reprezentuje schopnost kritického myšlení, oproštění se od vlastních předsudků, stereotypů a zvyklostí a větší objektivitu náhledu na vnější i svůj vnitřní svět (Ardelt, 2003). Naopak nejméně vlastní je jim projevení empatie a soucitu vůči druhým lidem. Tento výsledek je zajímavý v porovnání se zjištěními pro slovenský soubor, který naopak vykazoval nezvykle vysoké skóre v afektivní dimenzi moudrosti i v porovnání s americkými respondenty (Benedikovičová & Ardelt, 2008). Při porovnání napříč kulturami se čeští respondenti méně odlišovali od amerických než od slovenských studentů.

Pro stanovení moudrosti jsou definována kritéria, která naplnili jen tři respondenti. Potvrzuje se tak teoretický předpoklad, že vysoká moudrost je mezi lidmi vzácná a je výsadou jen několika málo výjimečných jedinců. Nemoudrost je o něco běžnější fenomén, její výskyt je však také poměrně zřídka. Ženy v českém souboru byly empatičtější než muži a dosahovaly vyšších skóre v afektivní dimenzi moudrosti. Vyšší skóre v této dimenzi pro ženy našla také Ardel (1997, 2009), nicméně se v českém souboru nepotvrdilo, že by muži dosahovali vyšší moudrosti než ženy v kognitivní dimenzi. Mladší lidé měli vyšší skóre v kognitivní dimenzi a zdravější lidé v reflektivní komponentě moudrosti. Negativní souvislost s věkem byla nalezena Brienzou a kol. (2017) za použití jiné metody měření moudrosti. Specificky pro dotazník 3DŠM je možné, že reverzní formulace položek v kognitivní subškále zvyšuje nároky na fluidní inteligenci, což potenciálně vysvětluje negativní korelaci s věkem (Glück a kol., 2013). Většina studií korelace moudrosti s věkem nenachází (např. Baltes & Staudinger, 1993; Baltes a kol., 1995; Webster, 2007; Ardel, 2010; Taylor a kol., 2011; Grossmann & Kross, 2014).

Celková moudrost a reflektivní komponenta korelovaly negativně s negativními časovými perspektivami S-ZTPI. Celkově moudřejší lidé a lidé, kteří se na věci obvykle dívají z mnoha různých úhlů pohledu a reflektují své jednání, mívají menší tendenci se negativně vztahovat ke své minulosti, přítomnosti i budoucnosti. Reflektivnější přemýšlení souvisí s optimističtějším pohledem do budoucnosti, což může být zprostředkováno lepší znalostí sebe sama a odstupem, který umožňuje přebírat kontrolu nad vlastním životem a jeho budoucím směřováním navzdory nepředvídatelnosti nastávajících událostí. Kognitivní složka moudrosti negativně korelovala s oběma minulými perspektivami. Lidé, pro které je důležité porozumění chodu světa a lidské povaze (kognitivní složka moudrosti), mají nižší tendenci k negativní konstrukci minulých událostí, zároveň jim však není příliš vlastní nostalgické vzpomínání na staré dobré časy či život v minulosti. Tito lidé díky své zvědavosti nepropadají pocitům bezmoci a pasivity v přítomnosti ani pesimismu při pohledu do budoucna, jsou si totiž vědomi nejistot spojených s lidskou existencí. Hédonistická přítomnost pozitivně korelovala s afektivní komponentou moudrosti. Život v přítomném okamžiku spojený se spontánním jednáním souvisí pozitivně se zaměřením na kladné emoce a vztahy. Dosažené výsledky je nutné ověřit v dalších výzkumech. Jediný podobný výzkum realizovali Webster a kol. (2014b), dotazník, který použili, však obsahoval pouze pozitivní

minulost a pozitivní budoucnost (Webster, 2011). Tyto dvě škály jen středně silně korelovaly s ekvivalenty v S-ZTPI. Vzhledem k výsledkům aktuální studie je možné upozornit na redukci zjištění, kterou přináší omezení časové perspektivy jen na dvě pozitivní subškály, protože se ukázalo, že souvislosti mezi moudrostí a časovými perspektivami jsou mnohem komplexnější.

Balancovaná časová perspektiva souvisela s moudrostí bez ohledu na způsob operacionalizace. Vztahy v očekávaných směrech byly nalezeny pro celkovou moudrost, afektivní i reflektivní komponentu a OBČP, pouze kognitivní složka s vyvážeností ČP v tomto pojetí nesouvisela. Pro S-BČP byly nalezeny pozitivní souvislosti s celkovým skóre moudrosti i s jejími subškálami s výjimkou afektivní dimenze, která se k S-BČP nevztahovala. Všechny souvislosti byly nejvýše středně silné, což poukazuje na to, že moudrost a vyvážená časová perspektiva jsou přes řadu společných prvků zdatelně odlišnými fenomény. Nicméně výsledky naznačují, že lidé s vyrovnanější časovou perspektivou se na věci snaží dívat objektivněji, více reflektují vlastní předsudky, a zároveň jsou také celkově moudřejší. Webster a kol. (2014b) ve svém výzkumu také zjistili, že celková moudrost (operacionalizovaná HEROE modelem) pozitivně souvisí s BČP napříč všemi věkovými kategoriemi. Transcendentální časová perspektiva korelovala pozitivně s afektivní složkou moudrosti. Vyšší tendence soucítit s druhými a chovat vůči nim pozitivní emoce souvisí s přesvědčením o transcendentálnosti lidského bytí.

Část rozptylu ve skórech moudrosti lze vysvětlit některými subškálami časové perspektivy. Zvláště negativní minulost, obě přítomné škály, transcendentální budoucí škála nebo vyvážené časové rámce mají potenciál ovlivnit výši moudrosti u člověka. Webster a kol. (2014b) docházejí k podobným zjištěním a identifikují balancovanou časovou perspektivu jako významnou vysvětlující proměnnou rozptylu v moudrosti nad rámec osobnostních charakteristik a věku. Design této studie neumožňuje s jistotou odvozovat kauzální vztahy, výsledky regresní analýzy lze však považovat za odrazový můstek pro další prověřování vztahů mezi konceptem časové perspektivy a moudrosti v budoucnosti, ideálně v longitudinálním výzkumu.

7.1 Limity výzkumu

Prezentovaný výzkum má některé limity, které je nutné brát v úvahu při interpretaci výsledků. Design výzkumu jako průřezové studie neumožňuje vyvozovat kauzální souvislosti mezi proměnnými, prezentované výsledky se tedy vztahují jen k jejich souběžnému výskytu. Určité zkreslení může představovat také aktuální výzkumný soubor, který není reprezentativním výběrem pro českou populaci. Výsledky aktuálního výzkumu proto není možné zobecnit bez jejich prověření dalšími studii s českými respondenty. Specifičnost výzkumného souboru v tomto výzkumu je daná vysokou úrovní vzdělání, nerovnoměrným rozložením věkových kohort a nestejným zastoupením žen a mužů.

Výzkum je postaven na sebehodnocení respondentů v různých oblastech, a existuje proto riziko vlivu sociální žádoucnosti na styl odpovídání v dotazníku. Kromě toho se také ukazuje, že lidé mají jen omezenou schopnost adekvátně hodnotit sami sebe. Specificky pro měření moudrosti prostřednictvím sebehodnocení je limitem to, že jedním ze základních kritérií moudrosti je uvědomování si limitů vlastních znalostí, a z toho vycházející pokora a skromnost. Opravdu moudrý člověk by tedy teoreticky sám sebe jako moudrého neohodnotil.

Konkrétně použitá dotazníková baterie má omezení v tom, že odpovědní škály časové perspektivy a moudrosti jsou konstruovány s prohozenými póly. Zatímco odpověď 1 tak pro S-ZTPI značí jednoznačný nesouhlas, pro 3DŠM je vyjádřením naprostého souhlasu. Pro některé respondenty to mohlo být matoucí a ovlivnit jejich odpovědi.

Určitým nedostatkem je také nemožnost porovnat výsledky se zahraničními či domácími studii, protože vztah mezi moudrostí a časovou perspektivou nebyl doposud výzkumně probádán. Výjimku tvoří studie Webstera a kol. (2014b), ve které však autoři nepoužívají S-ZTPI, ale vlastní nově zkonstruovanou metodu a jiný sebehodnotící dotazník moudrosti, než je použitý v aktuálním výzkumu.

7.2 Návrh pokračování

Protože je moudrost v českém prostředí nové téma, nabízí se celá řada možných výzkumných směrů pokračování. Jednou z možností je navázat na tento výzkum a v longitudinálním designu ověřit vliv časové perspektivy, která se utváří už od dětství, na

moudrost v některém z pozdějších období života. Kromě toho by bylo vhodné ověřit výsledky prezentovaného výzkumu na reprezentativním, nebo alespoň jinak strukturovaném vzorku respondentů.

Dalším přínosem pro rozvoj tohoto tématu v ČR by byly překlady a kulturní adaptace jiných metod používaných v zahraničí, např. dalšího sebesuzovacího dotazníku, paradigmatu používaného berlínskou školou nebo kombinovaného způsobu měření moudrého uvažování. V návaznosti na dostupnost metod pro měření moudrosti je poté možné prozkoumat souvislosti s dalšími psychologickými koncepty jako je well-being, vděčnost, otevřenost ke zkušenosti dle Big 5 či emoční inteligence. Akumulace poznatků umožní lepší pochopení konceptu moudrosti, včetně jejího vzniku a vývoje. Tyto poznatky se pak dají uplatnit v praxi, např. ve vzdělávání, managementu a obecně za účelem budování moudřejší společnosti.

Zcela odlišnou linií výzkumu jsou pak výzkumy implicitních teorií různých skupin lidí spojené s představami o moudrosti. Implicitní představy o moudrosti jsou totiž ovlivněny kulturou a je důležité zjistit jejich specifika pro českou kulturu. Implicitní teorie mohou navíc napomoci při adaptaci explicitních metod do českého prostředí.

Závěr

Moudrost je jedna z nejvyšších ctností lidského charakteru. Uvedený výzkum si kladl za cíl ověřit možnosti využití překladu sebeposuzujícího dotazníku z amerického prostředí, který prokázal dobré psychometrické vlastnosti. Následně se studie věnovala zjišťování souvislostí mezi moudrostí a časovou perspektivou. Korelační vztahy byly nalezeny pro řadu subškál časové perspektivy včetně balancované časové perspektivy a moudrosti. Tento výzkum je tak jedním z prvních v českém prostředí, a zároveň unikátním výzkumem i ve vztahu k zahraničí, protože takto komplexně nebyla doposud moudrost s časovou perspektivou studována.

Do budoucna se otevírá řada dalších cest, kterými lze výzkum moudrosti směřovat. Jednou z potenciálních linií je studium laických teorií o moudrosti, zatímco druhá aplikuje zahraniční explicitní metody, ověřuje jejich převoditelnost pro české prostředí a následně je využívá v rozšiřování dosavadní poznatkové základny o moudrosti. Výrazným nedostatkem ve studiu moudrosti je i v celosvětovém kontextu absence longitudinally designovaných výzkumů. I zde se proto otevírá prostor pro další rozvoj.

Seznam použitých informačních zdrojů

- Aldwin, C. M. (2009). Gender and wisdom: A brief overview. *Research In Human Development*, 6(1), 1-8. doi:10.1080/15427600902779347
- Ardelt, M. (1997). Wisdom and life satisfaction in old age. *Journals Of Gerontology Series B: Psychological Sciences & Social Sciences*, 52B(1), 15-27.
- Ardelt, M. (2000a). Antecedents and effects of wisdom in old age: A Longitudinal Perspective on Aging Well. *Research on Aging*, 22(4), 360-394.
- Ardelt, M. (2000b). Intellectual versus wisdom-related knowledge: The case for a different kind of learning in the later years of life. *Educational Gerontology*, 26(8), 771-789. doi:10.1080/036012700300001421
- Ardelt, M. (2003a). Empirical assessment of a Three-dimensional wisdom scale. *Research on Aging*, 25(3), 275-324. doi:10.1177/0164027503251764
- Ardelt, M. (2003b). Wisdom, religiosity, purpose, and death attitudes of hospice patients, nursing home residents, and community-dwelling elders. *Conference Papers - American Sociological Association*, 1-21. doi:asa_proceeding_9589.pdf
- Ardelt, M. (2005). How wise people cope with crises and obstacles in life. *Revision*, 28(1), 7-19.
- Ardelt, M. (2009). How similar are wise men and women? A comparison across two age cohorts. *Research In Human Development*, 6(1), 9-26. doi:10.1080/15427600902779354
- Ardelt, M. (2010). Are older adults wiser than college students? A Comparison of two age cohorts. *Journal Of Adult Development*, 17(4), 193-207. doi:10.1007/s10804-009-9088-5
- Ardelt, M. (2011). The measurement of wisdom: A commentary on Taylor, Bates, and Webster's comparison of the SAWS and 3D-WS. *Experimental Aging Research*, 37(2), 241-255. doi:10.1080/0361073X.2011.554509
- Ardelt, M., & Jeste, D. V. (2016). Wisdom and hard times: the ameliorating effect of wisdom on the negative association between adverse life events and well-being. *The Journals of Gerontology: Series B: Psychological Sciences & Social Sciences*. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbw137>
- Arzeen, N., Anis-ul-Haque, M., & Arzeen, S. (2013). An investigation of relationship between wisdom and subjective wellbeing for a sample of pakistani adolescents. *FWU Journal Of Social Sciences*, 7(1), 39-46.
- Aspinwall, L. G., & Staudinger, U. M. (2003). *A psychology of human strengths: fundamental questions and future directions for a positive psychology*. Washington, DC: American Psychological Association. ISBN 1557989311.
- Åström, E., Wiberg, B., Sircova, A., Wiberg, M., & Carelli, M. (2014). Insights into features of anxiety through multiple aspects of psychological time. *Journal of Integrative Psychology and Therapeutics*, 2(1), 3. doi: 10.7243/2054-4723-2-3
- Avey, J. B., Luthans, F., Hannah, S. T., Sweetman, D., & Peterson, C. (2012). Impact of employees' character strengths of wisdom on stress and creative performance. *Human Resource Management Journal*, 22(2), 165-181. doi:10.1111/j.1748-8583.2010.00157.x
- Baltes, P. B. (2004). *Wisdom as orchestration of mind and virtue*. Berlin: Max Planck Institute for Human Development. Dostupné z https://library.mpib-berlin.mpg.de/ft/pb/PB_Wisdom_2004.pdf
- Baltes, P. B., & Smith, J. (2008). The fascination of wisdom: Its nature, ontogeny, and function. *Perspectives On Psychological Science: A Journal Of The Association For Psychological Science*, 3(1), 56-64. doi:10.1111/j.1745-6916.2008.00062.x
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (1993). The search for a psychology of wisdom. *Current Directions In Psychological Science*, 2(3), 75-80. doi:10.1111/1467-8721.ep10770914
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*, 55(1), 122-136. doi:10.1037/0003-066X.55.1.122
- Baltes, P. B., Staudinger, U. M., Maercker, A., & Smith, J. (1995). People nominated as wise: a comparative study of wisdom-related knowledge. *Psychology And Aging*, 10(2), 155-166.

- Bangen, K. J., Meeks, T. W., & Jeste, D. V. (2013). Defining and assessing wisdom: A review of the literature. *American Journal of Geriatric Psychiatry, 21*(12), 1254–1266. doi:10.1016/j.jagp.2012.11.020
- Banicki, K. (2009). The berlin wisdom paradigm: a conceptual analysis of a psychological approach to wisdom. *History & Philosophy Of Psychology, 11*(2), 25-35.
- Benedikovičová, J., & Ardelt, M. (2008). The Three-dimensional wisdom scale in cross-cultural context: A comparison between American and Slovak college students. *Studia Psychologica, 50*(2).
- Bergsma, A., & Ardelt, M. (2012). Self-reported wisdom and happiness: An empirical investigation. *Journal Of Happiness Studies, 13*(3), 481-499. doi:10.1007/s10902-011-9275-5
- Bluck, S., & Glück, J. (2004). Making things better and learning a lesson: experiencing wisdom across the lifespan. *Journal Of Personality, 72*(3), 543-572.
- Boniwell, I., & Zimbardo, P. G. (2004). Balancing one's time perspective in pursuit of optimal functioning. In Linley, P. A., & Joseph, S. (Eds.). *Positive psychology in practice*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Boyd, J. N., & Zimbardo, P. G. (1997). Constructing time after death - The transcendental-future time perspective. *Time & Society, 6*(1), 35-54.
- Brezina, I., & van Oudenhoven, J. P. (2012). Do national cultures or religions shape conceptions of wisdom?. *Studia Psychologica, 54*(4), 299-311.
- Brienza, J. P., & Grossmann, I. (2017). Social class and wise reasoning about interpersonal conflicts across regions, persons and situations. *Proceedings of the Royal Society B, 284*. <http://dx.doi.org/10.1098/rspb.2017.1870>
- Brienza, J. P., Kung, F. Y. H., Santos, H. C., Bobocel, D. R., & Grossmann, I. (2017). *Wisdom, bias, and balance: Toward a process-sensitive measurement of wisdom-related cognition*. Dostupné z psyarxiv.com/p25c2
- Carelli, M. G., Wiberg, B., & Wiberg, M. (2011). Development and construct validation of the Swedish Zimbardo time perspective inventory. *European Journal of Psychological Assessment, 27*(4), 220–227. doi: 10.1027/1015-5759/a000076
- Clayton, V. P., & Birren, J. E. (1980). The development of wisdom across the lifespan: A re-examination of an ancient topic. In Baltes, P. B., & Brim O. G. Jr. (Eds.). *Life-span development and behavior, 3*, 103–135. New York: Academic Press.
- Davis, M. A., & Ortiz, D. A. C. (2017). Revisiting the structural and nomological validity of the Zimbardo time perspective inventory. *Personality and Individual Differences, 104*, 98-103. doi: 10.1016/j.paid.2016.07.037
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of wellbeing. *Time & Society, 17*(1), 47-61.
- Ely, R., & Mercurio, A. (2011). Time perspective and autobiographical memory: Individual and gender differences in experiencing time and remembering the past. *Time & Society, 20*(3), 375-400.
- Epel, E. S., Bandura, A., & Zimbardo, P. G. (1999). Escaping homelessness: The influences of self-efficacy and time perspective on coping with homelessness. *Journal Of Applied Social Psychology, 29*(3), 575-596.
- Erikson, E. H. (2015). *Životní cyklus rozšířený a dokončený: devět věků člověka*. Praha: Portál. ISBN 9788026207863.
- Etezadi, S., & Pushkar, D. (2013). Why are wise people happier? An explanatory model of wisdom and emotional well-being in older adults. *Journal Of Happiness Studies, 14*(3), 929-950. doi:10.1007/s10902-012-9362-2
- Frantz, G. (2014). Wisdom: Experience or education? *Psychological Perspectives, 57*(1), 1-3.
- Glück, J. & Bluck, S. (2014). The MORE life experience model: A theory of the development of personal wisdom. *The Scientific Study of Personal Wisdom: From Contemplative Traditions to Neuroscience*. 75-98. doi: 10.1007/978-90-481-9231-1_4

- Glück, J., & Baltes, P. B. (2006). Using the concept of wisdom to enhance the expression of wisdom knowledge: Not the philosopher's dream but differential effects of developmental preparedness. *Psychology and Aging, 21*(4), 679-690. doi: 10.1637/0882-7974.21.4.679
- Glück, J., & Bluck, S. (2011). Laypeople's conceptions of wisdom and its development: cognitive and integrative views. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 66*(3), 321-324. doi:10.1093/geronb/gbr011
- Glück, J., Bischof, B., & Siebenhüner, L. (2012). "Knows what is good and bad", "Can teach you things", "Does lots of crosswords": Children's knowledge about wisdom. *European Journal Of Developmental Psychology, 9*(5), 582-598. doi:10.1080/17405629.2011.631376
- Glück, J., Bluck, S., & Naschenweng, K., et al. (2013). How to measure wisdom: content, reliability, and validity of five measures. *Frontiers in Psychology, 4*. doi: 10.3389/fpsyg.2013.00405
- Glück, J., Bluck, S., Baron, J., & McAdams, D. P. (n.d). The wisdom of experience: Autobiographical narratives across adulthood. *International Journal Of Behavioral Development, 29*(3), 197-208. doi:10.1080/01650250444000504
- Glück, J., Strasser, I., & Bluck, S. (2009) Gender differences in implicit theories of wisdom. *Research in Human Development, 6*(1), 27-44, doi: 10.1080/15427600902779370
- Greene, J. A., & Brown, S. C. (2009). The Wisdom development scale: Further validity investigations. *The International Journal Of Aging & Human Development, 68*(4), 289-320. doi:10.2190/AG.68.4.b
- Grossmann, I. (2017a, September 29). *Wisdom and how to cultivate it: Review of emerging evidence for a constructivist model of wise thinking*. Dostupné z psyarxiv.com/qkm6v
- Grossmann, I. (2017b). Wisdom in context. *Perspectives on Psychological Science, 12*(2), 233-257. doi: 10.1177/1745691616672066
- Grossmann, I., & Kross, E. (2014). Exploring Solomon's paradox: self-distancing eliminates the self-other asymmetry in wise reasoning about close relationships in younger and older adults. *Psychological Science, 25*(8), 1571-1580. doi: 10.1177/0956797614535400
- Grossmann, I., Gerlach, T. M., & Denissen, J. J. A. (2016). Wise reasoning in the face of everyday life challenges. *Social Psychological and Personality Science, 7*(7), 611-622. doi: 10.1177/1948550616652206
- Grossmann, I., Na, J., Varnum, M. E. W., Kitayama, S., & Nisbett, R. E. (2013). A Route to well-being: Intelligence versus wise reasoning. *Journal of experimental psychology-general, 142*(3), 944-953. doi: 10.1037/a0029560
- Holman, E. A., & Zimbardo, P. G. (2009). The social language of time: the time perspective-social network connection. *Basic & Applied Social Psychology, 31*(2), 136-147. doi:10.1080/01973530902880415
- Chen, L., Wu, P., Cheng, Y., & Hsueh, H. (2011). A qualitative inquiry of wisdom development: Educators' perspectives. *The International Journal Of Aging & Human Development, 72*(3), 171-187. doi:10.2190/AG.72.3.a
- Jason, L. A., Reichler, A., King, C., Madsen, D., Camacho, J., & Marchese, W. (2001). The measurement of wisdom: A preliminary effort. *Journal Of Community Psychology, 29*(5), 585-598. doi:10.1002/jcop.1037
- Jeste, D. V., & Harris, J. C. (2010). Wisdom-a neuroscience perspective. *Jama, 304*(14), 1602-1603. doi:10.1001/jama.2010.1458
- Jeste, D. V., & Oswald, A. J. (2014). Individual and societal wisdom: explaining the paradox of human aging and high well-being. *Psychiatry, 77*(4), 317-330. doi:10.1521/psyc.2014.77.4.317
- Jeste, D. V., Ardelt, M., Blazer, D., Kraemer, H. C., Vaillant, G., & Meeks, T. W. (2010). Expert consensus on characteristics of wisdom: A Delphi method study. *The Gerontologist, 50*(5), 668-680. doi:10.1093/geront/gnq022
- Jochemczyk, L., Pietrzak, J., Buczkowski, R., Stolarski, & M., Markiewicz, L. (2017). You Only Live Once: Present-hedonistic time perspective predicts risk propensity. *Personality and Individual Differences, 115*, 148-153. doi: 10.1016/j.paid.2016.03.010
- Kallio, E. (2015). From causal thinking to wisdom and spirituality. *Approaching Religion, 5*(2), 27-41.

- Kaluźna-Wielobób, A. (2014). Do individual wisdom concepts depend on value? *Polish Psychological Bulletin*, 45(2), 112-127. doi:10.2478/ppb-2014-0016
- Keough, K. A., Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Who's smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use. *Basic & Applied Social Psychology*, 21(2), 149-164.
- Kocourek, D. (2018). *Negativní časová perspektiva u adolescentů a její souvislost s typem attachmentu* (bakalářská práce). Dostupné z <https://dspace.cuni.cz/handle/20.500.11956/1936>
- König, S., & Glück, J. (2012). Situations in which i was wise: Autobiographical wisdom memories of children and adolescents. *Journal Of Research On Adolescence*, 22(3), 512-525. doi: 10.1111/j.1532-7795.2012.00800.x
- König, S., & Glück, J. (2013). Individual differences in wisdom conceptions: relationships to gratitude and wisdom. *International Journal Of Aging & Human Development*, 77(2), 127-147.
- König, S., & Glück, J. (2014). "Gratitude is with me all the time": how gratitude relates to wisdom. *The Journals Of Gerontology. Series B, Psychological Sciences And Social Sciences*, 69(5), 655-666. doi:10.1093/geronb/gbt123
- Krafčík, D. A. (2015). Words from the wise: Exploring the lives, qualities, and opinions of wisdom exemplars. *Integral Review: A Transdisciplinary & Transcultural Journal For New Thought, Research, & Praxis*, 11(2), 7-35.
- Krause, N. (2016). Assessing the relationships among wisdom, Humility, and life satisfaction. *Journal of Adult Development*, 23(3), 140-149. <https://doi.org/10.1007/s10804-016-9230-0>
- Krause, N., & Hayward, R. D. (2015). Assessing whether practical wisdom and awe of God are associated with life satisfaction. *Psychology Of Religion And Spirituality*, 7(1), 51-59. doi:10.1037/a0037694
- Kross, E., & Grossmann, I. (2012). Boosting wisdom: Distance from the self enhances wise reasoning, attitudes, and behavior. *Journal Of Experimental Psychology: General*, 141(1), 43-48. doi:10.1037/a0024158
- Le, T. N. (2008). Cultural Values, Life Experiences, and Wisdom. *International Journal Of Aging & Human Development*, 66(4), 259-281. doi:10.2190/AG.66.4.a
- Le, T. N. (2011). Life satisfaction, openness value, self-transcendence, and wisdom. *Journal Of Happiness Studies*, 12(2), 171-182. doi:10.1007/s10902-010-9182-1
- Levenson, M. R., Jennings, P. A., Aldwin, C. M., & Shiraishi, R. W. (2005). Self-transcendence: Conceptualization and measurement. *International Journal of Aging & Human Development*, 60(2), 127-143. doi: 10.2190/XRXM-FYRA-7U0X-GRC0
- Lewis, P. (2009). Wisdom as Seen Through Scientific Lenses: A Selective: Survey of Research in Psychology and the Neurosciences. *Tradition & Discovery*, 36(2), 67-72.
- Linley, P. A. (2003). Positive Adaptation to Trauma: Wisdom as Both Process and Outcome. *Journal Of Traumatic Stress*, 16(6), 601-610.
- Łowicki, P., Witowska, J., Zajenkowski, M., & Stolarski, M. (2018). Time to believe: Disentangling the complex associations between time perspective and religiosity. *Personality and Individual Differences*, 134, 97-106.
- Lukavská, K., Klicperová-Baker, M., Lukavský, J., & Zimbardo, P. G. (2011). ZTPI - Zimbardoův Dotazník Časové Perspektivy. *Československá Psychologie*, (4), 356-373.
- Mareš, J. (2010). Člověk a subjektivní čas. *Studia Pedagogica*. Brno: Masarykova univerzita. ISSN 2081-1640.
- Maroof, R., Khan, M. J. Z., Anwar, M., & Anwar, A. (2015). A cross-sectional study of wisdom: a matter of age and gender. *FWU Journal of Social Sciences*, 9(2), 63-71.
- Matthews, G., & Stolarski, M. (2015). Emotional processes in development and dynamics of individual time perspective. *Time Perspective Theory: Review, Research and Application: Essays in Honor of Philip G. Zimbardo*. 269-286. doi: 10.1007/978-3-319-07368-2_18
- McLaughlin, P., & McMinn, M. R. (2015). Studying wisdom: Toward a Christian integrative perspective. *Journal Of Psychology And Theology*, 43(2), 121-130.

- Meeks, T. W., & Jeste, D. V. (2009). Neurobiology of wisdom: a literature overview. *Archives Of General Psychiatry*, 66(4), 355-365. doi:10.1001/archgenpsychiatry.2009.8
- Metcalf, B., & Zimbardo, P. (2016). Time perspective theory. In Miller, H. L. (Ed.). *The SAGE Encyclopedia of Theory in Psychology*. SAGE Publications, Inc. ISBN: 9781483346274. doi:10.4135/9781483346274.n320
- Mickler, C., & Staudinger, U. M. (2008). Personal wisdom: Validation and age-related differences of a performance measure. *Psychology & Aging*, 23(4), 787-799. doi:10.1037/a0013928
- Molinari, L., Speltini, G., Passini, S. & kol. (2016). Time perspective in adolescents and young adults: Enjoying the present and trusting in a better future. *Time & Society*, 25(3), 594-612.
- Montgomery, A., Barber, C., & McKee, P. (2002). A phenomenological study of wisdom in later life. *International Journal of Aging and Human Development* 54, 139-57.
- Moraitou, D., & Efklides, A. (2012). The Wise Thinking and Acting Questionnaire: The cognitive facet of wisdom and its relation with memory, affect, and hope. *Journal Of Happiness Studies*, 13(5), 849-873. doi:10.1007/s10902-011-9295-1
- Munro, A. (2012). Leadership wisdom and the perspective of time. *Integral Leadership Review*, 12(1), 1-7.
- Muro, A., Castella, J., Sotoca, C., & kol. (2015). To what extent is personality associated with time perspective? *Anales de psicología*, 31(2), 488-493.
- Muro, A., Feliu-Soler, A., Castellà, J., Deví, J., & Soler, J. (2017). Does time perspective predict life satisfaction? A study including mindfulness as a measure of time experience in a sample of Catalan students. *Mindfulness*, 8(3), 655-663.
- Pascual-Leone, J. (2000). Mental attention, conscious, and the progressive emergence of wisdom. *Journal Of Adult Development*, 7(4), 241-254. doi:10.1023/A:1009563428260
- Pasupathi, M., Staudinger, U. M., & Baltes, P. B. (2001). Seeds of wisdom: adolescents' knowledge and judgment about difficult life problems. *Developmental Psychology*, 37(3), 351-361.
- Pavelková, I., & Havlíčková, R. (2013). Perspective orientation and time dimension in student motivation. *Journal of Education Culture and Society*, 1, 177-189. ISSN 1803-7437.
- Pavelková, I., Purková, V., & Menšíková, V. (2010). Časová perspektiva jako významný regulativ v lidském životě a žákovské motivaci. *Časopis Pedagogická orientace*, 15(1), 29-46. ISSN 1803-7437.
- Perry, C. L., Komro, K. A., Jones, R. M., Munson, K., Williams, C. L., & Jason, L. (2002). The measurement of wisdom and its relationship to adolescent substance use and problem behaviors. *Journal Of Child & Adolescent Substance Abuse*, 12(1), 45-63. doi:10.1300/J029v12n01_03
- Peterson, Ch., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press. ISBN 0195167015.
- Reams, J. (2015). A brief overview of from wisdom related knowledge to wise acts: Refashioning the conception of wisdom to improve our chances of becoming wiser. *Integral Review: A Transdisciplinary & Transcultural Journal For New Thought, Research, & Praxis*, 11(2), 75-78.
- Rönnlund, M., Åström, E., & Carelli, M. (2017). Time perspective in late adulthood: Aging patterns in past, present and future dimensions, deviations from balance, and associations with subjective well-being. *Timing & Time Perception*, 5, 77-98. doi:10.1163/22134468-00002081
- Rönnlund, M., Åström, E., Adolfsson, R., & kol. (2018). Perceived stress in adults aged 65 to 90: Relations to facets of time perspective and comt val(158)met polymorphism. *Frontiers in Psychology*, 9.
- Santos, H. C., Huynh, A. C., & Grossmann, I. (2017). Wisdom in a complex world: A situated account of wise reasoning and its development. *Social and Personality Psychology Compass*, 11(10). doi: 10.1111/spc3.12341
- Seema, R., Sircova, A., & Baltin, A. (2014). Transcendental future - is it a healthy belief or a time perspective? The transcendental-future time perspective inventory (tftpi) in estonian. *TRAMES: A Journal Of The Humanities & Social Sciences*, 18(1), 57-75. doi:10.3176/tr.2014.1.04
- Sharma, A., & Dewangan, R. L. (2017). Can wisdom be fostered: Time to test the model of wisdom. *Cogent Psychology*, 4(1). https://doi.org/10.1080/23311908.2017.1381456

- Schwartz, B., & Sharpe, K. E. (2006). Practical Wisdom: Aristotle meets positive psychology. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 377-395. doi:10.1007/s10902-005-3651-y
- Simons, M., Peeters, S., Janssens, M. & kol. (2018). Does age make a difference? Age as moderator in the association between time perspective and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 19(1), 57-67.
- Sircova, A. & kol. (2014). A global look at time: A 24-country study of the equivalence of the Zimbardo time perspective inventory. *SAGE Open*, 4(1). doi: 10.1177/2158244013515686
- Staudinger, U. M. (1999). Older and wiser? Integrating results on the relationship between age and wisdom-related performance. *International Journal Of Behavioral Development*, 23(3), 641-664. doi:10.1080/016502599383739
- Staudinger, U. M. (2008). A psychology of wisdom: History and recent developments. *Research In Human Development*, 5(2), 107-120. doi:10.1080/15427600802034835
- Staudinger, U. M., Maciel, A. G., Smith, J., & Baltes, P. B. (1998). What predicts wisdom-related performance? A first look at personality, intelligence, and facilitative experiential contexts. *European Journal Of Personality*, 12(1), 1-17.
- Staudinger, U. M., Smith, J., & Baltes, P. B. (1992). Wisdom-related knowledge in a life review task: age differences and the role of professional specialization. *Psychology And Aging*, 7(2), 271-281.
- Sternberg, R. J. (1985). Implicit Theories of Intelligence, Creativity, and Wisdom. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 49(3), 607-627.
- Sternberg, R. J. (1998). A balance theory of wisdom. *Review Of General Psychology*, 2(4), 347-365. doi:10.1037/1089-2680.2.4.347
- Sternberg, R. J. (2016). Wisdom applied: The secret sauce that has allowed me already to have achieved immortality. Tobias, S., Fletcher, J. D., & Berliner, D. C. (Eds.). *Acquired Wisdom Series. Education Review*, 23, 1-25.
- Stolarski, M. (2016). Not restricted by their personality: Balanced Time Perspective moderates well-established relationships between personality traits and well-being. *Personality and Individual Differences*, 101, 518-519. doi: 10.1016/j.paid.2016.05.314
- Stolarski, M., & Cyniak-Cieciura, M. (2016). Balanced and less traumatized: Balanced time perspective mediates the relationship between temperament and severity of PTSD syndrome in motor vehicle accident survivor sample. *Personality and Individual Differences*, 101, 456-461. doi: 10.1016/j.paid.2016.06.055
- Stolarski, M., & Matthews, G. (2016). Time perspectives predict mood states and satisfaction with life over and above personality. *Current Psychology*, 35(4), 516-526.
- Stolarski, M., Bitner, J., & Zimbardo, P. G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time & Society*, 20(3), 346-363.
- Stolarski, M., Matthews, G., Postek, S., Zimbardo, P., & Bitner, J. (2014). How we feel is a matter of time: relationships between time perspectives and mood. *Journal of Happiness Studies*, 15(4), 809-827. doi:10.1007/s10902-013-9450-y
- Stolarski, M., Vowinckel, J., Jankowski, K. S., & Zajenkowski, M. (2016). Mind the balance, be contented: Balanced time perspective mediates the relationship between mindfulness and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 93, 27-31. doi: 10.1016/j.paid.2015.09.039
- Stolarski, M., Wiberg, B., & Osin, E. (2015). Assessing temporal harmony: the issue of a balanced time perspective. *Time Perspective Theory; Review, Research and Application: Essays in Honor of Philip G. Zimbardo*. 57-71. doi: 10.1007/978-3-319-07368-2_3
- Stolarski, M., Zajenkowski, M., & Zajenkowska, A. (2016) Aggressive? from time to time ... uncovering the complex associations between time perspectives and aggression. *Current Psychology*, 35, 1-10.
- Swartwood, J. (2013). Wisdom as expert skill. *Ethical Theory & Moral Practice*, 16(3), 511-528. doi:10.1007/s10677-012-9367-2
- Takahashi, M., & Bordia, P. (2000). The Concept of Wisdom: A Cross-cultural comparison. *International Journal Of Psychology*, 35(1), 1-9. doi:10.1080/002075900399475

- Takahashi, M., & Overton, W. F. (2002). Wisdom: A culturally inclusive developmental perspective. *International Journal Of Behavioral Development*, 26(3), 269-277. doi:10.1080/01650250143000139
- Taylor, M., Bates, G., & Webster, J. D. (2011). Comparing the psychometric properties of two measures of wisdom: Predicting forgiveness and psychological well-being with the Self-assessed wisdom scale (saws) and the Three-dimensional wisdom scale (3D-WS). *Experimental Aging Research*, 37(2), 129-141. doi:10.1080/0361073X.2011.554508
- Thomas, M. L., et al. (2017). A new scale for assessing wisdom based on common domains and a neurobiological model: The San Diego Wisdom Scale (SD-WISE). *Journal of Psychiatric Research*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychires.2017.09.005>
- Thomas, S., & Kunzmann, U. (2014). Age differences in wisdom-related knowledge: does the age relevance of the task matter?. *The Journals Of Gerontology. Series B, Psychological Sciences And Social Sciences*, 69(6), 897-905. doi:10.1093/geronb/gbt076
- VIA Institute on Character (25-6-2018). Dostupné z <http://www.viacharacter.org>
- Walsh, R. (2011). The varieties of wisdom: Contemplative, cross-cultural, and integral contributions. *Research In Human Development*, 8(2), 109-127. doi:10.1080/15427609.2011.568866
- Walsh, R. (2012). Wisdom: An integral view. *Journal Of Integral Theory And Practice*, 7(1), 1-21.
- Webster, J. D., Weststrate, N. M., Ferrari, M., Munroe, M., & Pierce, T. W. (2018). Wisdom and Meaning in Emerging Adulthood. *Emerging Adulthood*, 6(2), 118-136. doi: 10.1177/2167696817707662
- Webster, J. (2010). Wisdom and Positive Psychosocial Values in Young Adulthood. *Journal Of Adult Development*, 17(2), 70-80. doi:10.1007/s10804-009-9081-z
- Webster, J. D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal Of Adult Development*, 10(1), 13-22. doi:10.1023/A:1020782619051
- Webster, J. D. (2007). Measuring the character strength of wisdom. *The International Journal Of Aging & Human Development*, 65(2), 163-183. doi:10.2190/AG.65.2.d
- Webster, J. D. (2011). A new measure of time perspective: initial psychometric findings for the balanced time perspective scale (BTPS). *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 43. 111-118. doi: 10.1037/a0022801
- Webster, J. D., & Deng, X. C. (2015). Paths from trauma to intrapersonal strength: Worldview, posttraumatic Growth, and wisdom. *Journal Of Loss & Trauma*, 20(3), 253-266. doi:10.1080/15325024.2014.932207
- Webster, J. D., Bohlmeijer, E. T., & Westerhof, G. J. (2014b). Time to flourish: the relationship of temporal perspective to well-being and wisdom across adulthood. *Aging & Mental Health*, 18(8), 1046-1056. doi:10.1080/13607863.2014.908458
- Webster, J. D., Taylor, M., & Bates, G. (2011). Conceptualizing and Measuring Wisdom: A Reply to Ardelt. *Experimental Aging Research*, 37(2), 256-259. doi:10.1080/0361073X.2011.554514
- Webster, J. D., Westerhof, G. J., & Bohlmeijer, E. T. (2014a). Wisdom and mental health across the lifespan. *Journals of Gerontology Series B-Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(2), 209-218. DOI: 10.1093/geronb/gbs121
- Weissenberger, S., & kol. (2016). ADHD and Present Hedonism: time perspective as a potential diagnostic and therapeutic tool. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12. 2963-2971.
- Weststrate, N. M., & Glück, J. (2017). Hard-earned wisdom: Exploratory processing of difficult life experience is positively associated with wisdom. *Developmental Psychology*, 53(4), 800-814. doi:10.1037/dev0000286
- Wiberg, B., Sircova, A., Wiberg, M., & Carelli, M. (2017). Balanced time perspective: developing empirical profile and exploring its stability over time. *Time Perspective: Theory and Practice*. 63-95. doi: 10.1057/978-1-137-60191-9_4
- Wiberg, M., Sircova, A., Wiberg, B., & Carelli, M. (2012). Operationalizing Balanced Time Perspective in a Swedish Sample. *The International Journal of Educational and Psychological Assessment*, 12, 97-107.
- Woerner, M. H., & Edmondson, R. (2008). Towards a Taxonomy of Types of Wisdom. *Yearbook Of The Irish Philosophical Society*, 148-163.

- Yang, S. (2001). Conceptions of wisdom among Taiwanese Chinese. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32, 662-289. doi: 10.1177/0022022101032006002
- Yang, S. (2011). East meets West: Cross-cultural perspectives on wisdom and adult education. *New Directions For Adult & Continuing Education*, 131, 45-54. doi:10.1002/ace.420
- Yang, S. (2014). Wisdom and learning from important and meaningful life experiences. *Journal Of Adult Development*, 21(3), 129-146. doi:10.1007/s10804-014-9186-x
- Zacher, H., McKenna, B., & Rooney, D. (2013). Effects of self-reported wisdom on happiness: Not much more than emotional intelligence? *Journal Of Happiness Studies*, 14(6), 1697-1716. doi:10.1007/s10902-012-9404-9
- Zajenkowski, M., Stolarski, M., Maciantowicz, O., Malesza, M., & Witowska, J. (2016a). Time to be smart: Uncovering a complex interplay between intelligence and time perspectives. *Intelligence*, 58, 1-9. doi: 10.1016/j.intell.2016.06.002
- Zajenkowski, M., Stolarski, M., Witowska, J., Maciantowicz, O., & Lowicki, P. (2016b). Fluid Intelligence as a Mediator of the Relationship between Executive Control and Balanced Time Perspective. *Frontiers in Psychology*, 7. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01844
- Zebardast, A., Besharat, M. A., & Haghighatgoo, M. (2011b). *The relationship between self-regulation and time perspective in students*. 2nd World Conference on Psychology, Counselling and Guidance (WCPCG). Antalya, Turkey.
- Zebardast, A., Besharat, M. A., & Haghighatgoo, M., (2011a). *The relationship between self-efficacy and time perspective in students*. 2nd World Conference on Psychology, Counselling and Guidance (WCPCG). Antalya, Turkey.
- Zhang, J. W., Howell, R., & Stolarski, M. (2013). Comparing three methods to measure balanced time perspective: The relationship between balanced time perspective and subjective wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 14, 169–184.
- Zimbardo, P. G. (2008). *An overview of time perspective types: Time perspective biases: general, phenomenological characterizations of each time perspective*. Dostupné z <http://www.thetimeparadox.com/2008/08/03/an-overview-of-time-perspective-types/>
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal Of Personality & Social Psychology*, 77(6), 1271-1288.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). *The time paradox. The new psychology of time that will change your life*. New York: Free Press.
- Zimbardo, P. G., Keough, K. A., & Boyd, J. N. (1997). Present time perspective as a predictor of risky driving. *Personality and Individual Differences*, 23(6), 1007-1023.

Seznam příloh

Příloha 1 – Dotazníková baterie