

**Abstrakt:**

Cílem této práce je představení soucitu k sobě – zdravého a podpůrného sebevztahu, který by mohl být dosažitelnější než bezpodmínečné sebepřijetí a obnášet méně nevýhod než vysoká sebeúcta. Teoretická část popisuje koncept soucitu k sobě, porovnává jej s příbuznými konstrukty, nastiňuje jeho aplikační oblasti, uvádí související psychometrické metody (SCS, SCS-SF, FoSC) a popisuje do češtiny přeloženou Škálu soucitu se sebou (SCS-CZ).

Empirická část prověřuje konvergentní a diskriminační konstruktovou validitu SCS-CZ pomocí Beckovy sebesuzovací škály deprese (BDI-II), Spielbergova dotazníku na měření úzkostnosti (STAI X2), a Škály bezpodmínečného pozitivního sebepřijetí (UPSRS). Nadto poskytuje podklady pro porovnání konstruktů soucitu k sobě a bezpodmínečného sebepřijetí na základě empirických dat.

Kvantitativní šetření zaměřené na neklinickou populaci ve věku 15-75 let ( $n = 415$ ) proběhlo formou baterie dotazníků administrovaných přes internet. Dotazník SCS-CZ vykazuje silnou negativní korelaci s BDI-II a STAI X2 a silnou pozitivní korelaci s UPSRS.

SCS-CZ je validní, úsporná metoda vypovídající jak o míře soucitu k sobě, tak o schopnosti regulace emocí a o vztahu k sobě samému, a představuje vhodný nástroj k meziskupinovému a mezipopulačnímu srovnávání. Pro vyvozování závěrů o jednotlivci je doporučeno doplnit SCS-CZ kvalitativními údaji, dokud nebude ověřena jeho test-retest reliabilita v klinické populaci.

**Klíčová slova:**

Soucit k sobě, sebesoucit, soucit se sebou, Škála soucitu se sebou, psychometrické vlastnosti, SCS-CZ, bezpodmínečné sebepřijetí