

## Příloha 1: Zimbardův inventář časové perspektivy

Instrukce: Nakolik souhlasíte s následujícími výroky?

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

1. Věřím, že scházení se s přáteli na večírcích a oslavách patří k důležitým životním radostem.

1    2    3    4    5

          

2. Pohledy, zvuky a vůně důvěrně známé z dětství ve mně často vyvolávají spoustu nádherných vzpomínek.

1    2    3    4    5

          

3. Mnohé v mém životě určuje osud.

1    2    3    4    5

          

4. Často myslím na to, co jsem měl v životě udělat jinak.

1    2    3    4    5

          

5. Má rozhodnutí jsou většinou ovlivněna lidmi a věcmi v mém okolí.

1    2    3    4    5

          

6. Věřím, že člověk by si měl každé ráno předem naplánovat svůj nastávající den.

1    2    3    4    5

          

7. Moc rád vzpomínám na svou minulost.

1    2    3    4    5

          

8. Jednám impulsivně – tj. dělávám věci, které mne právě napadnou.

1    2    3    4    5

          

9. Nedělám si starosti, když se věci neudělají včas.

1    2    3    4    5

10. Když chci něčeho dosáhnout, vytyčím si své cíle a rozmyslím si jakými konkrétními prostředky k nim dospět.

1      2      3      4      5

---

          

---

11. Zváží-li svou minulost, vybavuje se mi mnohem víc dobrého než toho špatného.

1      2      3      4      5

---

          

---

12. Při poslouchání své oblíbené hudby často úplně ztratím pojem o čase.

1      2      3      4      5

---

          

---

13. Řídím se pravidlem „nejdřív práce a potom zábava“.

1      2      3      4      5

---

          

---

14. Vzhledem k tomu, že co se má stát se stejně stane, nesejde vlastně na tom, co udělám já.

1      2      3      4      5

---

          

---

15. Mám rád povídání o tom, jaké to bylo za „starých dobrých časů“.

1      2      3      4      5

---

          

---

16. V myslí se mi opakují staré bolestné prožitky.

1      2      3      4      5

---

          

---

17. Pokouším se žít svůj život den za dnem (bez velkého přemýšlení o budoucnosti) a naplno.

1      2      3      4      5

---

          

---

18. Zneklidňuje mne, když jdu někam pozdě.

1      2      3      4      5

---

          

---

19. Nejraději bych žil každý den, jako by to byl můj den poslední.

1      2      3      4      5

---

          

---

20. Snadno mi mysl zaplaví vzpomínky na šťastné chvíle.

1    2    3    4    5

          

---

21. Své závazky vůči přátelům a úřadům plním včas.

1    2    3    4    5

          

---

22. V minulosti jsem si prožil svůj díl příkoří.

1    2    3    4    5

          

---

23. Rozhoduji se bez přemýšlení, pod vlivem okamžiku.

1    2    3    4    5

          

---

24. Beru každý den tak, jak přichází, místo abych se pokoušel ho naplánovat.

1    2    3    4    5

          

---

25. Minulost je spojena s příliš mnoha nepříjemnými vzpomínkami, na které raději nemyslím.

1    2    3    4    5

          

---

26. Pokládám za důležité vnést do svého života vzrušení.

1    2    3    4    5

          

---

27. Přál bych si, aby bylo možné napravit chyby, které jsem udělal v minulosti.

1    2    3    4    5

          

---

28. Připadá mi, že je důležitější mít radost z toho, co člověk dělá, než dokončit danou práci včas.

1    2    3    4    5

          

---

29. S nostalgií vzpomínám na své dětství (jako by se mi po dětství stýskalo).

1    2    3    4    5

          

---

30. Než se k něčemu rozhodnu, zvažuji, zda se vynaložený čas a námaha vyplatí.

1    2    3    4    5

---

          

---

31. Riskování chrání můj život před nudou.

1    2    3    4    5

---

          

---

32. Pro mne je důležitější si cestu životem užít než soustředit se jen na cíl.

1    2    3    4    5

---

          

---

33. Věci málo kdy dopadly tak, jak jsem čekal.

1    2    3    4    5

---

          

---

34. Je pro mne těžké zapomenout na nepříjemnosti z mého mládí.

1    2    3    4    5

---

          

---

35. Živelné potěšení z toho, co dělám, mizí, když musím myslet na cíle a důsledky své činnosti.

1    2    3    4    5

---

          

---

36. I když se zrovna těším z přítomnosti, nutí mne to srovnávat s podobnými zážitky z minulosti.

1    2    3    4    5

---

          

---

37. Život je samá změna, a tak člověk může sotva plánovat budoucnost.

1    2    3    4    5

---

          

---

38. Má životní cesta je řízena silami, na které nemám vliv.

1    2    3    4    5

---

          

---

39. Nemá smysl si dělat starosti s budoucností, protože ji stejně nemohu nijak ovlivnit.

1    2    3    4    5

---

          

---

40. Díky soustavné práci plním úkoly včas.

1    2    3    4    5

---

          

---

41. Často se přistihnu, že prostě „vypnu“ pozornost, když někdo z rodiny mluví o tom, jak se věci měly dříve.

1    2    3    4    5

---

          

---

42. Riskuji, abych dodal svému životu vzrušení.

1    2    3    4    5

---

          

---

43. Dělavám si seznamy toho, co mám udělat.

1    2    3    4    5

---

          

---

44. Často spíše poslechnu hlas svého srdce než rozumu.

1    2    3    4    5

---

          

---

45. Když vím, že je třeba udělat nějakou práci, jsem schopen odolat pokušením.

1    2    3    4    5

---

          

---

46. Nechávám se strhnout okamžitým vzrušením.

1    2    3    4    5

---

          

---

47. Dnešní život je příliš složitý, dal bych přednost jednoduššímu životu, jako byl dříve.

1    2    3    4    5

---

          

---

48. Mám raději přátele, kteří jsou spontánní (nenuceně přirození) než ty, jejichž chování lze předvídat.

1    2    3    4    5

---

          

---

49. Mám rád rodinné tradice a pravidelně opakované rituály.

1    2    3    4    5

---

          

---

50. Myslivám na ošklivé věci, které se mi přihodily v minulosti.

1      2      3      4      5

---

          

---

51. Pracuji i na obtížných, nezajímavých úkolech, když mi dopomohou k úspěchu.

1      2      3      4      5

---

          

---

52. Je lepší utratit to, co vydělám, za současné radosti než šetřit na zajištění budoucnosti.

1      2      3      4      5

---

          

---

53. Šťastná náhoda často přinese lepší výsledek než tvrdá práce.

1      2      3      4      5

---

          

---

54. Myslím na příležitosti, o které jsem v životě přišel.

1      2      3      4      5

---

          

---

55. Mám rád, když jsou mé důvěrné vztahy naplněny silným citem a vřelostí.

1      2      3      4      5

---

          

---

56. Vždycky se najde čas na to, abych v práci dohonil co jsem zameškal.

1      2      3      4      5

---

          

---

## **Příloha 2: Dotazník perspektivní orientace (PO-7)**

Pozorně si přečtete zadání a snažte se pravdivě odpovědět. Vybranou odpověď zakroužkujte.

1. O své budoucnosti přemýšlím:

- a) Často
- b) Někdy
- c) Skoro vůbec ne

2. Nejvíce mi vyhovuje starat se pouze o to, co bude dnes, zítra či za týden:

- a) Ano
- b) Ne
- c) Spíše ano

3. Existují lidé, kteří rádi plánují do budoucna. Jiní lidé neradi plánují do budoucna.

- a) Patřím spíše j první skupině lidí
- b) Patřím spíše k druhé skupině lidí
- c) Nemohu se rozhodnout

4. Existují lidé, kteří než se do nějakého většího úkolu pustí, přemýšlejí, jaký to bude mít význam pro jejich budoucnost. Jiní lidé si nelámou hlavu s tím, jak úkoly, na kterých pracují, ovlivní jejich budoucnost.

- a) Patřím spíše k první skupině lidí
- b) Patřím spíše k druhé skupině lidí
- c) Nemohu se rozhodnout

5. Svůj budoucí život si:

- a) Dokážu docela dobře představit
- b) Jen velmi málo dokážu představit
- c) Ani nechci představovat, chci ho žít, jak přijde

6. Svoji budoucnost mohu ovlivnit:

- a) Jen velmi málo
- b) Hodně mohu ovlivnit
- c) Skoro vůbec nemohu ovlivnit

7. To, že se musím pomalu rozhodovat o tom, co budu dělat po škole:

- a) Se mi nelíbí
- b) Nevadí mi to
- c) Nevím si s tím rady

8. Do budoucna plánuji:

- a) Ráda
- b) Nerada
- c) Někdy rád/a, někdy nerad/a

9. Jsou lidé, které zajímá především přítomnost, život berou tak, jak přichází se svými radostmi i starostmi. Jiní lidé rádi přemýšlejí o své budoucnosti, mají potřebu mít jasno a orientovat se v tom, co je čeká.

- a) Patřím spíše k první skupině lidí
- b) Nevím
- c) Patřím spíše k druhé skupině lidí

10. Když musím dlouho čekat na splnění nějakého přání /cíle/ :

- a) Tak mi to hodně vadí
- b) Vadí mi to
- c) Moc mi to nevadí, docela rád se na něco těším

11. Svě cíle:

- a) Většinou neuskutečním
- b) Někdy uskutečním, jindy neuskutečním
- c) Většinou uskutečním

12. Když ukončím nějaký dlouhodobější úkol /dosáhnu cíle/ :

- a) Mám sice velkou radost, ale více mi vyhovují krátkodobější úkoly
- b) Jsem rád/a a dodá mi to i hodně síly k nějakému dalšímu velkému plánu
- c) Jsem rád/a, že je to za mnou a mám klid

13. Zajímá mne to, co se děje teď, na tom, co se bude teprve dít, mi moc nezáleží:

- a) Souhlasí
- b) Nesouhlasí
- c) Neumím se rozhodnout

14. O tom, co budu dělat po ukončení školy, jsem se:

- a) Již rozhodl/a
- b) Ještě jsem na to nezačal/a myslet
- c) Stále ještě se rozhoduji

15. O povolání, pro které jsem se rozhodl/a:

- a) Se snažím co nejvíce dozvědět
- b) Nemám představu, jak vypadá
- c) Zatím jsem se nerozhodl/a pro žádné konkrétní povolání



16. Mám koníčka:

- a) Ve kterém to chci někam dotáhnout
- b) Nezáleží mi na tom, abych to ve svém koníčku někam dotáhl/a
- c) Nemám žádného koníčka

17. Předsevzetí si dávám

- a) Často
- b) Někdy
- c) Téměř nikdy

18. Dlouhodobé úkoly, které trvají několik měsíců, někdy i let a vyžadují moji pozornost a práci /například naučit se hře na nějaký hudební nástroj či naučit se cizí jazyk a podobně/:

- a) Mí vadí
- b) Mí nevadí
- c) Mí spíš vadí

19. Představou svého života v dospělosti se zabývám:

- a) Skoro nikdy
- b) Dost často
- c) Mállokdy

20. Co si naplánuji:

- a) Skoro vždy splním
- b) Většinou nespĺním
- c) Raději neplánuji

21. Záleží mi na tom, abych se v něčem stále zlepšoval/a:

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne

22. Když chci nějakou věc:

- a) Tak bych ji rád měl hned
- b) Hodně mi vadí, když na ni musím čekat
- c) Nevadí mi čekat

23. Jsou lidé, kteří si v životě stanovili jeden velký cíl a ten buď vyjde či nevyjde.

Jiní lidé si před sebe kladou více alternativních cílů a mezi těmi si podle situace vybírají.

- a) Patřím spíše do první skupiny lidí
- b) Patřím spíše do druhé skupiny lidí
- c) Do života si žádné cíle nekladu

24. Myslím si o sobě, že při plnění cílů se mohu spolehnout na svou vůli:

- a) Spíše ano
- b) Ne
- c) Spíše ne

25. Chci jít na vysokou školu

- a) Ano
- b) Ne
- c) Ještě jsem se nerozhodl/a

### **Příloha 3: Dotazník výkonové motivace pro žáky**

Pozorně si přečtete zadání a snažte se pravdivě odpovědět. Vybranou odpověď zakroužkujte.

1. Abych byl ve škole úspěšný, o to stojím:

- a) Moc
- b) Dost
- c) Středně
- d) Moc ne
- e) Vůbec ne

2. Při učení se mi daří soustředit:

- a) Téměř vždy
- b) Často
- c) Někdy
- d) Většinou ne
- e) Téměř nikdy

3. Ve škole se hlásím:

- a) Vždy, kdy je to možné
- b) Často
- c) Někdy
- d) málokdy
- e) Téměř nikdy

4. Kdybych si mohl vybrat, chtěl bych být známkováný:

- a) Ve všech předmětech
- b) Ve většině předmětů
- c) Jenom v některých předmětech
- d) Jenom v jednom nebo ve dvou předmětech
- e) V žádném předmětu

5. Když začnu nějakou školní úlohu, mám tendenci ji dokončit:

- a) Téměř vždy
- b) Často
- c) Někdy
- d) Většinou ne
- e) Téměř nikdy

6. Školní úlohy, které dostávám, se snažím plnit co nejlépe:

- a) Téměř vždy
- b) Často
- c) Někdy
- d) Většinou ne
- e) Téměř nikdy

7. Když mám být zkoušený, tak mám strach:

- a) Téměř vždy
- b) Dost často
- c) Někdy
- d) Málokdy
- e) Téměř nikdy

8. Mám-li být upřímný, tak se školy:

- a) Hodně bojím
- b) Dost bojím
- c) Trochu bojím
- d) Moc nebojím
- e) Vůbec nebojím

9. Když máme psát nějakou písemnou práci:

- a) Mám téměř vždy chuť nejit do školy
- b) Mám často chuť nejit do školy
- c) Mám někdy chuť nejit do školy
- d) Moc mi to nevadí
- e) Vůbec mi to nevadí

10. Když jsem zkoušený a moc neumím:

- a) Mám vždy pocit, že bych se nejraději sebral a odešel
- b) Mám často pocit, že bych se nejraději sebral a odešel
- c) Mám někdy takový pocit
- d) Nemám většinou takový pocit
- e) Nemívám takový pocit téměř nikdy

11. Když ve škole píšeme písemnou práci, počítám raději s tím, že dostanu horší známku:

- a) Téměř vždy
- b) Často
- c) Někdy
- d) Málokdy
- e) Téměř nikdy

12. Ze školních neúspěchů mám obavu:

- a) Téměř vždy
- b) Často
- c) Někdy
- d) Většinou ne
- e) Téměř nikdy

## Příloha 4: Inventář volných složek (VCI)

### Pokyny k vyplňování dotazníku

- Vedle každé otázky (vpravo) naleznete škálu se sedmi stupni.
- Jako vaši odpověď na otázku zakroužkujte číslo na stupnici (škále) – dole v tabulce naleznete výroky, které odpovídají jednotlivým číslům od 1 do 7.
- Zvolte číslici, která bude nejlépe vyjadřovat četnost (častost) shody vašich myšlenek, pocitů či jednání se situacemi v dotazníku, a to v posledních dnech.
- Posledními dny se rozumí přibližně šest právě uplynulých týdnů. Takže např. jestliže na stupnici zatrhnete 1 = téměř nikdy jste neměl(a) zmíněnou myšlenku či pocit, týká se to pouze posledních šesti neděl. Vůbec to neznamená, že jste takovou myšlenku či pocit neměl(a) nikdy.

<b>Škála:</b> <b>1 – téměř nikdy</b> <b>2 – velmi zřídka</b> <b>3 – zřídka</b> <b>4 – někdy</b> <b>5 – často</b> <b>6 – velice často</b> <b>7 – téměř vždycky</b>
--

Děkujeme za vaši účast v dotazníkovém šetření!

### VCI /1/

<b>Jak se cítím, když mám začít dělat nějaký složitý nebo nepříjemný úkol?</b>	<b>Jak často jsem se v posledních dnech takto cítil?</b>
Dávám přednost věcem, které mohu dělat bez větší námahy.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Vzchopím se.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Vyhýbám se obtížným cílům.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Ríkám si: „musíš“.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Složitě věci raději odkládám.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Přinutím se na úkolu pracovat.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky

### VCI /2/

<b>Představte si, že jste si zvolili nějaký cíl. Co v takové situaci dělám a jak se rozhoduji co dál?</b>	<b>Jak často jsem se v posledních dnech takto cítil?</b>
Jestliže je to nutné, jsem schopen rychle se rozhodovat.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Během dne si znovu a znovu připomínám všechny věci, které chci udělat.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Když mám málo času, jsem schopný rozhodnout se rychle.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
V duchu si předfíkávat vše, co chci udělat.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky
Poté, co se rozhodnu, jsem si svým rozhodnutím zcela jistý.	téměř 1 2 3 4 5 6 7 téměř nikdy vždycky

Znovu a znovu si vyvolávám v mysli, co musím udělat.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
--	----------------	---	---	---	---	---	---	---	------------------

### VCI /3/

<b>Jak s nepříjemnou činností začínám?</b>	<b>Jak často jsem se v posledních dnech takto cítil?</b>								
Ihned se do toho ponořím.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Cítím se příliš netečně na to, abych začal něco dělat.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Začnu bez váhání.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Něco začnu, ale pak toho rychle nechám.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Dělám si plány, jak nejlépe postupovat	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
I s nepříjemnou činností začnu okamžitě.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Začnu na něčem pracovat a posléze dělám něco úplně jiného.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Cítím, že mám nedostatek síly na to, abych vůbec začal.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Píšu si seznamy toho, co mám dělat.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
;Znovu a znovu to odkládám.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Určuji si přesně, jak budu postupovat.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Cítím nedostatek energie.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky

### VCI /4/

<b>Jaké jsou moje zkušenosti se situací, ve které se chci na něco plně soustředit?</b>	<b>Jak často jsem se v posledních dnech takto cítil?</b>								
Úmyslně dávám pozor na vše, co je u problému důležité.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Když se objeví překážky, zvýším své úsilí a práci.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Stále si instinktivně pamatuji svůj cíl.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Jestliže se při dosahování mého cíle objeví obtíže, umí mě to vybičovat k mým nejlepším výkonům.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Bez jakékoli námahy zůstávám v důležitých záležitostech soustředěný.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Pracuji zcela soustředěn.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Instinktivně dávám pozor na vše, co je pro dosažení mého cíle důležité.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Najednou se přistihnu, že přemýšlím o něčem zcela jiném.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Dokonce i na obtížný úkol se dokážu soustředit bez námahy.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Náhle začnu myslet na něco jiného.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Soustředím se jen na to, co je v dané chvíli důležité.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Když se snažím něčeho dosáhnout, tak mě obtíže	téměř	1	2	3	4	5	6	7	téměř





VCI /7/

<b>Jakým způsobem se stavím ke svým chybám a jak reaguji na kritiku?</b>	<b>Jak často jsem se v posledních dnech takto cítil?</b>								
Z kritiky se umím rychle poučit.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Jsem schopný okamžitě změnit své chování, když někdo poukáže na mé chyby.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Rychle se ze svých chyb učím.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky

VCI /8/

<b>Když usiluji o svůj cíl, jak se vyrovnám s neúspěchem nebo selháním?</b>	<b>Jak často jsem se v posledních dnech takto cítil?</b>								
Představuji si, jak dobře se budu cítit, až vše dokončím.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Jakmile se mi přestane něco dařit, napadají mne myšlenky, které mě paralyzují (ochromují).	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Odměním se, když dokončím něco obtížného.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Dělám si seznam toho, čeho jsem již na cestě ke svému cíli dosáhl.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Představuji si, jak se budu cítit, až cíle dosáhnu.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Po neúspěchu ztrácím sílu k práci.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Vymyslím si pro sebe odměnu, abych v námaze dál pokračoval.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Ohlížím se zpět na všechny věci, kterých jsem již dosáhl.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Poté, co zvládnu něco obtížného, udělám si přestávku.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Jednou za čas si připomínám kroky, které mě vedly blíže k dosažení cíle.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Když učiním v nějaké složité věci pokrok, udělám pro sebe něco pěkného.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky
Neustále musím myslet na předchozí neúspěch.	téměř nikdy	1	2	3	4	5	6	7	téměř vždycky

**Příloha 5: Dotazník výkonové motivace pro žáky – normy pro školy (žáci, třídy)**  
**(Hrabal, Pavelková, 2011, s. 10).**

**A) Normy pro žáky ZŠ**

<b>Potřeba úspěšného výkonu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
28 až 30	5 Velmi vysoká potřeba (6,5 % žáků)
25 až 27	4 Vysoká potřeba (22,7 % žáků)
21 až 24	3 Průměrná potřeba (40,6 % žáků)
18 až 20	2 Nízká potřeba (19,8 % žáků)
do 17	1 Velmi nízká potřeba (10,4 % žáků)

<b>Potřeba vyhnutí se neúspěchu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
25 až 30	5 Velmi vysoká obava (9,6 % žáků)
22 až 24	4 Vysoká obava (16,0 % žáků)
17 až 21	3 Průměrná obava (42,6 % žáků)
14 až 16	2 Nízká obava (20,2 % žáků)
do 13	1 Velmi nízká obava (11,6 % žáků)

**B) Normy pro třídy ZŠ**

<b>Potřeba úspěšného výkonu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
24,06 a více	5 Velmi vysoká potřeba (10 % tříd)
22,90 až 24,05	4 Vysoká potřeba (20 % tříd)
21,70 až 22,89	3 Průměrná potřeba (40 % tříd)
20,31 až 21,69	2 Nízká potřeba (20 % tříd)
do 20,30	1 Velmi nízká potřeba (10 % tříd)

<b>Potřeba vyhnutí se neúspěchu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
20,59 a více	5 Velmi vysoká obava (10 % tříd)
19,44 až 20,58	4 Vysoká obava (20 % tříd)
18,00 až 19,43	3 Průměrná obava (40 % tříd)
16,81 až 17,99	2 Nízká obava (20 % tříd)
do 16,80	1 Velmi nízká obava (10 % tříd)

**C) Normy pro žáky SŠ**

<b>Potřeba úspěšného výkonu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
25 až 30	5 Velmi vysoká potřeba (10 % žáků)
23 až 24	4 Vysoká potřeba (18,8 % žáků)
20 až 22	3 Průměrná potřeba (35,2 % žáků)
17 až 19	2 Nízká potřeba (24,3 % žáků)
do 16	1 Velmi nízká potřeba (11,7 % žáků)

<b>Potřeba vyhnutí se neúspěchu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
24 až 30	5 Velmi vysoká obava (9,2 % žáků)
21 až 23	4 Vysoká obava (21,0 % žáků)
17 až 20	3 Průměrná obava (39,8 % žáků)
14 až 16	2 Nízká obava (19,8 % žáků)
do 13	1 Velmi nízká obava (10,2 % žáků)

#### **D) Normy pro třídy SŠ**

<b>Potřeba úspěšného výkonu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
22,01 a více	5 Velmi vysoká potřeba (10 % tříd)
21,06 až 22,00	4 Vysoká potřeba (20 % tříd)
20,16 až 21,05	3 Průměrná potřeba (40 % tříd)
19,01 až 20,15	2 Nízká potřeba (20 % tříd)
do 19,00	1 Velmi nízká potřeba (10 % tříd)

<b>Potřeba vyhnutí se neúspěchu</b>	
<b>Hrubý skór</b>	<b>Standardní skór</b>
19,84 a více	5 Velmi vysoká obava (10 % tříd)
19,01 až 19,83	4 Vysoká obava (20 % tříd)
17,71 až 19,00	3 Průměrná obava (40 % tříd)
16,60 až 17,70	2 Nízká obava (20 % tříd)
do 16,59	1 Velmi nízká obava (10 % tříd)

## Příloha 6: Hodnoty naměřené ZTPI na základních a středních školách

Škola + počet žáků/studentů	Hodnoty	Neg. min.	Hedon. přít.	Budoucnost	Pozitiv. min.	Fatal. přít.
ZŠ Západní Čechy (n = 87)	<b>Průměr</b>	3,36	3,54	3,05	3,27	2,94
	<b>Směrodat. od.</b>	0,72	0,61	0,53	0,66	0,64
ZŠ Jižní Čechy I (n = 62)	<b>Průměr</b>	3,30	3,56	3,34	3,55	3,04
	<b>Směrodat. od.</b>	0,62	0,64	0,43	0,66	0,63
ZŠ Jižní Čechy II (n = 29)	<b>Průměr</b>	3,35	3,44	3,02	3,35	3,14
	<b>Směrodat. od.</b>	0,80	0,55	0,41	0,56	0,63
ZŠ Jižní Čechy III (n = 34)	<b>Průměr</b>	3,40	3,51	3,30	3,62	3,14
	<b>Směrodat. od.</b>	0,64	0,62	0,43	0,59	0,65
ZŠ Praha (n = 40)	<b>Průměr</b>	3,03	3,26	3,30	3,50	2,82
	<b>Směrodat. od.</b>	0,78	0,65	0,47	0,47	0,58
ZŠ Východní Čechy (n = 49)	<b>Průměr</b>	3,31	3,62	2,98	3,34	3,08
	<b>Směrodat. od.</b>	0,75	0,64	0,49	0,51	0,68
Gymnázium Jižní Čechy (n = 32)	<b>Průměr</b>	3,24	3,74	2,95	3,39	2,81
	<b>Směrodat. od.</b>	0,74	0,70	0,51	0,47	0,62
Gymnázium Praha (n = 20)	<b>Průměr</b>	2,59	3,18	3,20	3,66	2,35
	<b>Směrodat. od.</b>	0,57	0,52	0,59	0,58	0,57

**Legenda k tabulce:** Neg. min. – negativní minulost; Hedon. přít. – hedonistická přítomnost; Pozitiv. min. – pozitivní minulost; Fatal. přít. – fatalistická přítomnost; n – počet žáků nebo studentů; Směrodat. od. – směrodatná odchylka; ZTPI bylo hodnoceno na škále 1 – 5, kdy 5 ukazuje nejsilnější tendenci

Pozn: Pro SOU nemáme k dispozici data, ZTPI na této škole nebyl zadáván.

### Příloha č. 7 – průměrný prospěch žáků a studentů z našeho výzkumného vzorku

Pořadí	Škola	Počet	Průměr	Směrodat. od.
1.	Gymnázium Jižní Čechy	32	1,45	0,39
2.	ZŠ Západní Čechy	88	1,49	0,50
3.	ZŠ Jižní Čechy I	62	1,52	0,47
4.	ZŠ Východní Čechy	49	1,96	0,64
5.	ZŠ Jižní Čechy II	29	2,02	0,79
6.	ZŠ Praha	40	2,11	0,68
7.	ZŠ Jižní Čechy III	34	2,15	0,72
8.	Gymnázium Praha	20	2,46	0,62
9.	SOU Střední Čechy	53	2,87	0,54
Celkem		407	1,93	0,74

**Legenda k tabulce:** Pořadí – pořadí škol od nejlepšího průměrného prospěchu po nejhorší; Škola – označení školy; Počet – počet žáků nebo studentů účastnících se výzkumu v dané škole; Průměr – průměrný prospěch; Směrodat. od. – směrodatná odchylka

### Příloha 8: Hodnoty naměřené PO-7 na základních a středních školách

Škola + počet žáků/studentů	Hodnoty	PO-7	Struk.	Real.	Seber.
ZŠ Západní Čechy (n = 88)	<b>Průměr</b>	24,61	8,02	8,41	3,82
	<b>Směrodat. od.</b>	8,95	4,55	3,63	2,76
ZŠ Jižní Čechy I (n = 60)	<b>Průměr</b>	24,70	6,03	9,53	6,07
	<b>Směrodat. od.</b>	7,22	4,29	3,46	2,60
ZŠ Jižní Čechy II (n = 29)	<b>Průměr</b>	19,72	4,83	8,21	4,07
	<b>Směrodat. od.</b>	8,41	3,19	4,29	2,70
ZŠ Jižní Čechy III (n = 34)	<b>Průměr</b>	21,65	6,12	8,00	4,12
	<b>Směrodat. od.</b>	7,19	3,30	4,38	2,69
ZŠ Praha (n = 40)	<b>Průměr</b>	24,80	8,00	8,60	4,35
	<b>Směrodat. od.</b>	9,04	4,27	4,71	2,71
ZŠ Východní Čechy (n = 49)	<b>Průměr</b>	22,20	6,20	8,08	4,33
	<b>Směrodat. od.</b>	9,07	4,38	3,79	2,9
Gymnázium Jižní Čechy (n = 32)	<b>Průměr</b>	23,69	5,19	8,50	4,63
	<b>Směrodat. od.</b>	7,97	3,86	3,90	2,98
Gymnázium Praha (n = 20)	<b>Průměr</b>	27,90	8,50	8,80	5,10
	<b>Směrodat. od.</b>	10,91	5,61	4,18	2,71
SOU Střední Čechy (n = 53)	<b>Průměr</b>	22,19	6,42	8,79	4,08
	<b>Směrodat. od.</b>	9,51	4,43	4,14	2,83

**Legenda k tabulce:** PO-7 – generalizovaný faktor perspektivní orientace; dílčí faktory perspektivní orientace: struk. – strukturace, real. – realizace, seber. - seberozvoj; n – počet žáků nebo studentů; Směrodat. od – směrodatná odchylka; max. počet bodů: PO-7: 50, struk. a real.: 16, seber.: 10

**Příloha 9: Hodnoty potřeby úspěšného výkonu a potřeby vyhnutí se neúspěchu na základních a středních školách**

<b>Škola + počet žáků/studentů</b>	<b>Hodnoty</b>	<b>Pův</b>	<b>Pvn</b>
ZŠ Západní Čechy (n = 89)	<b>Průměr</b>	21,25	19,45
	<b>Směrodat. od.</b>	3,50	4,11
ZŠ Jižní Čechy I (n = 62)	<b>Průměr</b>	24,80	15,76
	<b>Směrodat. od.</b>	3,15	4,72
ZŠ Jižní Čechy II (n = 29)	<b>Průměr</b>	20,72	19,03
	<b>Směrodat. od.</b>	3,95	4,58
ZŠ Jižní Čechy III (n = 34)	<b>Průměr</b>	22,09	18,97
	<b>Směrodat. od.</b>	3,31	3,70
ZŠ Praha (n = 40)	<b>Průměr</b>	21,85	17,83
	<b>Směrodat. od.</b>	2,77	3,51
ZŠ Východní Čechy (n = 49)	<b>Průměr</b>	20,20	20,88
	<b>Směrodat. od.</b>	3,44	4,50
Gymnázium Jižní Čechy (n = 32)	<b>Průměr</b>	20,97	18,16
	<b>Směrodat. od.</b>	2,90	4,54
Gymnázium Praha (n = 20)	<b>Průměr</b>	21,50	17,00
	<b>Směrodat. od.</b>	2,86	3,67
SOU Střední Čechy (n = 53)	<b>Průměr</b>	20,00	19,06
	<b>Směrodat. od.</b>	3,80	3,71

**Legenda k tabulce:** pův – potřeba úspěšného výkonu; pvn – potřeba vyhnutí se neúspěchu; n – počet žáků nebo studentů; Směrodat. od – směrodatná odchylka; max. počet bodů: pův i pvn: 30

**Příloha 10: Hodnoty jednotlivých faktorů z dotazníku VCI naměřené na vybraných základních a středních školách**

Zkratka pro faktor	České označení	ZŠ Východní Čechy	Gymnázium Praha	SOU Střední Čechy
EAV	Odmítání úsilí	12,00	13,10	12,42
SCP	Vyvíjení tlaku sám na sebe	13,69	16,40	13,79
DEC	Kontrola rozhodnutí	13,33	16,05	14,26
IMO	Monitorování úmyslů, záměrů	13,82	14,35	12,79
INI	Iniciace, zahájení	10,59	10,90	11,47
LAE	Pocitovaný nedostatek energie	13,20	14,05	13,98
GON	Zanedbávání, opomíjení cíle	12,80	14,30	13,64
PLA	Plánování	13,39	11,80	13,77
CAC	Vědomá kontrola pozornosti	12,98	14,15	13,36
ACU	Kontrola „arousal“, vybuzení, aktivace	13,06	14,80	13,83
IAC	Nevědomá kontrola pozornosti	13,67	14,35	14,04
ADI	Těkavost pozornosti	10,24	12,80	11,58
SEL	Sebeurčení	14,41	16,35	14,58
OPT	Volní optimismus	15,02	16,70	14,94
MAS	Kompetence, pravomoc	13,29	15,65	14,75
VSE	Volní sebedůvěra, sebeočekávání	12,45	14,90	14,23
FOF	Strach z neúspěchu, ze selhání	10,82	10,90	11,40
EMO	Kontrola emocí	13,18	14,10	14,38
EDI	Emoční roztěkanost	11,00	11,60	11,30
FCO	Kontrola selhání, důvod neúspěchu	13,67	13,80	14,40
PGF	Pozitivní uvažování, snění o cíli	15,22	17,20	15,00
EPI	Útlum emocionální vytrvalosti	12,16	13,15	12,38
RWD	Odměňování sebe sama	13,96	16,50	12,98
RSE	Posílení sebehodnocení	10,76	10,25	11,42

**Legenda k tabulce:** Zkratka pro faktor – volní vlastnost z VCI, kód faktoru z anglické verze VCI; České označení – popis faktoru v češtině; max. hodnota jednotlivých faktorů: 21



## Příloha 11: Ukázky slohových prací

Tak zlehka zastání je pro mna opravdu těžké, protože  
o její budoucnosti nemám moc jisto. Nemí to tak, že  
bych a ní nepřemýšlela, naopak. Já jen zatím  
prostě nevím kam bude můj život dále směřovat,  
kam půjdu na vysokou, jaká bude má profese.  
Přesvědčila se tedy zapsat, jak by vypadala má ideální  
budoucnost, i když ji nepokládám za příliš reálnou.

Já mám 30 let. Žiji v Bratislavě se svou rodinou  
a živím se částečně překládáním a částečně  
prováděním kavičiny. Ráda cestuji po světě, čtu,  
trávím čas s rodinou a přáteli. Uvědomuji se  
v charitě a som tam něco napíšu.

S manželkou jsme se setkali v knihovně a jsme  
spolu už 10 let. Vystudovala jsem translatologii  
na UK, pak cestovala po světě a pracovala  
nově kulturou. Několik obdobi jsme žili v Antverpách,  
kde jsem se zapojila do umělecké komunity.  
Přivítala jsem dvě děti a snažím se udržovat  
kontakt i se svou rodinou v Praze. Jsem  
spokojená a v současnosti evakuji naprosto nově.

Těžké mi je představit svou ideální budoucnost.  
Poslední dobou mi připadá čím dál tím víc neúspěšná.  
Před sebou mám maturitu, kterou nám vyžadují smát  
už od školky a každý se mě ptá, kam půjdu na  
vysokou školu. Nevím, co doporučit k budoucnosti  
mám obavy.

Uvědomuji se, že se mi nepodaří úplně odhodit zastání.

1.11. 2013 - je mi 20 let a mám za sebou 1 měsíc studia na  
Palmnické fakultě UK. Jsem stále ještě plný euforie a nadšením  
z nové školy, i když už mě začíná pomalu obklopovat stereotyp  
z nového a zajímavější se stává každodenní rutina.

Po vlnocišti mám v plánu se abstrahovat od politiky - vědno  
už je připraveno. Trochu se těším.

Pomalu vchází zárodky zrodna a většina lidí ze závodního  
sdružení EABU Praha A už má započatý přístup na republiku.  
Mám už hotové trenínové schůzky 1. třídy, ale nepěnuji se  
~~im~~ jim tolik díky škole a zejména vstupu trenérů MAF.

Čeká mě asi 2 zápasy, který s trochu štěstí nebude mít  
problém vyhrát, stejně jako ty dva předchozí.

Od března 2012 jsem stihl spoustu věcí. A v dubnu jsem  
navštívil Šum - nakonec to vyšlo. O předání 2013 jsem se  
konkrétně doštal s tátou do Trujcha. Samozřejmě nesmím  
zapomenout na maturitu, kterou jsem stihl s vynámenáním.  
To a stěžení FCE mi dost pomohlo se dostat na prahu.  
Vpracoval jsem se na trenér 1. třídy a začal být skutečně  
základní strukturou. Takže jsem začal se spíše obírat na  
Smíchově, což mi umožňuje se tam nacházet a s pár  
brigádami a možná i táboru, navíc se i učit.

7 Období na to by mi bude takhle dlouho  
límě 29. Bude vypadat stejně Kubera, malá a  
nejspíš nenamalovaná. Komu to ale bude vadit?

7 Me nejspíš ne. Librat bude ještě nějakých svých  
hodnotníků, která bychom doby přijdou, jako vždy.  
Bude tedy vlastně buďto, s tím by byla buďto a  
co bude dělat?

Opravdu jsem nejspíš vysledovala obor s chemickým  
zaměřením a měla - li jsem i školu a přestala  
byť to má a začala se aspoň trochu učit pokračovat  
se mi snad vysledovat jistě s hranicích a  
sloužit aboké jako je fyzikální chemie, chemie  
fyzika, jaderná chemie atd... určí se jistě vůbec  
na to bude mít i, ale začala bych. Nechtěla by  
mi tedy být se uchytit a nějakým způsobem  
mimě ostatní při aboké má, stejně tak  
se ale ani nepřijímá rozhodně problémy jímím  
pedagog. Všichni se tomu usilovně bráníme, ale  
to nějaká radná máš to i jedná  
obě začne docela brát a skončíme naprosto  
jako učitelé. Jinými mi tak přelstěna nepřijde  
tak hrana, tak tedy možná :).

Další paleírnu aboké je o tím buďto. Je tu  
vůbec naděje, že se to bude s Kubou vrátíme?  
Mám to nažní povídá má, tak jak si myslím  
nebo se to jen namlouvám. Nevědělá si jin  
on, že už he mně ne vědí? Je to má opravdu  
práda? Když by naše budoucnost byla společní  
by děti by přišli asi i a něco obím. Možná bychom  
opravdu i nějak čas žili a aboké a pakami.  
Když by naše budoucnost byla odlišná nejspíš  
bych měla bránila své časem a práci a žila  
o něco více samostatnějším životem. To by ale

asi nastala r dou pripadech. Gylchala bych Britiku,  
re si nemim dobre napl'novat cas a re nemam  
cas na partnera. Je si toho nakladem hostni,  
ale melha potmuli r praci na mnou az tak  
nejsem ridit. Jisti bych mila par doberych pritel  
a byla bych strasne rada, aby mri by nyblesi  
patila state Tomiriba. Maji sestra se rda a  
lucle si'it podle me az moc uselg'm r'ratem.  
Jestli nestona' r blazinci k mnozstvi r'ady, tak  
dostudijte svych x oboru a lucle doma jako  
přehledatelska palitiny, nebo na ministerstve  
bato. rci a nebo jako lederni vyučujci na  
fildt. Taky se odstihaji na vyripi' chate a ma'ma  
lucle nejvsi' p'ndlonas m're Pratau a Mylham.  
Ja lucle rada r našem byti (jistli se podare  
to k'rkas do vlastnictvi) a lucle nacala mit  
stolna az dve hodiny' maly' kocičky.  
Rada Tomiriba r'it r'oni' prace a obzjoni' se lucle  
racle angonaz r politikych organizacich.

## Příloha 12: Prezentace výsledků hodnotící škály – jednotlivé agregované kategorie

Student	Agregované kategorie obsahové analýzy								
	0A_1	0A_2	0A_3	0A_4	0A_5	0A_6	0A_7	0A_8	0A_9
1	3	4	5	4	4	4	3	5	4
2	2	2	5	2	4	2	5	5	5
3	2	2	5	4	1	1	2	3	1
4	3	1	5	4	4	4	5	5	5
5	2	2	5	5	2	4	4	3	5
6	2	2	5	3	4	2	4	4	5
7	3	3	5	3	3	4	2	3	3
8	4	4	5	4	2	5	5	3	2
9	4	4	5	3	4	2	4	4	4
10	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11	5	3	5	5	4	4	3	4	2
12	2	2	4	2	5	5	5	5	5
13	5	4	5	4	5	4	5	4	5
14	4	3	5	3	3	2	2	3	1
15	4	5	5	4	2	3	4	2	4
16	2	2	4	2	5	4	3	5	5
17	3	2	5	4	2	2	4	2	3
18	2	2	5	4	2	1	3	3	2
19	-	-	-	-	-	-	-	-	-
20	4	3	5	5	4	2	5	3	4
21	4	4	5	4	4	5	4	5	4
22	4	2	5	3	4	2	5	5	4
23	5	3	5	3	5	3	3	5	2
24	2	3	5	3	4	4	5	5	2
25	4	3	5	3	1	1	2	2	5
26	5	3	5	3	2	2	2	2	3
27	4	3	5	3	3	4	3	3	4
28	5	3	5	3	4	4	3	3	4
29	2	2	5	4	4	4	5	5	5
30	2	2	5	4	4	5	5	3	5
31	4	3	5	4	2	3	1	3	5
32	4	4	5	5	4	4	4	5	4
33	2	2	5	2	5	4	4	5	3
34	2	2	5	2	5	4	5	5	5
35	2	2	5	3	5	5	5	5	2
36	4	3	5	4	4	3	2	4	3
37	4	2	5	4	3	4	5	4	3
<b>Průměr</b>	3,29	2,74	4,94	3,49	3,51	3,31	3,74	3,86	3,66
<b>Nejčastější hodnota</b>	2 a 4	2	5	4	4	4	5	5	5
<b>Nejméně častá hodnota</b>	1	1 a 5	1, 2 a 3	1	1	1	1	1	1

**Legenda k tabulce:** Student – číslo zastupující slohovou práci studenta (prvních dvacet studentů následně tvoří výzkumný vzorek pro třetí úroveň výzkumu); Agregované kategorie obsahové analýzy: 0A\_1 – Alternativnost cílů, 0A\_2 – Alternativnost cest a jejich kvalita, 0A\_3 – Realističnost, 0A\_4 – Reálný odhad svých možností, 0A\_5 – Obavy versus šťastné očekávání budoucnosti, 0A\_6 – Spojení představ o budoucnosti s realitou současnosti, 0A\_7 – Kontingentní versus nekongingentní cesty, 0A\_8 – Budoucnost jako plnění svých snů – dosahování cílů, 0A\_9 – Ovládání své budoucnosti versus utváření svého života okolnostmi