

**Univerzita Karlova v Praze**

**Filozofická fakulta**

**Katedra Psychologie**



## **Diplomová práce**

Martina Míčková

**Vyprávění příběhů podle TAT ve stavu mírné zátěže:  
Vliv obranných mechanismů na zvládání mírné zátěže.**

**Storytelling according to the TAT in the State of Moderate  
Stress: The Effect of Defense Mechanisms on Coping with  
Moderate Stress.**

Na tomto místě bych chtěla poděkovat především vedoucímu mé diplomové práce prof. Jiřímu Šípkovi, za inspiraci, vstřícnost, cenné rady a připomínky, které dávaly mé práci směr.

Velké díky patří i všem členům mé rodiny a přátelům za podporu a trpělivost, se kterou za mnou stáli po celou dobu studia.

Také chci poděkovat mému partnerovi Adamovi Šperlovi, za cenné rady, laskavou kritiku a pomoc ve chvílích, kdy jsem to nejvíce potřebovala.

A nakonec bych chtěla poděkovat všem účastníkům provedeného experimentu, bez jejichž odvahy a ochoty by tato práce nikdy nemohla vzniknout.

*Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.*

*V Praze dne*

.....  
*Jméno autorky*

**Abstrakt:**

Tato diplomová práce je zaměřena na vyprávění příběhů ve stavu mírné zátěže. V teoretické části shrnuje základní informace o stresu, obranných mechanismech, Tematicko-apercepčním testu a podrobněji se pak věnuje teorii obranných mechanismů Phebe Cramerové a metodě Defense Mechanism Manual, která slouží k vyhodnocování obran z TAT. Cílem empirické části této práce pak je zjistit, jestli má mírná bolest, způsobená tím, že zkoumané osoby drží ruku napnutou před sebou v pozici výdrže, vliv na množství obranných mechanismů v příbězích, které při tom vypráví na základě TAT. Druhým cílem bylo ověřit, jestli má množství a kvalita používaných obran vliv na délku této výdrže. Regresní analýzou bylo zjištěno, že množství používaných obranných mechanismů nemá žádnou signifikantní souvislost s mírou pociťované bolesti. Podařilo se ovšem prokázat, že vyšší používání obranných mechanismů ovlivňuje pozitivně délku výdrže. Tento efekt je ještě silnější, když jsou do modelu zahrnuty pouze vyspělejší obranné mechanismy, tedy projekce a identifikace.

**Klíčová slova:**

Tematicko-apercepční test, obranné mechanismy, vyprávění příběhů, zátěž, mírná bolest

**Abstract:**

This diploma thesis is focused on storytelling in the state of moderate stress. The theoretical part includes an introduction to the issue of stress, defense mechanisms, Thematic Apperception Test and then explains in detail theory of defense mechanism according to Phebe Cramer and also Defense Mechanism Manual which is used for evaluation of TAT defenses. The aim of empirical part of this thesis is to find out whether moderate pain which is caused by the fact that participants holds their hand in front of them (in position of “staying power”) has effect on number of occurrence of defense mechanisms in narratives according to TAT. The stories are narrated during the staying power position. The second aim is to verify whether number and quality of used defenses has effect on the duration of the staying power position. The simple regression analysis was used to find out that there is no significant relationship between number of used defense mechanisms and the level of experienced pain. However, it is shown that higher usage of defense mechanisms has positive effect on duration of staying power position. This effect is even stronger if only matured defense mechanisms are included in the model, which is projection and identification.

**Keywords:**

Thematic Apperception Test, Ego Defense Mechanisms, Storytelling, Stress, Moderate Pain

## Obsah

Seznam zkratk	8
Úvod	9
Teoretická část	12
1. Stresory, stres a jeho prožívání	12
1.1 Stres	12
1.2 Bolest jako stresor	14
2. Obranné mechanismy a stres	15
3. Tematicko-apercepční test	18
3.1 Základní informace o testu, popis administrace	18
3.2 Tabule v TAT	21
3.3 Interpretační přístup Phebe Cramerové	24
4. TAT a stres	28
4.1 Teoretická východiska	28
4.2 Výzkumné studie zkoumající vztah mezi TAT a stresem	29
4.2.1 Výzkumy osob stresovaných reálnou událostí	30
4.2.2 Laboratorní výzkumy	33
4.3 Shrnutí vztahu mezi TAT a stresem	39
5. Defense Mechanism Manual: Metoda analýzy obranných mechanismů	40
5.1 Popření	42
5.1.1 Skórování popření podle DMM	42
5.2 Projekce	45
5.2.1 Skórování projekce podle DMM	46
5.3 Identifikace	48
5.3.1 Skórování identifikace podle DMM	50
Empirická část	53
6. Cíle empirického výzkumu a stanovení hypotéz	53
7. Etické aspekty experimentu	56
8. Výzkumný soubor	57
8.1 Rekrutace a příprava výzkumu	57
8.2 Popis vzorku	58
9. Průběh výzkumu a předvýzkumu	60

9.1	Předvýzkum .....	60
9.2	Průběh experimentu .....	62
9.2.1	Instrukce probandům.....	62
9.2.2	Samotný experiment a zpracování dat .....	64
10.	Ukázky z analýzy příběhů pomocí DMM.....	66
11.	Výsledky .....	71
11.1	Zjištění vyplývající z pozorování.....	71
11.2	Popis dat.....	73
11.2.1	Obranné mechanismy.....	73
11.2.2	Ostatní proměnné .....	78
11.3	Regresní analýza .....	79
12.	Diskuse.....	82
12.1	Diskuse výsledků .....	83
12.2	Diskuse Defense Mechanism Manual a teorie Phebe Cramerové.....	85
12.3	Diskuse provedeného výzkumu a návrhy pro budoucí výzkum.....	88
	Závěr .....	90
	Seznam použité literatury.....	92
	Seznam tabulek, grafů a příloh.....	100

## **Seznam zkratk**

ANOVA= Analysis of variance

APA= American Psychological Association

CAT= Children 's Apperception Test

DBP= Diastolic blood pressure

DMM= Defense Mechanism Manual

DMRS= Defense Mechanism Rating Scales

DSM–II.= Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 2 vydání

DSQ = Defense Style Questionnaire

GSR= Galvanic Skin Response

IASP= International Association for the Study of Pain

MANOVA= Multivariate Analysis of Variance (někdy také Multiple Analysis of Variance)

SCL= Skin conductance level

TAT= Tematicko-apercepční test



## Úvod

Podstata této práce spočívá, jak už napovídá její název, ve vyprávění příběhů podle TAT, konkrétně ve stavu mírné zátěže. Je pravda, že jedním z jejích nejpodstatnějších pilířů je skutečně Tematicko apercipční test a vliv mírné bolesti na jeho výsledky, neméně podstatné jsou však i příběhy jako takové. Podstata lidského vědomí je totiž narativní. Člověk si svojí realitu konstruuje ze svých prožitků a formou příběhů jí dává smysl. S trochou nadsázky se dá říct, že jsme bytosti stvořené z příběhů.

Naše životní příběhy zachycují naše úspěchy a šťastné dny, stejně tak jako naše prohry, zaškrbnutí a krize. A právě takové příběhy mě inspirovaly při psaní této práce. Co se přesně stane, že se životní příběh člověka najednou zamotá a zhořkne tak, že už není možné pokračovat dál? Proč někdy dokáže náročná situace zvládnout a jindy je toho na něj už příliš? A především, pokud už člověk přestane svou situaci zvládat a vyhledá pomoc, nezáleží příliš na tom, zda hledá oporu u odborníků nebo u osob ze své vlastní sociální sítě, jak pak svůj příběh vypráví? Jak o něm uvažuje? Jak ho dokáže zprostředkovat jinému posluchači?

Tato témata jsou samozřejmě příliš široká pro diplomovou práci, jejich zkoumáním by se dalo strávit mnoho let, a proto jsem se rozhodla, že si z nich vyberu pouze jeden drobný aspekt, a to vliv zátěže na vyprávění příběhů. Že tyto příběhy budou vyprávěny na základě TAT, jsem se rozhodla velmi rychle. Jednak to byla dobrá volba z hlediska metodologického, jednak mě samotný test velmi zajímal a chtěla jsem vědět víc o mechanismech jeho fungování a interpretace.

O něco složitější volba už mě čekala při výběru konkrétní metody interpretace výsledků. Tematicko apercipční test lze totiž analyzovat mnoha různými způsoby. Řada výzkumníků si vytvořila svůj vlastní přístup k práci s příběhy a další systémy pro jeho analýzu stále vznikají. Nebylo si proto snadné vybrat, který z nich zvolit. Metoda analýzy obranných mechanismů podle Phebe Cramerové se nakonec ukázala jako ideální volba. Ona sama jí používala při práci s lidmi v zátěžové situaci a byla schopna získat smysluplné výsledky. Přestože se moje práce od té její v mnoha ohledech liší, považovala jsem její výzkum za velmi inspirativní a poučný. Tento systém je také velmi dobře zpracovaný a relativně snadno aplikovatelný.

Další volbou, kterou jsem musela učinit, bylo vybrání metody vhodné k uvedení probandů do stavu mírné zátěže. V průběhu řešení této práce jsem uvažovala nad mnoha různými alternativami. Potřebovala jsem najít zátěž, která je natolik silná, aby měla vliv na příběhy, ale zároveň nezpůsobí zkoumaným osobám žádnou trvalou újmu. Výzkum krizových situací a především stavu krize (či akutního stresu, mimořádné zátěže nebo mimořádných životních situací) je velmi limitovaný tím, že není možné (a i kdyby to možné bylo, není to etické) uvést člověka do stavu krize. Stejně tak není etické zkoumat člověka, který právě krizi prožívá, pokud by ho to mohlo nějakým způsobem poškodit, nebo by to přinejmenším zpomalilo pomoc. Řada výzkumníků se tuto situaci snaží obejít (například zkoumá osoby s určitou diagnózou a jejich stav pak označí za stav krize), tím se však ztrácí podstatné množství informací o tomto stavu a jeho průběhu. A výzkumy, které by uváděly osoby přímo do stavu krize, frustrace či deprivace už nejsou v současnosti možné. Přesto existuje řada zajímavých výzkumů na toto téma, a v této práci je jim věnován značný prostor. Jedním z mých cílů je totiž ukázat, že takovýto výzkum je možné provést a to tak, aby probandy nijak neohrožoval a nepoškozoval a zároveň aby je uvedl do natolik nepříjemného stavu, kdy jejich chování a prožívání může, alespoň částečně, připomínat člověka v krizi. Proto byl nakonec do výzkumného designu zaveden prvek volby. Probandi si sami určují, jak velkou bolest snesou a je jen na nich, kdy se rozhodnou stav bolesti ukončit. Bolest také vzniká jako důsledek stavu výdrže (držení ruky napnuté před sebou), který se stává časem velmi nepříjemným až nesnesitelným, ale zároveň nezpůsobuje žádné poškození organismu a prakticky ihned po jeho ukončení nastává úleva.

Tato práce má několik cílů. V teoretické části se snaží čtenáře seznámit se základními informacemi ohledně stresu, obran, Tematicko apercepčního testu a především teorie obranných mechanismů vytvořené Cramerovou, minimálně v tom rozsahu, který je nezbytný pro porozumění metodě Defense Mechanism Manual, které se zde také věnujeme. Cílem empirické části je pak ověřit hypotézu, že při zátěži způsobené mírnou bolestí stoupá množství používaných obranných mechanismů. Zároveň má tato práce za cíl zjistit, zda množství obranných mechanismů a jejich kvalita souvisí s délkou výdrže (tedy, dobu, po kterou probandi zvládnou snášet mírnou bolest). Neméně důležité pro nás ovšem je navrhnout eticky vhodný experiment, který nepoškodí probandy. Splnění těchto cílů nám umožní lépe

porozumět podstatě obran jako takových, protože zjistíme, zda je jejich vliv omezen na psychické podněty, anebo jestli zasahují i do oblasti zvládnání bolesti (což nám naznačí, zda mají vliv na zátěžové situace způsobené prostřednictvím negativních jevů ovlivňujících naše tělo obecně). Tyto poznatky mohou mít i velmi praktické dopady, například v oblasti výběru pracovníků na pozice, ve kterých se budou s těmito stresory pravidelně setkávat. Také mohou vést k většímu pochopení toho, jak se pod vlivem zátěže mění způsob, jakým naše mysl pracuje s příběhy a jak stav bolesti ovlivňuje výsledky TAT, i když se tyto výsledky samozřejmě týkají pouze jednoho aspektu tohoto pochopení.

První kapitola této práce se zabývá všeobecně stresem a zátěží a v závěru pak i samotnou bolestí. Tento obecný úvod je nezbytný, protože nelze oddělit fyzický prožitek bolesti a psychický prožitek zátěže, která navíc pramení i ze situace psychologického testování.

Druhá kapitola pak velmi stručně pojednává o obranných mechanismech, tak jak jsou chápány v pojetí badatelů i teoretiků napříč generacemi.

Tematicko apercepčnímu testu je věnována celá třetí kapitola této práce, kde je také možné najít informace o teoretickém pozadí celé teorie obranných mechanismů od Cramerové, které jsou pro jejich pochopení a následnou analýzu nezbytné.

Čtvrtá kapitola je pak věnována především výzkumům Tematicko apercepčního testu a teoretickým stanoviskům vyjadřujícím se ke vztahu TAT a stresu. V závěru této kapitoly je pak možné nalézt shrnutí těchto poznatků.

V páté kapitole je popsána metoda Defense Mechanism Manual (DMM) od Cramerové, na jejímž základě byl proveden můj výzkum. V této kapitole jsou také detailněji rozebrány obranné mechanismy, které tento manuál umožňuje rozpoznat.

V empirické části se nejprve věnuji popisu hypotéz, poté popisu vzorku, metodologie předvýzkumu a výzkumu a ukázkám z průběhu analýzy pomocí DMM. Poté jsou zde prezentovány výsledky. V diskusi jsou podrobněji probrány širší metodologické souvislosti, možné interpretace a nedostatky výzkumu, společně s návrhy pro další výzkum a využití výsledků.

# Teoretická část

## 1. Stresory, stres a jeho prožívání

V této kapitole terminologické vymezíme pojem stres, stručně popíšeme, jaké má stres dopady na jedince, a to jak pozitivní, tak negativní a v závěru se zmíníme o různých druzích stresorů. Probandi v našem výzkumu totiž budou zcela jistě zažívat stres, který bude pramenit jak z mírné bolesti (které je zde také věnována krátká kapitola), tak z neznámé situace a psychologického testování.

### 1.1 Stres

Podle Psychologického slovníku je stres „charakteristická fyziologická odpověď na poškození nebo ohrožení organismu“ (Hartl, Hartlová, 2009, str. 568). Schreiber ho považuje za „jakýkoliv vliv životního prostředí (fyzikální, chemický, sociální, psychologický, politický), který ohrožuje zdraví některých citlivých jedinců (Schreiber, 2000, str. 17). Selye dává pojem stres do souvislosti s narušením homeostázy a považuje ho za nespecifickou reakci na nároky kladené na organismus (Selye, 1969). Z těchto definic budeme vycházet i v naší práci.

Hartl a Hartlová uvádí, že stres je „choroba století jako termín všeobecně nadužívaný pro konflikt, úzkost, frustraci, vyšší aktivizaci a situace nepříjemně prožívané vůbec“ (Hartl, Hartlová, 2009, str. 568).

V češtině můžeme místo dnes už zdomácnělého termínu stres používat i překlad tohoto slova - zátěž (Špatenková a kol., 2004) nebo také psychické zatížení, tíseň (Pala, Všianský, 1994, str. 317). Podle Křivohlavého však pojem zátěž označuje nižší než hraniční úroveň stresu (Křivohlavý, 1994). Jeho názor je však ojedinělý. Například Mikšík upřednostňuje termín psychická zátěž před jinými (stres, svízelná situace apod.), protože dobře vyjadřuje jednotu vnějších vlivů a vnitřních podmínek a zároveň respektuje skutečnost, že za stejných objektivních podmínek může být zátěž u různých lidí (ale i u toho samého člověka v jiné situaci) rozdílná (Mikšík, 1969). V naší práci budeme termíny zátěž a stres používat jako synonyma, jelikož se názory na jejich obsah liší a my nenacházíme žádné důvody pro jejich terminologické rozdělení.

Stres může ovlivňovat jedince jak pozitivně tak negativně. Přestože je z mnoha pochopitelných důvodů převážná část pozornosti soustředěná na jeho negativní aspekty, nelze přehlížet ani možné pozitivní dopady jeho působení, jako například zvýšení motivace a tvůrčího úsilí. Pozitivně působící stres je označován jako eustres, negativně působící pak jako distres (Večeřová-Procházková, Honzák, 2008). Selye má podobný názor. Stres má podle něj nezřídka léčivé účinky, jako příklad uvádí šokovou terapii nebo různé sporty (Selye, 1966).

Negativní dopady stresu jsou však přesto zmiňovány a zkoumány častěji. Různých reakcí na stres a jejich taxonomií bylo popsáno mnoho (Selye, 1966; Čáp, Dytrych, 1968; Mikšík, 1969; Packer, 1974; Křivohlavý, 1994; Bratská, 2001). Základní přehled o negativních dopadech stresu podává i APA (American Psychological Association). Stres jako akutní reakce může být užitečný, protože nás připravuje na výkon. Při akutním stresu se vyplaví velké množství hormonů, zrychlí se srdeční rytmus, zvýší se krevní tlak, organismus se aktivizuje a připraví se na řešení problému. Pokud však člověk tyto projevy zažívá často nebo po delší dobu, je možné mluvit o chronickém stresu, který je z dlouhodobého hlediska velmi nebezpečný. Za mnohé z jeho příznaků uvedeme únavu, výkyvy nálad, špatné soustředění a ohrožení kardiovaskulárními chorobami (APA, 2013). Křivohlavý podává vyčerpávající seznam těchto příznaků (Křivohlavý, 1994).

Stres má podle Selyeho tři fáze. Prvním z nich je poplachová reakce, při které dochází k mobilizaci obranných sil organismu, druhým je stádium adaptace (rezistence), kdy se organismus snaží proti stresoru bojovat či se mu přizpůsobit a nakonec nastává poslední stádium, vyčerpání, kdy, pokud stresor nepřestává působit, organismu dojdou síly (Selye, 1966).

Podle Křivohlavého může stres vznikat (a působit) v tělesné (fyziologické), duševní (psychologické) a sociální (společenské) rovině (Křivohlavý, 1994). Způsobů, jak rozdělit stresory je jistě víc, vždyť stres vzniká jako reakce na jakékoliv ohrožení, ať už reálné nebo imaginární (Packer, 1974), množství podnětů, které ho mohou způsobit je tedy prakticky neomezené. Podle výroční zprávy APA patří mezi 4 nejčastější stresory dospělých osob v Americe peníze, zaměstnání, rodinné povinnosti a starosti o zdraví (APA, 2015). Packer podává velmi dobrý výčet stresorů, se kterými se člověk ve svém životě běžně setkává (Packer, 1974). Mikšík

popisuje, že stres vzniká ve třech typech situací. Pokud jsou na jedince kladeny příliš vysoké nároky (příliš těžké úkoly nebo neúměrné množství úkolů), pokud musí vykonávat úkoly nerespektující základní fungování psychiky, lidského organismu nebo nervové soustavy (monotónní zatížení, stereotyp) anebo úkoly s nepřiměřeně nízkou hladinou požadavků (Mikšík, 1969). V naší práci se chceme zaměřit na vliv fyzického stresoru, čímž míníme jakýkoliv stresující podnět působící primárně na tělesnou stránku člověka. Spadá sem tedy například nadměrný hluk, nedostatečné světlo a především bolest, která bude působit na probandy během našeho experimentu. Bolesti jako stresoru je věnována následující podkapitola.

Výzkumu stresu způsobeného fyzickým stresorem bylo věnováno mnoho pozornosti (Atkinson, McClelland, 1948; Brožek, Guetzkow, Baldwin, Cranston, 1951; Lazarus, Yousem, Arenberg, 1953; Wispé, 1954; Murray, 1959; Huh, Shiyko, Keller, Dunton, Schembre, 2015). Zkoumán byl především vliv hladu a spánkové deprivace. Některé z těchto studií jsou důkladněji rozebrány v následujících kapitolách. Mnohé z nich by ovšem byly v dnešní době odsouzeny jako neetické, protože vystavovaly probandy extrémním podmínkám - například 90 hodinám bez spánku (Murray, 1959) nebo hladovění, při kterém došlo k průměrnému úbytku váhy o 16,8 kg (Brožek, Guetzkow, Baldwin, Cranston, 1951). Výsledky těchto studií jsou podle Čápa a Dytrycha rozmanité a ovlivňuje je především síla a trvání zátěže, odolnost pokusných osob a další podmínky. Všeobecně se dá říct, že lidský organismus je velmi odolný a zátěž poměrně dlouho vydrží, zatímco důležité funkce nejsou narušeny. Pokud zátěž pokračuje, jedinec se začne dopouštět chyb a postupně se stane zcela neschopným nějaké činnosti (Čáp, Dytrych, 1968).

## **1.2 Bolest jako stresor**

Tato kapitola je věnována bolesti, jelikož bolest působenou držením ruky napnuté před sebou v pozici výdrže používáme jako stresor v našem experimentu. Má za cíl přinést základní a nezbytné informace o prožitku bolesti ve vztahu ke stresu. Není naším cílem tento poměrně složitý fenomén důkladně zmapovat, ale spíše usnadnit pochopení pro prožitky probandů v experimentální situaci.

Bolest je velmi silným a komplexním prožitkem, který na sebe poutá naši pozornost a zasahuje celou naši mysl. Jelikož probandi v našem experimentu bolest zažívali, rozhodli jsme se, že tomuto prožitku věnujeme v naší práci více prostoru.

Bolest shodně s Mezinárodní asociací pro studium bolesti (IASP) definujeme jako „nepříjemný smyslový a emoční zážitek spojený se skutečným či potenciálním poškozením tkání nebo zážitek popisovaný v tomto smyslu“ (IASP, 2012, přeloženo).

Pocit bolesti zažíváme podle Janáčkové hned na třech různých úrovních. Na smyslové úrovni lokalizujeme bolest, hodnotíme její intenzitu a kvalitu. Emoční úroveň souvisí s emocemi, které v nás bolest vyvolává. Lidé mají tendenci svou bolest mírnit a pokud možno se jí i zbavit. Na hodnotící úrovni srovnáváme současnou bolest s minulými prožitky a vytváříme si očekávání o jejím dalším průběhu (Janáčková, 2007). Podobné dělení prožitku bolesti používá i Křivohlavý. Ten mluví o prožitku bolesti jako o kombinaci prožitků senzoričkových (smyslových), afektivních a hodnotících (Křivohlavý, 1994).

Joshi ovšem podotýká, že pokud se člověk nachází ve stresové situaci (nutno podotknout, že autor v uváděných případech popisuje extrémně vypjaté situace, především ve válce), je někdy schopen bolest zcela ignorovat, nevnímat jí. Důvodem jsou tělem přirozeně produkované látky, jako beta-endorfin, které bolest zcela utlumují (Joshi, 2007). Křivohlavý pro tento stav používá název analgie (Křivohlavý, 1992).

Snášení bolesti je podle Janáčkové zcela individuální záležitost. Prožívání bolesti závisí jak na vnitřních (subjektivní práh bolesti, význam, jaký je bolesti přikládán) tak na vnějších podmínkách. Všeobecně platí, že se člověk lépe adaptuje na bolest známou než neznámou. Mezi muži a ženami není v prožívání bolesti žádný rozdíl (byť kulturní očekávání mohou prožitek bolesti ovlivnit). Úzkost, strach a tenze zhoršují prožívání bolesti (Janáčková, 2007).

## **2. Obranné mechanismy a stres**

V této kapitole se věnujeme obranným mechanismům. V příbězích podle TAT, které získáme od probandů v našem výzkumu, budeme totiž vyhledávat právě obrany a zkoumat, jakým způsobem se změní to, jak je lidé využívají, pokud pocítují mírnou bolest.

Lidé mají k dispozici různé mechanismy, které jim pomáhají bojovat se stresem. Existuje jich nepřeberné množství, z nějž můžeme zmínit například kognitivní a copingové postupy řešení problémů, oporu v blízkých osobách, či, z těch méně pozitivních metod, užívání různých psychoaktivních látek (alkohol, nikotin). Obranné mechanismy můžeme mezi ně rovněž zařadit (Křivohlavý, 1994).

Autorem termínu obranné mechanismy je Sigmund Freud. Ten nejprve mluvil o obranných neuropsychózách (první zmínka o nich pochází z roku 1894; Freud, 1896; Cooper, 1998; Freud, 2006). Podrobněji se jim však poprvé věnoval až ve stati z roku 1896 *Další poznámky o obranných neuropsychózách*. Freud je tehdy definoval jako „pokus vytěsnit nějakou nepříjemnou představu, jež se dostala do trapného protikladu vůči Já pacientů“ (Freud, 1896, str. 301). Tato definice by však v dnešní době obstála pouze pro jednu z obran, vytěsnění. Freud totiž z počátku jiné obrany ani nepopisoval. Podle soudobé psychologie jsou obranné mechanismy definované jako „psychické mechanismy snižování úzkosti, podle psychoanalýzy se tak brání ego vystavené pudovým impulzům i tlakům superega“ (Gillernová a kol., 2000, str. 35). Z této definice, společně se zpřesňující definicí od Cramerové (více v kapitole 3.3.) budeme v této práci vycházet.

Za obranné mechanismy považujeme tedy shodně s Cramerovou ty psychické procesy, které jsou nevědomé, slouží k redukci stresu a negativních emocí a jejich zdrojem jsou jak vnitřní, tak vnější procesy. Obranné mechanismy nejsou podle tohoto pojetí patologické a jsou běžnou součástí každodenního života. Předpokládá se také, že existuje určitá posloupnost ve vývoji obranných mechanismů - tedy, že existují vyspělejší a méně vyspělé obrany (Cramer, 2008).

Ovšem to, zda jsou obranné mechanismy pro zvládnání stresu spíše prospěšné nebo naopak škodlivé, je jedna z otázek, která zůstává stále silně diskutovaná. Názory na prospěšnost obran se totiž různí. Freud obranné mechanismy nejprve odsuzoval jako jednoznačně patogenní a dával je do souvislosti s hysterií a neurózami (Freud, 2002), nakonec jim však, pravděpodobně díky vlivu své dcery Anny (Freud, 2006), přiznal schopnost odvrátit nebezpečí ohrožující ego a zároveň zpochybnil, zda je možné se jich vůbec úplně vzdát (Freud, 1988). Také Křivohlavý obranné mechanismy považuje za „riskantní a nebezpečné způsoby zvládnání stresu“ (Křivohlavý, 1994, str. 58), uznává však, že jsou užitečné pro překonání prvních



chvil v situaci akutní krize, kdy pomáhají překlenout období, než jedinec načerpá sílu pro adaptivnější řešení (Křivohlavý, 1994). Čáp s Dytrichem jsou přesvědčeni, že každý z těchto mechanismů může vést k „úspěšnému a přiměřenému“ řešení komplikovaných životních situací, ale zároveň i k psychopatologickým a nevhodným způsobům zvládnání (Čáp, Dytrich, 1968, str. 60). Cramerová pak zastává názor, že obrany jsou velmi užitečné v prvních fázích zvládnání stresových a obtížných situací (Dollinger, Cramer, 1990) a považuje je za součást normálního vývoje (Cramer, 2006, 2007 apod). Zároveň však ani nevyvrací, že vysoký výskyt obranných mechanismů je spojený s psychopatií (Cramer, Blatt, 1990).

Obranných mechanismů je v současné době popsáno mnoho. Výčet těch základních uvádí jak Křivohlavý (Křivohlavý, 1994), tak Čáp a Dytrich (Čáp, Dytrich, 1968). Jako první velkou část z nich popsala Freudová (Freud, 2006). Někteří autoři rozeznávají i více než 40 obran (Cramer, 2006). Protože pro naši práci jsou stěžejní pouze tři obranné mechanismy<sup>1</sup> (popření, projekce a identifikace), které jsou důkladně rozebrány v následujících kapitolách, nebudeme se zde jejich výčtem více zabývat a případné zájemce odkazujeme na výše zmíněné autory.

Měřit a diagnostikovat obranné mechanismy je poměrně obtížné. Jednak proto, že obrany operují mimo vědomí, tudíž nejsou přístupné ani samotnému člověku, který je používá, a jednak z toho důvodu, že se jedná o teoretický konstrukt, jehož definice se mezi jednotlivými badateli liší, a tudíž není vždy zřejmé, co přesně za obranný mechanismus považovat a co už ne, případně, kde jsou hranice jednotlivých obranných mechanismů (Cramer, 2006). Mezi známé dotazníkové a škálové metody měření obran patří Coping and Defending Scales, Defense Mechanisms Inventory, Life-Style Index a Defense Style Questionnaire. Pro podrobnější informace o těchto metodách doporučujeme práci Davidsonové a MacGregora (Davidson, MacGregor, 1998). Cramerová se ve své knize věnuje podrobnějšímu popisu dalších metod pro měření obranných mechanismů, konkrétně Defense Mechanism Rating Scales, Clinical Vignette Ratings, Defense axis on DSM-IV, Defense-Q, Comprehensive Assessment on Defense Style a Ego-defense Scale (Cramer, 2006). Obranné mechanismy je možné měřit i pomocí projektivních metod,

---

<sup>1</sup> Cramerová totiž popisuje pouze je. Důvody pro toto dělení jsou popsány v dalších kapitolách.

například TAT (tomuto přístupu je věnována celá tato práce) nebo Rorschachova testu (Cooper, Perry, Arnow, 1988).

Tento výčet nástrojů pro diagnostiku obranných mechanismů zdaleka není vyčerpávající, má sloužit pouze jako popis základních metod.

### **3. Tematicko-apercepční test**

Tato kapitola je věnována Tematicko-apercepčnímu testu. Nejprve se zaměříme na základní informace o této metodě, popíšeme postup administrace a poskytneme stručný přehled výzkumu této metody. V další podkapitole popíšeme, podle kterých kritérií jsme vybírali set tabulí použitý v našem experimentu a na závěr se budeme věnovat přístupu k vyhodnocování TAT, který popsala Cramerová a ze kterého jsme v našem výzkumu vycházeli.

#### **3.1 Základní informace o testu, popis administrace**

Tematicko-apercepční test je projektivní metoda, která se zakládá na vyprávění příběhů. Příběhy jsou podstatou našeho vědomí a umožňují nám zpracovat naše vzpomínky, myšlenky a emoce do smysluplných celků, které rámuji náš život a pomáhají nám utvářet naši existenci. TAT si, stejně jako ostatní projektivní metody, klade za cíl zprostředkovat tyto (mnohdy) nevědomé celky a pomoci nám pochopit, na základě jakých mechanismů dotyčný člověk chápe svět okolo sebe a jakými nevědomými mapami (a pravidly) se řídí jeho psychika. Podle Svobody dokáže TAT vyškolenému interpretovi odhalit „některé z dominantních pudů, emocí, komplexů a konfliktů osobnosti“ a také „potlačené tendence, které si subjekt nechce nebo nemůže připustit, protože jsou pro něj nevědomé“ (Svoboda, 1999, str. 174). Murray totiž předpokládal, že když se silně zaměříme na vysvětlení toho, co dělají jiní, přestaneme se soustředit sami na sebe a jsme tím pádem méně opatrní a více otevření (Murray, 2008).

Ačkoliv ve světě je TAT aktivně zkoumáno už mnoho let, v České Republice jeho výzkum stagnuje (Čermák, Ženatý, 2005; Fikarová, 2015). Svoboda, Řehan a kol. dokonce zjistili, že TAT využívá v České Republice k diagnostice osobnosti pouze 4,3 % klinických psychologů. Některé skupiny psychologů ho dokonce

odmítají využívat<sup>2</sup> (Svoboda, Řehan a kol., 2004). V posledních letech se tuto situaci snaží změnit Čermák (Čermák, 2005) a Fikarová (Čermák, Fikarová, 2006; Fikarová, Čermák, 2007; 2012; Urbánek, Czekóová, Čermák, Fikarová, Pokorná, 2012; Fikarová, 2015). Dále se tímto testem zabývá Šípek (Šípek, 1996, 2000, 2012) a Soukupová společně s Goldmannem (Soukupová, Goldmann, 2007). Výrazný vliv na toto oživení měl vznik České společnosti pro Rorschacha a projektivní metody v roce 2002 a především vydávání ročenky mezi roky 2005-7. Tato společnost poskytla záštitu řadě výše zmíněných výzkumů. Od roku 2008 už ročenka nevychází.

Kompletní přehled historie zkoumání TAT v České Republice podává Čermák a Fikarová (Čermák, Fikarová, 2012) nebo Čermák a Ženatý (Čermák, Ženatý, 2005). V zahraničí je situace výrazně lepší, TAT se tam řadí mezi deset nejpoužívanějších diagnostických metod (Šípek, 2000). Avšak i tam zanikl odborný časopis specializovaný na projektivní metody, který rozšířil pole své působnosti a zaměřil se na jiná témata (Čermák, Ženatý, 2005). Přestože však tento časopis přestal existovat, za našimi hranicemi vzniká velké množství studií na toto téma. Proto omezíme jejich přehled pouze na ty, které jsou nějakým způsobem zajímavé pro naši vlastní práci. Přehled těchto výzkumů je možné nalézt v kapitole 4.2.

Tento test vznikl v roce 1935 a jeho autory jsou Henry. A. Murray a Christiana D. Morganová. Podrobný popis tohoto testu je možné najít například v příručce z roku 1971 (originál pochází z roku 1943). Test tvoří 31 tabulí (obrázků), na kterých jsou zobrazeny velmi neurčité situace, které mohou být vykládány mnoha různými způsoby. Výjimkou je tabule 16, která je prázdná.

Podle Murrayho by vyšetření mělo proběhnout ve dvou oddělených sezeních, přičemž na obou by mělo být prezentováno deset tabulí. Vzhledem k tomu, že na jeden obrázek vychází přibližně 5 minut, měla by tato sezení trvat necelou hodinu. Obrázky z první série zachycují většinou situace z běžného života, pro zkoumané osoby jsou tedy snáze uchopitelné. V druhé sérii jsou zařazeny i neobvyklé, nejasné a abstraktní obrazy, které vyžadují větší představivost a celkově jsou náročnější na výklad. Na většině (ale ne na všech) tabulí je zobrazena nějaká osoba, se kterou je možné se identifikovat. Aby byla identifikace ještě usnadněna, jsou tabule rozděleny

---

<sup>2</sup> Konkrétně se jedná o skupinu ve věku 51-60 let, skupinu klinických psychologů a psychologů v senioritě 31-35 let (Svoboda, Řehan a kol., 2004).

na mužské a ženské a dívčí a chlapecké (Murray, 1971). Popisu těchto tabulí se důkladněji věnujeme v následující kapitole.

Testování by mělo probíhat v poklidné a přátelské atmosféře, tak aby zkoumané osoby mohly nerušeně a s důvěrou vytvářet své příběhy. Běžný dospělý zvládne vytvořit příběh dosahující průměrné délky 300 slov. Ovšem Henry dodává, že i kratší příběhy mohou přinést zajímavé informace. S úspěchem lze analyzovat i příběhy o délce 15 slov (Henry, 1956). Murray doporučuje, aby zkoumaná osoba seděla během testování zády k experimentátorovi (Murray, 1971). Ten zadává následující instrukci:

„Toto je test měřící imaginaci, jednu z forem inteligence. Nyní vám ukážu několik obrázků. Budu je ukazovat postupně, jeden po druhém a vaším úkolem bude vytvořit na jejich základě co nejdramatičtější příběh. Popište mi, co vedlo k událostem zachyceným na obrázku, co přesně se na něm právě děje, co si jednotlivé postavy myslí a co cítí. A nakonec mi řekněte, jak to celé dopadne. Vyprávějte mi příběh tak, jak vás bude napadat. Rozumíte tomu? Vzhledem k tomu, že máte 50 minut na deset obrázků, můžete každému z nich věnovat přibližně pět minut. Tady je první obrázek (Murray, 1971, str. 5 - 6, přeloženo).

Tato instrukce je podle Murrayho vhodná pro dospělé osoby s normálním intelektem. Vyprávěný příběh by měl být zaznamenán přesně v té podobě, jak zazní. V dnešní době je nejvhodnější použít diktafon či jiné nahrávací zařízení. Při druhém sezení je testovaná osoba vyzvána, aby vytvářela ještě barvitější a dramatičtější příběhy, podobné „mýtům, snům a pohádkám“. Poté by měl následovat rozhovor, který pomůže objasnit, jak jednotlivé příběhy vznikly a co se do nich promítalo (Murray, 1971).

Vyhodnocování získaných příběhů je, stejně jako v případě ostatních projektivních metod, velmi náročné. Říká se, že TAT testuje více projekci examinátora než zkoumané osoby (Garfield, Eron, 1948). Před analýzou je potřeba znát základní údaje o respondentovi, jako je jeho pohlaví, věk, rodinný stav, povolání a informace o původní rodině, zkrátka o jeho životní situaci tak, abychom příběh

mohli vsadit do kontextu. Analýza *in vacuo* zde není na místě (Šípek, 2000, Murray, 1971).

Existuje široká škála různých interpretačních přístupů. Kromě Murrayho analýzy potřeb (Murray, 1971; 2008), je to například přístup Bellaka (Bellak, 1999; Abrams, 1999), Teglasiové (McGrew, Teglas, 1990; Teglas, 2001; Teglas, Yiu, 2012), Cramerové (Cramer, DMM; 2006), Henryho (Henry; 1956), Tomkinse, Jenkinsové a mnohých dalších. Jejich rozsáhlejší výčet je možné nalézt v dílech Čermáka a Fikarové (Čermák, Fikarová, 2012; Fikarová, 2015) nebo Jenkinsové (Jenkins, 2008), která se věnuje modernějším přístupům, například Personal Problem Solving System-Revised (Ronan, Gibbs, Dreer, Lombardo, 2008; Ronan, Gibbs, 2008). Pro naši práci je stěžejní metoda analýzy obranných mechanismů vytvořená Cramerovou, které se podrobně věnujeme v následujících kapitolách.

### **3.2 Tabule v TAT**

Tematicko apercepční test sestává z 31 karet. Některé z nich jsou podle původních Murrayho instrukcí vhodnější pro muže a jiné pro ženy, své speciální karty mají také chlapci a dívky (Murray, 1971). V průběhu let byly vytvořeny další karty (Fenz, Epstein, 1962; Ritzler, Sharkey, Chudy, 1980; Chusmir, 1983; Dollinger, Cramer, 1990), obvykle určené k výzkumným účelům. Test byl navíc upraven tak, aby byl vhodný i pro příslušníky rozlišných etnik (Chowdhury, 1960; Constantino, Malgady, 1999; Constantino a kol., 2014).

Vzhledem k bohatým možnostem výběru a nesjednoceným přístupům různých badatelů a teoretiků (pro ilustraci je možné podívat se na kapitolu čtyři, ve které jsou v každém citovaném výzkumu použity jiné tabule) vyvstává na začátku jakéhokoliv výzkumu (ale i diagnostiky) otázka, které z tabulí zvolit. Doporučovány jsou velmi rozdílné sestavy, jejichž výběr je více či méně přesvědčivě zdůvodněn (Čermák, Fikarová, 2012). Jejich stručný přehled podává Čermák (Čermák, 2005). Velmi často je používán výběr navržený Bellakem, tedy karty 1, 2, 3BM, 4, 5BM, 7GF, 8BM, 9GF, 10 a 13 MF (Bellak, 1999).

Při výběru tabulí pro náš průzkum jsme zvažovali tyto faktory:

- Vzhledem k charakteru experimentu jsme chtěli použít deset tabulí (tento počet byl stanoven jako optimální v průběhu předvýzkumu, který je důkladněji popsán v empirické části této práce).
- Analýza získaných příběhů bude provedena podle Defense Mechanism Manual (DMM). V DMM jsou vytvořeny postupy pro vyhodnocení tabulí 1, 2, 3BM, 3GF, 4, 5, 6BM, 6GF, 7BM, 7GF, 8BM, 8GF, 10, 12F, 12MF, 13G, 13MF, 14, 15, 17BM, 18GF, 20 a výzkumnou kartu „na vysoké hrazdě (trapeze card; Cramer, DMM<sup>3</sup>). Vybírali jsme tedy pouze z nich.
- Velmi významné pro nás bylo doporučení Hibbarda a jeho kolegů. Ti provedli validaci a statistickou analýzu DMM a zjistili, že má poměrně dobré psychometrické vlastnosti (detaily je možné nalézt v kapitole 5). Vzhledem k tomu, že první studie byla provedena v době, kdy byly k dispozici podrobné skórovací instrukce pouze pro tabule 1, 3GF, 3BM, 6GF, 6BM, 13 MF, doporučují používat výhradně je (Hibbard a kol., 1994). Ve své druhé studii ovšem znovu použili ten samý set karet (Hibbard, Porcerelli, 1998). Přestože jsou v současnosti k dispozici podrobné instrukce ke skórování většiny tabulí, stále platí, že psychometrické údaje máme pouze pro některé z nich. Proto bychom chtěli využívat především je. Kromě výše zmíněných karet máme tyto údaje i pro karty 2, 3BM, 4 a 5 (Porcerelli, Cogan, Kamoo, Miller, 2010).
- Uvažovali jsme také, jaké karty by byly nejvhodnější pro vyvolání příběhů, které nějak korespondují s experimentální situací, v níž se budou probandi nacházet (tedy situaci mírné bolesti působené výdrží). Usoudili jsme, že nejvýhodnější z tohoto hlediska jsou tabule 1 a 8BM. Tabule 1 vyvolává, podle Erona, nejčastěji témata aspirace, tlaku ze strany rodičů a pocitu sounáležitosti (Eron, 1950). Z těchto témat nás zajímá především první jmenované, tedy aspirace, usilování

---

<sup>3</sup> U citace Defense Mechanism Manual neuvádíme rok, protože tato metoda sice vznikla v roce 1990, od té doby však byla několikrát revidována a pokud je nám známo, těmto úpravám je stále otevřená. My používáme verzi aktuální v roce 2015. Odkaz na tuto verzi je možné nalézt v kapitole věnované tomuto manuálu.

či snaha o dosažení výkonu. Tabule 8BM zase může evokovat fyzickou bolest, protože v něm většina osob vidí operaci, často je zmiňována i puška (Henry, 1956).

- Zvažovali jsme také, zda karty uzpůsobit věku probandů a jejich pohlaví, protože původně byly administrovány různé sady právě na základě tohoto dělení. V našem výzkumu by měla být zastoupena obě pohlaví, věkové rozpětí bude 19 - 29 let (mladí dospělí). Murray toto dělení doporučoval (Murray, 1971), ovšem pozdější výzkumy ukázaly, že stejné pohlaví hrdiny a zkoumané osoby nemá vliv na projekci a neusnadňuje identifikaci, takže pro toto dělení není žádný důvod (Katz, Russ, Overholser, 1993).
- Dále jsme zvažovali použití stejných karet, jaké byly využity v obdobných výzkumech. Jejich kompletní přehled je možné nalézt v kapitolách 4.2.1 a 4.2.2 Bohužel, ve většině z nich není výběr tabulí nijak zdůvodněn. Z těchto výzkumů jsme zvažovali pouze ty, které byly provedeny na podobných probandech (mladí dospělí) jako ten náš. Při těchto výzkumech byly použity tabule 1, 14 a 13MF (Cramer, Blatt, 1990), 18GF, 8GF, 8BM, 10, 15 a 2 (Cramer, 2003), 6GF, 14, 10, 5, 7BM, 18GF, 11 a 8GF (Cramer, 1991) a 1, 8BM, 3BM, 17BM, 13MF a 6BM (Tuller, 2002 podle Cramer, 2006). Z tohoto výčtu je patrné, jak velké rozdíly mezi jednotlivými výběry jsou. Pouze karta 1 se objevuje ve třech z výše uvedených výzkumů, žádná jiná není zastoupena více než dvakrát.

Jak je vidět z výše uvedeného výčtu, mezi badateli neexistuje jednoznačná shoda, které tabule zvolit. Uvedená kritéria jdou často proti sobě a ani jednotliví autoři nejsou v mnoha případech ve svém výběru konzistentní. Po zvážení všech výše uvedených faktorů jsme se rozhodli zvolit tabule 1, 4, 8BM, 3BM, 6BM, 13MF, 3GF, 6GF, 2 a 5. Výběr tohoto setu vychází hlavně z doporučení Hibbarda a Porcerelliho (Hibbard, Porcerelli, 1998). Navíc zařazujeme tabuli 8BM a to na třetí místo, kde předpokládáme, že probandi poprvé začnou vnímat bolest. Pokud někdo zvládl udržet ruku v pozici výdrže tak dlouho, že dovyprávěl příběhy k prvním 10 tabulím, pokračoval bez přestávky vyprávěním příběhů k tabulím 17BM, 8GF, 10, 15, 14, 13G, 20, 7GF, 12F, 18GF. Byly připraveny i další tabule, k těm se už ovšem

žádný z probandů nedostal. Obrázky všech použitých tabulí je možné najít v příloze 1.

### 3.3 Interpretační přístup Phebe Cramerové

Phebe Cramerová používá Tematicko apercipční test k zachycení obranných mechanismů. Vypracovala proto podrobný postup, jak je z tohoto testu vyhodnotit. Manuálu (Defense Mechanism Manual neboli DMM), ve kterém je popsáno, jakým způsobem tato analýza probíhá (a zároveň všem třem obranám, které Cramerová definovala), se věnujeme v poslední kapitole teoretické části.

Cramerová definuje obranné mechanismy jako nevědomé kognitivní mechanismy, které jsou zaměřené proti vnitřním (*internal drive*) i vnějším tlakům, obzvláště takovým, co ohrožují sebeúctu nebo strukturu já (*self*)<sup>4</sup>. Ty se mohou objevit, pokud rodina či přátelé nedokážou být dostatečně empatictí nebo jsou z jiných důvodů pro jedince nedosažitelní. Funkce obran je dvojí, a to jak ochránit jedince před zážitkem nadměrné úzkosti, tak zajistit soudržnost já (*self*; Cramer, 2006).

Obranné mechanismy jsou nevědomé. V této práci na několika místech mluvíme o používání (užívání, využití apod.) obran, není to však myšleno jako vědomé použití, spíše se jedná o nevědomou reakci, která využívá obran jako nástroje. Cramerová k tomu poznamenává, že obrany jsou neúmyslné kognitivní zkreslení, proces diametrálně odlišný od vědomé a záměrné snahy upravit své myšlení, cítění nebo chování. Pokud se snažíme situaci či tlak zvládnout vědomě, jedná se o coping (Cramer, 2001). Anebo řečeno jinak - obrany mění způsob, jak vnímáme, prožíváme nebo interpretujeme určitou situaci, ale na rozdíl od copingu nemohou změnit vnější realitu (Cramer, 2006).

Vyskytují se různé názory na to, kolik obranných mechanismů vlastně existuje<sup>5</sup>. Důvodem těchto rozdílných čísel jsou podle Cramerové odlišné metody, kterými jsou obrany měřeny. Pokud se podíváme na další nástroje (mimo DMM), které to umožňují, například na DSQ (Defense Style Questionnaire - měří 24 obran;

---

<sup>4</sup> Cramerová termíny já, ego a self používá jako synonyma. My v naší práci budeme postupovat stejně, protože drobné teoretické a terminologické nuance není v jejích textech možné vystopovat, navíc by jejich dělení nepřineslo žádnou přidanou hodnotu naší práci. Ego tedy shodně s Hartlem a Hartlovou definujeme jako „vědomou složku osobnosti řídící chování“ (2009, str. 244, upraveno).

<sup>5</sup> Například Vaillant jich popisuje 18, ale jiní autoři se dostávají i k mnohem vyšším číslům, třeba 44 (Cramer, 2006).



Andrews, Singh, Bond, 1993) nebo DMRS (Defense Mechanism Rating Scales - měří 27 obran; bližší informace o této metodě poskytují například Di Giuseppe, Perry, Petraglia, Janzen, Lingiardi; 2014), zjistíme, že v praxi jsou často obrany spojovány, takže se jejich počet snižuje na tři, respektive na pět sdružených škál. Oproti tomu DMM k tomu přistupuje obráceně - popisuje pouze tři obrany, z nichž je ale každou možné rozložit na sedm subškál<sup>6</sup> (Cramer, 2006). Takže například racionalizace, která je často chápána jako samostatný obranný mechanismus (Freud, 2006) podle Cramerové spadá pod popření (Cramer, DMM).

Celkově, sledovat a měřit obrany je poměrně obtížné. Od klasických metod psychoanalýzy (Freud, 2006), až po nástroje zmíněné v předchozím odstavci (a předchozích kapitolách), žádný nepřináší tak dobrý vhled jako právě DMM, a to především proto, že samy obrany mohou ze své podstaty bránit tomu, aby na ně jedinec nejenom nahlédl, ale aby o nich vůbec dokázal přemýšlet nebo o nich mluvit s někým dalším (Cramer, 2006). Obranné mechanismy „nemůžeme pozorovat přímo, ale můžeme je odvodit z verbálního projevu člověka během vyprávění“ (Soukupová, Goldmann, Cramer, 2012, str. 402). Což je postup, který používá právě Cramerová, která obrany posuzuje na základě příběhů podle TAT. Posuzovatel, který se o takovou analýzu pokouší, by měl mít to, co Cramerová nazývá „třetím uchem“. Jedná se o jakýsi další smysl, který dokáže rozeznat rozkol, narušení, nelogičnost v toku vyprávění, zkrátka vycítit, pokud se něco, nějaká formulace či aspekt příběhu, pohybuje na hraně uvěřitelnosti a logiky. Záleží také na kontextu, zkušenostech a schopnostech posluchače, jak se dokáže vžít do vypravěče a pochopit to, co ani on sám nevidí (Cramer, 2006).

Tři obranné mechanismy, které je podle Cramerové možné rozlišit jsou popření, projekce a identifikace. Tyto mechanismy však nejsou na stejné úrovni. Naopak, jsou hierarchicky uspořádané, podle míry vyspělosti a vývojové fáze, ve které jsou nejčastěji používány. Nejprimitivnější je popření, které dominuje v raném dětství (nejčastěji ho užívají děti ve věku 5 let), o něco vyspělejší je projekce, která se objevuje v pozdním dětství (nejčastější je v 9 letech) a dominuje v adolescenci a nakonec přichází identifikace, která v průběhu vývoje postupně nabírá na významu a dominuje v pozdní adolescenci (nejčastěji je používána v 16 letech; Cramer, 1987).

---

<sup>6</sup> Jejich podrobný popis lze nalézt v kapitole 5.

Cramerová vychází spíše z Anny Freudové a moderní psychoanalýzy než z teorie obranných mechanismů pojaté tak, jak jí chápal Sigmund Freud (Cramer, 2001). Shodně s Freudovou také definuje projekci, popření a identifikaci. Popření tedy obě chápou jako přehlédnutí nebo chybnou interpretaci podnětů, které by mohly být pro jedince zraňující. Projekce je mechanismus, který nás ochraňuje tím, že naše nepřijatelné obsahy převádí mimo naši osobu a přisuzuje je lidem (ale nejenom jim) okolo nás. Identifikace, jako nejsofistikovanější z těchto mechanismů upravuje samotné self. Připodobňuje totiž jedince k jiným lidem, které obdivuje nebo kteří jsou pro něj jinak důležití a zajímaví a přebírá jejich kladné vlastnosti, postoje, hodnoty nebo chování, čímž si zajišťuje pozitivní přijetí ostatních a zároveň zvyšuje svou sebeúctu (Freud, 2006; Cramer, 2006, DMM; Soukupová, Goldmann, Cramer, 2012).

Používání obranných mechanismů je přirozené a nepatologické (Cramer, 2006). Tento názor zastával v pozdním období i sám Sigmund Freud, který se na obrany zpočátku díval jako na indikátory a původce neuróz. O řadu let později však napsal: „Obranné mechanismy slouží záměru odvrátit nebezpečí. Je nepopíratelné, že se jim to daří; a je pochybné, zda se jich Já během svého vývoje může vůbec plně vzdát, ale je také jisté, že se samy mohou změnit v nebezpečí (Freud, 1998, str. 71). Cramerová to doplňuje tím, že ačkoliv silné spoléhání se na obrany může znamenat patologii, jejich výskyt v normálním množství je přirozenou součástí každodenní zdravé adaptace. Vzhledem k vývojovému charakteru její teorie a hierarchickému uspořádání obran je také důležité poznamenat, že záleží nejenom na jejich množství a typu, ale i na věku člověka, který je používá - časté používání popření u pětiletého dítěte je zcela zdravé a normální. Pokud se ale v takovém množství objevuje u mladého dospělého, měli bychom zbystřit (Cramerová, 2006).

Obranné mechanismy mají podle Cramerové svůj původ ve vrozených, biologicky podmíněných motorických reflexech. Ty se pak během kognitivního vývoje internalizují a na základě jejich mentálních reprezentací vznikají samotné obrany na podobném principu, který popsal Piaget ve své teorii kognitivního vývoje. Dosažení určité kognitivní úrovně je tedy nezbytnou podmínkou toho, aby mohlo dítě obranný mechanismus vůbec začít používat. Z toho důvodu se obrany objevují postupně a odpovídají úrovni zralosti dítěte. Cramerová je přesvědčená o tom, že každý obranný mechanismus má svůj specifický motorický prekurzor. Poté, co je

internalizován, ovšem vývoj obrany nekončí, naopak, její vznik teprve otevírá možnosti pro další kultivaci a vývoj vyspělejších forem té které obrany<sup>7</sup>. V okamžiku, kdy má jedinec k dispozici více obran, záleží to, která z nich bude použita na relativní síle ostatních dostupných obran (vývojovém stupni), na charakteru a temperamentu jedince a na velikosti stresu, kterému je vystaven. Tři mechanismy obrany, které Cramerová popsala, tedy popření, projekce a identifikace, znamenají každá odlišný stupeň vývoje. Popření je velmi jednoduchá kognitivní operace, prostá negace něčeho nepříjemného. Projekce už vyžaduje, aby bylo rozlišováno mezi tím, co patří k self a co je mimo něj a zároveň, aby byly stanoveny určité zásady, které pomáhají rozlišovat, co je přijatelné a co ne. Aby mohla proběhnout identifikace, musí jedinec zvládnout rozlišit ostatní od self, zároveň také ostatní mezi sebou, vytvořit si další část já (superego) a také vnitřní reprezentaci dalších osob a vybrat si některé jejich charakteristiky a jiné naopak odmítnout (Cramer, 2006). Podle Cramerové a Brilliantové existuje spojení mezi vědomým pochopením způsobu, jak obrana funguje a upuštěním od jejího masivního využívání. To znamená, že když dítě porozumí principu popření, přestane je využívat a začne rozvíjet projekci (kterou později čeká stejný osud). Tohle spojení mezi porozuměním obraně a zastavením jejího využívání je charakteristické především pro zlomová období přechodu od jedné obrany k druhé (Cramer, Brilliant, 2001).

U dospělých osob dochází v používání obranných mechanismů ke změně. Podle Cramerové dospělí nejčastěji užívají projekci, což je obzvláště nápadné v porovnání s adolescenty, kteří používají nejčastěji identifikaci, nejpokročilejší obranu. Příčinou je pravděpodobně skutečnost, že v adolescenci dochází k největšímu rozvoji vlastní identity, tudíž je identifikace velmi potřebná. Když se pak identita ustálí, jedinec může přejít k užívání dalších obran (Cramer, 2002; 2006; 2009).

V tom, jak s obranami zachází muži a ženy jsou patrné rozdíly. Muži totiž používají více projekce a ženy naopak užívají více popření (Cramer, 1998; 2006). Cramerová předpokládá, že tento rozdíl vzniká v průběhu socializace. Pro ženy je totiž méně přípustné projevovat agresi či nepřátelství a proto se je snaží inhibovat, ukrýt a popřít. U žen se také předpokládá větší snaha „nastavit druhou tvář“,

---

<sup>7</sup> Jak je například dobře vidět u popření, které dokonce sama Cramerová dělí na primitivní popření a vyspělejší popření formou přehnaného optimismu (Cramer, DMM).

přehlížet to negativní a soustředit se na dobré věci, stále se usmívat a být milá. U žen je tedy užívání popření silně sociálně podporované (Cramer, 2002).

#### **4. TAT a stres**

V této kapitole se zabýváme jak teoreticky předpokládanými souvislostmi mezi Tematicko-apercepčním testem a stresem, tak výzkumy, které byly na toto téma provedeny. V poslední podkapitole jsou tyto poznatky shrnuty dohromady.

##### **4.1 Teoretická východiska**

Prakticky každý autor, který popisuje administraci TAT, zmiňuje důležitost psychického rozpoložení, ve kterém se zkoumaná osoba nachází. Už Murray sám zdůrazňuje, že administrace by měla probíhat v klidném a přátelském duchu, subjekt by měl cítit „přijetí, dobrou vůli a ocenění ze strany examinátora“ (Murray, 1971, str. 5, přeloženo), aby byl podpořen kreativní proces. Je také víceméně nezpochybnitelné, že administrace TAT je sama o sobě do jisté míry stresující (Newmark, Hetzel, Frerking, 1974), proto není ve většině případů možné stres zcela odstranit. Pokud je však úroveň anxiety příliš vysoká, může to vést až k neschopnosti vytvořit příběh anebo k odmítnutí karty (Henry, 1956). Výzkumem byl také potvrzen předpoklad, že míra úzkosti, kterou subjekt projevuje navenek, koresponduje s mírou úzkosti, jež se dá vysledovat ve vyprávěných příbězích (Lindzey, Newburg, 1954). Někteří autoři si uvědomují, že s úzkostí lze manipulovat jako s proměnnou a použít jí pro výzkum TAT (Henry, 1956, Cramer, 1999). Podrobný popis takových studií je možné nalézt v následujících podkapitolách.

Příběhy inspirované TAT jsou často smutné a negativní (Eron, 1950; Eron, Terry, Callahan, 1950). Podle Ritzlera, Sharkeyho, Chudyho je to způsobeno samotným podnětovým materiálem. Karty z TAT jsou načrtnuté v tmavých odstínech šedé a zachycují neveselé, pochmurné situace a skleslé postavy, a proto evokují přehnaně zasmušilé a pasivní příběhy (Ritzler, Sharkey, Chudy, 1980). Tím pádem můžeme odvodit, že stres je vyvoláván nejenom situací testování, ale i samotným Tematicko-apercepčním testem. Na druhou stranu Lebo zjistil, že ne všechny karty vyvolávají v lidech negativní reakci. Přestože připouští, že karty neposkytují neutrální stimulus, jeho výsledky ukazují na to, že jsou mezi nimi znatelné rozdíly v míře negativity, některé jsou dokonce vnímány neutrálně (Lebo, 1955). Podobné

výsledky reportují i Garfield a Eron (Garfield, Eron, 1948). Výsledky Holostorma, Silbera a Karpa naopak naznačují, že negativní či pozitivní zaměření příběhu vychází spíše z vypravěčova ladění než ze stimulu samotného. Tito výzkumníci navíc zjistili, že příběhy podle tabulí testu, který oni sami vytvořili s cílem poskytnout vypravěčům pozitivnější stimuly, rozhodně nekončí v pozitivnějším duchu. Naopak, když je hodnotili posuzovatelé, považovali za pozitivnější příběhy podle TAT (Holostrom, Silber, Karp, 1990). Čermák navíc dodává, že negativní ladění příběhů nemusí být na škodu, protože nám umožňuje zjistit, jestli je vypravěč schopen „překonat depresi, smutek, konflikt a nabídnout adaptivní řešení, či projikovat pozitivní obsahy“ (Čermák, 2005, str. 170). Ten samý názor sdílí i Teglasiová, která je přesvědčená, že takové stimuly mohou ukázat, jak vypravěč zachází s tenzí a co považuje za významné (Teglas, 2001).

#### **4.2 Výzkumné studie zkoumající vztah mezi TAT a stresem**

Vztahem mezi psychickým stresorem (respektive - situací vyvolávající obranné mechanismy ega) a Tematicko-apercepčním testem se asi nejvíce zabývala Cramerová. Hlavním zájmem jejího celoživotního výzkumu jsou obranné mechanismy, k jejichž zachycení používá právě TAT. Kromě toho existuje i řada dalších výzkumů, které se věnují vlivu psychických (ale výjimečně i fyzických) stresorů na další dimenze TAT, například na výkonnost (Sherwood, Potash, 1988; Dollinger, Cramer, 1990), konflikt mezi vyhýbáním a přibližováním se (approach - avoidance conflict; Fenz, Epstein, 1962) anebo na schopnost zvládat stres jako klíčový faktor pro rozlišení vynikajících a selhávajících vojáků (Cline, Egbert, Forgy, Meeland, 1957). Z nich bychom chtěli zmínit především ty, jejichž výsledky mohou být nějakým způsobem srovnatelné s naším vlastním výzkumem a zároveň popsat jejich metodologii, aby bylo zřejmé, jakými způsoby lze vliv stresu na TAT zkoumat. Je totiž relativně problematické vytvořit vhodné výzkumné podmínky, v nichž je navozená dostatečná míra diskomfortu, aby bylo možné z výsledků usuzovat, jak by subjekty reagovaly v reálné situaci a zároveň neporušit etické standardy a pokusné osoby nikterak nepoškodit.

Tyto výzkumy se dají rozdělit na dvě skupiny. Na výzkumy osob stresovaných reálnou událostí a laboratorní výzkumy.

#### 4.2.1 Výzkumy osob stresovaných reálnou událostí

Do této skupiny můžeme zařadit studie, které se zaměřují na osoby přirozeně stresované situací, ve které se právě nachází<sup>8</sup>. Jsou to například parašutisté před seskokem, pacienti čekající na operaci nebo vojáci během válečné mise. Výhodou tohoto přístupu je jednak jeho ekologická validita (co se dozvíme o pacientech před operací, můžeme relativně snadno aplikovat na všechny pacienty před operací), dále pak nezpochybnitelnost této stresové situace a její přesah do běžného života (stres je prožíván v celoživotním kontextu probanda se všemi psychologickými důsledky). Za výhodu (ale i nevýhodu) pak je někdy považována etika takového výzkumu - z etického hlediska je naprosto vyloučené, abychom v laboratorních podmínkách uváděli probandy do takového stresu, v jakém se přirozeně nachází osoby, které např. prožily katastrofickou událost spojenou s úmrtím (Dollinger, O'Donnell, Stanley, 1984), tudíž tento způsob výzkumu je logickým východiskem z tohoto etického problému. Vystává však i jiná otázka - je etické zkoumat osoby, které se nachází v obtížných životních situacích? Výzkumníci se samozřejmě snaží minimalizovat riziko retraumatizace a probandy dopředu informují o průběhu celé studie, přesto je však potřeba pozorně zvážit význam takového výzkumu a porovnat ho s riziky, které může mít pro zúčastněné osoby (Hunt, Anderson, Boulanger, 2012). Velmi vhodné je také zajištění profesionální odborné pomoci pro osoby, kterým by znovuvetření jejich traumatických zážitků mohlo způsobit negativní následky anebo které by reagovaly neočekávaně, silně a rozrušeně (Weiss a kol., 2011). Nevýhodou těchto výzkumů pak je vysoká specifická výsledků, která znesnadňuje jejich generalizaci, závislost na konkrétní situaci (výzkum musí být přizpůsoben probandům, stavu, ve kterém se nachází a okolnostem reálného života) a nemožnost manipulovat libovolně s proměnnými.

První výzkum, který bychom chtěli zmínit, pochází od Cramerové a Dollingera. Zabývá se tragickou událostí, ke které došlo během fotbalového zápasu mezi dvěma chlapeckými týmy v Illinois. Do hráčů během hry udeřil blesk, který přímo zasáhl jednoho chlapce a všechny ostatní, včetně rodičů, kteří stáli na

---

<sup>8</sup> Patřit by sem mohly i výzkumy zkoumající vliv různých diagnóz (psychiatrických i jiných) na výsledky TAT. Dá se totiž předpokládat, že nemoc zvyšuje psychickou nepohodu. Vzhledem k velké specifčnosti těchto skupin se jimi však více nebudeme zabývat.

postranní čáře, srazil k zemi. Přímo zasažený chlapec se už nikdy znovu neprobral a zemřel týden po tomto incidentu. Ostatní chlapci byli podrobeni různým psychologickým testům a zároveň s nimi i s jejich rodiči proběhl rozhovor zaměřený na vyrovnávání se s touto událostí. Součástí tohoto sezení byla administrace dvou obrázků podobných těm z TAT, oba dva zachycovaly motiv blesku. Získané protokoly byly později znovu analyzovány za pomoci DMM. Bylo zjištěno, že chlapci, kteří více používali obranné mechanismy (DMM umožňuje změřit projekci, popření a identifikaci), měli méně emocionálních problémů a celou situaci lépe zvládali. Tato souvislost byla ještě výraznější, když výzkumníci vynechali skóry popření a podobnou analýzu provedli pouze se skóry zralejších obranných mechanismů (projekce a identifikace). Mimoto, chlapci, kteří vůbec žádné emocionální potíže nezaznamenali, měli signifikantně vyšší skóry projekce než ostatní. To dokazuje, že použití obranných mechanismů pomáhá ochránit psychiku před emocionálními potížemi a také to, že když jsou použity mechanismy vhodné pro daný věk a pohlaví, je tato ochrana mnohem efektivnější. V tomto bodě je ovšem důležité poznamenat, že použití obranných mechanismů je takto užitečné pouze v průběhu traumatické nebo stresující události, či krátce po jejím skončení. Používání obranných mechanismů jako prostředku pro zvládání dlouhodobého stresu nejen, že nemusí pomoci, ale může být dokonce velmi škodlivé, protože může vést k emocionální otupělosti, snížení schopnosti správně interpretovat realitu a brání skutečnému poznání sebe sama a svých potřeb (Dollinger, Cramer, 1990).

Cramerová se podílela, společně s Blattem i na výzkumu, který se zbýval rozdíl v používání obranných mechanismů před a po intenzivní 15 měsíční terapii. Předmětem výzkumu byli mladí dospělí (18 - 29 let), s rozdílnými psychiatrickými diagnózami (podle DSM-II. 60 % z nich trpělo poruchami osobnosti, 30 % psychózami a 10 % závažnými neurózami nebo depresemi). Jednalo se o 90 osob (45 mužů a 45 žen), kteří byli léčeni ve stejném zařízení s psychoanalytickým zaměřením a to ambulantní formou. Poprvé byli důkladně testováni při přijetí, druhé testování proběhlo po absolvování terapie o 15 měsíců později. Součástí tohoto testování bylo i TAT (pro posouzení obranných mechanismů byly použity tabule 1, 14 a 13MF). Bylo zjištěno, že u pacientů došlo k signifikantnímu poklesu v užívání obranných mechanismů před léčbou a po léčbě. Navíc, u většiny skupin (3 ze 4) vycházela signifikantně i korelace mezi množstvím psychiatrických symptomů a obrannými

mechanismy. I v tomto výzkumu byla sledována vhodnost použitých obranných mechanismů v závislosti na pohlaví o osobnostní orientaci<sup>9</sup>. Ženy i muži, jejichž osobnostní orientace byla v nesouladu s jejich reálným pohlavím, používali při přijetí více obranných mechanismů. Autoři to vysvětlují tím, že tito pacienti zažívali větší vnitřní konflikt. Tito pacienti také častěji používali obranné mechanismy odpovídající opačnému pohlaví (to znamená, že obranné mechanismy byly v souladu s jejich osobnostní orientací, ale ne s reálným pohlavím). To se však změnilo po skončení léčby- i tito pacienti pak více používali obranné mechanismy, které byly v souladu s jejich pohlavím (Cramer, Blatt, 1990).

Příběhy podle TAT, pocházející od pacientů, kteří v nemocnici čekají na operaci, obsahují signifikantně více témat týkajících se otevřené (agresivní akty, jejichž pachatelé uniknou trestu anebo se necítí vinni) i modifikované agrese (nedostatek završených aktů agrese anebo strach z agrese, potrestání za ní, či její popření; Haskell, 1961 podle Tsushima, 1968). Socioekonomický status pacienta nemá na tuto skutečnost žádný vliv. Rozdíl však může způsobit odlišná etnicita - pacienti s italským původem ve svých příbězích popisovali více otevřené agrese než pacienti s irským původem (Tsushima, 1968).

V dalším výzkumu, který bychom zde chtěli zmínit, nebylo použito přímo TAT, ale vlastní tabule vytvořené pouze pro tento účel. Výzkumníci během něj prezentovali šestnácti nezkušeným parašutistům těsně před seskokem a pak v kontrolní den (dva týdny před seskokem nebo po seskoku) šest tabulí obrázkového projektivního testu inspirovaného TAT, z nichž 4 byly neutrální, jedna byla velmi vzdáleně spojená s parašutismem (chlapec pozorující oblohu, kde létají ptáci a mezi nimi nezřetelný objekt, interpretovatelný jako parašutista, ale i létající drak apod. nebo v druhé verzi otec ukazující chlapci něco na obloze) a jedna byla velmi silně spojená s parašutismem (muž v letadle s padákem, vyhlížející z okna směrem k zemi). Autoři u probandů měřili velké množství různých proměnných, pro naše účely je však nejzajímavější škála „strachu z parašutismu“ poukazující na výskyt obranných mechanismů, především popření. Strach z parašutismu byl vyhodnocován na sedmibodové škále (0 - 6, kdy nula znamená žádný strach z parašutismu) z příběhů, které probandi vyprávěli dvěma nezávislými posuzovateli. Parašutisté

---

<sup>9</sup> Jednalo se buď o analytické (*analytic personality configuration*) nebo introjektivní osobnostní nastavení (*introjective personality configuration*). Více informací o tomto dělení lze nalézt u Blatta (1974).



těsně před seskokem vyjadřovali zdaleka nejmenší úroveň strachu (1,0) v porovnání s kontrolní skupinou (3,3) i s parašutisty v kontrolní den (2,4).<sup>10</sup> Rozdíly mezi všemi skupinami jsou statisticky významné. Rozdíl je patrný i při porovnání parašutistů 14 dní před seskokem (1,3) a 14 dní po seskoku (3,7). V osmi případech (všechny pocházely od parašutistů těsně před seskokem) se objevily výrazné známky mechanismu popření. Jednalo se o zdůrazňování toho, jak klidný a uvolněný hlavní hrdina je anebo o explicitní popření strachu. Při porovnání GSR (kožně galvanický reflex) se zjistilo, že tento způsob vyrovnávání se se stresem funguje - parašutisté, kteří popření použili, měli signifikantně nižší hladiny GSR než ostatní. Jenže další analýzy dokázaly, že parašutisté používající popření přesunuli svůj strach jinam - při reakci na neutrální tabule (např. obrázek chlapce stojícího před domem) vykazovali signifikantně více strachu (3,33) oproti těm, co popření nepoužili (2,00). Tento mechanismus se objevil u všech parašutistů. Úroveň jejich strachu (3,75) při reakci na neutrální podnět byla při porovnání s kontrolní skupinou (1,86) výrazně vyšší. Mimo to se objevily i agresivní reakce na neutrální podnět (všechny u parašutistů v den seskoku). Míra jejich výskytu signifikantně přesahuje náhodu. Nahrazení strachu agresí je tedy zřejmě dalším mechanismem, který se u parašutistů objevuje (Fenz, Epstein, 1962).

#### **4.2.2 Laboratorní výzkumy**

Do druhé skupiny výzkumů řadíme všechny, které jsou prováděny v laboratoři. Hlavní výhodou, kterou tento druh výzkumů má, je snadná manipulace s proměnnými a velká škála různých výzkumných designů, omezená pouze fantazií badatelů. V laboratoři je možné nasimulovat prakticky jakoukoliv situaci a uvést do ní prakticky jakéhokoliv člověka. Je tedy možné otestovat libovolný koncept na libovolné skupině osob a tyto výsledky pak aplikovat na širší populaci. Výzkumníky také neomezuje vnější podmínky (nemusí, např. čekat na určitou událost). Nevýhodou pak je nižší ekologická validita (je potřeba prokázat, zda výsledky platí i v reálném životě), situaci simulovaného stresu chybí reálný kontext (stresovaným osobám nehrozí žádný dopad prožívané události do jejich dalšího života), navíc samo laboratorní prostředí může do jisté míry ovlivňovat jednání probandů (kteří se nadto snaží odhadnout záměr výzkumu a případně uzpůsobit své chování). Kvůli etickým

---

<sup>10</sup> Testování v kontrolní den proběhlo pro první skupinu 14 dní před seskokem a pro druhou 14 dní po seskoku.

standardům navíc není možné navodit pokusným osobám vyšší nebo dlouhodobější stres.

Nejvíce práce na tomto poli odvedla bezpochyby Cramerová. Její výsledky jsou zároveň velmi zajímavé v kontextu naší vlastní práce. Když pomíneme její výzkum, ve kterém se zabývala vývojem obranných mechanismů u nestresovaných osob (Cramer, 1987; 1997; 1998; 2002; 2007; 2009 a mnohé další) a zaměříme se rovnou na studie, ve kterých se věnovala zvládnání stresových situací za pomoci obranných mechanismů, vyvstanou nám především čtyři z nich, kterým se budeme důkladněji zabývat v následujících řádcích.

V prvním z těchto výzkumů se Cramerová společně s Gaulem (Cramer, Gaul, 1988) zaměřili na vliv úspěchu a selhání na používání obranných mechanismů. Výzkumu se zúčastnilo 62 dětí (32 bylo v mladší skupině, od sedmi do osmi let a 32 ve starší, od jedenácti do dvanácti let). Tyto děti byly náhodně rozděleny na „úspěšnou“ a „neúspěšnou“ skupinu. Děti z obou těchto skupin dostaly za úkol protáhnout tři kuličky skrze několikapatrovou dřevěnou dráhu. Výzkumníci dopředu zdůraznili, že to, jak rychle se jim to podaří, záleží pouze na jejich schopnostech - na zručnosti, koordinaci a úrovni motoriky. „Úspěšným“ pak sdělili, že úkol zvládli rychleji, než je běžné a „neúspěšným“, že bohužel nedokázali překonat standardní čas. Ti, kteří „uspěli“ pak za odměnu mohli umístit své jméno na tabuli s nejlepšími výsledky, zatímco „neúspěšným“ bylo řečeno, že jejich jména na této tabuli nebudou. Po této proceduře se výzkumníci dětí zeptali, jak se cítí. Výsledky odpovídaly předpokladu - „neúspěšní“ vyjadřovali negativní afekt (smutek, vztek), zatímco „úspěšní“ zažívali pozitivní pocity. Po té byli požádáni, aby vyprávěli několik příběhů podle TAT (konkrétně podle tabulí 6BM a 7GF). Ty byly následně analyzovány prostřednictvím DMM. Ukázalo se, že „neúspěšní“ měli vyšší skóry u všech obranných mechanismů (ANOVA prokázala signifikantní interakci mezi úspěchem/neúspěchem a obranami). Děti přiřazené do „neúspěšné“ skupiny užívaly více popření a projekce, zatímco děti z „úspěšné“ skupiny využívaly více identifikace. Věk neměl na tyto výsledky žádný vliv (ovlivnil pouze délku příběhu). To znamená, že neúspěch přiměl děti používat méně vyspělé obrany, zatímco úspěch vedl k používání těch vyspělejších (Cramer, Gaul, 1988).

Ve druhém výzkumu se Cramerová společně se Sandstormovou zaměřily na vliv odmítnutí ze strany vrstevníků. Tohoto výzkumu se účastnily pouze dívky, protože podle předpokladu autorek více vnímají úroveň svého sociálního statusu a jsou citlivější vůči odmítnutí. Před začátkem samotného experimentu byly dívky rozděleny pomocí sociometrického dotazníku (administrovaného celé třídě) do čtyř skupin: na odmítané (rejected), přehlížené (neglected), průměrné (average) a populární (popular). Výzkumu se zúčastnilo celkem 50 dívek. Po příchodu do laboratoře jim výzkumnice nejprve zadaly sérii různých nesouvisejících úkolů (součástí byly i tři tabule z TAT - 3BM, 8BM a 4). Navíc účastnice informovaly, že na jiném místě se jiná dívka účastní stejného výzkumu a že budou mít příležitost si chvíli společně hrát přes obrazovku. Druhá dívka však byla najatá herečka, jejíž reakce byly dopředu nahrané. Uprostřed experimentu dívky vyplnily krátký dotazník o sobě. Ten pak přečetly „druhé dívce“, která jim následně odpověděla přes obrazovku tak, že popsala sama sebe pomocí toho samého dotazníku. Poté měly probandky pozvat druhou dívku, aby si s nimi chvíli hrála. Ta to však předem nahranou odpovědí odmítla. Hned potom byly dívky požádány, aby vyprávěly příběhy k dalším třem tabulím z TAT (1, 17BM a karta používaná pro výzkumné účely - „na vysoké hrazdě“<sup>11</sup>). Úroveň stresu, který dívky prožily, byla měřena na 4-bodové sebesposuzovací stupnici administrované poprvé krátce po začátku „rozhovoru“ s druhou dívkou a podruhé okamžitě po jejím odmítnutí. Obranné mechanismy byly posuzovány podle DMM. Pokud jde o úroveň stresu, výsledky potvrdily předpoklad, že skokový nárůst negativních emocí byl signifikantně vyšší u špatně přijímaných dívek (odmítané a opomíjené) oproti těm dobře přijímaným (průměrné a populární). V používání obranných mechanismů před zážitkem odmítnutí nebyl mezi skupinami žádný rozdíl. Ovšem po této zkušenosti měly špatně přijímané dívky signifikantně vyšší skóry obran. Jednofaktorová ANOVA dokonce prokázala lineární trend mezi úrovní sociálního statusu a množstvím použitých obran. Podle autorek to znamená, že špatně přijímané dívky jsou nedostatečně sociálně přizpůsobené, proto zažívají větší nepohodu a proto jsou také více znepokojené odmítnutím, což vede ke zvýšenému používání všech tří obranných mechanismů (Sandstorm, Cramer, 2003).

---

<sup>11</sup> Trapeze card. Jedná se o kartu používanou pro výzkumné účely. Bližší informace lze nalézt v původním článku Cramerové a Sandstormové (2003).

Třetí experiment (Cramer, 1991), kterému se zde budeme věnovat, se metodologicky zřejmě nejvíce blíží našemu vlastnímu výzkumu, především proto, že stresová intervence je v něm provedena v průběhu administrace TAT. Tohoto výzkumu se zúčastnilo 40 studentů, jejichž věk odpovídal pozdní adolescenci (příčemž dalších 40 sloužilo jako kontrolní skupina). Každý z nich byl testován individuálně. Během experimentu studenti leželi na pohodlném gauči a po celou dobu byli snímáni kamerou. Za jejich hlavou seděla experimentátorka a to tak, aby jí mohli slyšet, ale neviděli na ní. Tito studenti dostali za úkol vyprávět příběhy podle standardní Murrayho instrukce k TAT, ke které byla přidána zmínka o důležitosti imaginace. Podle toho, co účastníci věděli, měl být celý výzkum zaměřen na kreativitu a imaginaci studentů. Po té, co probandi dovyprávěli 4 příběhy (podle tabulí 6GF, 14, 10 a 5), začala je experimentátorka ostře kritizovat („To jsou ty nejhorší příběhy, co jsem kdy slyšela. Mohli byste se pokusit o něco lepšího?“) a po každé další tabuli kritika jen zesílila (studenti z kontrolní skupiny kritizováni nebyli). Za těchto podmínek probandi dovyprávěli další 4 příběhy (tabule 7BM, 18GF, 11 a 8GF<sup>12</sup>). Poté všichni vyplnili krátký dotazník ohledně toho, jak se aktuálně cítí. Takto získané příběhy byly analyzovány pomocí DMM a dalších metod zjišťujících agresivní tendence. Jak TAT, tak dotazník ohledně pocitů probandů po skončení experimentu prokazatelně potvrdily, že intervence, která měla za cíl vyvolat v probandech vztek, byla úspěšná<sup>13</sup>. Analýzou dat bylo zjištěno, že ačkoliv před intervencí nebyl mezi experimentální a kontrolní skupinou v používání obranných mechanismů žádný rozdíl, po intervenci experimentální skupina zaznamenala signifikantně vyšší skóre obran (trend prokázala MANOVA, jako další proměnná fungovalo pohlaví). Nejvíce byla užívána projekce a identifikace, nejméně pak popření. I když pohlaví samo o sobě nemělo na používání obran hlavní vliv, ukázalo se, že muži v experimentální skupině měli vyšší skóre obranných mechanismů a také více užívali projekci. Byl nalezen i vztah mezi agresí a obrannými mechanismy - pro subjekty v experimentální skupině byla signifikantní korelace mezi používáním všech tří obranných mechanismů (počítáno samostatně) a agresivitou (platí tedy, že

---

<sup>12</sup> Tabule 18GF a 8 GF byly mírně upraveny za účelem snížit agresivní konotace a připodobnit je tabulím použitým před intervencí.

<sup>13</sup> 31 probandů v dotazníku uvedlo, že jejich pocity jsou více negativní (u kontrolní skupiny 19 uvedlo, že se cítí lépe, hůře se cítilo pouze 5 z nich). A zatímco při vstupu do místnosti nebyl mezi skupinami žádný rozdíl ohledně emocí, po experimentu cítilo signifikantně více pokusných osob vztek a úzkost. To samé potvrdila i analýza agresivních obsahů v příbězích - po intervenci jich signifikantně přibývalo.

čím více agrese studenti vyjadřovali, tím více používali obran). Pro subjekty v kontrolní skupině tato korelace platila pouze pro vztah identifikace a agrese. Cramerová to vysvětluje tak, že při normálních podmínkách mohou subjekty využívat vyspělejší obranné mechanismy, kdežto v situaci výrazné úzkosti a stresu se uchylují k těm méně vyspělým (Cramer, 1991).

Ve čtvrtém výzkumu Cramerová zjišťovala, jestli existuje vztah mezi fyziologickou reakcí - konkrétně krevním tlakem (diastolic blood pressure - DBP) a kožní vodivostí (skin conductance level - SCL) a používáním obranných mechanismů ve stresové situaci. Této studii se zúčastnilo 78 (respektive 76 - kvůli výpadkům v měření byla u některých z nich započítána pouze data pro kožní vodivost) osob ve věku 23 let. Probandi byli po příchodu do laboratoře napojeni na přístroje měřící DBP a SCL a poté deset minut relaxovali. Na konci relaxace jim byly odečteny základní hodnoty těchto proměnných. Následně dostali deset rozdílných úloh, jejichž úkolem bylo zvýšit úroveň stresu (konkrétně šlo o matematický příklad, větné asociace a 6 tabulí z TAT - 18GF, 8GF, 8BM, 10, 15 a 2). Výsledky odpovídaly předpokladům - během stresujících úkolů se signifikantně zvedla hladina DBP i SCL. Potvrdil se také vztah mezi používáním obran a oběma fyziologickými proměnnými. DBP, které stoupá při řešení kognitivně náročných úkolů, souvisí s nejkomplovnější obranou, s identifikací. Silný nárůst DBP byl tedy spojen s větším užíváním této obrany. Naopak výrazné užívání projekce souvisí s relativně nižším DBP. Vyšší hodnoty SCL byly spojeny s větším užíváním popření a zároveň s nižším používáním identifikace (Cramer, 2003).

O dalších výzkumech se zmíníme už pouze zkráceně, protože ačkoliv jejich výsledky mohou být pro naše účely velmi zajímavé, jejich metodologie už je velmi vzdálená od té, kterou budeme v našem výzkumu používat my.

Cramerová v jednom z prvních výzkumů na toto téma zkoumala, jak děti reagují na videokazety, na nichž bylo zachyceno jiné dítě (stejněho věku a pohlaví jako respondenti), které zažívalo útrapy způsobené buď jiným dítětem anebo dospělým. Děti pak měly příběh dokončit. Za těchto podmínek 59 % odpovědí signalizovalo použití obranného mechanismu (Cramer, 1983).

Podobný průzkum provedla i Tullerová pro svou dizertační práci. Probandům byly napřed prezentovány tři tabule TAT (1, 8BM, 3BM). Poté dostala

experimentální skupina za úkol vyřešit v omezeném časovém limitu sérii matematických úloh. Následně byly oběma skupinám předloženy další tři tabule (17BM, 13MF a 6BM). Výsledky prokázaly, že v experimentální skupině došlo po stresující intervenci k nárůstu počtu obranných mechanismů, a to jak v porovnání s kontrolní skupinou, tak s předstresovým měřením (Tuller, 2002; Tuller 2002 podle Cramer, 2006).

Výzkumem vlivu fyzického stresoru (konkrétně spánkové deprivace) v souvislosti s TAT se zabýval i Murray,<sup>14</sup> který zjistil, že extrémní únava (zhruba 90 hodin bez spánku) vede ke snížení množství témat souvisejících se spánkem v příbězích (signifikantní to bylo hlavně u tabulí, které silně evokují únavu a spánek). Snížilo se dokonce i množství podtémat souvisejících se spánkem<sup>15</sup>, signifikantně především u instrumentálních odpovědí vedoucích ke snížení potřeby spánku a odpovědí znamenajících dosažení takového cíle (opravdový spánek postav v příbězích). Data naznačují, že tento rozdíl je způsoben poklesem jejich množství u experimentální skupiny a ne nárůstem u té kontrolní. Měření tenze neukázalo žádné signifikantní rozdíly mezi kontrolní a experimentální skupinou, byť u experimentální skupiny byla při prezentaci tabule silně evokující spánek o něco vyšší. V počtu slov ani v hostilitě nebyl mezi skupinami žádný signifikantní rozdíl (Murray, 1959). Pravděpodobné vysvětlení bude stejné, jako ve výzkumu provedeném Fenzem a Epsteinem - zřejmě se jedná o snahu vyrovnat se s danou situací pomocí popření. Podobné výsledky totiž ukazují i studie zabývající se slovními asociacemi hladovějících osob (Brožek, Guetzkow, Baldwin, Cranston, 1951).

Vliv stresu však může být i pozitivní - například v jednom výzkumu provedeném Sherwoodem a Potashem bylo zjištěno, že stresové podmínky při administraci TAT zvyšují jak množství použitých slov, úvodů k příběhům (*preludes*) i jejich závěrů (*outcomes*), tak i celkové množství dokončených příběhů. Skóry psychopatologie ale nebyly těmito podmínkami ovlivněny (Sherwood, Potash, 1988). Tento jev potvrzují i data Cramerové a Dollingera - ti zjistili, že chlapci, kteří používali více obranných mechanismů, vyprávěli delší příběhy. Dokonce se potvrdila i souvislost mezi vyspělostí těchto obran a délkou a složitostí příběhu (Dollinger, Cramer, 1990).

---

<sup>14</sup> Edward J. Murray, nikoliv Henry A. Murray.

<sup>15</sup> Sledovány byly 4 podtémata, přičemž dvě z nich se vyskytovaly v tak malém množství (a to jak u kontrolní, tak u experimentální skupiny), že nebylo možné provést žádné analýzy.

### 4.3 Shrnutí vztahu mezi TAT a stresem

V této podkapitole zrekapitulujeme nejdůležitější poznatky z předchozích dvou oddílů a dáme je do souvislosti s naším vlastním výzkumem.

Prakticky každá osoba, které je TAT administrováno, se ocitá ve stavu mírné zátěže. Pokud je tato základní úroveň stresu ještě navýšena, může to vést k intenzivnějšímu používání obranných mechanismů. Obecně platí, že čím je větší stres, tím je větší potřeba používat obrany (Cramer, 1983; 1991; 2003; Tuller, 2002). Proto i my očekáváme, že probandí v našem výzkumu budou používat při stoupajícím nepohodlí větší množství obran. Samozřejmě, příliš vysoká úroveň stresu může vést jak k zablokování kreativity (Murray, 1971), tak k odmítnutí tabule či celého testování (Henry, 1956). Cílem všech experimentů zaměřených na práci se stresovanými osobami v laboratorních podmínkách by tedy mělo být navození takové hladiny stresu, aby probandí pociťovali zátěž, ale zároveň, aby je to neodradilo od participace v experimentu. Důležité je samozřejmě i etické hledisko - na prvním místě je vždy zájem probandů, kteří nesmí být výzkumem nikdy poškozeni. V našem případě jde tedy o to vyvolat stres pramenící z mírné fyzické bolesti, který vzbudí potřebu používat obranné mechanismy. Aby však byla tato procedura pro probandy přijatelná, budou moci sami regulovat, jak dlouho udrží ruku ve výdrži a tím pádem i to, jak dlouho budou zažívat bolest a stres.

Používání obran má za cíl snížit pocity stresu, úzkosti a nepohody. Tento proces je nevědomý. Působení obran je podle výsledků výše popsaných studií dvojitý - jednak se osoba lépe adaptuje na nepříznivou situaci (Cramer, Dollinger, 1990), jednak je méně citlivá k ohrožujícímu podnětu. V některých případech ho zcela ignoruje, což se projevuje absencí tohoto tématu ve vyprávěných příbězích (Fenz, Epstein, 1962; Murray, 1959) nebo slovních asociacích (Brožek, Guetzkow, Baldwin, Cranston, 1951). Zdá se ovšem, že stres je přemístěn jinam - buď směrem k agresí (Haskell, 1961 podle Tsushima, 1968) anebo se obavy přesunou na neutrální podnět (Fenz, Epstein, 1962). Proto očekáváme, že v příbězích získaných v našem průzkumu se nebudou objevovat témata bolesti a fyzického nepohodlí. Mírný stres by také ve shodě s dalšími průzkumy měl mít pozitivní vliv na množství slov v jednom příběhu (Sherwood, Potash, 1988; Cramer, Dollinger, 1990).

Obranné mechanismy jsou skvělým způsobem, jak zvládnout akutní stres. Pokud jsou používány pro zvládnutí dlouhodobého stresu, nemusí to mít zdaleka tak pozitivní důsledky, naopak, nadměrné používání obran je známkou patologie (Cramer, Dollinger, 1990; Freud, 1998; Cramer, Blatt, 1990). Lidé, kteří využívají obrany, které odpovídají jejich věku a pohlaví, jsou v redukci stresu úspěšnější (Dollinger, Cramer, 1990; Cramer, Blatt, 1990), proto očekáváme, že osoby v našem výzkumu, tedy mladí dospělí, budou používat především projekci a identifikaci (Cramer, 2002; 2006; 2009).

Pokud jde o výzkumný design našeho experimentu, budeme se nejvíce inspirovat u výzkumu Camerové z roku 1991. Stresor bude na probandy působit v průběhu vyprávění příběhů (to znamená, že jeden příběh budou vyprávět před působením stresoru a další za jeho působení), což nám umožní porovnat používání obran v klidovém stavu a během postupně narůstajícího stresu. Díky tomu také odpadá potřeba dokazovat, že jednorázové stresové působení (jako například u Tullerové, 2002; Camerové, 2003 a dalších) přetrvává i s časovým odstupem při vyprávění druhého, třetího a dalšího příběhu, což je námitka, kterou lze vznést k řadě výše zmíněných experimentů.

Výzkumy, věnující se vlivu silného fyzického stresoru na percepci a apersepci byly populární v padesátých letech, v pozdější době však byly kvůli etické problematičnosti utlumeny. Na tento druh experimentů by však výzkumníci neměli zcela rezignovat, protože jimi získané poznatky jsou velmi cenné. Samozřejmě, není etické probandy stresovat do takové míry, jako to v té době bylo běžné. Právě z toho důvodu se snažíme navrhnout výzkumný design, který nám umožní zkoumat vliv stresu pramenícího z bolesti na TAT a přesto neporušovat etické principy.

## **5. Defense Mechanism Manual: Metoda analýzy obranných mechanismů**

Tato kapitola je věnována metodě Defense Mechanism Manual (autorkou této metody je Phebe Cramerová, která na něm začala pracovat v roce 1982, od té doby však tento manuál prošel několika úpravami; my ho citujeme podle aktuální verze



dostupné na webu, která nemá specifické datové označení<sup>16</sup>), nástroje určeného k zachycení obranných mechanismů pomocí TAT nebo CAT (Children's Apperception Test). Teoretické pozadí, ze kterého tato metoda vychází je podrobněji popsáno v předchozích kapitolách, a proto se zde budeme věnovat především konkrétnímu postupu při vyhodnocování DMM a detailnímu popisu všech tří obran. Tento skórovací systém využíváme pro vyhodnocení dat získaných v našem experimentu i my.

Defense Mechanism Manual byl několikrát testován za účelem ověření jeho reliability a validity. Výsledky jsou více než uspokojivé. Podle Hibbarda a kol. je reliability při porovnání mezi jednotlivými hodnotiteli poměrně vysoká ( $r=0,77$ ), přičemž nejnižší míru reliability vykazovala škála popření<sup>17</sup>. Vnitřní konzistence je, vzhledem k tomu, že se jedná o projektivní test, také velmi dobrá. V této studii byla ověřena i kriteriální, konstruktová a divergentní validita. Potvrzen byl rovněž předpoklad, že psychiatricky nemocné osoby používají ontogeneticky méně vyspělé a méně adaptivní obrany (Hibbard a kol., 1994). I další studie prokazuje validitu tohoto manuálu a zároveň ukazuje, že základní škály DMM mají zhruba normální rozložení. Také opětovně dokazuje hierarchické uspořádání obranných mechanismů, stejně jako predikované rozdíly v jejich užívání mezi muži a ženami (Hibbard, Porcerelli, 1998). Porovnání DMM s Defensive Functioning Scale potvrdilo konvergentní validitu u škál popření a projekce (Porcerelli, Cogan, Kamoo, Miller, 2010).

Cramerová DMM sice používá především pro hodnocení obranných mechanismů u dětí a u dospělých ho využívá pouze pro výzkumné účely, další autoři ho však v klinické práci s dospělými běžně používají (Soukupová, Goldmann, Cramerová, 2012).

Cramerová rozlišuje tři obranné mechanismy - popření, projekci a identifikaci. Skórování každého z nich vychází ze sedmi kategorií, jež představují rozdílné aspekty té které obrany. Každá z těchto kategorií by měla být skórována

---

<sup>16</sup> Tento manuál je součástí několika knih a článků, které Cramerová napsala, k dispozici je také volně ke stažení na stránkách

<http://web.williams.edu/Psychology/Faculty/Cramer/Defense%20Mechanisms.pdf>

<sup>17</sup> Je pravděpodobné, že to způsobil nedostatek odpovědí v této kategorii, protože u řady respondentů se tato obrana vůbec neobjevila, pravděpodobně v důsledku toho, že se jednalo o dospělé osoby. Možná jsou i vysvětlení poukazující na chyby v teoretickém pojetí této kategorie.

pokaždé, když se objeví, pokud nejde o doslovné zopakování dříve vyřčeného, které se skóruje pouze jednou. Pokud vyvstanou otázky, zda určitý aspekt příběhu označit jako obranu či nikoliv, je vhodné vycházet z hlubšího pochopení podstaty obranných mechanismů. Vždy však platí pravidlo, že pokud jsme na pochybách a nedokážeme se rozhodnout, tak daný aspekt jako obranu neskórujeme. Konkrétní postup skórování je vypracován pro tabule 1, 2, 3BM, 3GF, 4, 5, 6BM, 6GF, 7BM, 7GF, 8BM, 8GF, 10, 12F, 12MF, 13G, 13MF, 14, 15, 17BM, 18GF, 20 a výzkumnou kartu „na vysoké hrazdě (trapeze card; Cramer, DMM). Při překladu vycházíme i z dizertační práce Fikarové (Fikarová, 2015). Pokud se překlad, který používá, liší od toho našeho, je její varianta uvedena v závorce.<sup>18</sup>

## 5.1 Popření

Podle Cramerové má popření různé formy vyspělosti. V té nejprimitivnější jde o přehlédnutí nebo přeslechnutí nepříjemných či ohrožujících podnětů. Je to reakce ve smyslu „nevidím zlo, neslyším zlo, nemluvím zlo“. V méně extrémní formě jde o opuštění situace, ať už ve smyslu fyzickém nebo psychickém (ignorování toho, co se právě děje). Pokud je popření použito tímto způsobem, událost, která jím byla odstraněna, se může vrátit zpět do vědomí. Další variantou popření je chybná interpretace reality. Možná je také negace uvědomované události („Nestalo se to tímhle způsobem“). Cramerová za formy popření považuje i obrácení v opak, zesměšňování určité události, minimalizaci jejího významu nebo naopak jeho přehnané zveličování, které musí zákonitě vést k tomu, že je situace prohlášena za nereálnou (Cramer, 2006). Spadají sem i hry, znázorňující přání, které není možné naplnit (Freud, 2006; Cramer, 2006) nebo v dospělosti denní snění. Za součást popření je považován i nepřiměřený optimismus tváří v tvář porážce, protože se předpokládá, že jde o výsledek nahrazení objektivní reality fantazií (Cramer, 2006).

### 5.1.1 Skórování popření podle DMM

**A) Primitivní popření** znamená selhání v adekvátním vidění reality. Spočívá v tom, že se vypravěč vyhne nebo změní podstatu některé z věcí na tabuli.

---

<sup>18</sup> Následující text není kompletním překladem DMM. Ten je totiž poměrně rozsáhlý a není proto v našich silách, abychom ho zde prezentovali v úplném znění. To také znamená, že tento překlad nemůže být samostatně použit pro skórování, protože v něm chybí popis výjimek a konkrétních pravidel skórování pro jednotlivé tabule.

1) *Opominutí hlavních postav nebo objektů (opominutí podstatné části vyzývacího charakteru tabule).* Jde o ty příběhy, v nichž vypravěč nezminí něco zcela zásadního, co jeho vrstevníci běžně poznávají, například housle či chlapce na tabuli 1.

2) *Chybné vnímání (mispercepce).* K tomu může dojít v důsledku psychopatologie, která narušuje percepci nebo nedostatečně rozvinutého slovníku (např. u menších dětí) a neznalosti správného názvu. Pokud osoba používá výrazy jako „ta věc“ nebo „tamto“ tento aspekt se neskóruje. To přichází v úvahu pouze v okamžiku, když osoba musí zkreslit situaci, aby jí přizpůsobila své neznalosti.

a) *Jakékoliv neobvyklé nebo zkreslené vnímání postavy, objektu nebo akce probíhající na obrázku, které nemá dostatečnou oporu v pozorování (distorze důležitého objektu, figury či akce vnímaného na tabuli).* Skóruje se pouze v případě, že toto zkreslení nemá zlověstný či ohrožující podtext, protože v tom případě by se jednalo o projekci.

b) *Záměna pohlaví postavy na tabuli za opačné, než jak je obvykle vnímáno.*

3) *Obrácení v opak.* K tomu může dojít jak ve vnímání karty, tak v příběhu samotném.

a) *Transformace.* Jde o náhlý a extrémní přerod, například slabosti v sílu, strachu v odvalu, pasivity v aktivitu a naopak.

b) *Jakékoliv prohození vlastností, které byly dříve uvedeny opačně (např. u jiných osob).*

4) *Negativní výroky.* Zde je důležité poznamenat, že samotné prohlášení, že se něco nestalo, není dostačující pro skórování v této kategorii. Abychom ho sem mohli zařadit, musí mít dané prohlášení obranný charakter. To může být v některých případech určeno podle toho, že negace je neočekávaná nebo neobvyklá (až absurdní). V některých případech je obranná funkce negujícího výroku zřejmá („Nezranil se.“). Často je však možné rozlišit, zda se jedná o obranu či nikoliv, pouze v kontextu celého příběhu.

a) *Skórujeme pokaždé, když vypravěč zmíní, že postava něco neudělá, nemá nějaký záměr nebo přání, které by, v případě svého naplnění, mohlo způsobit nelibost, bolest nebo ponížení.*

b) *Skórujeme prohlášení, jimiž vypravěč neguje nebo popírá fakta či pocity.*

c) *Pochybnosti o tom, co by tabule mohla představovat.* Neskóruje se, pokud je to způsob ukončení příběhu nebo odpověď na otázku. Od *potlačení* se liší tím, že jde o něco konkrétního. *Potlačení* spočívá v nemožnosti člověka na něco vůbec pomyslet, zformulovat to.

5) *Popření reality.* Překrývá se s kategorií 4.

a) *Vypravěč popírá realitu příběhu nebo situace pomocí prohlášení, že se vše odehrává ve snu, ve filmu, že šlo pouze o hru apod.*

b) *Spánek, denní snění nebo omdlení je použito jako způsob, jak se vyhnout něčemu nepříjemnému.*

c) *Postava od něčeho nepříjemného odvrací pohled, odmítá to slyšet nebo na to myslet.*

d) *Jakákoliv percepce, atribuce nebo implikace, která je očividně v rozporu s realitou (nebo s realitou popsanou v příběhu).* Např. na tabuli 15 - „vylézá z hrobu“.

**B) *Popření formou přehnaného optimismu (dětské popření, v originále Pollyannish denial).*** Tento způsob obrany patří do pozdější fáze dětského vývoje a většinou se projevuje jako „přeslazený“ přístup k životu, ničím nepodložený optimismus.

6) *Přehnané zesílení pozitivních nebo negativních vlastností u jednotlivých postav.* Výrazné přehánění nebo naopak podceňování týkající se vlastností, moci, velikosti, krásy nebo majetku postav („nejkrásnější na světě“). Do této kategorie nespadá zvýrazňování vlastností objektů („nejvyšší hora“) ani obvyklá vypravěčská klišé („A žili šťastně až do smrti.“).

7) *Neočekávané štěstí, optimismus, pozitivní zvrát v příběhu.*

a) *Neočekávané štěstí nebo dobrota.* Tato kategorie je těžko rozpoznatelná, proto jí skórujeme pouze v případě, že jsme si bez všech pochybností jistí. Tuto jistotu můžeme mít například v případě, že je dlouho budováno a rozvíjeno téma pomsty, ovšem když má dojít k jejímu naplnění, postava od ní ustoupí. Obdobně je to

s tématem újmy či škody, ke které má dojít, ale nakonec je příběh ukončen s tím, že je vše v pořádku, aniž by pro to bylo nějaké odůvodnění. Také sem patří to, když postava přijme trest nebo následky za své činy jako přirozené a oprávněné, i když předchozí vývoj příběhu naznačoval, že se chce mstít nebo je spravedlivě rozhořčená.

*b) Dramatická změna postavy k lepšímu (z vraha se stane doktor).*

*c) Obdiv k přírodním krásám, divům, ohromení ze správnosti přirozeného běhu světa.*

*d) Nezúčastněnost (nonšalance) při střetu s nebezpečím.*

*e) Racionalizace typu „kyselé hrozny“, přijetí negativního osudu nebo ztráty s odůvodněním, že dotyčný o to stejně vůbec nestál.*

## **5.2 Projekce**

Podle Cramerové projekce probíhá tak, že se přeruší vazba mezi vědomým egem a určitými nepřijatelnými myšlenkami nebo impulsy a ty jsou následně přisouzeny někomu nebo něčemu jinému. Tím je zajištěno, že si osoba nevšimne, že ve skutečnosti pochází od ní samotné. Základním mechanismem projekce je štěpení (*splitting*). Dochází totiž k rozdělení vjemů a mentálních reprezentací tak, aby to *přijatelné* zůstalo egu (*self*) a to *nepřijatelné*<sup>19</sup> bylo přisouzeno ostatním. Jedná se do jisté míry o opak popření - při popření nevidíme něco, co tam je, zatímco při projekci vidíme něco, co tam není. Přisuzování našich myšlenek, pocitů nebo přání druhým osobám má několik různých forem. Při první z nich předpokládáme, že ostatní jsou „na stejné vlně“ jako my, tedy že si myslí, pociťují a touží po tom samém. Osoba, která takto smýšlí, si může být vědoma toho, že se jedná o generalizaci. Také proto tento proces nemusí být vždy obranou - záleží na tom, zda je jeho cílem snížení úzkosti a ochrana ega. Speciálním případem takové projekce je antropomorfismus. Další formou projekce je alterace reality. To, co jedinec vnímá, jak interpretuje situaci a záměry ostatních je pozměněno, obvykle je v tom spatřována větší hrozba či je to chápáno více negativně, než jak by to odpovídalo objektivní realitě. S tím se

---

<sup>19</sup> Cramerová používá termíny „positive segment“ a „negative segment“. My se však přikláníme k tomuto překladu, protože i sama Cramerová v dalších řádcích vysvětluje, že se v obou případech může jednat o pozitivní i negativní emoce, myšlenky apod. a jejich zamítnutí záleží především na tom, jak jsou přijatelné ego.

často pojí i bludy, které se snaží logicky ospravedlnit negativní vnímání světa. Ty mohou být poměrně neškodné, ale i velmi bizarní. Dalším důsledkem alterace reality, která mění svět v nebezpečné místo, je snaha ochránit se před tímto ohrožením. Jedinec se může snažit utéct, vytvořit si ochranné bariéry nebo se ukrýt, je přehnaně opatrný, podezřívavý anebo naopak útočný (to vše může mít fyzickou i symbolickou podobu). Další variantou projekce je přisuzování původu vlastních nepřijatelných myšlenek mimo sebe. Jedinec si je vědom toho, že má nevhodné myšlenky, pocity či záměry, ale zodpovědnost za ně přisuzuje někomu jinému („Vy jste mě přiměl, abych to řekl.“). Poslední a nejklašičtější formou projekce je přisouzení vlastních obsahů (jichž si jedinec není vědom) někomu jinému (Cramer, 2006).

### **5.2.1 Skórování projekce podle DMM**

*1. Postavám jsou přisouzeny agresivní nebo nepřátelské (případně od normy se výrazně odchyľující) pocity, emoce či záměry. Tuto kategorii skórujeme jak v případě, že vypravěč přisuzuje tyto pocity postavě, tak v případě, kdy je jedna postava přisuzuje druhé. To ovšem platí pouze za předpokladu, že pro takovou atribuci nemá pádný důvod a proto ho často hledá ve vzhledu postavy (vypravěč tvrdí, že její oči, tvář, pozice těla nebo gesta vypadají určitým způsobem, např. úzkostně, zmateně...).*

*2. Přidání ohrožujících (zlověstných) osob, duchů, zvířat, objektů anebo vlastností.*

*a) Tato kategorie se skóruje pouze v případě, že přidané detaily mají zlověstnou povahu nebo jsou potenciálně nebezpečné.*

*b) Je přidána zmínka o krvi, vážné anebo neobvyklé nemoci (včetně psychických onemocnění), kómatu nebo nočních můrách.*

*c) Skóruje se v případě, že se v příběhu vyskytnou zranění lidé anebo zvířata, zchátralé, ošuntělé či rozpadající se objekty, věci podléhající rozkladu a rozpadu.*

*3. Magické, autistické nebo zabíhavé myšlení.*

*a) Sem spadá jakékoliv použití magie nebo nadpřirozených schopností, zahrnujících hypnózu nebo jiné neobvyklé dovednosti a nepřirozená*

*schopnost ovládat jinou postavu. Patří sem i to, když se v příběhu spojí skupinka zvířat, aby společně dosáhly mimořádně obtížného úkolu.*

*b) Animismus: lidské myšlenky a emoce jsou přisuzovány neživým objektům (neplatí pro zvířata).*

*c) Zabíhavé zdůvodnění, které může mít paranoidní podtext; ostražitě hledání chyb a zavádějících vodítek na obrázcích (implikujících nedůvěru v ostatní); kritika způsobu, jakým jsou obrázky nakresleny (vypravěč předpokládá, že byly namalovány tak, aby znesnadňovaly jeho úkol).*

#### *4. Potřeba ochrany před vnější hrozbou.*

*a) Vypravěč vyjadřuje strach z vnější hrozby, především z napadení nebo zranění a potřebu ochrany před touto hrozbou, čehož si je možné všimnout například v budování zdí (skutečných i imaginárních), použití masek, štítů, brnění, zamykání dveří či oken nebo vytváření jiné ochranné bariéry.*

*b) Výpovědi prozrazující podezřívavost, lidé nebo zvířata se skrývají, číhají v záloze, patří sem obavy o to, že někdo bude zaskočen či překvapen, sledování, udržování ostražitosti (hlídkování), předvídaní únosu, ke kterému nakonec nedojde, pocit, že ostatní jsou proti němu (je-li výslovně uveden).*

*c) Odkazy na to, že někdo viděl nebo slyšel něco, co neměl a nyní to potřebuje skrýt před ostatními, protože by mu to mohlo způsobit potíže, ukryvání usvědčujícího důkazu, skrývání osob nebo majetku, strach z toho být viděn.*

*d) Odpovědi obsahující obrannou potřebu ospravedlnit svou výpověď, které vypravěč používá sám od sebe (ne jako odpověď na otázku).*

#### *5. Očekávání smrti, zranění nebo útoku. Pokud je postava popsána jako mrtvá a zároveň je vysvětleno, jak k tomu došlo (byla ubodána, zastřelena...), skórujeme zde dvakrát, jednou za smrt a podruhé za útok.*

*a) Tato kategorie se prolíná s kategorií 4, rozdíl je ovšem v tom, že zde k úmrtí či zranění opravdu dojde (nebo v minulosti došlo). Patří sem i neočekávaný nebo neopodstatněný trest, stejně jako spáchání sebevraždy.*

*b) Strach usnout nebo jít spát.*

## 6. *Témata pronásledování, uvěznění a útěku.*

a) *Do této kategorie spadají témata pronásledování (kdy jedna postava pronásleduje jinou), také všechny zmínky o tom, že je někdo chycen do pasti nebo zajat (ovšem pouze pokud to způsobí jiná postava, neskóruje se např. to, když je postava uvězněná ve studni, ale nestalo se to přičiněním někoho dalšího), unesen nebo nespravedlivě uvrhnut do vězení.*

b) *Sem patří téma útěku. Postava musí utíkat od fyzického nebezpečí, před uvězněním nebo před hrozbou, že se jí to stane (to znamená, že útek nesmí být symbolický). Pokud postava sice utíká, ale nikdo jí nepronásleduje, tak se tato kategorie neskóruje (to by bylo možné pouze v případě, že by utíkala před bolestí nebo trestem, které by neměly žádné odůvodnění v příběhu).*

7. *Bizarní nebo velmi neobvyklé téma či příběh.* Posouzení této kategorie velmi záleží na subjektivním úsudku examinatora, který rozhoduje o tom, co je a co není bizarní.

a) *Témata s negativním nádechem, která se objevují velmi zřídka (obzvláště, pokud obsahují překvapivý a absurdní zvrát).* Např. u TAT 1 - „To je pila... On rozřízl stůl napůl.“

b) *Nepřiměřené, zvláštní trestání sebe sama či druhých.*

### **5.3 Identifikace**

Podle Sanforda je identifikace velmi široký termín, často užívaný v odlišném kontextu pro odlišné věci. On sám se ve svém článku zabývá osmi různými významy tohoto slova (Sanford, 1955). Cramerová proto podrobně popisuje všeobecně uznávané charakteristiky identifikace. Jedná se tedy o proces změny, která probíhá v egu (jde o změnu osobnosti, chování nebo motivace); tato změna směřuje k tomu, aby byl jedinec více podobný jiným lidem, skupinám nebo věcem; cílem této změny je zachování vztahu s pro něj významnými osobami a tato změna souvisí s rozvojem a uchováním sebeúcty. Cramerová také rozlišuje mezi obrannou (*defensive*) a rozvíjející (*development*) identifikací. První jmenovaná má za cíl ochránit sebeúctu a snížit úzkost vyvolanou možnou ztrátou důležité osoby anebo integrovat zákazy a příkazy rodičů, abychom získali jejich schválení a zároveň kontrolovali vlastní



nepřípustné impulsy. Druhá pak je potřebnou a pozitivní součástí rozvoje dítěte, vedoucí k větší nezávislosti, individualizaci a autonomii (Cramer, 2006).

Cramerová popisuje tři hlavní složky identifikace - začlenění (inkorporace), introjekci a vlastní identifikaci. Cílem inkorporace je přivlastnit si objekt, spojit se s ním, stát se jeho součástí, zkrátka zbořit veškeré hranice mezi vlastní osobou a tímto objektem (nebo jeho částí) a tím docílit pozitivních nebo negativních změn ve vlastním citění či prožívání. Jedná se o primitivní proces, který můžeme pozorovat ve velmi raném dětství, v průběhu psychózy anebo v symbolické podobě v pohádkách a mýtech (Cramer, 2006).

Během procesu introjekce jsou, podle Cramerové, hranice mezi self a introjektovaným objektem o něco zřetelnější, přestože mohou být proměnlivé a fluidní. Někdy je tento proces chápán jako usilování o to být stejný jako („*same as*“) model, jindy jako snaha o udržení vztahu s druhým člověkem prostřednictvím toho, že tento vztah přesuneme z vnějšího do vnitřního světa. Každopádně, vnitřní reprezentace druhého je vytvářena procesem introjekce a proto může vznikat větší množství různých reprezentací té samé osoby, z nichž každá nese jinou valenci emocionálního vztahu existujícího v čase introjekce (z toho důvodu vedle sebe může existovat reprezentace milující matky, rozzlobené matky, starostlivé matky a tak dále). Patří sem i internalizace rodičovských zákazů, avšak tyto introjekty zůstávají oddělené od ega, jsou poměrně slabé, a tak je snadné neuposlechnout jejich omezování. Navíc rozhodnutí o tom, jestli jsou či nejsou porušovány, záleží na představě dítěte o reakci jeho rodičů a ne na jeho vlastních standardech, jak je tomu v případě vytváření superega (Cramer, 2006).

Cílem vlastní identifikace je podle Cramerové snaha podobat se druhé osobě, ta proto už musí být vnímána jako samostatná a oddělená. Během procesu identifikace se mění ego podle modelu jiné osoby, což zahrnuje jak internalizaci jejích charakteristik (vzorů chování, motivů, obran, dovedností a postojů), tak jejích nařízení (požadavků, kontrolování, vedení, zákazů, trestů, snahy tuto osobu potěšit, ale i vzbouřit se proti ní anebo jí podlehnout). Kromě těchto tří výše popsanych procesů se s identifikací pojí ještě dva komponenty - imitace a učení se. Ty usnadňují proces identifikace tím, že přibližují funkční schopnosti dítěte ke schopnostem rodičů. Imitace zpočátku slouží k udržení vztahu s pečující osobou a později

usnadňuje vývoj dovedností, které dítěti umožňují fungovat odděleně od rodičů. Přestože imitace může být jak krátkodobá, tak dlouhodobá, učení, které na ní navazuje, pomáhá získat dovednosti, jež dítěti zůstanou velmi dlouho. Učení je zde chápáno jako selektivní posilování určitých částí imitačního chování. Dítě se nejprve musí naučit chování a schopnostem, které mají jeho rodiče, aby je mohlo opakovat a stalo se tak více podobné svým rodičům. V tom smyslu jsou imitace a učení součástí identifikace (Cramer, 2006).

### **5.3.1 Skórování identifikace podle DMM**

#### *1. Napodobování dovedností.*

*a) Sem patří jakékoliv zmínky o tom, že jedna postava imituje, přebírá nebo jinak získává (eventuelně se o to snaží či si to přeje) schopnosti nebo talent jiné postavy. Časté je, že se mladší postava snaží něco naučit od starší (ovšem, pokud by to bylo naopak, jedna postava by nutila druhou, aby se něco naučila, nespadlo by to sem).*

#### *2. Napodobování povahových rysů.*

*a) Jedna postava imituje, přebírá, přeje si mít nebo jinak získává povahové rysy, vlastnosti nebo postoje jiné postav. Do této kategorie spadá i identifikace s agresorem.*

*b) Jedna z postav je nápadně podobná druhé, či se dokonce v extrémním případě prolínají a splynou v jednu. Nepatří sem ale získání fyzického majetku (peněz, klenotů...) jiné postavy.*

*3. Regulace motivů nebo chování. Zde je potřeba mít na paměti, že to vypravěč internalizoval tyto regulační mechanismy a nyní je přisuzuje postavám v příběhu.*

*a) Zmínky o nárocích (požadavcích), kontrole, vedení, zákazech a dalším autoritativním chování jedné postavy vůči jiné (případně prostřednictvím morálního apelu společnosti). Anebo naopak aktivní odpor, bouření se a rebelování vůči společenským normám (ne však pasivní nicnedělání nebo pouhé přemýšlení o takovém boji) nebo útek před nimi. Patří sem i to, když je postava chycena při něčem, co by neměla dělat.*

b) *Náznaky sebekritiky nebo sebereflexe, ať už na straně vypravěče nebo postav.*

c) *Téma spravedlivého trestu, který přichází od rodičů, opatrovníků, učitelů nebo starších členů rodiny, jehož cílem je, aby se postava chovala jinak (lépe).*

#### 4. *Sebeúcta spojená se sounáležitostí.*

a) *Úspěch nebo uspokojení, které přichází v důsledku spojení se s někým dalším (ale ne s rodiči, tetami, strýci, prarodiči, policií...) nebo vyjádření touhy (potřeby) po takovém spojení. Patří sem i adopce, pokud je pro dítě uspokojivá.*

b) *Postava je součástí speciální skupiny (armáda, národ...), díky které získává pomoc nebo pocit uspokojení. Nepatří sem ale pomoc poskytovaná přáteli.*

#### 5. *Práce; Odložení uspokojení.*

a) *Zmínky o tom, že postava pracuje, pracovala nebo se chystá pracovat, v případě, že práce není součástí vyzývací charakteristiky tabule. Patří sem také práce na domácích úkolech, namáhavé procvičování (např. hry na housle v TAT 1) či trénink anebo náročné studium.*

b) *Dochází k odložení (čekání, dávání si na čas, plánování do budoucnosti) za účelem dosažení budoucího uspokojení. Včetně uznání toho, že úspěch nebude okamžitý. Do této kategorie ovšem nespadá prokrastinace.*

#### 6. *Diferenciace (rozlišení) rolí.*

a) *Postava zastává nějakou konkrétní dospělou roli (vyjma otce, matky a dalších příbuzenských rolí; nespadá sem ani přítel/přítelkyně (partner), ani mytologické a knižní postavy). Patří sem tedy například manžel/ka, učitel, námořník, farmář, kněz, voják, vědec, snoubenec, rokenrolová hvězda, profesionál, král, princezna, dělník, gymnasta a také konkrétní historické postavy, které se v příbězích objeví.*

#### 7. *Moralismus (Morální poselství).*

a) *Příběhy, které obsahují morální poselství.* Tedy ty, v nichž dobro zvítězí nad zlem, nepravost je potrestána (někým jiným než rodiči), spravedlnost zvítězí, dobro je odměněno, kde někdo získá morální ponaučení a podobně. Patří sem i přiznání.

b) *Spravedlivý trest, který udělí učitel, soudce, policista anebo jiná autorita (s výjimkou rodičů a opatrovníků).* Do této kategorie spadají i příběhy, ve kterých někdo poruší zákon, je dopaden a vsazen do vězení. Tím většinou příběh končí. Pokud je postava ve vězení už na začátku příběhu, skórujeme tuto kategorii jenom v případě, že je výslovně uvedeno, že postava je tím potrestána za své zločiny spáchané v minulosti. Nepatří sem pomsta, obzvláště pokud zahrnuje agresivní anebo protiprávní chování.

## **Empirická část**

V této části práce se věnujeme popisu provedeného experimentu, výzkumného souboru, našich hypotéz a výsledků, které následně diskutujeme a dáváme do souvislosti s dalšími výzkumy. Na tomto místě bychom chtěli pouze krátce shrnout, že v našem výzkumu nám šlo o to ověřit, zda při působení mírné bolesti stoupá množství používaných obranných mechanismů a jestli množství a kvalita obran nějak ovlivňuje dobu, po kterou jsou probandi tuto bolest schopni snášet. Za tímto účelem jsme sestavili experiment, při němž probandi vyprávěli příběhy k tabulím z TAT, přičemž od druhé tabule dál u toho drželi ruku nataženou před sebou ve výdrži. Tato pozice jim měla působit mírnou bolest. Podrobnější informace o tom, jak vše probíhalo a jaké byly naše výsledky lze nalézt v následujících kapitolách.

### **6. Cíle empirického výzkumu a stanovení hypotéz**

Cílem této práce je zjistit, jak se projevuje vliv mírné bolesti na vyprávění příběhů podle TAT, konkrétně v oblasti obranných mechanismů. Shodně s teorií Cramerové (popsané v předchozích kapitolách) jsme byli přesvědčeni, že nepříjemná a stresující situace povede k tomu, že probandi budou obrany používat ve větší míře než v klidovém stavu.

Defense Mechanism Manual jsme použili z toho důvodu, že se jedná o prakticky jediný systém analýzy TAT, který je přímo spojený se studiem stresových situací (tudíž už zde existovaly nějaké výzkumy, o které jsme se mohli opřít), navíc se jedná o systém, který je jednak moderní, ale zároveň také prověřený mnoha různými výzkumy. Navíc tento systém je velmi dobře metodologicky vypracovaný, a jeho skórování je natolik srozumitelné, že ho lze provádět i bez předchozího výcviku (Hibbard a kol., 1994), což rozhodně neplatí pro všechny systémy analýzy TAT.

Hlavním cílem této práce bylo ovšem ukázat, že i bolest, tedy fyzický stresor, zvýší používání obranných mechanismů. Ve výzkumech Cramerové byl vždy používán pouze psychický stresor, a proto jsme chtěli ověřit, zda i fyzický nepříjemná situace povede k tomu samému efektu. Jako fyzický stresor jsme si vybrali bolest, protože na rozdíl třeba od hladu či spánkové deprivace se jedná o poměrně snadno kontrolovatelnou proměnnou (není potřeba probandy dopředu

kontrolovat, aby nic nejedli nebo nespali) a zároveň jsme situaci spánkové deprivace či hladu považovali za velmi specifickou (bolest je poměrně univerzální).

Druhým cílem této práce bylo ověřit předpoklad, že používání vývojově vyspělejších (a tedy efektivnějších) obran ve větším množství povede k prodloužení doby, po kterou probandi udrží ruku ve výdrži. Náš předpoklad totiž byl, že efektivnější obrany sníží pociťování nepříjemného prožitku natolik, takže ho probandi budou schopni déle vydržet.

Při zpracování této práce i celého výzkumu jsme měli na paměti tyto věci:

- Většina lidí při psychologickém testování zažívá stres, už jenom díky situaci, kterou prochází. Tudíž mírný stres budou probandi pravděpodobně zažívat v průběhu celého experimentu. Navíc obrázky v TAT jsou laděné negativně, jsou černobílé, pošmurné a tak samy o sobě také vyvolávají nepříjemné pocity.
- Mezi nejčastěji používané mechanismy bude pravděpodobně patřit projekce a identifikace, které jsou podle Cramerové typické pro mladší dospělost (Cramer, 2002; 2006; 2009).
- V souladu s dalšími výzkumy očekáváme, že probandi nebudou v příbězích zmiňovat fyzickou bolest (Brožek, Guetzkow, Baldwin, Cranston, 1951; Fenz, Epstein, 1962; Murray, 1959).
- Očekáváme, že pravidelné sportování nebude mít na výsledky žádný vliv. Jsme přesvědčeni, že psychologické faktory ovlivňují výdrž více, než fyzická kondice. Pokud bychom měli ve vzorku profesionální sportovce, situace by byla pravděpodobně jiná, to se ale nenastalo. Předpokládáme, že větší vliv na délku výdrže budou mít psychologické (především obranné mechanismy) než fyzické aspekty. Kritéria pro zařazení do skupiny sportovců byla záměrně měkká, protože jsme chtěli testovat obecnou populaci a ne přímo špičkové sportovce. Otázka, zda sportování na špičkové úrovni ovlivňuje délku výdrže (ale i používání obran) je sice také zajímavá, ale není předmětem tohoto výzkumu.

Hypotézy, které se chystáme ověřovat, tedy jsou:

1) Existuje vztah mezi zvyšováním hodnot na škále nepříjemnosti a množství obranných mechanismů používaných probandy.

Tato hypotéza vychází z výzkumů Cramerové důkladně probíraných v předchozích kapitolách. V nich se opakovaně potvrdilo, že situace psychického stresu vede ke zvýšení množství obran v příbězích podle TAT (Cramer, 1983, Cramer, Gaul, 1988; Cramer, Blatt, 1990; Dollinger, Cramer, 1990; Cramer, 1991; Tuller, 2002; Cramer, 2003; Sandstorm, Cramer, 2003. My chceme ověřit, že se tento efekt projeví i při působení fyzického stresoru.

2) Existuje vztah mezi pocíťovanou nepříjemností a používáním projekce a identifikace.

Naším předpokladem je, že se proband při větším používání kvalitnějších obran bude cítit lépe. Proto je pravděpodobné, že dojde i ke změnám na škále nepříjemnosti.

3) Existuje vztah mezi pocíťovanou nepříjemností a používáním identifikace.

Zde platí ten samý předpoklad jako u předchozí hypotézy.

4) Existuje vztah mezi vyšším používáním obranných mechanismů a délkou výdrže.

Předpokládáme, že obranné mechanismy budou mít vliv na snížení nepříjemnosti zátěže a tudíž umožní probandům lépe daný úkol zvládnout. Pozitivní vliv používání obran ukazuje například studie Dollingera a Cramerové (Dollinger, Cramer, 1990). Tato hypotéza je také v souladu s teoretickými koncepty fungování obran, například s jejich všeobecně pozitivním vlivem při používání v krizové situaci a schopností snižovat napětí (Cramer, 2006).

5) Existuje vztah mezi používáním vyspělejších obranných mechanismů (projekce a identifikace) a délkou výdrže.

Během výzkumů bylo také prokázáno, že vyspělejší obrany jsou při snižování zátěže efektivnější než ty méně vyspělé (Dollinger, Cramer, 1990; Cramer, 1991). Proto předpokládáme, že když otestujeme pouze vliv projekce a identifikace, bude výsledný efekt ještě silnější, obdobně jako ve výše zmíněných výzkumech.

6) Existuje vztah mezi používáním nejvyspělejšího obranného mechanismů, tedy identifikace a délkou výdrže.

Zde platí ten samý předpoklad jako u předchozí hypotézy.

## **7. Etické aspekty experimentu**

Při vytváření metodologie našeho výzkumu jsme věnovali velkou pozornost jeho etickým souvislostem. Snažili jsme se totiž navrhnout eticky přijatelný výzkum, v němž zároveň dodržování etických standardů nepovede k podstatnému snížení kvality získaných dat. Naším dalším cílem bylo vytvořit experimentální design, který by bylo případně možné (samozřejmě s patřičnými obměnami) použít i v dalších výzkumech.

Během našeho výzkumu jsme se proto pečlivě řídili etickými standardy (především etickým kodexem České asociace studentů psychologie a těmi částmi etického kodexu Českomoravské psychologické společnosti, které se týkají výzkumu a psychologického testování; oba dva byly ve znění platném k roku 2015). Také jsme se snažili zachovávat po celou dobu respekt k probandům a zajistit, aby je žádný aspekt výzkumu nikterak nepoškodil. V souladu s těmito etickými standardy jsme dodržovali tyto klíčové principy: anonymitu probandů, mlčenlivost (jak ohledně informací získaných během výzkumu, které s výzkumem nesouvisí, tak ohledně výsledků jednotlivých probandů, které bez jejich souhlasu není možné spojit s jejich jménem), poskytnutí výsledků probandům, informovaný souhlas (který byl poskytnut v audiopodobě a je zaznamenaný na nahrávkách z výzkumu), souhlas s nahráváním a možnost tyto souhlasy odvolat v okamžiku, kdy experiment skončil (této možnosti nikdo nevyužil). Dále jsme zajistili, aby přílohy k této diplomové práci byly neveřejné, a to z toho důvodu, že se v nich objevují kopie tabulí z Tematicko-apercepčního testu, které by neměly být k dispozici běžné veřejnosti.

Hlavní způsob, který nám pomáhal zajistit etičnost celé situace, spočíval v tom, že probandi věděli, že ukončení bolesti záleží pouze na nich, mohou to učinit kdykoliv a v této své volbě se nemusí ničím omezovat. V tomto duchu byly napsány i předávány standardní instrukce a zároveň se tento princip stal podstatou odpovědí na otázky probandů. Pokud tedy například nějaký proband v průběhu experimentu zmínil, že už nemůže dál vydržet, odpověď zněla: „*To je v pořádku, záleží to pouze na vás.*“ Samozřejmě, formulace se lišila s ohledem na otázku. Probandům byl po



experimentu poskytnut důkladný debriefing, během kterého se mohli na cokoli zeptat, byli oceněni za svou účast (v psychologickém smyslu slova, jako jediná motivace jim sloužilo poskytnutí výsledků) a bylo jim vysvětleno, o co přesně v experimentu šlo. Pokud probandi pociťovali nějaké obavy, vždy jsme se je snažili normalizovat a rozptýlit. Každému probandovi bylo po experimentu věnováno tolik času, kolik potřeboval.

## 8. Výzkumný soubor

V této kapitole popisujeme složení výzkumného souboru. Také se věnujeme průběhu rekrutace a úvahám, které nás vedly k výběru konečného počtu probandů účastnících se výzkumu i předvýzkumu.

### 8.1 Rekrutace a příprava výzkumu

V první fázi jsme stanovili počet probandů, na kterých bude předvýzkum i výzkum proveden. Pro předvýzkum bylo nejprve zvažováno asi 5 probandů (plus zhruba 5 dalších osob, na kterých byly zkoušeny dílčí aspekty experimentu), jejich počet však nakonec vystoupal na 8. Důvodem tohoto navýšení byla potřeba vytvořit vhodnou experimentální situaci (postup, kterým jsme pro to použili je důkladněji popsán v kapitole věnované předvýzkumu) a určit počet tabulí z TAT, které budou použity.

Problematika stanovení konečného počtu probandů (tj. výběrového souboru), kteří se budou účastnit výzkumu, je v empirickém výzkumu významným a často diskutovaným problémem. Příliš malý výběrový soubor způsobuje malou robustnost odhadů. Ta se potom může projevat mimo jiné malou přesností výsledných odhadů<sup>20</sup> (velká výběrová chyba odhadu) a velkou citlivostí na změnu parametrů. Narůstající velikost výběrového vzorku je zase čím dál více zatěžována rostoucími náklady na jeho pořízení. V rámci diplomové práce a s dostupnými zdroji není možné příliš přesáhnout nároky obvykle kladené na podobné výzkumy. V obdobných laboratorních výzkumech (podrobně popsáných v předchozích kapitolách), se počty probandů pohybují od 20 (+20 kontrolní skupina, Sherwood, Potash, 1988), 32 (vlastně 64, jednalo se o dvě věkové skupiny posuzované nezávisle), 40 (+ 40

---

<sup>20</sup> Pokud platí, že odhady jsou *konzistentní*. Konzistentní odhad se zvyšováním rozsahu výběru konverguje podle pravděpodobnosti k odhadované charakteristice. Při větším rozsahu výběru lze tedy obecně očekávat menší výběrovou chybu (Pecáková 2011).

v kontrolní skupině; Cramer, 1991), po 50 (Sandstorm, Cramer, 2003) až 64 (Cramer, Gaul, 1988).

Po zvážení všech těchto informací a dokončení předvýzkumu jsme se nakonec rozhodli, že konečný počet probandů v předvýzkumu bude 8 a ve výzkumu 30. Jedním z hlavních důvodů bylo, že jsme považovali za efektivnější navýšit počet tabulí a sledovat vliv mírné bolesti a nepříjemnosti situace v čase na větším množství projektivního materiálu, než zvyšovat počet probandů, ale snížit počet tabulí, který jim bude administrován.

Rekrutace probandů probíhala přes sociální sítě, především facebookové skupiny k tomuto účelu určené (Účastníci výzkumu, Studenti psychologie FF UK). Někteří z nich byli osloveni i přímo přes sociální sítě, další se do výzkumu dostali na doporučení jiných účastníků. Všichni probandi byli předem seznámeni s tím, co je čeká, výzkum jim byl důkladně popsán. Vynechány byly pouze informace o cílech výzkumu a výzkumných hypotézách. Poté se mohli na cokoliv zeptat<sup>21</sup>. Všem také byla nabídnuta možnost, že jim po skončení průzkumu budou zaslány jejich výsledky. Když došlo na osobní setkání za účelem výzkumu, byli vždy znovu informováni o tom, jak celý výzkum proběhne, že bude pořízena zvuková nahrávka a byli požádáni o souhlas s nahráváním. Probandi byli také informováni, jakým způsobem bude s nahrávkou zacházeno (tedy, že sama o sobě zůstane neveřejná a použit bude pouze její přepis). Když celý výzkum skončil, probandi byli znovu dotázáni, zda nahrávka a další data, která od nich byla získána, mohou být použita pro účely výzkumu. Jejich souhlas je zaznamenán na nahrávkách, které jsou k dispozici u autorky. Také bychom na tomto místě chtěli znovu poznamenat, že část experimentu vyvolávající bolest, tedy držení ruky ve výdrži, byla zcela v režii probandů, kteří ji mohli kdykoliv ukončit a tato skutečnost jim byla předem důkladně objasněna.

## **8.2 Popis vzorku**

Předvýzkumu se zúčastnilo celkem 8 osob (6 mužů a 2 ženy). Výběr těchto osob nebyl nijak limitován věkem ani vzděláním, přesto však nakonec šest probandů zcela odpovídalo kritériím výzkumu, zbylí dva neměli odpovídající vzdělání.

---

<sup>21</sup> Nejčastější dotazy se týkaly jejich osobních výsledků, nejčastějších odpovědí jiných probandů a Tematicko-apercepčního testu obecně.

Výzkumu se zúčastnilo 30 probandů. 16 žen a 14 mužů. Osob oslovených pro výzkum i předvýzkum bylo několikanásobně více, vzhledem k charakteru sociálních sítí nelze ovšem určit přesné číslo. Z výzkumu byla jedna osoba vyloučena, protože její věk byl výrazně odlišný od ostatních účastníků (této osobě bylo 55 let).

Kritéria pro zařazení do výzkumu byla následující - věk 19 až 29 let a alespoň započaté vysokoškolské vzdělání. Naším cílem bylo vytvořit homogenní skupinu, pokud se jedná o věk a vzdělání. Z předchozích výzkumů Cramerové je totiž zřejmé, že věk i inteligence (v našem výzkumu jsme se omezili na předpoklad, že vysokoškolské vzdělání zajišťuje alespoň částečně podobnost inteligence) má na používání obran výrazný vliv (Cramer, 1987; 1997; 2002; 2006; 2007; 2009 a další). Nakonec se věk našich probandů pohyboval mezi 22 až 28 lety, jak ukazuje tabulka 1. Průměrný věk byl 26 let.

Věk	Počet probandů
22	5
23	1
24	5
25	6
26	5
27	6
28	2

Tabulka 1. Věkové rozložení probandů.

Zaměření vysokých škol, které probandi studují, je velmi různorodé, jak je vidět z tabulky 2. Pro větší přehlednost uvádím studenty psychologie jako samostatnou skupinu. V tabulce je uveden větší počet oborů, než je celkový počet probandů. To je dáno tím, že 3 probandi studovali (nebo vystudovali) více než jednu vysokou školu.

Obor VŠ	Počet probandů
Humanitní	7
Psychologie	6
Technické	6
Přírodovědné	5
Ekonomické	4
Umělecké	2
Lékařské	1
Ostatní	2

Tabulka 2. Přehled oborů studovaných probandy.

Vzhledem k charakteru experimentu se ukázalo užitečné porovnat, jak dlouho výdrž v experimentu zvládnou lidé, kteří pravidelně sportují v porovnání s těmi, kteří se sportu nevěnují. Za sportovce jsme v našem výzkumu považovali každého, kdo pravidelně minimálně jednou týdně cvičí. Za cvičení byla považována jakákoliv náročnější fyzická aktivita vykonávaná za účelem zlepšení kondice. Takto definovaných sportovců se nakonec našeho výzkumu zúčastnilo 14.

## **9. Průběh výzkumu a předvýzkumu**

V této kapitole důkladně popíšeme průběh výzkumu a předvýzkumu. Kapitola o předvýzkumu popisuje, jak jsme postupně vytvářeli experimentální situaci, která vyhovovala našim výzkumným cílům a kapitola o výzkumu pak popisuje průběh samotného experimentu a instrukce, které během něj probandi dostávali.

### **9.1 Předvýzkum**

Předvýzkum proběhl v týdnu od 4. 5. do 10. 5. Zúčastnilo se ho 8 probandů. Cílů předvýzkumu bylo několik:

- 1) Navrhnout výzkumnou proceduru. To znamená ustálit průběh experimentu a vytvořit instrukce, které budou srozumitelné a shodné pro všechny probandy, přičemž zároveň neprozradí informace, které by mohly ovlivnit chování probandů a tím pádem i výsledky. V neposlední řadě bylo důležité i zaškolení experimentátorky.
- 2) Zjistit, jaká je vhodná míra zátěže. Tedy, jak dlouho probandi zvládnou udržet ruku ve výdrži, ke kolika tabulím probandi stihnou vymyslet příběh, než musí dát ruku dolů, zda stačí přirozená únava a bolest nebo je vhodné zátěž ještě zvýšit, případně přidat další úkoly.
- 3) Zmapování obvyklých otázek a reakcí, vytvoření standardních odpovědí na takové otázky (tyto odpovědi se v průběhu experimentu mohly mírně lišit, podstata sdělení však zůstala zachována).

Ještě před předvýzkumem proběhla krátká zkouška úkolu, který měl být probandům zadán během experimentu, tedy držení ruky volně napnuté před sebou, bez krčení v lokti. Ruka byla držena minimálně v úrovni očí, či mírně směrem

vzhůru. Bylo zjištěno, že zkoumané osoby (5 osob) udrží ruku v této pozici zhruba okolo 5 minut (3 - 9 minut).

Z tohoto údaje pak vycházela první varianta předvýzkumu. Probandi v ní vyprávěli příběhy k šesti tabulím z TAT, s tím, že měli držet ruku takto napnutou před sebou. Ruku do pozice výdrže zvedali od druhého obrázku. Ukázalo se však, že když probandi vypráví příběhy, zvládnou udržet ruku ve výdrži výrazně déle, než když příběhy nevypráví. Prvním návrhem, jak tuto situaci řešit, bylo tedy ztížit probandům jejich úkol. Kromě různých modifikací instrukcí (zákaz opírání zad, zákaz pohybování rukou), které se ukázaly jako poměrně neúčinné, bylo vyzkoušeno i zvýšení zatížení ruky. Konkrétně tak, že v ní probandi během výdrže drželi nějaký předmět, obvykle knihu. Ukázalo se ovšem, že tato modifikace úkol sice ztěžuje, ale nerovnoměrně vzhledem k jednotlivým účastníkům experimentu - pro některé probandy se jednalo o velkou zátěž, pro jiné o menší. Proto jsme od této modifikace ustoupili a rozhodli se zvýšit základní počet tabulí na 10, s tím, že pokud probandi zvládnou dovyprávět všech deset příběhů (1 s rukou dole a 9 s rukou nataženou), dostanou další úkol, který by je měl zaměstnat, než budou muset dát ruku dolů. Ani tato modifikace však nebyla úspěšná. Ukázalo se totiž, že probandi, kteří splní jeden úkol, už nejsou ochotni začínat s dalším a většinou ho vzdávají (několikrát to bylo i doplněno slovním komentářem, že by to ještě chvíli zvládli, ale už nemají sílu pouštět se do dalších úkolů).

V poslední modifikaci, která pak byla používána i během výzkumu, tedy všichni probandi nejprve vyprávěli příběh k první tabuli s rukou dole, pak byli požádáni o vyprávění dalších 9 příběhů (které vyprávěli, i když ruku v průběhu tohoto vyprávění dali dolů). Pokud někdo zvládl udržet ruku ve výdrži i poté, vyprávěl příběhy podle dalších tabulí tak dlouho, dokud se sám nerozhodl skončit. Výsledný počet tabulí u takového probanda byl tedy roven počtu tabulí, k nimž vyprávěl příběh s rukou ve výdrži plus jedné po té, co dal ruku dolů. Zde je důležité poznamenat, že probandi dopředu nevěděli o tom, kolik příběhů budou vyprávět. Experimentátorka během výzkumu vždy držela všech 31 tabulí, které TAT obsahuje, a probandi byli informováni o tom, že budou příběhy vyprávět tak dlouho, dokud sami neskončí.

Vytvořením této závěrečné modifikace experimentu bylo tedy odpovězeno na první dvě otázky, které jsme si během předvýzkumu pokládali. Závěrečnou verzi instrukcí, která byla používána i během výzkumu, popisujeme v následující

podkapitole. V této kapitole (konkrétně v podkapitole 9.2.2. je možné nalézt i krátké vyjádření k typickým otázkám a reakcím respondentů).

Během všech fází předvýzkumu byla používána škála, na které měli probandi hodnotit, jak nepříjemně právě svojí ruku ve výdrži pociťují (jak moc vnímají bolest ruky). Toto hodnocení udávali vždy po dokončení příběhu a to i poté, co dali ruku dolů.

## **9.2 Průběh experimentu**

Tato kapitola je věnována tomu, jak celý experiment probíhal. Nejprve ho popíšeme z pohledu probandů, vysvětlíme, jaké instrukce během experimentu dostávali a jak vše probíhalo. V další podkapitole pak popisujeme, jaká data nás zajímala a jak jsme je poté analyzovali.

### **9.2.1 Instrukce probandům**

Jak tedy výzkum z hlediska probandů vypadal? První instrukce, kterou dostali, vychází z návrhu Teglasiové (Teglassi, 2001, str. 34 - 35).

*„Nyní vám ukážu několik obrázků, vždycky jeden po druhém a vaším úkolem bude vymyslet si ke každému z nich příběh. Je důležité, abyste mi vyprávěl, co se stalo před událostmi zachyceným na obrázku, popsal mi, co přesně se na něm děje právě teď, jak se cítí a co si myslí postavy toho příběhu a nakonec jak to celé dopadne. Vyprávějte mi kompletní příběh od začátku do konce. Je to srozumitelné?“*

Tato instrukce se od původní Murrayho formulace liší především ve dvou bodech. Zaprvé vynechává původní Murrayho snahu o zmatení vyšetřovaných osob tím, že se je nesnaží přesvědčit, že cílem tohoto testu je měřit kreativitu a imaginaci. A za druhé, nedává probandů za úkol vyprávět co nejdramatičtější příběh (Murray, 1971). Obě dvě tyto změny považujeme pro náš výzkum za důležité. V první řadě si nemyslíme, že by bylo vhodné (obzvláště, pokud se jedná o výzkumné účely) zkoumaným osobám lhát. Jistě, klamání pokusných osob má stále v psychologickém výzkumu své místo, zde však nespátřujeme žádné zvláštní výhody, které by to mohlo

přinést. A za druhé, vzhledem k charakteru výzkumné situace považujeme za vhodné (a zajímavější), aby si probandi sami volili témata i „míru dramatickosti“ příběhů. Zátěžová situace totiž sama o sobě může vést probandy ke zvýšení dramatickosti, a proto jsme do této části jejich kreativního procesu nechtěli nijak zasahovat. Navíc, pokud by se probandi snažili tvořit co nejdramatičtější příběhy, mohlo by to také ovlivnit některé skórovací kategorie v DMM.

Vzhledem ke zkušenostem z předvýzkumu byla později k této původní instrukci dodána i formulace:

*Je možné, že vás k obrázku napadne více různých příběhů. V tom případě si prosím vyberte jeden z nich a ten mi vyprávějte od začátku až do konce. Je jen na vás, který z příběhů zvolíte.*

Další instrukce, které probandi během experimentu dostali, se týkaly zdvižení ruky a škály nepříjemnosti, na které měli hodnotit, jak moc nepříjemně ruku vnímají:

*Až dovyprávíte první příběh, poprosím vás, abyste zvedl jednu ruku nahoru. Je jen na vás, která to bude. (Následuje názorná ukázka). Je důležité, abyste ruku nekrčil v lokti, ani jí nenechal klesnout pod úroveň očí. Časem vás ruka začne bolet - až to bude nesnesitelné, můžete jí dát dolů. Je v pořádku, pokud k tomu dojde, ale snažte se prosím vydržet co nejdéle. Je důležité, abyste věděl, že nepřijde žádný okamžik, kdy bych vám řekla, abyste dal ruku dolů. Je pouze na vás, jak dlouho to vydržíte a kdy se rozhodnete jí spustit. Může se stát, že se vám časem bude ruka krčit v lokti nebo klesat. Prosím, dávejte si na to pozor. Pokud vám ruka klesne, nebo jí pokrčíte, upozorním vás na to. V případě, že bych vás musela upozorňovat více než třikrát, bude to znamenat ukončení experimentu<sup>22</sup>.*

---

<sup>22</sup> Na tomto místě je důležité poznamenat, že žádný proband nakonec nemusel být upozorněn více než třikrát, tudíž žádný nebyl k svěšení ruky vyzván experimentátorkou.

*Od okamžiku, kdy budete mít ruku nahoře, vás po každém obrázku poprosím, abyste mi řekl, jak moc nepříjemně ruku právě pociťujete, a to na škále od 1 do 10, kdy 1 znamená, že vás vůbec nebolí a 10, že už je to nesnesitelné.*

*Máte nějaké otázky? Pokud ne, můžeme začít. Tady je první karta. Můžete si jí nechat u sebe, jak dlouho chcete. Až mi k ní řeknete všechno, co vás bude napadat, můžete mi jí zase vrátit.*

Tím byl experiment zahájen. Od druhého obrázku dál byli probandi vyzváni, aby zvedli ruku do pozice výdrže. Tu už zpravidla nebylo třeba dále vysvětlovat. Zbývá dodat, že jediná další otázka, která byla pro všechny probandy stejná, následovala okamžitě poté, co dal proband ruku dolů, a zněla:

*Jak je vám teď, když jste dal ruku dolů?*

Jednalo se o krátké zastavení, kdy byl proband oceněn za výkon a dostal prostor vyjádřit, jak se cítí. Poté byl požádán, aby ohodnotil na škále od 1 do 10, jak moc nepříjemně pociťuje ruku právě teď. Pak byl požádán, aby pokračoval ve vyprávění až do desáté tabule, případně, pokud už deset příběhů dovyprávěl, tak ještě k jedné tabuli.

Probandi museli mít ruku napnutou v lokti a držet jí minimálně v úrovni očí a nesměli se opírat zády o opěrku. Jinak jim byly povoleny v podstatě veškeré další úkony, které jim mohly ulevit, například pohyb prsty natažené ruky. Probandi však nebyli aktivně upozorňováni na to, že takovou možnost mají.

### **9.2.2 Samotný experiment a zpracování dat**

Výzkum probíhal na různých místech v Praze, vždy však v klidném a tichém prostředí, kde byl dostatek osvětlení. Během výzkumu byly zaznamenány tři typy dat:

- 1) Samotné příběhy. Těchto příběhů bylo od každého probanda získáno nejméně deset (příčemž první byl vyprávěn v klidovém stavu). Pokud



proband zvládl dovyprávět všech 9 příběhů s nataženou rukou (plus první v klidu), vyprávěl dále tak dlouho, dokud ruku nedal sám dolů. Když tak učinil, vyprávěl ještě jeden příběh v klidovém stavu po svěšení ruky<sup>23</sup>. Tyto příběhy byly nahrávány.

2) Hodnoty z desetibodové škály nepříjemnosti. Nepříjemnost výdrže probandi určovali po každém obrázku (kromě prvního) a to i poté, co dali ruku dolů. Další hodnota byla získána v okamžiku, kdy dal proband ruku dolů. Pokud proband ruku svěsil a poté minimálně třikrát uvedl, že nepříjemnost odpovídá stupni 1 (nejnižšímu možnému), dále už na ní dotazován nebyl.

3) Celkový čas, po který proband udržel ruku ve výdrži. Tento čas byl měřen na stopkách v notebooku, tak aby probandi během experimentu nevěděli, jak dlouho už ruku drží zdviženou.

Celý výzkum trval obvykle okolo 30 - 45 minut. Vzorový záznam (přepis příběhů a škály nepříjemnosti) je možné nalézt v příloze 2. Ostatní přepisy je možné získat k nahlédnutí u autorky.

V přepisech jsou používány značky /A/ a /Q/. Značka /Q/ znamená dotaz od experimentátorky. Ve většině případů se jednalo o otázku ohledně příběhu - jak celý příběh skončí, jak se cítí postavy na obrázku nebo jak celý příběh začal. Několikrát se tato otázka týkala nejasných aspektů příběhu, například pokud proband mluvil o tom, že se postavě stalo něco zlého, ptali jsme se na to, co se jí přesně stalo. Značka /A/ se objevuje ještě méně často a týká se především odpovědí na otázky respondentů (obvykle zopakování některé části výše uvedených instrukcí) nebo, ve výjimečných případech uklidnění respondenta či odpověď na jeho pochybnosti. Jak ovšem ukázal už předvýzkum, otázky probandů během experimentu se objevují jen zřídka. Z přepisu jsou vynechány všechny zmínky o bolesti ruky (například stížnosti na bolest, odhady, jak dlouho ještě výdrž zvládnou apod.).

Aby nemohlo dojít k žádnému ovlivnění během skórování (ani vědomému ani nevědomému), bylo toto skórování zaslepené. To znamená, že jsme nevěděli, jak

---

<sup>23</sup> Pouze 5 probandů vyprávělo více než 10 příběhů. Maximální počet tabulí byl 20.

dlouho daný proband výdrž zvládnul, ani ve který okamžik přesně skončil. Protože pořadí tabulí bylo vždy stejné, tak tuto část výzkumu nebylo možné zaslepit.

## **10. Ukázky z analýzy příběhů pomocí DMM**

Příběhy získané od probandů byly analyzované pomocí Defense Mechanism Manual jehož autorkou je Cramerová (Cramer, DMM). Na omezeném prostoru diplomové práce není možné popsat, jakým způsobem probíhala analýza všech příběhů, ani jak přesně jsme postupovali při uvažování o konkrétních detailech této analýzy. Přesto bychom v této kapitole chtěli ukázat některé příklady z toho, jak vyhodnocování příběhů probíhalo.

Vyhodnocování obran je náročná a komplikovaná disciplína. Jako u všech projektivních metod záleží hlavně na člověku, co takové vyhodnocování provádí a může se stát, že občas je výsledné skórování spíše důsledkem projekce hodnotitele než hodnoceného (Garfield, Eron, 1948). Cramerová píše, že pro vyhodnocování obran musí mít dotyčný „třetí ucho“, musí se umět naladit na příběh a vycítit chyby v jeho logice a okamžiky, kdy do příběhu vstupuje podvědomí (Cramer, 2006). Proto jsme se při skórování obran snažili opřít o způsoby, které při jejich vyhodnocování používají další odborníci. V DMM je uvedena široká škála příkladů, jak jednotlivé obrany skórovat. Kromě toho jsme se inspirovali i u Fikarové (Fikarová, 2015) a Soukupové, Goldmanna a Cramerové (Soukupová, Goldmann, Cramer, 2012). Vždy, když jsme o skórování nějaké obrany pochybovali, řídili jsme se celkovou atmosférou příběhu a tím, zda daný výrok může mít ochranný účel. Pokud jsme i pak zůstali na pochybách, obranu jsme neskórovali, v souladu s tím, co doporučuje Cramerová (Cramer, DMM).

Ukázkový protokol z naší analýzy je přiložen k této práci (Příloha 2). Na tomto místě bychom rádi upozornili na to, že skórování proběhlo podle kompletního DMM, které se v řadě bodů liší od zkráceného přehledu, jež zde prezentujeme. Tato odlišnost může být demonstrována například tím, že kompletní DMM vylučuje skórování některých kategorií u určitých tabulí. Například, pokud u tabule 1 proband zmíní, že některá z postav je virtuóz či hudebník, tato kategorie není skórována (u jiných tabulí by byla skórována jako Identifikace 6), protože vyzývací charakteristika tabule vede k této interpretaci, tudíž se nejedná o obranu.

Dále uvádíme příklady obran, které jsme u našich probandů skórovali. Nejprve je uveden název obrany a poté příklady, které se objevily v protokolech probandů v našem výzkumu.

### Popření:

1) Opominutí hlavních postav nebo objektů: Je zřejmé, že u této kategorie nelze uvést přímý příklad. Proto na tomto místě pouze zmíníme, že nejčastěji opomíjenou vyzývací charakteristikou byla zbraň na tabuli 3BM, těhotenství stojící ženy na tabuli 2 a zbraň na tabuli 8BM.

### 2) Chybné vnímání (mispercepce).

Tabule 1: „*No, tak na obrázku je **malá holčička**, co... by chtěla hrát na housle, ale rodiče jí nechtějí zaplatit lekce.*“

### 3) Obrácení v opak.

Tabule 8BM: „*...on utekl a začal vraždit dál! No a pak nějak jako skončil s vraždama.*“

Tabule 13MF: „*... cítí se nevinně, cítí se špatně, cítí se provinile...*“

### 4) Negativní výroky.

Tabule 13MF: „*Ta paní, ta **paní leží**, ta **paní leží úplně normálně** (smích). Je nahá a... asi... něco s ní je. Já nechci, aby byla mrtvá! Ale, třeba je jenom... třeba je opilá hodně.*“

Tabule 3GF: „*Několikrát se vrátí, několikrát to zkusí, ale potom jí nějaká hodně pádná událost donutí k tomu, aby ten dům opustila, opustila navždy. Bude to velký, velký zlom. Nemyslím si, nemyslím si, že by tam měla zemřít, nebo že by se jí něco mělo stát.*“

### 5) Popření reality

Tabule 15: „*Muž je v okně, doma má tmu, asi nechce rozsvěcovat, protože... ho doma čeká jenom nepořádek, protože nemá ženu, která by mu uklízela. Díky tomu, díky tomu se nechce dívat do pokoje, dívá se ven, dívá se na hvězdy, sní o tom, že možná ještě vycestuje, možná ještě v životě něčeho dokáže významného, nechce se*

*obracet do toho pokoje, chce z něho zmizet, ale zároveň není schopen z něho vystoupit. “*

6) Přehnané zesílení pozitivních nebo negativních vlastností u jednotlivých postav.

Tabule 4: *„Byl to hezký románek, oni se potkali na lodi, on zrovna na služební cestě, ona lovila bohaté muže. Tohohle ulovila a on je zjevně **schopný a bohatý a krásný.**“*  
(Zde se jedná o hraniční případ, kategorie je skórována proto, že i v dalších částech příběhu jsou vlastnosti muže popisovány přehnaně pozitivně).

7) Neočekávané štěstí, optimismus, pozitivní zvrat v příběhu.

Tabule 8BM: *„...a tak se o tom přesvědčil zrovna během té pitvy, kdy se vyťahovaly všechny ty vnitřnosti a tak dále. A to bylo velice nevkusné a jemu... pro něj to bylo trauma až do teď. A vždycky, když šel spát, tak má z toho noční můry. Naštěstí, naštěstí se mu to po... v jeho 13 letech se podařilo vyléčit pomocí jeho nejlepšího kamaráda a teď ko už, už s tím takový problémy nemá.“*

**Projekce:**

1) Postavám jsou přisouzeny agresivní nebo nepřátelské pocity, emoce či záměry

Tabule 4: *„...také je možnost, že ho třeba někdo vytočil a ona ho spíš jenom zadržuje, že to není jako to, co jsem říkal před tím, ale že spíš jako: „Nejdi po něm, nezaútoč na ně fyzicky.“*

2) Přidání ohrožujících (zlověstných) osob, duchů, zvířat, objektů anebo vlastností.

Tabule 13MF: *„Dcera se z toho zbláznila, zavřeli jí do psychiatrické léčebny a on šel do vězení.“*

Tabule 17: *„Vlastně ten duch, ten duch i ta křivda jsou tam stále přítomni, i když prostě ten bílý sníh je přikrývá.“*

3) Magické, autistické nebo zabíhavé myšlení.

Tabule 2: *„...takže tam mi jenom lehce nesedí tak u toho výjevu, co tady vidíme, jako nějaký sedláckej domek a... nějaký farmář s tím, s koněm a ta slečna s knížkama mně tam nesedí skoro vůbec, myslím, že to je... tenkrát moc nebyla... nečekal bych moc knížek. Knížky byly hodně rozšířeny až po Gutenbergovi, až když*

*byl ten knihtisk, před tím bylo všechno ruční a to byly drahocenný věci, to bylo spíš šlechtická záležitost a tak nějak, nějaký mniši, že si to přepisovali ve volných chvílích, který jako nějak při modlitbách a tak dále.“*

#### 4) Potřeba ochrany před vnější hrozbou.

Tabule 5: *„...rodiče jí vzali klíče, aby... protože se báli, že by se zamykala a něco by se jí mohlo stát, nebo by tam mohla třeba skrývat přítele nebo tak něco.“*

Tabule 5: *„...žena se tam nenápadně vplížila a v tom pokoji někoho nebo něco viděla, co jí zaujalo a nenápadně to sleduje a nechce být viděna.“*

#### 5) Očekávání smrti, zranění nebo útoku.

Tabule 6BM: *„Ta nepříjemná věc nebylo... ta nepříjemná věc bylo to, že... že mu zemřelo dítě.“*

Tabule 3BM: *„Mám pocit, že je to žena, kterou někdo praštil.“*

#### 6) Témata pronásledování, uvěznění a útěku.

Tabule 5: *„Jestli to byl nějaký zloděj, tak rychle zabouchne a půjde někam, bude utíkat a říkat „pomoc, zloděj, pomoc zloděj!“*

Tabule 8BM: *„...odsoudili ho, zavřeli ho, on utekl a začal vraždit dál.“*

#### 7) Bizarní nebo velmi neobvyklé téma či příběh

Tabule 5: *„Žena slyšela nějaké podivné zvuky, tak se šla podívat do vedlejšího pokoje, kde uviděla, jak její syn si to rozdává s kočkou.“*

Tabule 17: *„Oh. Abstrakce. Možná andělské křídlo, nějaká temná postava, vidím tam pravděpodobně nějakou ztrátu nevinnosti, ale takovou tu násilnickou, kdy právě došlo k nějakému zlému činu a teď se ani... na ten čin se zapomnělo a padá na něj snít.“*

## Identifikace

### 1) Napodobování dovedností.

Tabule 2: „*Půjde do školy, tam bude chvíli mimo, ale... dostane se do toho a budou tam dělat věci, které ji zrovna baví, informace, po kterých baží.*“

Tabule 8BM: „*Třeba ten chlapeček potom jednou se od nich odkouká a bude taky doktor, třeba laickej.*“

### 2) Napodobování povahových rysů.

Tabule 12F: „*Dopadne to tak, že mladá žena i starší budou stále bydlet ve stejné domácnosti a mladá žena postupně bude přebírat veškeré úkony vlastně té péče o domácnost, péče o rodinu a všechno zvládne a stará paní se stáhne do ústraní, kde postupně... nebo časem zemře, zahyne.*“

### 3) Regulace motivů nebo chování.

Tabule 6GF: „*A ona tak jako kouká a čeká, co jí on řekne a... nevím... nevím, jako kdyby ona byla před tím v nějaký situaci a on jakoby přišel, aby jí řekl, co má dělat, nebo nějak jí jakoby, dal, dal směr.*“

Tabule 13MF: „*...muž potom asi má nějaké bud' výčitky svědomí, nebo hroznou kocovinu z toho.*“

Tabule 5: „*Že vlastně něco tomu člověku dejme tomu řekne, nějak, nějak ho pokárá nebo takhle, ale odejde pryč.*“

### 4) Sebeúcta spojená se sounáležitostí.

Tabule 15: „*Pravděpodobně hrobař, který nikoho nemá, protože při jeho zaměstnání se mu špatně hledá družka nebo přítel. V noci se potuluje mezi hroby, protože nemá jiný účel v životě, nemá... nemůže spát, protože ho budí mrtví, které pohřbívá přes den a hledá mezi nimi spřízněnou duši.*“

### 5) Práce; Odložení uspokojení.

Tabule 1: „*Tak tenhle ten kluk vypadá, že se učí něco do školy.*“

Tabule 5: „...když zjistí, že jsou v pořádku, že jenom tam vyváděj a dělaj rámus, tak se zase vrátí k vaření a cejtí se zabraná do práce.“

#### 6) Diferenciace (rozlišení) rolí.

Tabule 6BM: „Dítka mělo rádo vlaky, často sedávalo u kolejí a čekalo, až nějaký přijede, aby mu mohl zamávat **strojvedoucí**.“

Tabule 6BM: „...ale příběh se točí kolem, kolem... kolem, kolem pokoje, kde se nachází umírající dědeček našeho pána a jeho **manželky**, tedy jeho babičky.“

#### 7) Moralismus (Morální poselství).

Tabule 13MF: „**A když to dokonal, tak si teprve uvědomil, co to udělal za hovadinu a začal si to strašně vyčítat, šel na policii, tam to na sebe prásknul... tam to na sebe prásknul.**“

Tabule 3BM: „...byla z toho velice sklíčená, rychle se oblékla a od té doby už se nikdy v životě... nebo respektive od té doby už se snaží jako se hlídat, co se týče alkoholu.“

## **11. Výsledky**

V této kapitole prezentujeme výsledky našeho výzkumu. Nejprve popisujeme výsledky, které vyplývají z pozorování a dokreslují celou situaci experimentu a jeho průběhu, poté se zaměříme na popis získaných dat a nakonec ověříme naše hypotézy pomocí regresní analýzy.

### **11.1 Zjištění vyplývající z pozorování**

V této kapitole se zabýváme poznatky, které vplynuly z pozorování probandů a jejich reakcí během experimentu. Řada poznámek také vychází z rozhovoru, který byl s probandy veden po skončení experimentu v rámci debriefingu. Tyto výroky nejsou podloženy žádným statistickým výpočtem a neplatí pro všechny probandy. Jedná se pouze o dokreslující informace, které nám přišly zajímavé, a proto jsme se rozhodli, že jim věnujeme tuto kapitolu.

- S postupující bolestí se probandům zdá úkol těžší, nedokážou se na něj soustředit a je pro ně čím dál tím složitější nějaký příběh vůbec vymyslet.
- Za nejhorší považují probandi čas mezi jednotlivými příběhy. Někteří popisují, že když vypráví příběhy, ruku ve výdrži téměř nepocítují, ovšem v mezičase mezi jednotlivými příběhy je bolest nejhorší. To může mít příčinu v tom, že příběh odvádí jejich pozornost od bolesti. A navíc, v mezičase mezi vyprávěním příběhů jsou dotazováni, jak moc nepříjemně ruku pocítují, což naopak přitahuje jejich pozornost k bolesti.
- S tím souvisí i další bod. Probandi totiž ruku dávají dolů nejčastěji v mezičase mezi jednotlivými příběhy, případně těsně po začátku nového příběhu. To může být vysvětleno jak výše zmíněnými fenomény, tak i tím, že se snaží příběh ukončit, dotáhnout do konce a pak teprve skončí s výdrží.
- S tím, jak s přibývajícím časem roste nepříjemnost situace, se probandi snaží nějak z ní uniknout, co nejvíce jí zkrátit a urychlit (i když jim bylo vysvětleno, že rychlost vyprávění příběhů nemá na délku výdrže žádný vliv). Mají pocit, že mluví rychleji, že zkracují příběhy a také často zapomínají vyprávět některé části příběhů, které dříve neopomíjeli (rozuzlení příběhu, emoce protagonistů...). Toto zmiňují téměř všichni probandi.
- V příbězích, které probandi vypráví těsně po sundání ruky dolů, se často objevují zmínky o dobře vykonané práci, o spokojených odpočívajících postavách nebo o úlevě. Tady je interpretace zcela zřejmá.

Předpokládali jsme, že v příbězích se nebude vyskytovat téma bolesti, v souladu s výsledky výzkumů diskutovanými výše (Brožek, Guetzkow, Baldwin, Cranston, 1951; Fenz, Epstein, 1962; Murray, 1959), a to v důsledku používání popření. Z celkových 330 příběhů, které jsme od probandů získali, se zmínky o bolesti objevily v 11 z nich, z toho v 5 případech se jednalo o bolest psychickou („necítí smutek ani bolest“, „čo bolí, to prebolí“, zmínky o tom, že postava cítí velkou bolest po smrti dítěte apod.), ve třech případech šlo o bolest hlavy a ve



zbylých třech případech se jednalo o bolest, kterou cítí žena po napadení přítelem, o to, že na tváři mrtvého jsou známky bolesti a utrpení, které zažil a nakonec o sportovce, který ještě necítí bolest, protože je teprve na začátku tréninku. Nemáme bohužel žádná data, se kterými bychom tato zjištění mohli porovnat, přesto se nám zdá, že to, že se fyzická bolest objevila pouze v 6 případech, může nasvědčovat tomu, že se naše očekávání naplnila.

## 11.2 Popis dat

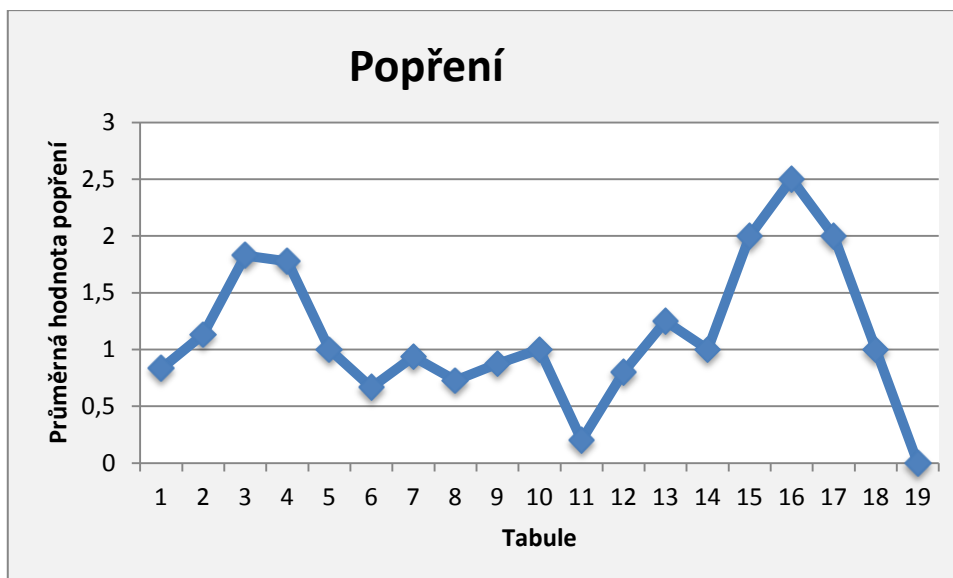
Provedením experimentu jsme získali celou škálu různých dat. V první řadě se jednalo o příběhy podle tabulí z TAT. Tyto příběhy byly posléze analyzovány pomocí DMM, čímž jsme získali skóry tří obranných mechanismů, tedy popření, projekce a identifikace. Dále jsme měli k dispozici údaje ze škály nepříjemnosti, které nabývaly hodnot 1-10. Také jsme měřili dobu, po kterou proband udržel ruku ve výdrži. Kromě toho jsme do analýzy zahrnuli i pohlaví probandů a skutečnost, jestli jsou či nejsou sportovci<sup>24</sup>.

### 11.2.1 Obranné mechanismy

První z obranných mechanismů, které jsme měřili, bylo **popření**. Tato proměnná nabývala **hodnot od 0 do 5**. **Střední hodnota byla 1,08, medián 1, směrodatná odchylka 1,02 a variační koeficient 0,95**. Na grafu 1 je vidět průměrné používání popření ve výdrži během odpovědi k tabulím 1 až 19 (což je poslední tabule, u které nějaký proband udržel ruku zvednutou). Graf tedy popisuje průměrné používání popření během držení ruky ve výdrži. Hodnoty od okamžiku, kdy dal proband ruku dolů, zde nejsou zachyceny.

---

<sup>24</sup>Popis toho, jak jsme operacionalizovali proměnnou sportovec lze nalézt v kapitole Výzkumný vzorek.

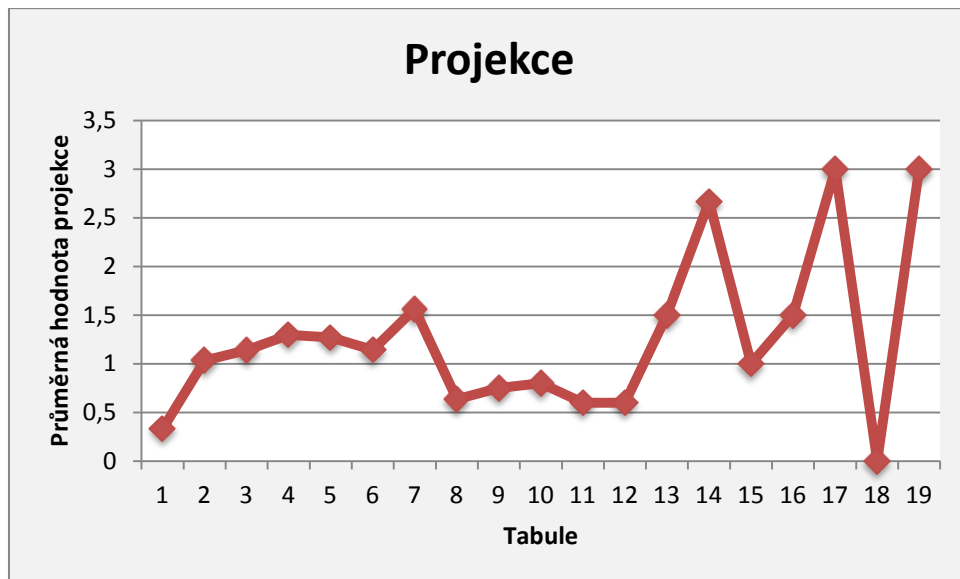


Graf 1.: Průměrné používání popření ve výdrži.

Už z grafu je vidět, že průměrné užívání popření se nezvyšuje s počtem tabulí. Přestože při porovnání prvních a posledních tabulí dochází k jistému navýšení užívání této obrany, vývoj je přesto velmi nerovnoměrný. Je možné, že vyšší hodnoty u prvních tabulí jsou způsobené potřebou vyrovnat se s novým a náročným úkolem, v okamžiku, kdy si na něj proband zvykne, tak používání popření poklesne, okolo 8 tabule opět dochází k mírnému nárůstu, který by mohl být způsoben potřebou vyrovnat se s mírnou bolestí. Velmi důležité je zde poznamenat, že více než 9 tabulí mělo pouze 5 probandů<sup>25</sup>, takže hodnoty od 9 tabule dál nejsou příliš vypovídající a jediné, na co by mohl nárůst popření od 13 tabule poukazovat je to, že lidé, kteří zvládnou mírnou bolest vydržet déle, používají více obran.

Dále jsme sledovali proměnnou **projekce**. Ta nabývala **hodnot od 0 do 5**, **Střední hodnota byla 1,05 a medián 1**, **směrodatná odchylka 1,08 a variační koeficient 1,04**. Vývoj používání projekce ve výdrži je možné vidět na grafu 2.

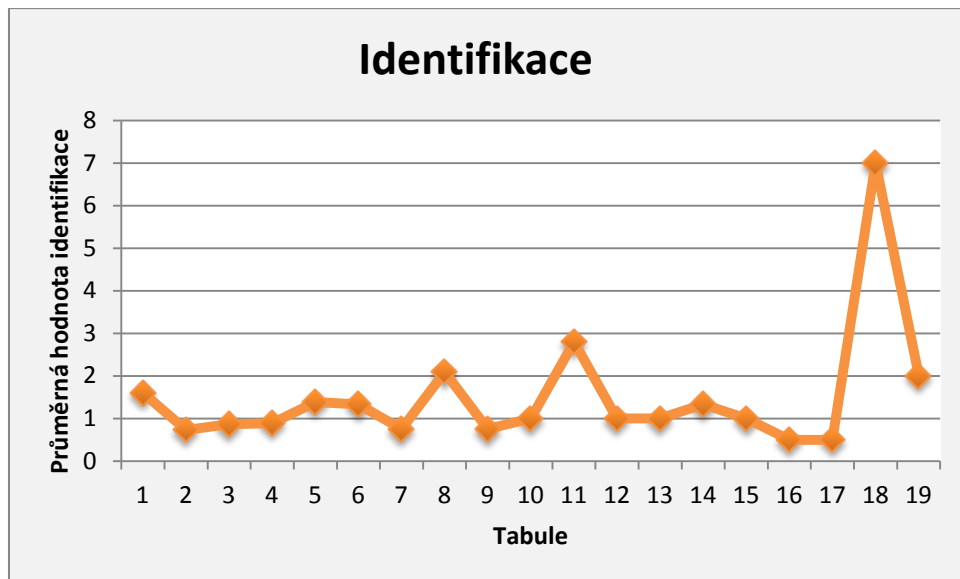
<sup>25</sup> Pro srozumitelnost ještě dodáváme, že každý proband zvládl jiné množství tabulí s výdrží, průměrně to bylo 7,3 tabule.



Graf 2.: Průměrné užívání projekce ve výdrži.

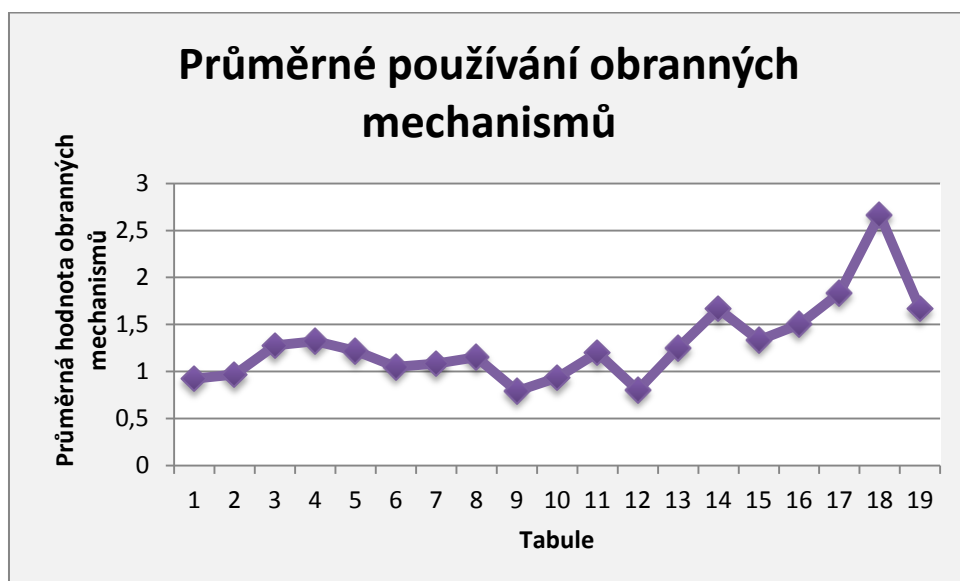
Na grafu je vidět, že průměrné užívání projekce postupně roste, tento nárůst ovšem není lineární a dochází v něm k velkým výkyvům. Od tabule 13 dál proměnná relativně stoupá, což ukazuje na to, že probandi, kteří výdrž zvládli déle, používali v průměru více projekce. K dalšímu nárůstu dochází u 6 a 7 tabule. Tento nárůst může souviset se zvyšováním nepříjemnosti situace, vzhledem k poklesu u dalších tabulí se zde však tento trend spíše neprojevuje.

Posledním obranným mechanismem, který jsme měřili, byla **identifikace**. Ta nabývala **hodnot od 0 do 7**, **Střední hodnota byla 1,28 a medián 1**, **směrodatná odchylka 1,32 a variační koeficient 1,03**. Vývoj používání identifikace ve výdrži je možné vidět na grafu 3.



Graf 3.: Průměrné používání identifikace ve výdrži.

Z grafu je vidět, že používání identifikace je poměrně nerovnoměrné. K mírným nárůstům dochází u tabulí 8 a 11, k velkému nárůstu pak u tabule 18. Opět se zde potvrzuje skutečnost patrná z předchozích grafů, totiž, že probandi, kteří vydrží delší dobu, používají zpravidla více obran. Dále je z grafu vidět mírně zvýšené hodnoty u prvních tabulí, patrně způsobené stresem z celé situace a nového úkolu a výkyvy u tabulí 8 a 11. Celkově je průměrné používání identifikace nerovnoměrné. Zde je také důležité poznamenat, že identifikace byla vůbec nejpoužívanějším obranným mechanismem.



Graf 4.: Průměrné používání obranných mechanismů ve výdrži.

Z grafu je patrný pozvolný nárůst používání obran, který je doprovázený různými výkyvy a poklesy, především u tabulí 6, 9 a 12. I z tohoto grafu je patrné, že osoby, které udržely ruku ve výdržové pozici u více než 10 tabulí používaly v průměru více obran, než ty, které vydržely méně. Pokud se zaměříme na průměrné používání obran u všech probandů, nezdá se, že by mezi tabulemi 1 až 9 docházelo k postupnému navyšování používání obran.

Pokud jde o celková čísla, **popření** se v celém výzkumu (jedná se tedy o součet popření ze všech tabulí od všech probandů) objevilo **356**, **projekce 345** a **identifikace 424**. Tyto čísla, s výjimkou skóru projekce, odpovídají našim předpokladům a teoriím Cramerové. Přesto bychom očekávali, že projekce bude dosahovat vyšších čísel. Možné důvody pro to, že tomu tak není, jsou popsány v diskusi.

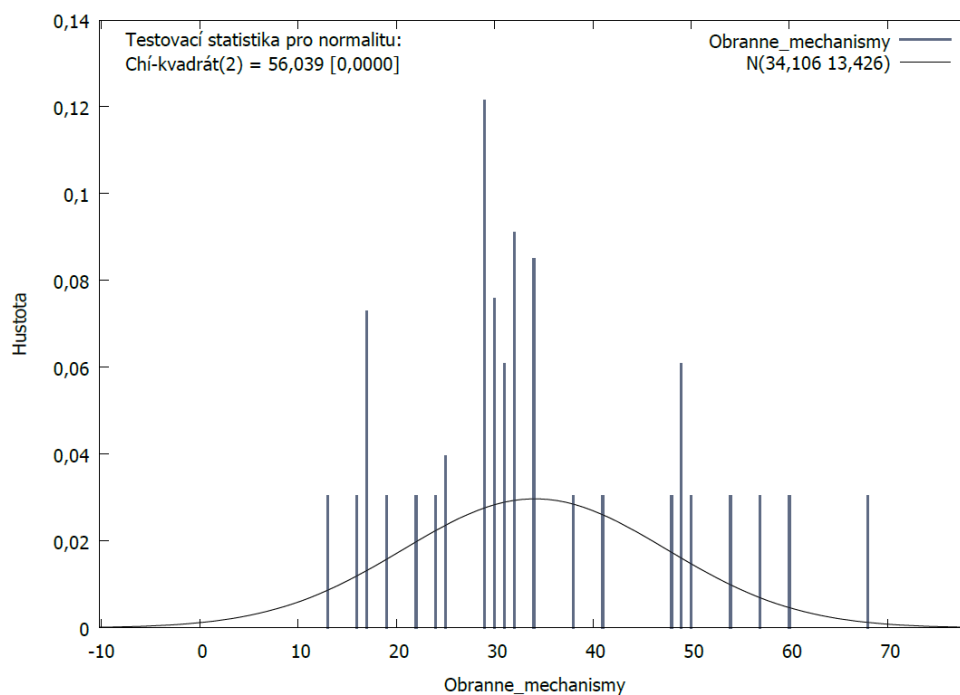
Cramerová s obranami vždy pracovala tak, jako by se jednalo o proměnné s normálním rozložením vhodné pro použití parametrických testů. Validizační výzkumy DMM také potvrzují normalitu rozložení používání obran v populaci, s výjimkou dvou subškál.<sup>26</sup> Celkově se však dá říct, že obrany jsou normálně rozloženy (Hibbard, Porcerelli, 1998; Porcerelli, Cogan, Kamoo, Miller, 2010). V našem výzkumu jsme normální rozložení obran také testovali. **Shapiro-Wilkův W test však normalitu rozložení nepotvrdil ani u jedné z obran**<sup>27</sup>. V grafu 5 je vidět tvar rozložení pro celkové množství obran (tedy jejich celkový počet získaný od všech probandů ze všech tabulí). I když ani zde se normalita testovaná Shapiro-Wilkovým W testem nepotvrdila, tvar rozdělení napovídá tomu, že důvodem k zamítnutí byl nejspíš příliš nízký počet probandů účastnících se výzkumu. Na tomto místě je důležité poznamenat, že nenormální rozdělení proměnných nebrání použití regresní analýzy<sup>28</sup>.

---

<sup>26</sup> A to nezralé identifikace a zralého popření. Důvodem pro zkreslení normálního rozložení u těchto proměnných bylo to, že je používalo pouze velmi malé množství probandů.

<sup>27</sup> U popření nezamítáme nulovou hypotézu na p-hodnotě 3,81612e-017, u projekce na p-hodnotě 3,46897e-018 a u identifikace na p-hodnotě 6,92671e-019.

<sup>28</sup> Tak by tomu bylo pouze v případě nenormálního rozložení reziduí, které ovšem byly rozloženy normálně.



Graf 5.: Testování normálního rozložení oproti rozložení proměnné obranné mechanismy.

### 11.2.2 Ostatní proměnné

Dále jsme od probandů obdrželi hodnocení **nepříjemnosti situace a to na škále od 1 do 10. Střední hodnota byla 4,63 a medián 4, směrodatná odchylka 3,41 a variační koeficient 0,74.**

Probandi od druhé tabule dál drželi **ruku nataženou před sebou v pozici výdrže. Minimální délka výdrže, které bylo dosaženo, byla 243 sekund (4,05 minut), maximální délka výdrže byla 1370 sekund (asi 22,8 minut). Střední hodnota délky výdrže byla 618,64 a medián byl 492. Směrodatná odchylka byla 347,47 a variační koeficient 0,56.**

Dále jsme sledovali, zda byl dotyčný proband sportovec či nespportovec. Výzkumu se účastnilo 14 sportovců a 16 nespportovců. Průměrný čas, po který udrželi **sportovci** ruku ve výdrži, byl **9,09 minut, nespportovci** to pak průměrně zvládli **9,59 minut**. Už z toho je zřejmé, že pravidelné sportování (minimálně jednou týdně) nemá na výdrž vliv. Zde je důležité poznamenat, že tři nejvyšší časy měli opět lidé, kteří se označili za nespportovce, tedy ti, kteří nevykonávali pravidelně žádnou fyzickou aktivitu.

### 11.3 Regresní analýza

Získaná data jsme analyzovali pomocí regresní analýzy. Pro tu jsme použili jak výše uvedená data, tak i nové proměnné, které vznikly sčítáním obranných mechanismů. Proměnná obranne\_mechanismy je definována jako součet všech použitých obran u všech probandů u všech tabulí, proměnná projekce\_identifikace vznikla sečtením všech použití projekce a identifikace, opět všemi probandy u všech tabulí a proměnná součet\_identifikace, vznikla sečtením všech použití identifikace, opět všemi probandy u všech tabulí. Data od probandů, kteří se dostali k více, než deseti tabulím byla pro účely tohoto součtu převážena na úroveň probandů s 10 tabulemi. Se součtovými hodnotami jsme pracovali, protože variabilita množství obran mezi jednotlivými tabulemi byla velmi vysoká. To pravděpodobně způsobila skutečnost, že každá tabule z TAT vyvolává v probandovi jiné reakce, takže některé jsou pro něj neutrální, zatímco jiné vyvolávají nutnost použití obran.

Data byla analyzována jako panelová data metodou nejmenších čtverců v programu Gretl.

Nejprve jsme vytvořili korelační matici. Tato matice je vložena do této práce jako příloha 3. Z korelační matice je zřejmé, že spolu korelují především proměnné, které sčítají obranné mechanismy s proměnnými obranných mechanismů pro jednotlivé tabule (což je zcela logické, protože se jedná o lineární kombinace zmíněných proměnných). Slabá korelace se objevuje mezi pohlavím a součtem identifikace (0,32), mezi součtem identifikace a projekce a výdrží (0,33) a mezi součtem obranných mechanismů a výdrží (0,31). Žádná další proměnná už vyšší korelaci nevykazuje. To ukazuje na to, že multikolinearita se v datech (v datové matici) nevyskytuje. Díky tomu můžeme regresní analýzu bez obav použít.

V první fázi jsme se snažili vysvětlit metodou nejmenších čtverců proměnnou Škála nepříjemnosti. Ověřovali jsme tím hypotézy 1-3:

1) Existuje vztah mezi zvyšováním hodnot na škále nepříjemnosti a množstvím obranných mechanismů používaných probandy.

2) Existuje vztah mezi pocíťovanou nepříjemností a používáním projekce a identifikace.

3) Existuje vztah mezi pocíťovanou nepříjemností a používáním identifikace.

V prvním modelu, který jsme sestavili, jsme za závisle proměnnou zvolili Škálu nepříjemnosti a jako nezávislé proměnné použili součet všech použitých obranných mechanismů, pohlaví a skutečnost, jestli se jedná o sportovce. Odhadnutý model a jednotlivé parametry ukazuje tabulka 3.

Závislá proměnná: Škála nepříjemnosti					
	Koeficient	Směrodatná chyba	t-hodnota	p-hodnota	
Konstanta	4,6876	0,582627	8,0456	<0,00001	***
Pohlaví	1,16677	0,388136	3,0061	0,00285	***
Sportovec	0,101319	0,389446	0,2602	0,7949	
Obranné_mechanismy	0,0217675	0,0148428	-1,4665	0,14347	
Koeficient determinace			0,029772		
Adjustovaný koeficient determinace			0,02084		
Celkový F-test			3,334454		
p-hodnota (F)			0,019722		
** - významné na $\alpha = 0,05$					
*** - významné na $\alpha = 0,01$					

Tabulka 3.: Regresní analýza proměnné škála nepříjemnosti za pomoci součtu obran.

Jak je patrné z tabulky, na vysvětlení škály nepříjemnosti má signifikantní vliv pouze pohlaví probandů, nikoliv proměnná obranné\_mechanismy ani proměnná sportovec. To znamená, že prožitek nepříjemnosti a bolesti nebyl nijak ovlivněn celkovým množstvím použitých obranných mechanismů. Ukazuje se, že ženy pociťovaly větší nepříjemnost. To může být mimo jiné způsobené tím, že ženy pozici výdrže zvládly v průměru o 2,48 minut déle, než muži, tudíž jí prožívaly po delší čas.

Sestavili jsme ještě několik modelů, v nichž jsme testovali, zda jednotlivé skóry projekce, popření a identifikace či sečtené skóry projekce a identifikace nebo sečtené skóry identifikace budou vysvětlovat proměnnou škála nepříjemnosti. Ve všech těchto modelech mělo na škálu nepříjemnosti vliv pouze pohlaví probandů a to na hladině významnosti 0,01. Jediný model, ve kterém se nám podařilo najít jistou souvislost mezi používání obran, a škálou nepříjemnosti byl ten, který pracoval s jednotlivými skóry všech tří obran. Tento model prokázal souvislost projekce a této škály na hladině významnosti 0,05. Vzhledem k tomu, že většina modelů zamítla souvislost obranných mechanismů a škály nepříjemnosti, považujeme hypotézy 1 až



3 za neprokázané. Jedinou souvislost jsme našli mezi používáním projekce a škálou nepřijemnosti. Souvislost těchto dvou proměnných jsme ovšem v našich hypotézách neměli, protože jsme nenašli žádné teoretické opodstatnění takového vztahu.

V druhé fázi jsme zkoumali souvislost mezi výdrží a obranami. Chtěli jsme totiž ověřit následující hypotézy:

4) Existuje vztah mezi vyšším používáním obranných mechanismů a délkou výdrže.

5) Existuje vztah mezi používáním nejvyspělejších obranných mechanismů (projekce a identifikace) a délkou výdrže.

6) Existuje vztah mezi používáním nejvyspělejšího obranného mechanismů, tedy identifikace a délkou výdrže.

V prvním modelu, který jsme sestavili, jsme se snažili vysvětlit proměnnou výdrž pomocí všech tří obranných mechanismů. Výsledek ukazuje tabulka 4.

Závislá proměnná: Výdrž					
	Koeficient	Směrodatná chyba	t-hodnota	p-hodnota	
Konstanta	470,613	45,6421	10,3109	<0,00001	***
Pohlaví	133,063	37,973	3,5041	0,00052	***
Popření	8,42509	18,4681	0,4562	0,64855	
Projekce	40,0851	17,2092	2,3293	0,02046	**
Identifikace	32,3289	14,3842	2,2475	0,02528	**
Sportovec	42,7818	38,0916	-1,1231	0,26221	
Koeficient determinace			0,084678		
Adjustovaný koeficient determinace			0,070553		
Celkový F-test			5,994755		
p-hodnota (F)			0,000025		
** - významné na $\alpha = 0,05$					
*** - významné na $\alpha = 0,01$					

Tabulka 4.: Regresní analýza proměnné výdrž za pomoci jednotlivých obran.

Tabulka 4 prokazuje souvislost mezi pohlavím (na hladině významnosti 0,01) a dobou, po kterou proband zvládne vydržet zátěž. Dále prokazuje vliv projekce a identifikace na závislou proměnnou (na hladině významnosti 0,05). Tento model je nejslabší (z hlediska významnosti vysvětlujících proměnných) z těch, které se nám podařilo sestavit a uvádíme ho zde především proto, abychom ilustrovali, že popření

je velmi slabou obranou, která má pouze malý vliv na zvládnání zátěže. To je v souladu s výsledky výše uvedených výzkumů (Dollinger, Cramer, 1990).

Další model, který bychom zde chtěli prezentovat, ukazuje tabulka 5. Jedná se o nejlepší model (opět z hlediska vysvětlujících proměnných), který se nám podařilo sestavit.

Závislá proměnná: Výdrž					
	Koeficient	Směrodatná chyba	t-hodnota	p-hodnota	
Konstanta	361,703	47,8118	7,5651	<0,00001	***
Sportovec	20,2452	37,0798	-0,546	0,58545	
Pohlaví	101,725	37,2188	2,7332	0,00662	***
Projekce_ identifikace	8,95035	1,66097	5,3886	<0,00001	***
Koeficient determinace			0,131596		
Adjustovaný koeficient determinace			0,123605		
Celkový F-test			16,46716		
p-hodnota (F)			5,49E-10		
** - významné na $\alpha = 0,05$					
*** - významné na $\alpha = 0,01$					

Tabulka 5.: Regresní analýza proměnné výdrž za pomoci součtů obran projekce a identifikace.

V tomto i ve všech dalších modelech (v modelu používajícím součet všech obranných mechanismů i v modelu používajícím součet skóre identifikace) se podařilo prokázat souvislost mezi délkou výdrže a používáním obranných mechanismů a to na hladině významnosti 0,01. Stejně významný vliv má i pohlaví probanda. Ukazuje se totiž, že ženy zvládnou vydržet výdrž déle. Průměrný čas výdrže u žen je totiž 10,59 minut, zatímco u mužů je to 8,31 minut. Vliv sportování nebyl prokázán ani v jednom modelu.

Na základě těchto výsledků považujeme hypotézy 4-6 za prokázané.

## 12. Diskuse

V této kapitole budeme nejprve diskutovat výsledky našeho výzkumu, které porovnáme s jinými obdobnými výzkumy, poté se zaměříme na diskusi zvolených metod, především Defense Mechanism Manual, který jsme použili pro vyhodnocení získaných dat. Poté budeme diskutovat samotný experiment a celý výzkum, který

jsme provedli a nakonec se zaměříme na to, kam by mohlo bádání v této oblasti pokračovat dál a jaké praktické využití mají naše výsledky.

## 12.1 Diskuse výsledků

V této práci jsme chtěli ověřit souvislost mezi pociťováním mírné bolesti a používáním obranných mechanismů a souvislost mezi výdrží (tím, jak dlouho udrží proband ruku nataženou před sebou v pozici výdrže) a obrannými mechanismy.

Zjistili jsme, že mezi mírou pociťované bolesti a používáním obranných mechanismů není žádný vztah, tedy, že lidé, kteří cítí mírnou bolest, nepoužívají více obran. Tato skutečnost je velmi zajímavá. Bolest je totiž komplexní fenomén, který sice pochází z tělesného impulsu, ale zasahuje celou naši psychiku (Janáčková, 2007). Jak se zdá, její zvládnání však není ovlivněno žádným z obranných mechanismů. Předchozí studie potvrdily souvislost mezi stresem pramenícím z psychického podnětu a používáním obran (Cramer, Gaul, 1988; Cramer, Blatt, 1990; Dollinger, Cramer, 1990; Cramer, 1991; Tuller, 2002; Sandstorm, Cramer, 2003). Jak ukazují výsledky našeho výzkumu, fyzický stresor (respektive mírná fyzická bolest) ke zvýšenému používání obran nevede. Jedinou souvislost jsme objevili mezi pociťovanou nepříjemností a používáním projekce. V okamžiku, kdy jsme projekci spojili s identifikací a dalšími obranami, tato souvislost už se neprokázala jako signifikantní. Proto považujeme souvislost obran jako celku s pociťovanou nepříjemností vzhledem k použitým metodám za neprokázanou. To může být způsobeno tím, že obrany mají za cíl ochránit jedince před zážitkem nadměrné úzkosti a zajistit soudržnost já (Cramer, 2006), nikoliv pomáhat při zvládnání nepříjemných fyzických pocitů. Přesto jsou tyto výsledky překvapivé, protože jsme očekávali souvislost mezi pociťovanou nepříjemností a obranami, už jenom na základě skutečnosti, že fyzicky bolestivý podnět způsobí automaticky psychický stres, k jehož regulaci by obrany mohly být použity. Navíc by takové výsledky byly v souladu se studii, které sledovaly souvislost mezi hladem či spánkovou deprivací a odpověďmi na projektivní testy. V těchto studiích se popření (demonstrování absencí tématu spánku či jídla) objevovalo pravidelně (Brožek, Guetzkow, Baldwin, Cranston, 1951; Murray, 1959). V našem výzkumu se téma fyzické bolesti objevilo pouze v 6 případech z 330 (plus v dalších 5 byla zmíněná psychická bolest), vzhledem k absenci kontrolní skupiny však nemáme tyto data s čím porovnat, a nemůžeme proto potvrdit ani vyvrátit, zda je takové množství

zmínek o bolesti statisticky významné. Na základě těchto výsledků můžeme usuzovat, že pro zvládání bolesti a fyzicky nepříjemných pocitů jsou používány buď jiné obranné mechanismy, než je možné změřit pomocí DMM anebo úplně jiné procesy.

V tomto výzkumu jsme dále chtěli ověřit hypotézu, že délka výdrže (doba, po kterou udrží proband ruku nataženou před sebou, což je pozice, která časem způsobuje bolest) je ovlivněna množstvím používaných obranných mechanismů. Tato skutečnost se opravdu potvrdila. Největšího koeficientu determinace (v absolutní hodnotě) jsme dosáhli v modelu, který určoval souvislost mezi součtem projekce a identifikace a délkou výdrže (což ukazuje na to, že používání vyspělejších obran vede k delší výdrži), avšak souvislost mezi množstvím obran a výdrží se projevila ve všech modelech. To podporuje naše předpoklady a je to v souladu s výše uvedenými výzkumy, které potvrdily souvislost mezi kvantitou i kvalitou obranných mechanismů a zvládáním akutního stresu (Dollinger, Cramer, 1990).

Naším předpokladům odpovídá i skutečnost, že sportování nemá žádný vliv na délku výdrže. Takovou souvislost nepotvrdil žádný model, který jsme sestavili, a navíc se ukázalo, že průměrný čas výdrže u nesportovců je mírně vyšší (u sportovců to bylo 9,09 minut, u nesportovců 9,59 minut). Kritéria pro rozhodnutí, kdo je a kdo není sportovec, byla v našem výzkumu velmi měkká. Pro zařazení do skupiny sportovců stačilo pouze, aby dotyčný cvičil pravidelně minimálně jednou týdně. Pokud bychom tato kritéria zpřísnili nebo provedli tento test s profesionálními sportovci (jeden takový se účastnil předvýzkumu a doba jeho výdrže překonala 30 minut), byly by tím výsledky určitě ovlivněny. My jsme však chtěli testovat běžnou populaci a prokázat, že pravidelné sportování, které je běžnou součástí života, neovlivňuje délku výdrže více, než obranné mechanismy. Tuto skutečnost považujeme díky výše uvedeným údajům za prokázanou.

Náš výzkum také prokázal signifikantní rozdíly mezi pohlavími, a to jak v délce výdrže, tak v míře pociťované nepříjemnosti. Zdá se, že ženy zvládaly výdrž déle (v průměru 10,59 minut oproti mužům, kteří výdrž zvládli průměrně 8,31 minut) a také se během toho cítily více nepříjemně. Interpretace těchto výsledků je nasnadě - ženy strávily více času v pozici výdrže, tudíž se během celého experimentu cítily více nepříjemně (protože bolest zažívaly po delší dobu).

Sledovali jsme také množství obran, které probandi v průběhu celého výzkumu použili. Popření se objevilo (při součtu všech použitých obran všemi probandy) 356, projekce 345 a identifikace 424. Na základě teorie Cramerové jsme očekávali, že nejčastěji využívanými obranami bude identifikace a projekce (Cramer, 2002; 2006; 2009). Nárůst množství popření je zase v souladu s výzkumem používání obranných mechanismů v dospělosti (Cramer, 2006; 2009). To, že byla nejčastěji využívána identifikace (což je typické pro adolescenci; Cramer, 2002; 2006; 2009) může souviset s věkem probandů (mnohdy blízkým adolescenci). Vyšší čísla identifikace a popření je tedy možné považovat za důsledek věkového rozložení probandů od 22 do 28 let. Obdobné výsledky jako my reportuje i Hibbard a Porcerelli, kteří u dospělé populace zjistili nejčastější používání identifikace. V tomto výzkumu byla projekce na druhém místě a popření na třetím, s tím, že rozdíly mezi množstvím identifikace a projekce byly vyšší než rozdíly mezi množstvím projekce a popření (Hibbard, Porcerelli, 1998). Množství skórovaných obran v našem výzkumu je v souladu s nálezy jiných výzkumníků, až na skóry projekce, které jsou nižší, než jsme očekávali. Tomuto nálezu však nepřikládáme, vzhledem k malému výzkumnému souboru a obtížnosti skórování obrany popření, žádnou větší důležitost.

## **12.2 Diskuse Defense Mechanism Manual a teorie Phebe Cramerové**

Tato práce je velkou měrou postavená na metodě Defense Mechanism Manual od Phebe Cramerové, která slouží k vyhodnocení obranných mechanismů z příběhů vyprávěných podle TAT nebo CAT. Vlastnosti a kvalita tohoto manuálu jsou proto klíčové i pro spolehlivost našeho výzkumu. Psychometrické vlastnosti tohoto testu jsou diskutovány výše. Výsledky těchto studií lze shrnout tak, že se jedná o psychometricky velmi kvalitní metodu, která prokazatelně měří obranné mechanismy (Hibbard a kol., 1994; Hibbard, Porcerelli, 1998; Porcerelli, Cogan, Kamoo, Miller, 2010).

Mezi její hlavní výhody patří relativní jednoduchost vyhodnocování (ověřená shodou mezi posuzovateli). Tato shoda byla na poměry projektivních metod velmi vysoká – Pearsonův koeficient korelace byl mezi posuzovateli 0,56 pro popření, 0,87 pro projekci a 0,75 pro identifikaci (Hibbard a kol., 1994). Jak vyplývá z těchto výsledků, kódování obran je poměrně snadné, snad s výjimkou popření. Tuto skutečnost můžeme potvrdit ze zkušeností se skórováním obran podle DMM i my.

Při vyhodnocování popření se objevuje nejvíce sporných situací, o jejichž rozlišení rozhoduje pouze intuice examinátora.

Druhou velkou výhodou DMM je použití projektivního materiálu jako základu pro posouzení obran. Ostatní metody, které jsou buď sebezposuzovací (například DSQ, DMI či Life-Style Index) nebo založené na pozorování (DMRS, Vaillant's vignette rating method<sup>29</sup>) naráží na zřejmé obtíže. Podle Cramerové je evidentní, že se na obrany nemůžeme ptát přímo, jelikož jsou nevědomé. Proto některé přístupy navrhují postup, při němž se respondentů ptáme na to, jak se chovají, jak prožívají a jak jednají ve stresové situaci a doufáme, že tak obejdeme nevědomou povahu obran. Předpokládáme totiž, že nám o nich lidé povědí, aniž by sami věděli, o co se jedná. Na druhou stranu Cramerová proti tomuto přístupu argumentuje tím, že obrany fungují na principu zkreslování reality a není žádný důvod předpokládat, že nezasáhnou i do procesu takové výpovědi. Další variantou jsou metody, které umožňují posuzovat obrany z klinického rozhovoru. Ty jsou ovšem ještě více závislé na schopnostech examinátora, který musí mít vyvinutou vysokou senzitivitu, aby je dokázal zachytit (mimo to by tato senzitivita měla být podrobena mnoha letům tréninku a klinické praxe). Navíc jsou tyto metody neúměrně časově náročné (Cramer, 2006). Využití projektivní metody a posuzování obran z příběhů tyto obtíže s úspěchem řeší.

Ovšem i používání DMM má jisté nevýhody, mezi něž patří už zmíněné obtíže ve skórování, které často závisí pouze na posouzení a zkušenostech examinátora a dále skutečnost, že některé kategorie obsažené v manuálu se překrývají. Řeč je například o kategorii *Identifikace 3b*, která se skóruje v případě, že se v příběhu objeví *náznaky sebekritiky nebo sebereflexe, a to jak na straně vypravěče tak i postav*, která se překrývá s kategorií *Projekce 4d*, do které spadají *odpovědi obsahující obrannou potřebu ospravedlnit svou výpověď, které vypravěč používá sám od sebe, ne jako odpověď na otázku*. Dokonce i přímo v manuálu je na několika místech napsáno, že určité kategorie se překrývají (například *Projekce 1* a *Projekce 4*), nebo je u několika příkladů zmíněno, že se jedná o hraniční případy.

---

<sup>29</sup> Bližší informace o těchto metodách poskytuje Cramerová (Cramer, 2006) nebo u Davidsonové a MacGregora (Davidson, MacGregor, 1998).

Další obtíží, se kterou jsme se museli při skórování obran podle DMM potýkat je to, že tento manuál je primárně určen pro vyhodnocování dětských příběhů. A přestože ho někteří používají i pro práci s dospělými (Soukupová, Goldmann, Cramerová, 2012), sama Cramerová ho u dospělých používá pouze pro výzkumné účely (Cramer 2006; 2009). To má jasné konsekvence – u dospělých, psychicky zdravých jedinců nelze očekávat výskyt některých kategorií, konkrétně třeba *chybné percepce objektů (Popření 2)*. Ta se projevuje například tím, že respondent na tabuli 1 nepozná housle a splete si je například s kuší nebo s pilou (Cramer, DMM). Stejně tak u dospělých nelze očekávat animismus (*přisuzování lidských pocitů a myšlenek neživým objektům – Projekce 3b*). Některé kategorie pak naopak chybí – například pod *Popření 5 (Popření reality)*, by bylo jistě možné zařadit únik ze situace pomocí alkoholu či jiných návykových látek. V aktuálním DMM pod tuto kategorii spadá únik pomocí snění, spánku nebo omdlení, avšak dá se předpokládat, že dospělí by spíše volili jiný postup.

Další nevýhodou používání metody DMM je to, že není standardizována pro českou populaci. To se může mimo jiné projevit u kategorie *Popření 1*. U tabule 8BM a 3BM mají totiž respondenti rozeznat zbraň. Většina našich probandů však v tomto úkolu selhala. Náš předpoklad, který nemůžeme ani potvrdit, ani vyvrátit, je, že obyvatelé Ameriky, kde je legálně povolené držení zbraní, se s nimi setkávají častěji, tudíž je pro ně snazší rozeznat je ve vyzývacím materiálu. Tato skutečnost by si zasloužila samostatný výzkum. Tak či tak je pravděpodobné, že standardizace DMM pro českou populaci by přinesla lepší výsledky, protože by pomohla specifikovat národní odlišnosti v používání obranných mechanismů.

Manuál i celá teorie Cramerové se točí okolo tří obran. Na tyto obrany pohlíží originálně a inovativně a propojením teorie se skórovací praxí poskytuje hlubší porozumění těmto obranám. Způsob, jakým o nich Cramerová uvažuje, totiž prozrazuje velmi široké pochopení jejich principů. Na druhou stranu, shrnutí všech obranných mechanismů pouze do tří skórovacích kategorií (pokud budeme počítat i všechny podkategorie, dostaneme se na 21 obran) je poněkud omezující a čtenář se těžko brání dojmu, že některé důležité obrany jsou opomíjeny. I když například racionalizace je v tomto manuálu zahrnuta jako jedna z podkategorií popření, jiné obrany, třeba kompenzace, přemístění, sublimace či intelektualizace v manuálu chybí. Je pravdou, že se v některých případech dají zahrnout pod jiné kategorie -

například intelektualizaci lze, s jistou mírou volnosti, zahrnout pod kategorii *Projekce 3c*, kam patří „*zabíhavé zdůvodnění, které může mít paranoidní podtext, ostražitě hledání chyb a zavádějících vodítek na obrázcích nebo kritika způsobu, jakým jsou obrázky nakresleny*“. Takový postup ale nelze aplikovat u všech způsobů intelektualizace.

### **12.3 Diskuse provedeného výzkumu a návrhy pro budoucí výzkum**

Jsme si vědomi toho, že ani našemu výzkumu se nevyhnuly některé nedostatky, které by bylo vhodné v příštích zkoumáních eliminovat. Za hlavní považujeme především tři oblasti.

V první řadě je to malý počet probandů (malý výběrový soubor), který jsme se sice snažili kompenzovat výběrem homogenní skupiny, přesto by však v příštích výzkumech bylo vhodné toto množství významně rozšířit. Příliš malé množství probandů může vést jednak ke snížení spolehlivosti výzkumu, omezení možností při výběru statistických metod (kvůli omezení možnosti použití parametrické metody), a pravděpodobně bylo i příčinou nenormálního rozložení dat.

Druhým velmi podstatným nedostatkem je absence druhého (nebo i třetího) posuzovatele, který by skóroval příběhy získané od probandů s pomocí DMM. Vzhledem k charakteru metody, jejíž vyhodnocení závisí z velké části na intuici, schopnosti vcítění a odhadu (Cramer, 2006), by bylo vhodné korigovat některé úsudky tím, že budou paralelně provedeny i dalšími hodnotiteli.

Třetím nedostatkem je absence kontrolní skupiny. Vzhledem k tomu, že nemáme kontrolní skupinu, nelze ověřit některé skutečnosti, například naše předpoklady o sníženém výskytu bolesti v příbězích. Druhou alternativou ke kontrolní skupině by bylo provedení toho samého experimentu se stejnou skupinou osob, ovšem tentokrát bez výdrže. Tato alternativa by byla pravděpodobně ještě výhodnější, protože v používání obran jsou mezi lidmi velké interindividuální rozdíly, tudíž by vyrovnávání kontrolní a výzkumné skupiny mohlo znamenat značnou obtíž, anebo klást velké požadavky na množství osob v těchto skupinách. Opakování výzkumu s tou samou skupinou by bylo vhodné provést podle designu, který použili například Fenz a Epstein (Fenz, Epstein, 1962), kdy polovina výzkumné skupiny je nejprve otestována v kontrolní situaci a poté v experimentální situaci, zatímco u druhé poloviny je tento postup obrácený.



Je důležité poznamenat, že při zpracování dat a modelování závislostí byla použita jednoduchá regresní analýza. Jsme si vědomi toho, že pro analýzu panelových dat se nejedná o nejvhodnější metodu. Mezi lepší metody patří například metoda fixních efektů, která na rozdíl od spojeného regresního modelu předpokládá různorodost průřezových jednotek v absolutních členech nebo metoda modelu s náhodnými efekty (Lukáčik, Lukáčiková, Szomolányi, 2011). Pro nás však bylo důležité zabývat se spíše existencí závislosti a ověřením jejího směru, než absolutní hodnotou parametrů (kterou v podobném druhu výzkumu stejně nemůžeme naplno využít, například pro předpovědi). Samotnou kapitolou pak je ověřování předpokladů a kvality odhadů regresní analýzy, obzvláště s vědomím, že se jedná o panelová data, jejichž analýza je komplikovaná.

Mezi další aspekty, které by bylo vhodné při provádění dalšího výzkumu upravit, patří sjednocení prostředí, v němž byly experimenty provedeny. Jak podotýká Murray, vliv testovacího prostředí může být důležitý (Murray, 1971) a nejednotnost prostředí (která s sebou nese nejednotnost úrovně hluku, osvětlení apod.) může ovlivnit výsledky. Během stávajícího výzkumu jsme se snažili tyto rozdíly eliminovat a určité standardy kvality prostředí byly zachovány vždy, pro případné další výzkumy však sjednocení prostředí doporučujeme.

Kromě toho by bylo vhodné ověřit, jaká je úroveň nervozity během vyprávění příběhů k první tabuli. Je totiž možné, že osoby v našem výzkumu byly stresované ještě před začátkem výdrže, a to díky neznámé situaci a psychologickému testování, což mohlo ovlivnit výsledky.

Také skutečnost, že probandi si bolest regulují sami, může znamenat jisté riziko zkreslení výsledků. Vědomí, že z dané situace mohou kdykoliv vystoupit, zcela jistě ovlivňuje jejich prožívání a dost možná i použití obranných mechanismů. Proto by v dalších výzkumech bylo vhodné otestovat osoby zažívající stres, ze kterého vystoupit nemohou, například oběti různých nehod, pozůstalé, lidi čekající na operaci, účastníky kurzů přežití a podobně.

V dalších výzkumech by bylo vhodné zaměřit se i na motivaci, která vede k tomu, že jedinec vydrží déle. Vyšší motivace totiž může mít na délku výdrže ještě větší vliv, než samotné obrany. Vhodné by proto bylo otestovat skupinu osob, která

by měla motivaci pro výdrž (a to jak vnitřní, tak vnější) a tu porovnat se skupinou osob, která by naopak dosahovala vyšších skóre při používání obran.

Navrhujeme také otestovat tímto experimentem jiné skupiny osob. Výsledky Cramerové ukazují, že mezi jednotlivými věkovými i inteligenčními skupinami lze nalézt značné rozdíly (Cramer, 1998; 2002; 2006; 2007; 2009 a další). Bylo by proto zajímavé zjistit, zda se tyto skupiny liší i v délce výdrže.

Budoucí výzkum v této oblasti by se měl zaměřit na to, jestli používání obran může determinovat délku výdrže. Prvním krokem v tomto směru by mohl být experiment, při němž by napřed proběhlo posouzení obran a odhad, kteří probandi zvládnou výdrž po nejdelsí dobu. Poté by bylo provedeno experimentální měření délky výdrže, samozřejmě s oboustranným zaslepením. Výsledky tohoto experimentu by nám umožnily zjistit, jestli množství obran používaných v klidovém stavu může předurčit délku výdrže.

Jestliže vyšší používání obran ovlivňuje délku doby, po kterou probandi udrží ruku nataženou před sebou, bylo by užitečné zjistit, zda má vliv i na další podobné situace, například na délku zvládnání různých náročných, nepříjemných a bolestivých úkolů. Pokud bychom totiž tuto závislost potvrdili, byli bychom schopni takové lidi diagnostikovat a odhadnout, kdo se pro takové úkoly nejlépe hodí, což je informace, kterou by mohlo ocenit široké spektrum různých odvětví. Mimo jiné by byla užitečná pro výběr osob pro náročné profese, přes výběr účastníků zahraničních misí až po prostou predikci zvládnání určitých situací.

## **Závěr**

Cílem našeho výzkumu bylo ověřit dvě hypotézy. První z nich byla, že existuje vztah mezi mírnou bolestí a množstvím používaných obranných mechanismů. Předpokládali jsme totiž, že působení mírné bolesti bude vyvolávat stres a úzkost, a obranné mechanismy budou použity k tomu, aby tento stres odstranily. Tato hypotéza se ovšem nepotvrdila. V žádném modelu se nám nepodařilo prokázat souvislost mezi používáním obranných mechanismů a pocíťovanou nepříjemností. Jediná souvislost, kterou jsme našli, byla mezi projekcí a mírou nepříjemnosti, vzhledem k důvodům zmíněným výše jí však nepovažujeme za příliš průkaznou. Vzhledem k těmto skutečnostem jsme tuto hypotézu zamítli.

Předpokládáme tedy, že lidé ke zvládnání bolesti používají jiné obrany, než které měří Defense Mechanism Manual anebo zcela jiné mechanismy.

Naší druhou hypotézou bylo, že množství používaných obranných mechanismů a jejich kvalita ovlivňuje délku doby, po které jsou probandi schopni udržet ruku v pozici výdrže. Tato hypotéza se opravdu potvrdila, vzhledem k tomu, že největšího koeficientu determinace (v absolutní hodnotě) jsme dosáhli v modelu, ve kterém jsme se snažili prokázat souvislost mezi sečtenými skóry projekce a identifikace a délkou výdrže. Proto předpokládáme, že délka výdrže je ovlivněna množstvím používaných obran.

Tato skutečnost by si jistě zasloužila další prozkoumání. Proto navrhuje provést další výzkumy, které by měly směřovat dvěma směry. První z nich by měl zmapovat vztah mezi obranami a zvládnáním výdrže a zaměřit se na to, jestli se dá podle množství používaných obran (ať už v klidovém nebo stresovém stavu) předurčit délka výdrže. Druhý směr, ve kterém by bylo užitečné pokračovat dál, by měl pomoci určit, jestli existují další situace obsahující prvek výdrže (a mírné bolesti), které by osoby používající větší množství obran zvládaly po delší dobu. Tyto informace by pak mohly být užitečné pro výběr pracovníků pro náročné pozice.

Mezi další cíle našeho výzkumu patřilo vytvořit experimentální design, který by sloužil ke zkoumání stavu mírné bolesti a přitom neporušovat etické standardy. Věříme, i vzhledem k reakcím probandů z našeho výzkumu, že jsme tomuto cíli dostáli a vytvořili experiment, jehož design může posloužit jako základ pro komplexnější výzkumy v této oblasti.

V této práci jsme se však především zabývali příběhy. Nepodařilo se nám sice prokázat, že by rostoucí stres a nepříjemnost situace nějak ovlivňovaly množství obran v jednotlivých příbězích, přesto jsme přesvědčeni, i na základě výzkumů uvedených výše v této práci, že stres pramenící z psychického stresoru tuto moc má. Proto jsme přesvědčeni, že se jedná o téma vhodné pro další výzkumy.

## Seznam použité literatury

Abrams, D. M. (1999). Six Decades of the Bellak Scoring System, Among Others. In Gieser, L., Stein, M. I. (Eds.). (1999). *Evocative images: The thematic apperception test and the art of projection*. Washington DC: American Psychological Association.

American Psychological Association. (2013). *How stress affects your health?*

Staženo 25. 5. z <http://www.apa.org/helpcenter/stress.aspx>

American Psychological Association. (2015, 2. února). *Stress in America: Paying With Our Health*. Staženo 25. 5. z

<http://www.apa.org/news/press/releases/stress/index.aspx>

Andrews, G., Singh, M., Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. [Abstrakt]. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181(4), 246-256.

Atkinson, J. W., McClelland, D. C. (1948). The projective expression of needs. II. The effect of different intensities of the hunger drive on Thematic Apperception. *Journal of Experimental Psychology: General*, 38(6), 643-658.

Bellak, L. (1999). My Perceptions of the Thematic Apperception Test in Psychodiagnosis and Psychotherapy. In Gieser, L., Stein, M. I. (Eds.). (1999). *Evocative images: The thematic apperception test and the art of projection*. Washington DC: American Psychological Association.

Blatt, S. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. [Abstrakt]. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 29 (10), 7-157.

Bratská, M. (2001). *Zisky a straty v záťažových situáciách*. Bratislava: Trade Leas.

Brožek, J., Guetzkow, H., Baldwin, M. V., Cranston, R. (1951). A Quantitative Study of Perception and Association in Experimental Semistravation. *Journal of Personality*, 19 (3), 245-264.

Cline, V.B., Egbert, R., Forgy, E., Meeland, T. (1957). Reactions of men under stress to a picture projective test. *Journal of Clinical Psychology*, 13 (2), 141-144.

Constantino, G., Litman, L., Waxman, R., Dupertuis, D., Pais, E., Rosenzweig, Ch. a kol. (2014). Tell-Me-A-Story (TEMAS) assessment for culturally diverse children and adolescents. *Rorschachiana*, 35(2), 154-175.

- Constantino, G., Malgady, R. G. (1999). Tell-Me-A-Story- Test: A Multicultural Offspring of the Thematic Apperception Test. In Gieser, L., Stein, M. I. (Eds.). (1999). *Evocative images: The thematic apperception test and the art of projection*. Washington DC: American Psychological Association.
- Cooper, S. H. (1998). Changing Notions of Defense Within Psychoanalytic Theory. *Journal of Personality*, 66(6), pp. 947-964.
- Cooper, S. H., Perry, J. Ch., Arnow, D. (1988). An Empirical Approach to the Study of Defense Mechanisms: I. Reliability and Preliminary Validity of the Rorschach Defense Scales. *Journal of Personality Assessment*, 52 (2), 187-203.
- Cramer, P. (1983). Children's use of defense mechanisms in reaction to displeasure caused by others. *Journal of Personality*, 51 (1), 78-94.
- Cramer, P. (1987). The development of defense mechanisms. *Journal of Personality*, 55 (4), 597-614.
- Cramer, P. (1991). Anger and the Use of Defense Mechanisms in College Students. *Journal of Personality*, 59 (1), 39-55. [Elektronická verze].
- Cramer, P. (1997). Evidence for Change in Children's Use of Defense Mechanisms. *Journal of Personality*, 65 (2), 233-247.
- Cramer, P. (1998). Freshman to senior year: A follow-up study of identity, narcissism and defense mechanisms. *Journal of Research in Personality* , 32(2) , 156-172.
- Cramer, P. (1999). The Future Direction for the Thematic Apperception Test. *Journal of Personality Assessment*, 72 (1), 74-92.
- Cramer, P. (2001). The Unconscious Status of Defense Mechanisms. *American Psychologist*, 56(9), 762-763.
- Cramer, P. (2002). Defense Mechanisms, Behavior, and Affect in Young Adulthood. *Journal of Personality*, 70 (1), 103-126.
- Cramer, P. (2003). Defense Mechanisms and Physiological Reactivity to Stress. *Journal of Personality*, 71 (2), 221-244.
- Cramer, P. (2006). Protecting Self: defense mechanisms in action. [Elektronická verze]. New York: Guilford Press.
- Cramer, P. (2007). Longitudinal Study of Defense Mechanisms: Late Childhood to Late Adolescence. *Journal of Personality*, 78 (1), 1-23.
- Cramer, P. (2008). Seven pillars of defense mechanism theory. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5), 1963-1981.

Cramer, P. (2009). The development of defense mechanisms from pre-adolescence to early adulthood: Do IQ and social class matter? A longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 43 (3), 464-471.

Cramer, P. []. Defense Mechanism Manual. Staženo 23. 2.  
z <http://web.williams.edu/Psychology/Faculty/Cramer/Defense%20Mechanisms.pdf>.  
Staženo v lednu 2015.

Cramer, P., Blatt, S. J. (1990). Use of the TAT to Measure Change in Defense Mechanisms Following Intensive Psychotherapy. *Journal of Personality Assessment*, 54 (1/2), 236-251.

Cramer, P., Brilliant, M. A. (2001). Defense Use and Defense Understanding in Children. *Journal of Personality*, 69(2), 297-322.

Cramer, P., Gaul, R. (1988). The Effects of Success and Failure on Children's Use of Defense Mechanisms. *Journal of Personality*, 56 (4), 729-742.

Čáp, J., Dytrych, Z. (1968). Utváření osobnosti v náročných životních situacích. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Čermák, I. (2005). Podnětové charakteristiky tabulí Tématicko a percepčního testu. In Čermák, I., Ženatý, J. (Eds.). (2006). *Rorschach a projektivní metody 1/2005 (163-189)*. Brno: Nakladatelství MSD a Česká společnost pro Rorschacha a projektivní metody.

Čermák, I., Fikarová, T. (2006). Kognitivní charakteristiky příběhů v TAT a jejich diagnostický význam. In Ženatý, J., Čermák, I., Telerovský, R. (Eds.). (2007). *Rorschach a projektivní metody 2/2006 (175-212)*. Praha: Institut postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví.

Čermák, I., Fikarová, T. (Eds.). (2012). *Tématicko-a-percepční test: interpretační perspektivy*. Nové Zámky: Psychoprof.

Čermák, I., Ženatý, J. (2005). Nová etapa v historii používání projektivních metod v české i slovenské psychologii. In Čermák, I., Ženatý, J. (Eds.). (2006). *Rorschach a projektivní metody 1/2005 (5-8)*. Brno: Nakladatelství MSD a Česká společnost pro Rorschacha a projektivní metody.

Česká asociace studentů psychologie. []. Etický kodex České asociace studentů psychologie. Staženo 12. 6. z

<https://www.yumpu.com/sk/document/view/20271641/eticky-kodex-casp-os-ceska-asociace-studentu-psychologie>

Českomoravská psychologická společnost. [J]. Etický kodex Českomoravské psychologické společnosti. *cmps.ecn.cz*. Staženo 12. 6. z <http://cmps.ecn.cz/?page=eticky-kodex>

Davidson, K., MacGregor, M. W. (1998). A Critical Appraisal of Self-Report Defense Mechanism Measures. *Journal of Personality*, 66(6), 965-992.

Di Giuseppe, M., Perry, J. Ch, Petraglia, J., Janzen, J., Lingiardi, V. (2014). Development of a Q-Sort Version of the Defense Mechanism Rating Scales (DMRS-Q) for Clinical Use, *Journal of Clinical Psychology*, 70, 452-465.

Dollinger, S. J., Cramer, P. (1990). Children's Defensive Responses and Emotional Upset Following a Disaster: A Projective Assessment. *Journal of Personality Assessment*, 54 (1/2), 116-127.

Dollinger, S. J., O'Donnell, J. P., Staley, A. A. (1984). Lightning-strike disaster: Effects on children's fears and worries. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52(6), 1028-1038.

Eron, L. D. (1950). A Normative Study of The Thematic Apperception Test. *Psychological Monographs: General and Applied*, 64(9), 1-47.

Eron, L. D., Terry, D., Callahan, R. (1950). The use of rating scales for emotional tone of TAT stories. *Journal of Consulting Psychology*, 14(6), 473-478.

Fikarová, T. (2015). *Integrace různých přístupů k hodnocení příběhů evokovaných TAT: Interpersonální decentrace a afektivní škála*. Nepublikovaná disertační práce, Masarykova univerzita, Brno, Česká republika.

Fikarová, T., Čermák, I. (2007). Morální poselství v příbězích evokovaných TAT u adolescentů s obtížemi v chování. In Telerovský, R., Ženatý, J., Čermák, I. (Eds.) (2008). *Rorschach a projektivní metody 3/2007 (136-160)*. Praha: Institut postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví a Česká společnost pro Rorschacha a projektivní metody.

Fenz, W. D., Epstein, S. (1962). Measurement of approach-avoidance conflict along a stimulus dimension by a thematic apperception test. *Journal of Personality*, 30 (4), 613-632.

Freud, A. (2006). Já a obranné mechanismy. Praha: Portál.

Freud, S. (1896). Další poznámky o obranných neuropsychózách. In Freud, S. (2000). *Spisy z let 1892-1899*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.

- Freud, S. (1998). Konečná a nekonečná analýza. In Freud, S. (1998). *Spisy z let 1932-1939 (51-85)*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.
- Freud, S. (2002). Vytěsnění. In Freud, S. (2002). *Spisy z let 1913-1917 (51-85)*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.
- Garfield, S. L., Eron, L. D. (1948). Interpreting mood and activity in TAT stories. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 43(3), 338-345.
- Gillernová, I., Bahbouh, R., Mertin, V., Rymeš, M., Slaměník, I., Šípek, J. (2000). *Slovník základních pojmů z psychologie*. Praha: Fortuna.
- Hartl, P., Hartlová H. (2009). *Psychologický slovník*. Praha:Portál.
- Henry, W. E. (1956). *The Analysis of Fantasy: The Thematic Apperception Technique in the Study of Personality*. New York: John Wiley & sons, inc.
- Hibbard, S., Farmer, L., Wells, C., Difilipo, E., Barry, W., Koman, R. a kol. (1994). Validation of Cramer's Defense Mechanism Manual for the TAT. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 197-211.
- Hibbard, S., Porcerelli, J. (1998). Further Validation for the Cramer Defense Mechanism Manual. *Journal of Personality Assessment*, 70(3), 460-484.
- Holostrom, R. W., Silber, D. E., Karp, S. A. (1990). Development of the Apperceptive Personality Test. *Journal of Personality Assessment*, 54( 1/2), 252-264.
- Huh, J., Shiyko, M., Keller, S., Dunton, G., Schembre, S. M. (2015). The time-varying association between perceived stress and hunger within and between days. [Abstrakt]. *Appetite*, 89, 141-151.
- Hunt, M.R., Anderson, J. A., Boulanger, R. F. (2012). Ethical implications of diversity in disaster research. *American Journal of Disaster Medicine*, 7 (3), 211-221.
- Chowdhury, U. (1960). An Indian Modification of the Thematic Apperception Test. *Journal of Social Psychology*, 51 (2), 245-263.
- Chusmir, L. H. (1983). Male-Oriented vs. Balanced-as-to-Sex Thematic Apperception Tests. *Journal of Personality Assessment*, 47 (1), 29-35.
- International Association for the Study of Pain. (2012, 22. května). *IASP Taxonomy*. Staženo 27. 5. z <http://www.iasp-pain.org/Taxonomy>



- Janáčková, L. (2007). *Bolest a její zvládnání*. Praha: Portál.
- Jenkins, S. R. (Eds.). (2008). *A Handbook of Clinical Scoring Systems for Thematic Apperceptive Techniques*. New York: Taylor and Francis Group.
- Joshi, V. (2007). *Stres a zdraví*. Praha: Portál.
- Katz, H. E., Russ, S. W., Overholser, J. C. (1993). Sex Differences, Sex Roles, and Projection on the TAT: Matching Stimulus to Examinee Gender. *Journal of Personality Assessment*, 60 (1), 186-191.
- Křivohlavý, J. (1992). *Bolest, její diagnostika a psychoterapie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví.
- Křivohlavý, J. (1994). *Jak zvládat stres*. Praha: Grada Avicenum.
- Lazarus, R. S., Yousem, H., Arenberg, D. (1953). Hunger and Perception. *Journal of Personality*, 21(3), 312-328.
- Lebo, D. (1955). Immediate affective reaction to TAT cards. *Journal of Clinical Psychology*, 11 (3), 297-299.
- Lindzey, G., Newburg, A. S. (1954). Thematic Apperception Test: A Tentative Appraisal of Some "Signs" of Anxiety. *Journal of Consulting Psychology*, 18(6), 389-395.
- Lukáčik, M., Lukáčiková, A., Szomolányi K. (2011). Panelové dáta v programe Gretl. Staženo 20. 7. z [http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCAQFjAAahUKEwim1eb\\_7\\_HGAhVD7RQKHd1\\_AKs&url=http%3A%2F%2Fwww.fhi.sk%2Ffiles%2Fkatedry%2Fkove%2Fveda-vyskum%2Fprace%2F2011%2FLukacik-Lukacikova-Szomolanyi2011.pdf&ei=ZTGxVeaOGcPaU93\\_gdgK&usg=AFQjCNFB7AEUcGD73VrBivMeuIGO2xBvqg](http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCAQFjAAahUKEwim1eb_7_HGAhVD7RQKHd1_AKs&url=http%3A%2F%2Fwww.fhi.sk%2Ffiles%2Fkatedry%2Fkove%2Fveda-vyskum%2Fprace%2F2011%2FLukacik-Lukacikova-Szomolanyi2011.pdf&ei=ZTGxVeaOGcPaU93_gdgK&usg=AFQjCNFB7AEUcGD73VrBivMeuIGO2xBvqg)
- McGrew, M. W., Teglasi, H. (1990). Formal Characteristics of Thematic Apperception Test Stories as Indices of Emotional Disturbance in Children. *Journal of Personality Assessment*, 54 (3/4), 639-655.
- Mikšík, O. (1969). *Člověk a svízelné situace*. Praha: Naše vojsko.
- Murray, E. J. (1959). Conflict and repression during sleep deprivation. *Journal of Abnormal & Social Psychology*, 59 (1), 95-101.
- Murray, H. A. (1971). *Thematic Apperception Test. Manual*. Cambridge: Harvard University Press.
- Murray, H. A. (2008). *Explorations in Personality*. New York: Oxford University Press.

Newmark, Ch, S., Hetzel, W., Frerking, R. A. (1974). The effects of personality tests on state and trait anxiety. [Abstrakt]. *Journal of Personality Assessment*, 38(1), 17-20.

Packer, E. (1974). *Stress in your life*. London: Aldine Press, Letchworth, Herts.

Pala, K., Všianský, J. (1994). *Slovník českých synonym*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny.

Pecáková, I. (2011). *Statistika v terénních průzkumech*. Praha: Professional Publishing.

Porcerelli, J. H., Cogan, R., Kamoo, R., Miller, K. (2010). Convergent Validity of the Defense Mechanisms Manual and the Defensive Functioning Scale. *Journal of Personality Assessment*, 92(5), 432-439.

Ritzler, B. A., Sharkey, K. J., Chudy, J. F. (1980). A Comprehensive Projective Alternative to the TAT. *Journal of Personality Assessment*, 44 (4), 358-362.

Ronan, G. F., Gibbs, M. S. (2008). Scoring Manual fo Personal Problem-Solving System- Revised. In Jenkins, S. R. (Eds.). (2008). *A Handbook of Clinical Scoring Systems for Thematic Apperceptive Techniues*. New York: Taylor and Francis Group.

Ronan, G. F., Gibbs, M. S., Dreer, L. E., Lombardo, J. A. (2008). Personal Problem-Solving System- Revised. In Jenkins, S. R. (Eds.). (2008). *A Handbook of Clinical Scoring Systems for Thematic Apperceptive Techniues*. New York: Taylor and Francis Group.

Rosenzweig, S., Fleming, E. E. (1949). Apperceptive Norms for the Thematic Apperception Test. *Journal of Personality*, 17 (4), 483-503.

Sandstorm, M. J., Cramer P. (2003). Girls' Use of Defense Mechanisms Following Peer Rejection. *Journal of Personality*, 71 (4), 605-627.

Sanford, N. (1955). The dynamics of identification. *Psychological Review*, 62(2), 106-118.

Schreiber, V. *Lidský stres*. Praha: Academia.

Selye, H. (1966). *Život a stres*. Bratislava: Obzor.

Sherwood, J. V., Potash H. M. (1988). Induced anxiety, defensive style, and performance on the TAT. *Journal of Clinical Psychology*, 44(5), 817-820.

Soukupová, T., Goldmann, P. (2007). Zjišťování objektivních vztahů v Tématicko-appercepčním testu. In Telerovský, R., Ženatý, J., Čermák, I. (Eds.) (2008). *Rorschach a projektivní metody 3/2007 (161-174)*. Praha: Institut postgraduálního vzdělávání ve zdravotnictví a Česká společnost pro Rorschacha a projektivní metody.

- Soukupová, T., Goldmann, P., Cramer, P. (2012). Systém hodnocení obranných mechanismů v TAT podle Phebe Cramerové. In Čermák, I., Fikarová, T. (Eds.). (2012). *Tematicko-apercepční test: interpretační perspektivy (401-420)*. Nové Zámky: Psychoprof.
- Svoboda, M. (1999). Psychologická diagnostika dospělých. Praha: Portál.
- Svoboda, M., Řehan, V. a kol. (2004). Aplikovaná psychodiagnostika v České republice. Brno: MSD.
- Šípek, J. (1996). Projekce a projektivní metody v psychodiagnostice. Praha: Psychologické sdružení PROPSY.
- Šípek, J. (2000). Projektivní metody. Praha: IVS nakladatelství.
- Šípek, J. (2012). Luciina situace průhledem psychologie C. G. Junga. In Čermák, I., Fikarová, T. (Eds.). (2012). *Tematicko-apercepční test: interpretační perspektivy*. Nové Zámky: Psychoprof.
- Špatenková, N., Sobotková, I., Sýkorová, D., Příhodová, A., Dopita, M. (2004). Krize- Psychologický a sociologický fenomén. Praha: Grada Publishing.
- Teglasi, H. (2001). Essentials of TAT and Other Storytelling Techniques Assessment. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Teglasi, H., Yiu, H. L. (2012). Luciiny mentální modely chápání sebe, druhých a světa. In Čermák, I., Fikarová, T. (Eds.). (2012). *Tematicko-apercepční test: interpretační perspektivy (401-420)*. Nové Zámky: Psychoprof.
- Tsushima, W. T. (1968). Response of Irish and Italian patients of two social classes under preoperative stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8(1), 43-48.
- Tuller, V. O. (2002). *The use of the TAT in measuring defense mechanisms*. Nепublikovaná disertační práce, Rosemead School Of Psychology, Biola, USA. Abstrakt byl stažen 25. dubna 2015 z databáze PsycINFO.
- Urbánek, T., Czekóová, K., Čermák, I., Fikarová, T., Pokorná Z. (2012). Analýza motivace na základě použití TAT u dvou skupin adolescentů. *Československá psychologie*, 56(5), 393-408.
- Večeřová-Procházková, A., Honzák, R. (2008). Stres, eustres a distres. *Interní medicína pro praxi* 10(4), 188-192.
- Weiss a kol. (2011). Etické otázky v psychologii. Praha: Portál.
- Wispé, L. G. (1954). Physiological need, verbal frequency, and word association. *Journal of Abnormal Psychology*, 49(2), 229-234.

## **Seznam tabulek, grafů a příloh**

### **Seznam tabulek:**

Tabulka 1. Věkové rozložení probandů.

Tabulka 2. Přehled oborů studovaných probandy.

Tabulka 3.: Regresní analýza proměnné škála nepříjemnosti za pomoci součtu obran.

Tabulka 4.: Regresní analýza proměnné výdrž za pomoci jednotlivých obran.

Tabulka 5.: Regresní analýza proměnné výdrž za pomoci součtů obran projekce a identifikace.

### **Seznam grafů:**

Graf 1.: Průměrné používání popření ve výdrži.

Graf 2.: Průměrné užívání projekce ve výdrži.

Graf 3.: Průměrné používání identifikace ve výdrži.

Graf 4.: Průměrné používání obranných mechanismů ve výdrži.

Graf 5.: Testování normálního rozložení oproti rozložení proměnné obranné mechanismy.

### **Seznam příloh:**

Příloha 1: Použité tabule z Tematicko-apercepčního testu

Příloha 2: Ukázka přepisu příběhů od jednoho z probandů.

Příloha 3: Korelační matice