Univerzita Karlova

Pedagogická fakulta

Katedra Psychologie

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Citová vazba k rodičům a její vliv na osobní pohodu (well-being) adolescentů

Attachment to Parents and Its Influence on Adolescents' Well-being

Tereza Štětinová

Vedoucí práce:	PhDr. Bc. Ivana Křížová
Studijní program:	Psychologie
Studijní obor:	Psychologie a speciální pedagogika

2018

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Citová vazba k rodičům a její vliv na osobní pohodu (well-being) adolescentů vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 18. dubna 2018

.....

Tereza Štětinová

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala především PhDr. Bc. Ivaně Křížové za odborné vedení mé bakalářské práce, za její cenné rady a připomínky. Dále děkuji také Mgr. Kateřině Lukavské, Ph.D. za pomoc se statistickým zpracováním dat. V neposlední řadě děkuji všem respondentům, bez nichž by výzkum nemohl být realizován.

ANOTACE

Cílem bakalářské práce je zmapovat problematiku citové vazby k rodičům a její vliv na subjektivní well-being adolescentů. Teoretická část se v úvodu věnuje specifikům vývojového období střední adolescence. Následně představuje stěžejní myšlenky konceptů citové vazby a osobní pohody. U obou témat je dále kladen důraz na rozdíly mezi pohlavími a proměny citové vazby i osobní pohody v průběhu celého života jedince. Praktická část se za využití kvantitativních metod v podobě dotazníkového šetření zaměřuje na souvislost citové vazby k rodičům a well-beingu adolescentů. Usiluje o komplexní uchopení daného tématu, a z toho důvodu se věnuje také analýze rozdílů mezi dívkami a chlapci a mateřskými a otcovskými vazbami.

KLÍČOVÁ SLOVA

Citová vazba k rodičům, subjektivní well-being, osobní pohoda, adolescence, genderové rozdíly

ANNOTATION

The purpose of this thesis is to explore a topic of attachment to parents and its influence on adolescents' subjective well-being. The theoretical part deals with the specifics of the developmental period of middle adolescence. Afterwards, it presents the main ideas of the concepts of attachment and well-being. The great emphasis is also given to gender differences and changes in attachment and subjective well-being across the life span. The practical part focuses on correlation between adolescents' attachment to parents and their well-being by means of a questionnaire survey. It tries to provide a comprehensive overview of the topic and that is why it also deals with the analysis of gender differences and differences between attachment to mothers and attachment to fathers.

KEYWORDS

Attachment to parents, subjective well-being, adolescence, gender differences

Obsah

1 Úvod 6

2 Teoretická část 7

2.1 Adolescence 7

2.1.1 Období střední adolescence 7

2.2 Citová vazba 10

2.2.1 Definice a základní pojmy 10

2.2.2 Hlavní představitelé 12

2.2.3 Citová vazba v průběhu života 15

2.2.4 Typy citové vazby 20

2.3 Well-being 27

2.3.1 Definice a základní pojmy 27

2.3.2 Hédonické a eudaimonické pojetí 30

2.3.3 Well-being v průběhu života 32

2.3.4 Rozdíly mezi muži a ženami 33

2.4 Well-being adolescentů v kontextu citové vazby 35

3 Empirická část 36

3.1 Cíl výzkumu 36

3.1.1 Výzkumné otázky a hypotézy 36

3.2 Výzkumný soubor 39

3.3 Realizace výzkumu 40

3.4 Použité metody 41

3.4.1 SWLS (Satisfaction With Life Scale) 41

3.4.2 IPPA (The Inventory of Parent and Peer Attachment) 41

3.5 Způsob zpracování dat 43

3.6 Výsledky 44
3.6.1 Well-being 44
3.6.2 Citová vazba 44
3.6.3 Citová vazba a well-being 49
3.7 Diskuze 50
3.7.1 Silné a slabé stránky výzkumu 54
4 Závěr 56
5 Seznam použitých informačních zdrojů 58
6 Seznam příloh 64

1 Úvod

Citová vazba, definována jako trvalé emoční pouto mezi dítětem a primární vztahovou osobou, bývá považována za klíčový faktor zdravého vývoje osobnosti. Poskytuje nám pocity bezpečí a jistoty, které jsou tolik potřebné k vytvoření pozitivního vztahu k sobě samým i okolí. Velké množství badatelů redukuje koncept citové vazby na období raného dětství, ve své práci jsem se však rozhodla pro širší pojetí, a zabývám se vazbou i v pozdějším věku. Prostor věnuji především období střední adolescence, v rámci kterého dochází k postupnému osamostatňování od rodičů. V časné a střední adolescenci je však rodina stále ještě velmi důležitým sociálním zázemím, do jehož bezpečí se v případě pocitu ohrožení uchylují dospívající nejčastěji.

Při výběru tématu bakalářské práce mě v první řadě ovlivnila účast na dobrovolnickém projektu v Srbsku, kde jsem krátkodobě působila v dětském domově pro děti s poruchami chování. Za druhý stěžejní okamžik považuji stáž v kontaktním centru pro osoby závislé na nealkoholových drogách. V obou případech jsem se často setkávala s dospívajícími, již v dětství neměli žádnou stabilní vztahovou osobu. Mnozí z nich uváděli, že se k rizikovému chování uchýlili proto, že se cítili prázdní, osamocení a nešťastní. Hledali jisté a bezpečné útočiště, které jim v dětství tolik chybělo, a nezřídka ho našli právě v partě problémových vrstevníků. Na základě těchto zkušeností jsem si uvědomila, jak je citová vazba k rodičům důležitá pro mnoho oblastí našeho života. Ve své práci jsem se ji rozhodla propojit s konceptem subjektivního well-beingu (osobní pohody), jehož podstatou je pociťovaná úroveň štěstí a spokojenosti se životem.

V rámci bakalářské práce není možné zmíněné koncepty kvůli jejich šíři plně obsáhnout. Cílem teoretické části je tedy poskytnout čtenářům základní přehled problematiky citové vazby, well-beingu a adolescence. V empirické části se u žáků devátých tříd pokouším za pomoci kvantitativních metod zjistit, jak citová vazba k matce a otci ovlivňuje úroveň jejich well-beingu. Téma pojímám komplexně, a kromě samotné souvislosti obou konceptů se druhotně zabývám také rozdíly mezi dívkami a chlapci či specifiky mateřských a otcovských vazeb.

2 Teoretická část

2.1 Adolescence

Termín adolescence pochází z latinského slovesa „adolescere“, které v překladu znamená dorůstat, dospívat, mohutnět (Macek, 2003). Jedná se o období spadající do druhého desetiletí života člověka, konkrétní časové vymezení se však v českém prostředí u jednotlivých autorů liší. Zatímco J. Langmeier a D. Krejčířová (2006) adolescenci ohraničují věkem 15-22 let, jiné teorie ji pojímají šířeji. Nevydělují samostatné období pubescence, a adolescenci tak po vzoru americké psychologie chápou jako celé období mezi dětstvím a dospělostí. Dle K. Thorové (2015) začíná již ve 12/13 letech a trvá zhruba do 19 let. Podobný pohled nabízí i M. Vágnerová (2012), jež rozlišuje ranou adolescenci, spadající do období 11-15 let, a pozdní adolescenci, ukončenou 20. rokem. P. Macek (2003) bere v úvahu markantnost změn, kterou je toto období typické (porovnejme si například dvanáctiletého a osmnáctiletého adolescenta), a vyděluje fáze dokonce tři – časnou (10-13 let), střední (14-16) a pozdní (17-20). V současné době dochází ve vyspělých zemích k prodlužování adolescence, charakterizovanému dřívějším nástupem dospívání, urychlením růstu a vývoje dětí, což bývá označováno jako *sekulární akcelerace*, a zároveň oddalováním dosažení dospělosti (Macek, 2003). Z toho důvodu jsem se rozhodla upřednostnit širší periodizaci, která bere tento trend v úvahu. Zároveň se vzhledem k zaměření praktické části své práce budu v následujících odstavcích věnovat střední adolescenci, a to dle časového vymezení P. Macka.

2.1.1 Období střední adolescence

Adolescence bývá považována za složité, bouřlivé období. Dochází k mnoha fyzickým, kognitivním, emočním a sociálním změnám, a jedinci jsou tak vystaveni velkému počtu nových výzev a úkolů.

Fyzické změny

Za důležitý mezník dospívání bývá považováno dosažení schopnosti reprodukce. Předchází mu velké množství hormonálních změn. U obou pohlaví nastává rozvoj sekundárních pohlavních znaků, jako je například růst ochlupení, u dívek vývoj prsů a začátek menstruačního cyklu (menarché), u chlapců růst vousů a změny hlasu (mutace).

V období střední adolescence jsou zřetelné především změny spojené s růstem a celkovými proměnami tělesných proporcí. Dochází k tzv. růstovému spurtu, tedy velmi rychlému růstu, v rámci kterého jedinec naroste o 20 % své celkové výšky. U dívek bývá ukončen v 15 letech, u chlapců zhruba o dva roky později. Chlapci procházejí především kvantitativními změnami spojenými s růstem a vývojem svalů, pro dívky jsou typické spíše nápadnější kvalitativní změny. Kromě růstu prsů můžeme zaznamenat také rozšíření pánve a celkové zaoblení postavy, způsobené ukládáním tuků v oblasti boků, hýždí a stehen (Thorová, 2015). Fyzický vzhled se v období dospívání stává důležitou součástí identity jak dívek, tak chlapců (Vágnerová, 2012).

Kognitivní změny

Adolescenti se dle teorie J. Piageta (1966 in Vágnerová, 2012) nacházejí ve stádiu formálních operací. Postupně přestávají být závislí na konkrétní realitě a jsou schopni uvažovat hypoteticky a abstraktně. Jejich myšlení se stává pružnějším a komplexnějším. Odmítají pouze pasivně přejímat názory ostatních, což se často projevuje nadměrnou kritičností a argumentováním (Thorová, 2015). M. Vágnerová (2012) však upozorňuje, že pokud se jedná o jejich vlastní názory, nejsou schopni jejich relativnost reflektovat. Důsledkem bývá radikalismus, který označuje jen velmi malou ochotu dospívajících ke kompromisům a změně stanovisek.

Emoční změny

Ve střední adolescenci dochází k odeznívání náladovosti a emoční lability, typické spíše pro předchozí období (Macek, 2003). Adolescenti se již více orientují ve svých emočních prožitcích a jsou schopni emoce lépe regulovat. Důvodem je také stabilizace produkce hormonů (Vágnerová, 2012). Macek tuto fázi označuje jako „období vystřízlivění“, v rámci něhož se představy a ideály jedinců, týkající se především mezilidských vztahů, školy či volby profesní kariéry, poprvé doopravdy střetávají s reálným životem (Macek, 2003).

Sociální změny

V období dospívání dochází k výrazným proměnám rodinných vztahů. Úkolem adolescentů je především emancipace od rodičů. Na významu nabývají vrstevnické vztahy,

a to jak přátelství, tak vztahy partnerské. Vrstevnická skupina dospívajícímu poskytuje pocit bezpečí, jistoty, emoční opory a porozumění. Výzkumy ukazují, že chlapci mají obvykle vyšší počet přátel než dívky, ale tato přátelství bývají povrchnější. Obě pohlaví také navazují první romantické vztahy, jejichž důležitou složkou se stávají první sexuální zkušenosti. Ještě se však jedná spíše o pouhé experimentování. Jedinci v časné a střední adolescenci většinou zůstávají ve fázi platonické zamilovanosti a déletrvající vztahy navazují jen zřídka (Thorová, 2015).

Rozvoj vlastní identity

Dle Eriksonovy teorie psychosociálního vývoje je hlavním vývojovým úkolem adolescentů formování vlastní identity (Erikson, 1996). P. Macek (2003) zdůrazňuje dva důležité aspekty identity – osobní a sociální. V rámci osobního aspektu identity si dospívající odpovídají na otázku „kdo jsem“. Pro sociální aspekt je stěžejní pocit začlenění a sounáležitosti, tedy otázky „kam patřím“, „kam směřuji“, „čeho jsem součástí“. Ve střední adolescenci dochází k aktivnímu, nezávaznému hledání (tzv. status moratoria), stav plného dosažení identity nastává spíše až v pozdní adolescenci.

V tomto období také pokračuje důležitý proces osvojování genderové[1] identity, na jehož konci se jedinec identifikuje k maskulinitě[2] nebo feminitě[3]. Mužské a ženské role jsou spojovány s odlišnými požadavky. Od dívek je v období dospívání očekávána větší zodpovědnost a konformita. Bývají více kontrolovány svými rodiči a mají menší svobodu v rozhodování o trávení svého volného času. Mužská role je hodnocena jako výhodnější, chlapci bývají svobodnější a nezávislejší (Vágnerová, 2012).

[1] Pojem *gender* označuje kulturně vytvořené rozdíly mezi muži a ženami.
[2] projevy chování a prožívání, které jsou v dané kultuře považované za „typicky mužské“
[3] projevy chování a prožívání, které jsou v dané kultuře považované za „typicky ženské“

2.2 Citová vazba

2.2.1 Definice a základní pojmy

K alespoň částečnému zorientování v problematice citové vazby nám může posloužit etymologie, obor zabývající se původem a vývojem slov. Jejím prostřednictvím se dozvídáme mnohé o významnosti pouta mezi dítětem a pečující osobou. Anglické „attachment“ můžeme do češtiny přeložit jako připojení, vazba, spoj, v přeneseném významu také jako oddanost či náklonnost. Zároveň sloveso „to attach“ odkazuje k jakémusi připevnění, připoutání (Hais & Hodek, 1991). Úplný původ tohoto termínu můžeme nalézt v latině. Základem je latinské „tack“, které znamená přilnout nebo přibít (Křivohlavý, 2013), což velmi dobře ilustruje, o jak pevný vztah se v případě jisté citové vazby vlastně jedná.

V českém prostředí pracují autoři nejčastěji s pojmy připoutání (Křivohlavý, 2013), přilnutí (Plháková, 2003), citová vazba (Michalčáková et al., 2010) či vztahová vazba (Brisch, 2011). Zároveň je však možné termín attachment nepřekládat a užívat ho v jeho původním anglickém znění.

Citová vazba je tradičně chápána jako trvalé emoční pouto mezi dítětem a *primární vztahovou osobou*. Tou bývá nejčastěji matka, avšak můžeme za ni považovat kohokoliv, kdo dítěti poskytuje mateřskou péči (Bowlby, 2010). [4]

Mezi dítětem a primární vztahovou osobou dochází k tzv. *vazebnému chování* (attachment behaviour), tj. velmi důležitý typ sociálního chování, jehož hlavní funkcí je ochrana dítěte. Vytvoření vazby je tedy podle autora celé teorie, J. Bowlbyho (1988), jedním z předpokladů přežití. Vazebné chování bývá velmi zjednodušeně definováno jako instinktivní chování založené na vyhledávání a udržování blízkosti s určitou osobou. J. Bowlby konkrétně uvádí: „Jakákoli forma nedospělého chování, jejímž důsledkem je fyzická blízkost, může být považována za složku vazebného chování“ (Bowlby, 2010, s. 164). V této souvislosti bývá často zdůrazňován podíl obou účastníků interakce – jak matka, tak dítě jsou aktivními činiteli. Mezi prostředky, které umožňují dětské vazebné chování, řadíme pláč, úsměv, následování a přidržování se matky, sání a volání (Bowlby, 2010). Úkolem matky je poté tzv. *citlivé chování.* M. Ainsworth (1978 in Stevenson-Hinde,

[4] Pro zjednodušení budu v textu uvádět matku.

2007) citlivost (sensitive responsiveness) definuje jako schopnost vnímat signály dítěte, správně je interpretovat a zároveň na ně vhodně reagovat.

Matka pro dítě představuje *jisté zázemí a bezpečné útočiště* (secure base and safe haven). Poskytuje dítěti ochranu a pocit bezpečí, čímž mu umožňuje rozvíjet explorační chování, tedy bádat a prozkoumávat okolí (Colmer et al., 2011). Pokud matka nezajistí dítěti pro exploraci dostatečný prostor, dochází k jeho frustrování (Brisch, 2011). Zároveň, jestliže dítě zažívá hlad, únavu, nemoc, nespokojenost, bolest či úlek, zvýší se opětovně jeho potřeba vazebného chování, a rychle se uchyluje zpátky do bezpečí za svou matkou (Bowlby, 2010).

Právě koncept *jistého zázemí a bezpečného útočiště* je dle R. S. Weisse (1991) jednou ze tří charakteristik, které odlišují attachment od jiných vztahů. Dále se jedná o již zmíněné *vyhledávání blízkosti* (proximity seeking) a nakonec o *protest při odloučení* (separation protest). Strach dítěte, že bude matkou opuštěno, může vyústit až v separační úzkost (Kulíšek, 2000).

Až dosud jsme citovou vazbu chápali především jako dyadický vztah mezi dítětem a primární vztahovou osobou (matkou). V současnosti však bývá zdůrazňována spíše celoživotní (life-span) perspektiva. Dle tohoto pojetí se citová vazba utváří v průběhu celého života jedince, a jejími objekty (attachment figure) se tak nestávají pouze pečující osoby, ale například i vrstevníci, učitelé nebo partneři (Verschueren et al., 2012).

A proč je pro nás téma attachmentu vlastně tak důležité? V první řadě je raný vztah mezi matkou a jejím dítětem předobrazem všech dalších mezilidských vztahů (Uytun et al., 2013). Velmi souvisí s emočním vývojem i formování základní osobnostní struktury dítěte. Dítě se prostřednictvím primární vztahové osoby učí zvládat své emoce, získává povědomí o sobě i druhých, a vytváří si tak schémata, která přenáší i do vztahů s dalšími lidmi. Výzkumy ukazují, že děti s jistou vazbou k rodičům úspěšněji navazují vztahy s vrstevníky a jsou obecně spokojenější samy se sebou, neboť byl prokázán vliv citové vazby na jejich sebepojetí a sebehodnocení (Colmer et al., 2011). J. Bowlby (2010) navíc zmiňuje propojení attachmentu a psychické stability (resilience). Tvrdí, že pokud dítě v raném věku zažije alespoň jeden déletrvající jistý vztah s dospělou osobou, s menší pravděpodobností u něj v budoucnu dojde k rozvoji psychopatologie, a to i v případě, že bylo v průběhu života vystaveno traumatickým zkušenostem.

2.2.2 Hlavní představitelé

O vytvoření teorie citové vazby se zasloužili především J. Bowlby, M. Ainsworth a M. Main, jež se v následujících odstavcích pokusím stručně představit. Na jejich myšlenky dále navazuje řada následovníků, kteří dosavadní teorie propracovávají a využívají je v rámci různých výzkumů i terapeutické praxe.

John Bowlby (1907-1990)

John Bowlby se při koncipování teorie citové vazby do určité míry opíral o zkušenosti ze svého vlastního dětství. Oba rodiče byli časově velmi vytížení, takže si k nim vytvořil spíše distancovaný vztah a jeho primární vztahovou osobou se stala domácí vychovatelka (Brisch, 2011). V dospělosti Bowlbyho významně ovlivnilo působení ve škole pro děti s poruchami chování. Zaujali ho zvláště dva chlapci – v prvním případě se jednalo o velmi uzavřeného, odtažitého hocha, nevykazujícího téměř žádné emoce. Z předchozí školy byl vyloučen kvůli krádežím a Bowlby zjistil, že nikdy neměl žádnou stabilní pečující osobu, o kterou by se mohl opřít. Druhý, velmi úzkostný, chlapec Bowlbyho pronásledoval na každém kroku, a proto si od něj vysloužil přezdívku „Shadow“ (Stín). Velmi pravděpodobně právě díky těmto zkušenostem získal Bowlby inspiraci k sepsání studie *Forty-four juvenile thieves*, v rámci které na případech 44 mladistvých zlodějů ukázal, jak ztráta a odloučení od mateřské postavy může ovlivnit vznik a vývoj poruch chování. Svých vědomostí, získaných během různých praxí a studia dětské psychiatrie, následně využil také při psaní rozsáhlé monografie *Maternal care and mental health*, vydané v roce 1951, nebo při pozorování reakcí dětských pacientů na odloučení od matek během pobytu v nemocnici.[5] V roce 1969 uveřejnil první svazek známé triologie *Attachment and Loss* s názvem *Attachment* (Vazba), o pár let později následoval druhý díl *Separation, Anxiety and Anger* (Odloučení, úzkost a hněv) a nakonec *Loss, Sadness and Depression (*Ztráta, smutek a deprese) (Bretherton, 1992).

Teoretické pozadí Bowlbyho myšlenek tvořily především psychoanalytické směry a etologické výzkumy. S představiteli psychoanalýzy se však J. Bowlby v mnoha názorech rozcházel. Velmi například kritizoval výběr metody, kterou psychoanalýza volí ke zkoumání

[5] Reakce dvouleté dívky na odloučení od matky zdokumentoval J. Bowlby se svým kolegou J. Robertsonem ve filmu *A two years old goes to hospital*.

dětských prožitků. Zatímco J. Bowlby zdůrazňoval přímé pozorování dětí, představitelé psychoanalýzy se uchylují k retrospektivní metodě, v rámci níž získávají data o dětství od věkově starších subjektů. Začínají u klinického symptomu či syndromu, například deprese, a zjišťují, které události a procesy k tomuto vývoji přispěly, dle J. Bowlbyho tedy nesprávně postupují od konečného produktu zpět. J. Bowlby také nesouhlasil s psychoanalytickou teorií „vypočítavé lásky“ (cupboard-love theory), která za důvod, proč se dítě připoutává k mateřské postavě, považuje skutečnost, že matka naplňuje jeho fyziologické potřeby. Dítě se tak naučí, že je pro něj zdrojem uspokojení. J. Bowlby však na řadě etologických výzkumů (vycházel především z prací K. Lorenze, N. Tinbergena a manželů Harlowových) doložil, že stěžejní je potřeba jistoty a bezpečí, a že hlavní funkcí citové vazby je tedy ochrana před predátory (Bowlby, 2010).

Mary Ainsworth (1913-1999)

M. Ainsworth, spolupracovnice J. Bowlbyho, provedla velmi významná pozorování kojenců a jejich matek v Ugandě a Baltimoru. Na jejich základě vytvořila metodu zvanou *Strange Situation Test*, jejíž podstatou je pozorování dětských reakcí na osm navazujících událostí, které uvádím v tabulce níže. Během nich dochází k opakované separaci matky a jejího potomka. Úkolem pozorovatele je všímat si projevů a reakcí dítěte, jež lze shrnout pod čtyři dimenze: (1) vyhledávání blízkosti a kontaktu, (2) udržování kontaktu, (3) vzdorovitost, odmítání, (4) vyhýbavost (Kulíšek, 2000). M. Ainsworth klasifikovala děti na základě jejich chování do následujících kategorií: jistě připoutané, nejistě připoutané – vyhýbavé, nejistě připoutané – ambivalentní.

Číslo fáze	*Doba trvání*	*Popis fáze*
1.	30 s.	Pozorovatel uvádí matku s dítětem do neznámé místnosti a odchází.
2.	3 min.	Dítě zkoumá místnost, matka je pasivní, ale může reagovat.

3.	3 min.	Vchází cizinec, 1 min. je potichu, 1 min. konverzuje s matkou, 1 min. se přibližuje k dítěti a zkouší si s ním hrát, matka na konci fáze rychle odchází.
4.	3 min.	Cizinec odpovídá dítěti, hraje si s ním, konejší ho, pokud je to vhodné. Je-li zapotřebí, fáze je ihned ukončena.
5.	3 min.	Matka přichází, utěšuje dítě, poté opět s rozloučením odchází. Fáze může být prodloužena.
6.	3 min.	Matka odchází, dítě je o samotě.
7.	3 min.	Cizinec vchází, vítá se s dítětem a čeká. Pokud je dítě v pořádku, usedá. Je-li třeba, konejší dítě. Fáze může být v případě potřeby okamžitě ukončena.
8.	3 min.	Matka volá zvenčí na dítě, vchází, chvíli vyčkává a bere dítě do náruče. Cizinec odchází.

Tabulka č. 1 – Chování v nezvyklé situaci (Kulíšek, 2000)

Mary Main (1943-)

M. Main společně s J. Solomon přidaly ke stávajícímu rozdělení ještě dezorganizovanou citovou vazbu. Největší zásluhy M. Main však pravděpodobně spočívají v koncipování metody AAI (Adult Attachment Interview), zjišťující citovou vazbu u dospělých osob. Podstatou je strukturovaný rozhovor, který se skládá ze 13 otázek směřujících k prožitkům jedince ve vztahu k rodičům. Kromě samotného obsahu je hodnocena i formální stránka jazyka, styly myšlení, organizace vyprávění a zaznamenávají se také neverbální prvky komunikace, například úsměv, zamračení, delší pauzy atd. (Hašto, 2005).

2.2.3 Citová vazba v průběhu života

V průběhu života dochází k poměrně výrazným proměnám formy citové vazby. Její kvalita[6] má však tendenci přetrvávat. K. H. Brisch (2011) nicméně uvádí, že traumatické životní události, jako je rozvod, nemoc nebo smrt jednoho z rodičů, mohou jistou vazbu změnit v nejistou. Zároveň existují speciální terapie, jejichž výsledky dokládají, že je při dlouhodobém působení možné docílit i opaku. V českém prostředí se na poruchy citové vazby zaměřuje například Dyadická vývojová psychoterapie (Dyadic Development Psychotherapy).[7]

2.2.3.1 Vývoj citové vazby v dětství

Někteří autoři tvrdí, že je pro vývoj citové vazby zásadní již zkušenost z prenatálního období. K. H. Brisch (2011) například zdůrazňuje vliv hormonu oxytocinu. Ten se tvoří během těhotenství a pravděpodobně hraje důležitou roli při vývoji matčina připoutání nejdříve k plodu a následně i k dítěti. Kromě hormonálních a neurochemických faktorů mohou citovou vazbu také ovlivňovat různá očekávání matky, její postoj k těhotenství, tedy chtěnost či nechtěnost dítěte, abusus léků apod. (Kulíšek, 2000). V souvislosti s vlivy perinatálními mluví J. Bowlby (1988) především o nutnosti umožnit matce být se svým dítětem v kontaktu bezprostředně po porodu a zároveň tento vztah nenarušovat dlouhými

[6] Typ citové vazby vytvořený v dětství.

[7] Odborníci využívající Dyadickou vývojovou psychoterapii (DDP) pracují převážně s dětmi, kteří trpí poruchami citové vazby, a jejich biologickými, adoptivními či pěstounskými rodiči. Hlavní podstatou je snaha pomoci dítěti integrovat raná traumata a umožnit mu navázat nový bezpečný vztah k pečující osobě.

odloučeními. Nejdůležitějším postnatálním faktorem je pak dle J. Bowlbyho již zmiňovaná citlivost matky na projevy svého potomka.

Fáze formování citové vazby

Pro vytvoření citové vazby jsou stěžejní především první tři roky života dítěte, kdy se vazebné chování objevuje pravidelně a velmi výrazně. Poté však nastává změna. Úroveň fyzického, sociálního a kognitivního vývoje již dítěti umožňuje větší samostatnost (Colin, 1996). Dokáže lépe přijmout chvilkovou nepřítomnost matky a cítí se více v bezpečí i na neznámých místech s vedlejšími vazebnými postavami, kterými mohou být například příbuzní, chůvy nebo učitelky ve školce (Bowlby, 2010).

J. Bowlby (1969 in Marvin & Britner, 1999) rozlišuje čtyři fáze formování citové vazby. První tři spadají do prvního roku života dítěte, poslední pak J. Bowlby řadí právě do přelomového období třetího roku.

1. fáze: Orientace a signály s omezeným rozpoznáváním postavy

První fáze trvá od narození dítěte do jeho osmi až dvanácti týdnů. Za nevyhovujících podmínek však může pokračovat i mnohem déle. Mezi dítětem a pečující osobou dochází k četným interakcím. Dítě vysílá signály (úsměv, pláč, natahování rukou, jemnější obličejové projevy, žvatlání atd.), a tím upoutává matčinu pozornost. Zároveň však zatím nedokáže rozlišit jednoho člověka od druhého, jeho vnímání je omezeno na čichové a sluchové podněty. Matka na projevy dítěte reaguje konejšením, laskáním a doteky, což významně podporuje tvorbu pouta.

2. fáze: Orientace a signály zaměřené k jedné nebo více rozeznávaným osobám

Ve druhé fázi je již dítě schopno rozeznat mateřskou postavu, kterou preferuje před ostatními. Ve čtyřech měsících se u něj zvyšuje frekvence a intenzita úsměvů při spatření známých tváří a naopak se snižuje u tváří neznámých (Kulíšek, 2000). Druhá fáze končí zhruba v půl roce věku dítěte.

3. fáze: Udržování blízkosti k rozeznávané postavě prostřednictvím lokomoce a signálů

Třetí fáze začíná v šesti až devíti měsících věku dítěte a trvá asi do konce druhého roku. Velkou změnou oproti předchozím obdobím je schopnost samostatného pohybu. Umožňuje dítěti objevovat a prozkoumávat okolí a zároveň se navracet do bezpečí za svou

matkou. V této fázi se začíná také objevovat strach z neznámých lidí, což bývá označováno jako „období strachu z neznámé osoby“ (Kulíšek, 2000).

4. fáze: Utváření partnerství korigované k cíli

Kolem čtvrtého roku má dítě vytvořenou základní identitu a pomalu si buduje vlastní autonomii. Začíná chápat matku jako nezávislý objekt s vlastními plány a potřebami. Zároveň je již do určité míry schopno upozadit své vlastní cíle a podílet se na vytváření společných cílů v rámci partnerství korigovaného k cíli (goal-corrected partnership). R. S. Marvin a P. A. Britner (1999) stanovují 5 schopností, kterými dle jejich názoru oplývají již čtyřleté děti pocházející z funkčního, stimulujícího prostředí. Jedná se o (1) schopnost uvědomit si, že má pečující osoba své vlastní plány, cíle, emoce a myšlenky, (2) schopnost odlišit svůj úhel pohledu od úhlu pohledu pečující osoby, (3) schopnost určit, které faktory mají vliv na její cíle a plány, (4) schopnost chápat, za jakých podmínek lze dosáhnout kompromisu a (5) schopnost ovlivňovat cíle a plány pečující osoby.

2.2.3.2 Citová vazba v adolescenci

Citová vazba k rodičům neztrácí na významu ani v adolescenci, jak by se na první pohled mohlo zdát. Rodičovské vazby nezanikají, dochází pouze k proměnám jejich vnějších projevů a zároveň bývají často doplňovány vazbami k dalším osobám[8] (Bowlby, 1988).

V adolescenci dochází k mnoha významným změnám, a to na úrovni psychické, fyzické i sociální. Ústředním tématem se stává osamostatnění od rodičů, které bychom si však neměli mylně vykládat jako zpřetrhání veškerých pout s rodinou. Ačkoliv adolescenti usilují především o to, aby byli vnímáni jako samostatní, nezávislí jedinci, rodičovská podpora je pro ně stále velmi důležitá a matka i otec fungují jako hlavní objekty citové vazby až do pozdní adolescence (Allen & Land, 1999). Adolescenci si v tomto období od rodičů nicméně obvykle udržují tzv. kritický odstup, který jim umožnuje objektivně zhodnotit vzájemné vztahy, což je nutným předpokladem pro vyřešení rodinných konfliktů i navazování pozdějších citových vazeb k vrstevníkům (Macek & Lacinová, 2012). Již

[8] Dle Bowlbyho (2010) je přirozené si během dospívání a dospělosti vytvářet citové vazby také ke skupinám a institucím (např. škole, pracovní, náboženské či politické skupině).

nevyžadují neustálou přítomnost rodičů a jejich explorační výpravy se prodlužují na týdny i měsíce, to je však dáno právě vědomím, že se v případě potřeby mohou kdykoliv vrátit do svého bezpečného domova (Uytun et. al., 2013).

Další důležitá změna se týká funkce citové vazby. Nejedná o zajištění přežití, jako tomu bylo v dětství, hlavní úloha rodičů bývá nyní spojována spíše s regulací emocí. Poskytování emočního bezpečného útočiště (*emotional secure base*), z něhož může jedinec objevovat širokou škálu emočních stavů vznikajících v rámci snahy o osamostatnění, vnímají někteří autoři jako poslední důležitý úkol rodičů při péči o potomka (Allen & Land, 1999).

Oproti dětskému věku se rozšiřují také možnosti, jak citovou vazbu vlastně zkoumat. Nejsme již odkázáni pouze na pozorování vnějších projevů jedince, tedy behaviorální dimenze citové vazby, ale za pomoci sebeposuzovacích nástrojů se dozvídáme více také o její afektivní/kognitivní dimenzi.

Kvalita citové vazby významně ovlivňuje různé oblasti života adolescentů. Ukázalo se například, že jedinci s nejistou citovou vazbou se vyhýbají řešení problémů. Jsou méně sebevědomí v interakcích s druhými lidmi, hůře zvládají stresové situace a mnohem častěji se uchylují k agresi. Výzkumy také často zmiňují spojitost vazby s psychosociálním fungováním. Jedinci s nejistou vazbou trpí mnohem častěji depresemi (Allen & Hauser, 1996 in Allen & Land, 1999). Zároveň bylo prokázáno, že jsou více ohroženy rizikovým chováním (zejména sexuálním rizikovým chováním, užíváním návykových látek, agresí) (Rosenstein & Horowitz, 1996).

Nejistě připoutaní adolescenti mohou mít závažné problémy také v navazování a udržování dlouhodobých vztahů s vrstevníky, které zvláštně v období pozdní adolescence přebírají klíčovou roli. Nejedná se pouze o přátelství, citová vazba k rodičům ovlivňuje také romantické vztahy. Výzkumy ukazují, že jistě připoutaní adolescenti začínají s romantickými vztahy později, mají méně sexuálních zkušeností a jejich přístup se dá jednoduše shrnout jako „kvalita nad kvantitu“. Jedinci s nejistou vazbou zahajují sexuální život dříve, mají více sexuálních partnerů a častěji u nich kvůli nedostatečné ochraně dochází k nechtěným těhotenstvím nebo nakažení pohlavními chorobami (Allen & Land 1999).

Zároveň se mnohem více věnují masturbaci, kterou využívají jako copingovou strategii[9] (Uytun et al., 2013).

2.2.3.2.1 Specifika citové vazby k matkám a k otcům

Výzkumy ukazují, že se mateřská a otcovská péče v mnoha ohledech liší. Otcové hrají hlavní roli především ve výchově, matky jsou zdrojem podpory a pochopení, tedy dominují spíše v afektivní sféře (Starrels, 1994). Obecně si potomci vytvářejí jistou vazbu spíše k matkám než k otcům (Paterson et al., 1994 in Buist et al., 2002). Je to logické, matky fungují jako primární pečující osoby, které dítěti poskytují spolehlivou, konzistentní podporu již od raného dětství. Tato zjištění potvrzují například autoři A. N. Devi et al. (2017), již se ve své studii soustředili na konkrétní složky citové vazby – důvěru, komunikaci a odcizení. Důvěra a komunikace vykazovaly vyšší hodnoty u matek, zatímco odcizení u otců.

M. E. Starrels (1994) a K. L. Buist et al. (2002) však předkládají zjištění, že jedinci, spíše než primární pečující osobu, preferují rodiče stejného pohlaví. Tedy dívky navazují jistější vazby s matkami, zatímco chlapci s otci. K. L. Buist et al. (2002) se zároveň zabývali vývojem těchto vztahů. Zjistili, že ačkoliv dyády matka-dcera a otec-syn nadále vykazují vyšší kvalitu než dyády matka-syn a otec-dcera, v průběhu dospívání můžeme zaznamenat postupné zhoršování jejich vzájemných vztahů. Autoři nacházejí vysvětlení v psychoanalytické teorii. Adolescenti se v tomto období identifikují s rodičem stejného pohlaví, dochází u nich k velmi důležitému procesu osamostatňování a formování identity, zároveň se však střetávají s realitou ve formě deidealizace svého rodiče. Jsou tak vystaveni dvěma vývojovým úkolům, které není vůbec snadné zkombinovat (Erikson, 1968 in Buist et al., 2002). Kvalita citové vazby k rodiči opačného pohlaví vykazuje spíše nepředvídatelný vývojový vzorec, kde se střídají fáze klesání a růstu.

K. L. Buist et al. (2002) také tvrdí, že kvalitnější vztahy s oběma rodiči navazují spíše dívky než chlapci. Zároveň u nich bývají zaznamenány větší rozdíly mezi vazbou k matce a k otci než u chlapců. Nejvyšší kvalitu tedy vykazují vztahy mezi dcerou a matkou. Ženy obecně se na sociální interakce zaměřují více než muži, a matka s dcerou si tak slouží jako

[9] strategie zvládání stresu

vzájemný zdroj podpory, souznění a jistoty. Jejich vztahy, charakteristické vysokou míry intimity, bývají jedny z nejhlubších a nejsilnějších (Fingerman, 1997).

Vazby k matkám a otcům mají různý efekt na vývoj dítěte. Otcovská vazba například bývá poměrně důležitým prediktorem intelektového vývoje potomka. L. M. Mulkey, R. L. Crain a A. J. C. Harrington (1992 in Amato, 1994) ve svém výzkumu došli k závěru, že děti vyrůstající bez otce dosahují horších studijních výsledků a skórují níže v měření kognitivních schopností. Zároveň u nich bylo zjištěno zvýšené riziko delikvence a deviantního chování (Amato, 1994). V souvislosti s matkami se například potvrdilo propojení s depresivními stavy. Dívky s nejistou vazbou k matce mnohem častěji než jejich jistě připoutaní vrstevníci vykazují příznaky deprese. Zároveň jsou méně sebevědomé a mají převážně negativní představy o sobě samých (Kamkar et al., 2012). [10] D. Markiewicz et al. (2006) se například zabývaly také tím, do jaké míry vztahy s rodiči ovlivňují fungování potomka ve vztazích s vrstevníky. Zjistily, že nejistá citová vazba k matce negativně ovlivňuje romantické vztahy, zatímco nejistá vazba k otci vztahy přátelské.

2.2.3.3 Citová vazba v dospělosti

Citová vazba dospělých jedinců není pro účely mé práce stěžejní, proto se jí budu zabývat pouze okrajově. Jak jsem zmínila výše, od pozdní adolescence se do popředí dostávají vrstevnické vztahy, a přátelé či partneři se tak stávají hlavními objekty citové vazby. Nově se jedná o vztahy reciproční – jedinci si vzájemně poskytují ochranu a péči. Z pouhého příjemce rodičovské péče se tak dospělý stává tím, kdo je schopen ji také poskytovat (Allen, Land, 1999). J. Bowlby (2010) zdůrazňuje, že jsou projevy vazebného chování u dospělých osob naprosto běžné (např. vyhledávání blízkosti druhé osoby při náhlém neštěstí), nelze je tedy považovat za známku patologie či regrese.

2.2.4 Typy citové vazby

2.2.4.1 Typy citové vazby v dětství

V následující podkapitole se pokusím stručně představit typologii dětské citové vazby, vytvořenou dle M. Ainsworth. Ta rozlišuje děti jistě připoutané, nejistě připoutané – vyhýbavé a nejistě připoutané – ambivalentní. K tomuto rozdělení M. Main

[10] U chlapců se tato souvislost nepotvrdila.

a J. Solomon později přidávají ještě doplňkovou dezorganizovanou vazbu. Dětská citová vazba bývá nejčastěji zkoumána prostřednictvím metody zvané *Test neznámé situace* (Strange Situation Test).

Kategorie B: jistá citová vazba (secure attachment)

U jistě připoutaných dětí lze po odchodu matky pozorovat silné vazebné chování. Děti pláčou, protestují, dožadují se přítomnosti vztahové osoby. Na její návrat reagují pozitivně. Vykazují radost a touhu po tělesném kontaktu. Zároveň se po krátké době nechají uklidnit a pokračují ve hře. Pro matky těchto dětí bývá typické již zmiňované citlivé chování, tedy včasné, adekvátní a spolehlivé reakce na potřeby dětí. Zároveň se ve většině případů jedná o matky, jež takovéto chování zažily i u svých rodičů (Brisch, 2012). [11]

Kategorie A: vyhýbavá citová vazba (avoidant attachment)

U dětí s vyhýbavou citovou vazbou není znatelný protest při odchodu matky z místnosti. Po návratu vztahovou osobu ignorují, odvracejí se a snaží se vyhnout tělesnému kontaktu. Navenek působí chladně a dávají najevo nezájem. Různá vyšetření, jako například měření tepu, srdeční frekvence, elektrického odporu kůže a množství stresového hormonu kortizolu ve slinách, ale ukázala, že ve skutečnosti tyto děti při odloučení od matky vykazují výrazné stresové reakce, které jsou srovnatelné s reakcemi dětí jistě připoutaných. Rodiče dětí s vyhýbavou citovou vazbou reagují na signály odmítavě a nechávají své potomky, aby se s nepříjemnými situacemi vypořádali sami. Děti se tak naučí blokovat vnější projevy svých emocí, což má často za následek opakovaný výskyt symptomů, jako jsou např. bolesti hlavy a břicha, poruchy spánku, nevolnosti a zvracení (Brisch, 2012).

Kategorie C: ambivalentní citová vazba (ambivalent attachment)

Děti s ambivalentní citovou vazbou se v prvních fázích zkoumání téměř neliší od dětí jistě připoutaných. Stejně jako oni dávají velmi silně najevo vzdor při odchodu matky.

[11] Brisch (2011) se zabývá otázkou transgenerační perspektivy, tedy předáváním vzorců citové vazby mezi generacemi. Longitudinální výzkumy ukazují, že až v 70 % případů se citová vazba (jistá, nejistá – vyhýbavá, nejistá – ambivalentní) rodičů shoduje s vazbou jejich potomků. Tato shoda je ještě vyšší (75 %), pokud bereme v potaz pouze kategorie „jistá“ a „nejistá“. Studie také ukazují rozdíly v rámci pohlaví rodičů – u otců není shoda mezi reprezentacemi citové vazby tak vysoká jako u matek.

Rozdíl můžeme zaznamenat až po jejím návratu. Zatímco jistě připoutané děti se nechají poměrně snadno utěšit, děti s ambivalentní citovou vazbou potřebují mnohem více času, aby opětovně dosáhly stabilnějšího emocionálního stavu. K matce se chovají značně ambivalentně – vyžadují její fyzickou blízkost, ale zároveň se jí brání (např. kopáním). Rodiče těchto dětí často vysílají nejasné, dvojznačné signály. Dítě nikdy předem neví, jak jeho rodič zareaguje (Brisch, 2011).

Kategorie D: úzkostná dezorganizovaná, dezorientovaná citová vazba (anxious disorganised-disoriented attachment)

M. Main a J. Solomon zaznamenaly, že existují děti, které se nedají zařadit do žádné z výše zmíněných kategorií. Rozhodly se tak zavedenou typologii se souhlasem M. Ainsworth rozšířit a vytvořit novou kategorii D. Děti s úzkostnou dezorganizovanou, dezorientovanou vazbou vykazují protichůdné či zmatené prvky chování. Velmi často můžeme například pozorovat, jak se dítě k matce přibližuje, ale je k ní otočeno zády, chce ji obejmout, ale zároveň se chová agresivně či vyjadřuje strach. Typická jsou také stereotypní gesta a pohyby, náhlá ustrnutí nebo zamrznutí (freezing) a nepřítomný, zmatený výraz ve tváři. Dle autorů se velmi často jedná o děti, jež byly obětmi týrání či zneužívání a popisované chování jim slouží jako nevědomé obranné strategie (Kulíšek, 2000). Za rizikový faktor pro vytvoření dezorganizovaného, dezorientovaného typu vazby můžeme považovat také různá nezpracovaná traumata vztahových osob (např. potrat, zneužívání rodičem). Někteří autoři zároveň upozorňují, že i jistě připoutané děti mohou v krátkých sekvencích projevovat dezorganizované chování, např. při narození sourozence (Brisch, 2011).

2.2.4.2 Typy citové vazby v dospívání a dospělosti

2.2.4.2.1 Klasifikace dle M. Main

Klasifikace citové vazby dospělých jedinců se nejčastěji opírá o metodu AAI, jejíž autorkou je M. Main. Jedinci jsou na základě odpovědí uvedených při rozhovoru řazeni do následujících typů citové vazby:

Jistá citová vazba

Dospělí jistě připoutaní jedinci lépe navazují a udržují vztahy a zároveň na ně nahlížejí objektivněji. V rámci metody AAI otevřeně hovoří o pozitivních i negativních zkušenostech ze svého dětství, dokážou přijímat své chyby i chyby svých rodičů. Uvědomují si důležitost mezilidských vztahů, nemají strach přiznat, že potřebují blízkost druhých, že jim někdo chybí nebo že jsou oni sami někomu oporou (Hašto, 2005).

Distancovaně vyhýbavá citová vazba

Jedinci s distancovaně vyhýbavou citovou vazbou nepovažují mezilidské vztahy za příliš důležité. Zdůrazňují především svou vlastní sílu a nezávislost, čímž se snaží zakrýt strach z odmítnutí. Typické je také bagatelizování negativních vzpomínek z dětství. Hovoří o nich bez emocí a považují je za „normální“, i přestože se normě vymykají. Často si na zážitky z dětství ani nevzpomínají. Nezřídka se objevuje také pohrdání vztahovými osobami (Hašto, 2005). Dle J. H. Obegiho a E. Beranta (2009) bývají tito lidé často chladní, odtažití a soutěživí.

Zaujatá citová vazba

Jedinci se zaujatou citovou vazbou mají problém reflektovat vztahy z dětství. Zdá se, jako by byli pohlceni svými emocemi, a tak nejsou schopni objektivně zhodnotit dětské zkušenosti (Hašto, 2005). Působí pasivně a úzkostně. Psychoterapie s těmito jedinci může být složitá. Ukazuje se, že ačkoliv se velmi ochotně a otevřeně svěřují se svými vztahy a starostmi s nimi spojenými, odmítají jakékoliv terapeutické působení a vykazují jen nepatrná zlepšení (Levy et al., 2011).

Bázlivě vyhýbavá citová vazba

Bázlivě vyhýbavá citová vazba u dospělých osob odkazuje na nezpracovaná traumata v dětství. Může se jednat o smrt blízké osoby, závažné onemocnění někoho z rodiny nebo například týrání a zneužívání rodiči. V této souvislosti se u jedinců často vyskytují pocity viny, ačkoliv objektivně nemohli neštěstí zapříčinit (Hašto, 2005). J. H. Obegi a E. Berant (2009) zmiňují především problémy vyplývající z nízkého sebevědomí a nedostatečné dominance těchto osob, dle autorů se jedná o submisivní, a tedy velmi snadno zneužitelné

jedince. M. Main (1998 in Kulíšek, 2000) také upozorňuje, že bázlivě vyhýbavý typ citové vazby je významným prediktorem pozdějších duševních poruch.

Níže přikládám souhrnnou tabulku jednotlivých typů citových vazeb v dětství a dospělosti, jejíž autorem je J. Hašto.

Kvalita připoutání (Strange Situation Test, M. Ainsworth)	*Jistá*	*Nejistá – vyhýbavá*	*Nejistá – ambivalentní*	*Nejistá – dezorganizovaná*
Chování dítěte při separaci od matky	protest proti separaci: pláč, volání, následování, hlazení matky, přerušení hry	malý nebo žádný protest proti separaci, omezení explorační hry	extrémní protest při separaci, přivinutí k matce, panický pláč	chování je na několik vteřin přerušované rozporuplným chováním se stereotypními pohyby, ustrnutími v pohybech, disociačními stavy
Chování dítěte při návratu matky	radostné pozdravení matky, vyhledávání tělesného kontaktu, bezprostřední uklidnění,	vyhýbaní se nebo ignorovaní matky, chybí tělesný kontakt, chybí oční kontakt, zvětšení	Chybí uklidnění, extrémní lpění na matce, pláč, agresivní chování, chybí návrat	chování je stále na několik vteřin přerušované rozporuplným chováním se stereotypními pohyby; ustrnutí v pohybech, disociační stavy

	pokračovaní ve hře	odstupu od matky	k explorační hře	
V dospělosti (Adult Attachment Interview, M. Main)	*Jistá*	*Nejistá – distancovaná*	*Nejistá – zaujatá*	*Nejistá – nevyřešené ztráty a traumata*
	Volné a koherentní vyprávění o zážitcích souvisejících s připoutáním, o ztrátě a smutku	Nepřipisují velký význam mezilidským vztahům a emočním vazbám, idealizují své rodiče bez konkrétností	Dlouhé, často si odporující popisy vztahů s rodiči a jinými osobami	Nezpracované ztráty a zneužívání, zčásti nesouvislé a přerušované myšlenkové pochody a nejasnosti, co je realita a co fantazie

Tabulka č. 2 – Citová vazba v dětství a dospělosti (Hašto, 2005)

2.2.4.2.2 Klasifikace dle K. Bartholomew a L. M. Horowitz

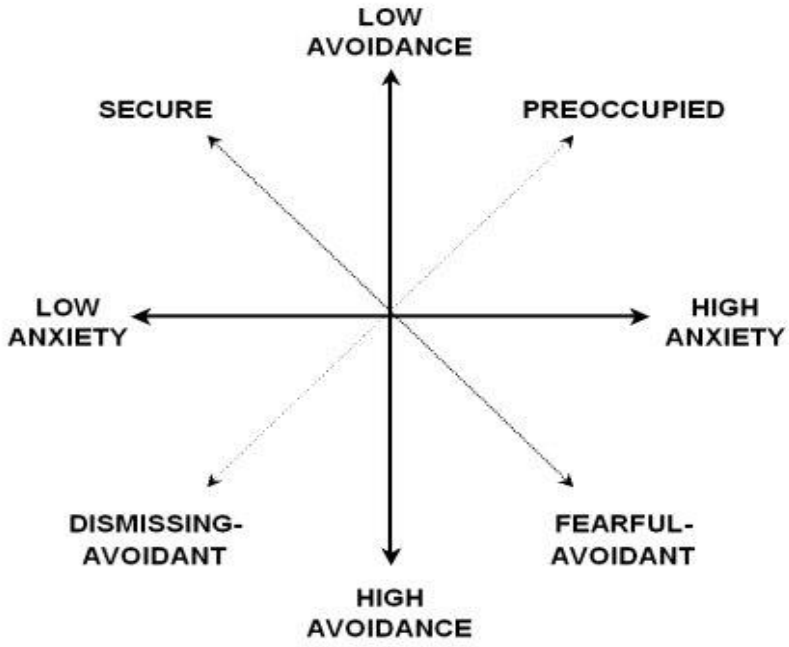
Druhou možnou klasifikací citové vazby v dospívání a dospělosti je tzv. *Four Category model*, vytvořený autory K. Bartholomew a L. M. Horowitzem (1991), kteří pracují s mírou úzkostnosti a vyhýbavosti jedinců. Úzkostnost je spojena se strachem z odmítnutí a opuštění, vysokou potřebou uznání od druhých lidí a nepřiměřeným stresem, jestliže vztahová osoba není k dispozici. Vyhýbavost lze charakterizovat strachem z navazování vztahů a preferencí samostatnosti před závislostí na druhých (Elchert & Gaasedelen, 2016). Autoři rozlišují čtyři typy citové vazby:

Jistý (secure) – pozitivní představy o sobě samém i ostatních (nízká míra úzkostnosti a vyhýbavosti)

Zaujatý (preoccupied) – negativní představy o sobě samém, ale pozitivní o ostatních (nízká míra vyhýbavosti, vysoká míra úzkostnosti)

Distancovaně vyhýbavý (dismissing avoidant) – pozitivní představy o sobě samém, ale negativní o ostatních (vysoká míra vyhýbavosti, nízká míra úzkostnosti)

Bázlivě vyhýbavý (fearful avoidant) – negativní představy o sobě samém i ostatních (vysoká míra úzkostnosti a vyhýbavosti)



Obrázek č. 1 – Four-Category Model (Bartholomew & Horowitz, 1991)

2.3 Well-being

2.3.1 Definice a základní pojmy

E. Diener et al. (2012, s. 63) definují well-being jako „kognitivní a emocionální vyhodnocení vlastního života“. S tím souhlasí i M. Blatný (2005, s. 84), který nabízí definici v podobném znění: „Well-being je dlouhodobý či přetrvávající emoční stav, ve kterém je reflektována celková spokojenost člověka s jeho životem“. [12] Kromě životní spokojenosti (life satisfaction) bývá well-being často vysvětlován pomocí některých dalších pojmů, jako je úspěšnost/prosperita (prosperity), blaho (welfare), radost (pleasure), zdraví (health) a J. Křivohlavý ho například ztotožňuje se štěstím (happiness). Do českého jazyka se tento termín nejčastěji překládá jako „pohoda“, „duševní pohoda“ či „prožitek osobní pohody“ (Kebza & Šolcová, 2005). Je možné ho však užívat také v původním anglickém znění, které dle mého názoru vystihuje složitost a komplexnost celého pojmu, neboť snižuje riziko redukování well-beingu jen na některé dimenze (jako je tomu například u českého výrazu „duševní pohoda“). Zároveň lépe odkazuje k celkovému významu, tedy „jak (moc) je člověku dobře“ („well“ – dobře, „to be“ – býti).

Well-being se do popředí zájmu odborníků dostal především v souvislosti s definicí zdraví z roku 1948, vytvořenou dle Světové zdravotnické organizace (WHO). Ta zdraví nechápe jen jako nepřítomnost nemoci či vady, ale nahlíží na něj jako na stav plné tělesné, duševní a sociální pohody, a well-being tím pádem zakotvuje jako jeden z jeho hlavních předpokladů (Kebza & Šolcová, 2005). Od té doby se koncept well-beingu stává čím dál populárnějším, a to nejen na poli psychologie a medicíny, ale také sociologie, filozofie i pedagogiky. Každý rok můžeme zaznamenat velké množství nových odborných článků a publikací zabývajících se tématikou osobní pohody, životní spokojenosti a štěstí. J. Křivohlavý (2013) zmiňuje, že v letech 1961-2005 došlo k nárůstu počtu těchto prací dokonce až o 300 %.

V následujících odstavcích si zmíníme některé důležité charakteristiky well-beingu. Za prvé se jedná o *subjektivní jev*, přístupný pouze konkrétní osobě, která ho hodnotí dle

[12] V tomto smyslu se jedná o nejrozšířenější pojetí well-beingu – tzv. subjektivní well-being, kterým se ve své práci zabývám primárně. Jiný možný pohled, psychologický well-being, bude představen v podkapitole 2.3.2.2.

svých osobních měřítek. Nelze ho tedy chápat jako přesně měřitelný objektivní údaj (Křivohlavý, 2013).

Dalším znakem je jeho *stabilita a konzistence*. Výzkumy ukazují, že ačkoliv se úroveň osobní pohody může vlivem různých okolností (např. rozvod, autonehoda, smrt blízkého) do určité míry měnit, lidé mají tendenci se na tyto situace adaptovat a vracet se k tzv. „set point", tedy jakémusi geneticky danému nastavení člověka cítit se šťastný nebo nešťastný (Diener et al., 2012).

Well-being v sobě zahrnuje jak *kognitivní*, tak *afektivní složku*, které jsou vzájemně provázány. Kognitivní složka se týká vědomého hodnocení vlastního života, zatímco afektivní složka je souhrnem nálad, emocí a afektů (Hřebíčková et al., 2010). Zároveň je třeba dodat, že se na pocitu osobní pohody podílí výše pozitivních i negativních emocí. J. Křivohlavý (2013, s. 29) v této souvislosti zmiňuje: „Nejšťastnějším člověkem není ten, kdo má vysokou míru kladných emocí a žádné negativní emoce. Právě naopak je jím jedinec, který má relativně vyšší nežli průměrnou míru pozitivních emocí a přitom zároveň prožívá i nižší nežli průměrnou míru negativních emocí."

Na well-being bývá nahlíženo jako na *multidimenzionální jev*. J. Křivohlavý (2015) zdůrazňuje především jeho psychické a sociální dimenze, jejichž přehled uvádím v tabulce níže.

Dimenze psychické pohody	Dimenze sociální pohody
Sebepřijímání o má kladný postoj k sobě samému (k vlastnímu životu a existenci) o přijímá pestrý soubor různých aspektů vlastního života o cítí kladný emocionální vztah k tomu, čeho bylo dosud v životě dosaženo	*Sociální přijetí (akceptance)* o má kladné vztahy k druhým lidem o uznává druhé lidi a má k nim úctu (respekt) o přijímá druhé lidi i přesto, že vidí, jak se k sobě nepochopitelně chovají
Osobní růst o má pocit, že se neustále nadějně vyvíjí o je otevřen novým zkušenostem o cítí se výkonný	*Sociální aktualizace* o domnívá se, že společnost jako taková má v sobě něco kladného o domnívá se, že společnost uskutečňuje něco dobrého

	○ domnívá se, že společnost je schopna růst a roste
Účel života ○ má určitější životní cíle ○ vidí svůj vlastní život jako smysluplný ○ osvojil si životní přesvědčení, které dává jeho životu dobrý účel	*Spoluúčast na společenském dění* ○ cítí, že má, čím by mohl přispívat do „pokladnice lidstva“ ○ je přesvědčen, že on sám přispívá do „pokladnice lidstva“ tím, jak žije, oč se snaží a co dělá ○ domnívá se, že to, jak žije, je hodnotné (má to nějakou společenskou cenu) ○ domnívá se, že společnost kladně hodnotí to, jak on žije, co on sám dělá a oč se snaží
Začlenění do života ○ cítí se schopen řídit svůj život ve složitém prostředí, v němž žije ○ je schopen zařadit se v životě tam, kde může dobře využívat svých schopností ○ je schopen zdokonalovat své schopnosti a dovednosti podle potřeb životního dění	*Sociální soudržnost* ○ je přesvědčen, že sociální život není „naprostý chaos“, že v něm je určitá logika a řád ○ nestojí stranou společenského dění, zajímá se a stará se o něj a o komunitu, v níž žije
Samostatnost, autonomie ○ je schopen sám řídit své jednání ○ je schopen postavit se proti požadavkům myslet a jednat podle nařízení, s nimiž nesouhlasí ○ je schopen hodnotit sám sebe svými vlastními morálními hodnotami	*Sociální integrace* ○ cítí se organickým prvkem (článkem) společnosti (komunity) ○ cítí se společností (komunitou) podporován ○ s druhými lidmi sdílí to, co je jemu a jim společné
Vztah k druhým lidem (sociální dimenze života) ○ má uspokojivé (vřelé, důvěrné) vztahy k (některým) lidem ○ chápe, jak je druhým lidem, a má zájem o to, aby jim bylo dobře	

o je schopen empatie, intimity a vřelého citového vztahu	

Tabulka č. 3 – Dimenze psychické a sociální pohody (Křivohlavý, 2015)

Narayan (2000 in Kumari, 2017) přidává ještě dimenzi tělesnou a spirituální. Tělesný well-being je spojen se zdravým životním stylem, každodenním cvičením, vhodnou stravou a harmonií těla, mysli a ducha. Pro dosažení spirituální osobní pohody je pak dle jeho názoru stěžejní propojení s přírodou a vesmírem.

V současné době vzniká mnoho studií, které se zabývají determinanty well-beingu. Výzkumy například ukazují souvislost osobní pohody a některých rysů tvořících pětifaktorový model osobnosti „Big five“[13]. Zjištěna byla především vysoká korelace well-beingu s extraverzí a neuroticismem. Jedinci dosahující vyšších skórů v extraverzi vykazují vyšší úroveň well-beingu, zatímco vyšší skóry v neuroticismu jsou spojeny s úrovní nižší (Ryan & Deci, 2001). Kumari (2017) ve své studii hovoří také o pozitivní korelaci well-beingu a svědomitosti. Well-being dále ovlivňují různé demografické proměnné (př. pohlaví, věk, rodinný status), socioekonomické faktory, zdravotní stav, sociální opora či různá očekávání, která mají jedinci od života (Hřebíčková et al., 2010).

2.3.2 Hédonické a eudaimonické pojetí

V předchozí kapitole jsme se zabývali osobní pohodou ve smyslu subjektivního well-beingu (SWB), který vychází z tzv. hédonického pojetí štěstí. Nyní si představíme i tradici eudaimonickou, jejíž představitelé zdůrazňují well-being označovaný jako psychologický (PWB). V současné době se nicméně stále častěji objevují návrhy tato pojetí nerozlišovat, ale naopak spíše kombinovat, tedy chápat well-being jako multidimenzionální jev, který zahrnuje složky hédonického i eudaimonického přístupu (Ryan & Deci, 2001).

2.3.2.1 Hédonické pojetí štěstí (subjektivní well-being)

Hédonismus tvrdí, že hlavním lidským motivem je maximalizace slastí a minimalizace strastí, „hédonický“ znamená „orientovaný na příjemné prožitky“ (Křivohlavý, 2013). Hédonická psychologie je tedy studiem toho, co dělá život příjemným

[13] Model „Big five“ zahrnuje: otevřenost vůči zkušenosti (openness to experience), svědomitost (conscientiousness), extraverzi (extraversion), přívětivost (agreeableness) a neuroticismus (neuroticism).

(přináší libé pocity) a nepříjemným (přináší nelibé pocity) (Ryan & Deci, 2001). Nejedná se však pouze o tělesné uspokojení, důležitá je i rovina duševní.

Subjektivní well-being bývá definován z hlediska životní spokojenosti jedince a jeho hodnocení pozitivních a negativních emočních stavů. Jako šťastný je chápán ten, kdo prožívá převahu pozitivních pocitů nad negativními a je spokojen se svým životem. Tento pohled však bývá mnohdy kritizován jako příliš povrchní, J. Křivohlavý (2013, s. 24) ho například nazývá pojetím horizontálním, neboť „se pohybuje pouze na povrchu moře našich šťastných zážitků." Tyto nedostatky se snaží odstranit pojetí eudaimonické (vertikální), které „má hloubku, jde dolů pod hladinu (například ke kořenům), i výšku, jež často přesahuje štěstí jen daného jedince."

2.3.2.2 Eudaiomonické pojetí štěstí (psychologický well-being)

Termín eudaimonia původně znamenal *kladný spirituální stav bytí*, který je tím nejvyšším, čeho může jedinec v duchovním světě dosáhnout. Dle J. Křivohlavého (2013, s. 111) tento pojem vyjadřuje ideu objektivně dobrého a žádoucího života, zároveň však zahrnuje také subjektivní stránku každého člověka – „vědomé usilování o život charakterizovaný zvolenými ctnostmi, zvládání úspěchu i porážek s nadhledem a prožívání účelu a smysluplnosti vlastního života." V přeneseném významu se eudaimonia užívá k označení jakéhokoliv vnitřního blaha, blaženosti, duševní slasti.

Cesta k psychologickému well-beingu tak vede spíše skrze angažovanost, růst a seberealizaci, tedy uskutečňování vnitřního potenciálu (Shinde, 2017). Jedny z hlavních představitelek tohoto přístupu, C. D. Ryff a C. L. M. Keyes (1995), stanovují šest základních dimenzí, které PWB charakterizují: *autonomii* (autonomy), *zvládání životního prostředí* (enviromental mastery), *osobní rozvoj* (personal growth), *pozitivní vztahy s druhými* (positive relations with others), *smysl života* (purpose in life) a *sebepřijetí* (self-acceptance). Podobně smýšlí také M. E. P. Seligman (2011 in Křivohlavý, 2013), který stanovuje pět obdobných dimenzí (*smysluplnost, angažovanost, pozitivní emoce, dobré vztahy s druhými lidmi, snaha uspět – achievement*), jejichž souhra určuje míru štěstí.

2.3.3 Well-being v průběhu života

V současné době vzniká poměrně velké množství studií, které si dávají za cíl zjistit, jak se well-being proměňuje v průběhu života. Badatelé porovnávají úroveň osobní pohody jedinců z různých věkových skupin a zajímá je, v jakém životním období jsou lidé „nejšťastnější“. Vycházejí však z odlišných předpokladů a nelze říci, že by ve výsledcích jejich výzkumů panovala obecná shoda. Některé studie totiž pracují s domněnkou, že well-being nejvíce ovlivňují objektivní životní podmínky (jako je např. příjem, zdraví, sociální podpora), a ty mají tendenci se ve stáří zhoršovat, což má za následek nižší úroveň osobní pohody. Jiné výzkumy nicméně zdůrazňují spíše roli emocí, které jsme s rostoucím věkem schopni lépe regulovat, a na základě toho je tak naše úroveň osobní pohody ve stáří vyšší než v mladším věku.

První předpoklad podporují například zjištění B. M. Bairda, R. E. Lucase a M. B. Donnellana (2011). Ti ve svých výzkumech zjistili pokles osobní pohody po sedmdesátém roce věku. Zároveň, stejně jako například A. Lavalekar a S. Karmalkar (2017), zaznamenali nižší hodnoty i u respondentů ve věku 40-49 let, což může být indikátorem probíhající krize středního věku. V tomto období dochází k přehodnocování dosavadních cílů, priorit a postojů k sobě samému i okolí, plynoucí z uvědomění si konečnosti života (Langmeier & Krejčířová, 2006).

Naprosto odlišné výsledky však přinesla studie R. Igleharta (1990 in Diener & Suh, 2000), v rámci níž se setkáváme s jevem, který někteří autoři nazývají „paradoxem stárnutí“ (paradox of aging). Ačkoliv jedinci ve stáří čelí mnoha výzvám a ztrátám, ukazuje se, že úroveň jejich osobní pohody nejenže neklesá, ale dokonce obvykle stoupá (Carstensen, 1998 in Ryan, Deci, 2001). Psychologové vyznávající druhou hypotézu se většinou shodují, že životní spokojenost se v průběhu života zásadně nemění, můžeme však zaznamenat změny týkající se afektivní složky well-beingu. D. K. Mroczek a Ch. M. Kolarz (1998) například zjistili, že s rostoucím věkem dochází k nárůstu pozitivních emocí a úbytku negativních. Zároveň dochází poklesu intenzity emocí a zvyšuje se schopnost jejich regulace.

2.3.3.1 Well-being v adolescenci

Většina adolescentů vykazuje poměrně vysokou úroveň osobní pohody (Proctor et al., 2009), a to i přes to, že jsou v období dospívání vystaveni mnoha náročným výzvám

a zkouškám, často ve spojitosti se školou, mezilidskými vztahy či utvářením vlastní identity. Studie obvykle přicházejí se zjištěním, že se s nástrahami tohoto období hůře vypořádávají dívky. Bývají méně spokojené se svým životem, zažívají více stresu a negativních emocí a mají také nižší sebehodnocení a self-efficacy[14] (Bergman & Scott, 2001 in Zemanová & Dolejš, 2015).

Stejně jako u dospělých osob se i v adolescenci za jeden z hlavních prediktorů považuje osobnost jedinců, neboť byla v rámci zkoumání modelu „Big five" zaznamenána již zmíněná pozitivní korelace well-beingu s extraverzí a negativní korelace s neuroticismem. Velkou roli hrají také další osobnostní proměnné, jako je například resilience (psychická odolnost), vnitřní locus of control (místo kontroly), optimismus, asertivita či empatie (Oladipo et al., 2013). Úroveň well-beingu je zároveň ovlivněna také různými vnějšími faktory. Příkladem může být příjem rodičů, zdravý životní styl, sportovní či jiné aktivity, sociální opora atd. (Gariepy et al., 2017). Životní události (např. rozchod s partnerem) mají na osobní pohodu pouze krátkodobý vliv (Oladipo et al., 2013).

Osobní pohoda pozitivně ovlivňuje psychické i fyzické zdraví adolescentů, délku života, mezilidské vztahy a velký vliv má také na jejich fungování ve škole (postoj ke vzdělání, studijní úspěchy, spokojenost ve škole). Jedinci vykazující vyšší hodnoty osobní pohody zažívají méně stresu, úzkostí a depresivních stavů. Zároveň se u nich vzácněji setkáváme s problémovým chováním (agrese, závislosti, rizikové sexuální chování) (Proctor et al., 2008).

2.3.4 Rozdíly mezi muži a ženami

Výzkumů, které se zabývají rozdíly mezi muži a ženami v míře prožívané osobní pohody, není mnoho. Zároveň z nich nelze vyvodit jednoznačné závěry, neboť velmi často prezentují naprosto odlišné výsledky. Zatímco někteří badatelé přicházejí ve svých studiích se zjištěním, že muži obecně dosahují vyšší úrovně well-beingu než ženy (Burke & Weir, 1978), jiní tvrdí přesný opak (Wood et al., 1989). Velkou roli jistě hraje to, z jaké části světa zkoumané osoby pocházejí. S. Vieira Lima (2011 in Meisenberg & Woodley, 2015) například zjistila, že ženy z vyspělých států bývají v porovnání s muži méně šťastné.

[14] Self-efficacy (neboli vnímaná vlastní účinnost) vyjadřuje, do jaké míry jedinec věří, že je v jeho silách zvládnout nejrůznější životní problémy a překonávat překážky (Plháková, 2003).

Příčinou může být fakt, že současné sociální trendy, jako je například rostoucí míra neuroticismu či snižování sociální koheze, typické pro tyto země, silněji ovlivňují ženy než muže. V rozvojových zemích s tradičním rozdělením genderových rolí byla však úroveň osobní pohody žen vyšší než jejich mužských protějšků. Autorka výzkumu vnímá jako možný důvod nižší očekávání ze strany těchto žen.

Zajímavé poznatky přinášejí také R. J. Burke a T. Weir (1978). Ti ve své studii zjistili, že ženy sice dosahují nižší úrovně afektivního well-beingu, ale jejich životní spokojenost odpovídá spokojenosti mužů, a to i přesto, že v průběhu života zažívají více stresu, negativních emocí a častěji se pokoušejí o sebevraždu (u mužské části populace však najdeme větší počet dokonaných sebevražd). Oproti mužům vykazuje větší procento žen také známky úzkostí či depresivních stavů. Zatímco muži se s negativními myšlenkami vypořádávají spíše pomocí aktivních copingových strategií, jako je např. rozptýlení v podobě sportovních či jiných aktivit, ženy se častěji uchylují k ruminaci (Wood et. al., 1989). Je tedy na místě uvažovat o tom, zda není zjištěná totožná úroveň životní spokojenosti mužů a žen ovlivněna sociální desirabilitou – je možné, že ženy ve výzkumech jednoduše poskytují sociálně žádoucí (desirabilní) odpovědi, a proto dosahují stejných hodnot jako muži. Jiným vysvětlením nicméně mohou být již zmíněná nižší očekávání žen.

Některé studie se zabývají také rozdíly mezi muži a ženami z hlediska faktorů, které well-being ovlivňují. Ukazuje se, že vlivy, jako je manželství, sexuální aktivita či zaměstnání, mají u obou pohlaví různou predikční hodnotu. Jak ženy, tak muži například vykazují vyšší úroveň well-beingu, pokud jsou v manželském svazku (Matteucci & Vieira Lima, 2014), nicméně je manželství silnějším prediktorem osobní pohody u žen než u mužů (Wood et al., 1989). To například potvrzuje i výzkum z roku 1978, v rámci něhož měly vdané ženy a ženatí muži označit faktory, které nejvíce přispívají k jejich štěstí. Ženy shodně uváděly aspekty partnerského vztahu, jako nejdůležitější vnímaly lásku, dále manželství, štěstí partnera a sexuální život, zatímco muži na tyto oblasti kladli menší důraz. Nejčastěji udávali osobní rozvoj, následovala láska, manželství a zaměstnání (Freedman, 1978 in Wood et al., 1989).

Podobné výsledky přinášejí také studie zabývající se souvislostí well-beingu a sexuálního života. Jedinci, obzvláště ženy, kteří se pravidelně a často oddávají sexuálním

aktivitám, dosahují vyšší úrovně well-beingu. Zároveň je pozitivní efekt silnější, pokud k těmto aktivitám dochází v rámci jednoho partnerství (Matteucci & Vieira Lima, 2014). Ukazuje se tedy, že stabilní vztah je důležitějším prediktorem osobní pohody než sexuální aktivity s různými partnery či celkový počet sexuálních partnerů.

V souvislosti s posledním zmíněným zdrojem well-beingu, zaměstnáním, si pro zajímavost uveďme výzkum G. Meisenberga a M. A. Woodleyho (2015), kteří zjistili, že muži z evropských zemí bývají šťastnější, jestliže jsou zaměstnáni na plný úvazek, zatímco ženy vykazují vyšší hodnoty osobní pohody v zaměstnání na zkrácený úvazek či pokud zůstávají v domácnosti. Zároveň se ukazuje, že jsou v zaměstnání v porovnání s muži méně ambiciózní, soutěživé a zřídka podstupují rizika.

2.4 Well-being adolescentů v kontextu citové vazby

Je poměrně běžné, že v průběhu adolescence dochází ve vztahu k rodičům k různým krizím. Dle R. S. Weisse (1991) může být důvodem sexuální a sociální zralost adolescentů, schopnost lépe si uvědomit nedostatky a slabosti svých rodičů, rostoucí sebevědomí či touha po osamostatnění. S tím souhlasí i další autoři, J. P. Allen a D. Land (1999) zdůrazňují jako hlavní faktor především kognitivní vývoj, který dospívajícím umožňuje na rodiče nahlížet objektivněji, a tak je lépe porovnat s ideálem. I nadále je však prostředí rodiny velmi důležité. Harmonický, vřelý vztah alespoň s jedním z rodičů má pozitivní vliv na mnoho aspektů života dítěte. Jistě připoutaní jedinci vykazují vyšší sebehodnocení, self-efficacy, lépe navazují a udržují mezilidské vztahy, zažívají méně stresu a negativních emocí (Nickerson & Nagle, 2004). Jedná se tedy vesměs o to, co většina autorů považuje za významné prediktory osobní pohody.

Souvislostí citové vazby přímo s osobní pohodou se ve svých výzkumech zabývali například M. Byarami et al. (2012 in Azizah, 2016). Zjistili, že ve vztahu k osobní pohodě lze nalézt signifikantní rozdíly mezi jednotlivými typy attachmentu. Jistě připoutaní jedinci dosahují vyšší míry well-beingu než jedinci nejistě připoutaní. Zároveň dospívající s vyhýbavou vazbou k rodičům vykazují vyšší míru well-beingu než dospívající s ambivalentní vazbou.

3 Empirická část

3.1 Cíl výzkumu

Ačkoliv J. Bowlby ve vztahu k rodičům zdůrazňuje především význam raného věku, vazby k matce a otci hrají stěžejní roli nejen v dětství, ale i později během dospívání a dospělosti. Mají vliv na mnoho oblastí v životě jedinců, na jejich fungování v mezilidských vztazích, úspěšnost ve škole a v zaměstnání i pocity spokojenosti a štěstí, tedy subjektivní well-being. V empirické části své bakalářské práce se zaměřuji právě na souvislost citové vazby a well-beingu. V rámci tohoto tématu se věnuji také rozdílům mezi pohlavími. Rozlišuji čtyři dyády – matka-dcera, matka-syn, otec-dcera, otec-syn, a zajímá mě, zda se budou lišit jak v jednotlivých dimenzích citové vazby (blízkost, komunikace, odcizení), tak poté ve vztahu k well-beingu. Vzhledem ke stanoveným cílům jsem se rozhodla zvolit kvantitativní design. Mými respondenty jsou jedinci ve střední adolescenci, u kterých se za pomocí dotazníkového šetření pokusím nalézt odpovědi na níže popsané výzkumné otázky.

3.1.1 Výzkumné otázky a hypotézy

Stanovila jsem si čtyři výzkumné otázky, které se soustředí na problematiku citové vazby, subjektivního well-beingu a jejich vzájemný vztah.

První výzkumná otázka

V rámci první výzkumné otázky se zabývám rozdíly mezi pohlavími v úrovni well-beingu. Při formulaci hypotézy jsem vycházela především z výzkumů Bergmana a Scotta (2001 in Zemanová & Dolejš, 2015), kteří zjistili, že dospívající dívky jsou v porovnání s chlapci méně spokojené se svým životem a častěji zažívají negativní emoce, což, jak jsem zmiňovala v teoretické části, jsou hlavní složky subjektivního well-beingu.

VOZ 1: Existují statisticky významné rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře pociťovaného subjektivního well-beingu?

H_1: Dívky vykazují nižší míru subjektivního well-beingu než chlapci.

H_0: Neexistují rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře pociťovaného subjektivního well-beingu.

Druhá výzkumná otázka

Mým druhým cílem je zjistit rozdíly mezi dospívajícími dívkami a chlapci ve vztahu k rodičům. Zajímá mě, jak se obě pohlaví liší v jednotlivých dimenzích citové vazby, tedy důvěře, komunikaci a odcizení[15]. Mou hypotézou, podloženou například výzkumy K. Buist et al. (2002) či A. N. Devi et al. (2017), je, že dívky v porovnání s chlapci navazují kvalitnější vztahy s oběma rodiči. Předpokládám tedy, že budou dosahovat vyšších hodnot v dimenzích důvěra a komunikace s matkou i otcem, ale nižších hodnot v dimenzi odcizení. Dospívající dívky vykazují vyšší potřebu emoční opory a intimity a oproti chlapcům navazují hlubší vztahy, které využívají jako zdroj naplnění těchto potřeb. Svými rodiči bývají zároveň vnímány jako zranitelnější, tedy vyžadující větší ochranu. Rodiče jim tak mohou věnovat více času i pozornosti, což má pozitivní vliv na utváření jisté rodičovské vazby.

VOZ 2: Existují statisticky významné rozdíly mezi chlapci a dívkami v jednotlivých dimenzích citové vazby k rodičům?

$H_{2.1}$: Dívky dosahují vyšší míry důvěry k matce než chlapci.

H_0: Neexistují rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře důvěry k matce.

$H_{2.2}$: Dívky dosahují vyšší míry důvěry k otci než chlapci.

H_0: Neexistují rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře důvěry k otci.

$H_{2.3}$: Dívky dosahují vyšší míry komunikace s matkou než chlapci.

H_0: Neexistují rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře komunikace s matkou.

$H_{2.4}$: Dívky dosahují vyšší míry komunikace s otcem než chlapci.

H_0: Neexistují rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře komunikace s otcem.

$H_{2.5}$: Dívky dosahují nižší míry odcizení od matky než chlapci.

H_0: Neexistují rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře odcizení od matky.

$H_{2.6}$: Dívky dosahují nižší míry odcizení od otce než chlapci.

H_0: Neexistují rozdíly mezi chlapci a dívkami v míře odcizení od otce.

[15] Rozlišení jednotlivých dimenzí se opírá o dotazník IPPA, který bude představen v podkapitole 3.4.2.

Třetí výzkumná otázka

Zatímco v předchozí výzkumné otázce mě zajímaly rozdíly mezi dívkami a chlapci, nyní se soustředím na to, jak se liší vztahy k matce a otci v rámci jednoho pohlaví. Mým předpokladem je, že jak dospívající dívky, tak chlapci budou vykazovat kvalitnější vztahy se svou matkou než s otcem, tedy dosahovat vyšších hodnot v dimenzích důvěra a komunikace s matkou a nižších hodnot v dimenzi odcizení. Výzkumy (A. N. Devi et al., 2017; Paterson et al., 1994 in Buist et al., 2002) potvrzují, že matka je pro většinu adolescentů nejdůležitějším zdrojem podpory, jistoty a bezpečí. Častěji než otec funguje jako primární vztahová osoba, s níž dle Bowlbyho teorie citové vazby navazují potomci nejsilnější a nejjistější vztah.

VOZ 3: Existují statisticky významné rozdíly u chlapců a dívek v jednotlivých dimenzích citové vazby k matce a otci?

$H_{3.1}$: Dívky dosahují vyšší míry důvěry k matce než k otci.

H_0: U dívek neexistují rozdíly v míře důvěry k rodičům.

$H_{3.2}$: Chlapci dosahují vyšší míry důvěry k matce než k otci.

H_0: U chlapců neexistují rozdíly v míře důvěry k rodičům.

$H_{3.3}$: Dívky dosahují vyšší míry komunikace s matkou než s otcem.

H_0: U dívek neexistují rozdíly v míře komunikace s rodiči.

$H_{3.4}$: Chlapci dosahují vyšší míry komunikace s matkou než s otcem.

H_0: U chlapců neexistují rozdíly v míře komunikace s rodiči.

$H_{3.5}$: Dívky dosahují vyšší míry odcizení od otce než k matce.

H_0: U dívek neexistují rozdíly v míře odcizení od rodičů.

$H_{3.6}$: Chlapci dosahují vyšší míry odcizení od otce než k matce.

H_0: U chlapců neexistují rozdíly v míře odcizení od rodičů.

Čtvrtá výzkumná otázka

V rámci poslední výzkumné otázky se věnuji přímo souvislosti citové vazby a well-beingu. Nově již nepracuji s jednotlivými dimenzemi, ale z důvodu lepší přehlednosti

pouze s celkovým skórem citové vazby[16]. Opět mě také zajímají specifika vztahů matka-dcera, matka-syn, otec-dcera, otec-syn. Má hypotéza se opírá o výzkumy, které dokládají, že jistá vazba k matce i otci má pozitivní vliv na well-being jedinců (Nickerson & Nagle, 2004).

VOZ 4: Existuje vztah mezi citovou vazbou k rodičům a subjektivním well-beingem adolescentů?

$H_{4.1}$: Dívky s vyšším celkovým skórem citové vazby k matce vykazují vyšší míru subjektivního well-beingu.

$H_{4.2}$: Dívky s vyšším celkovým skórem citové vazby k otci vykazují vyšší míru subjektivního well-beingu.

$H_{4.3}$: Chlapci s vyšším celkovým skórem citové vazby k matce vykazují vyšší míru subjektivního well-beingu.

$H_{4.4}$: Chlapci s vyšším celkovým skórem citové vazby k otci vykazují vyšší míru subjektivního well-beingu.

H_0: Neexistuje vztah mezi citovou vazbou k rodičům a subjektivním well-beingem adolescentů.

3.2 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor je tvořen žáky devátých tříd základní školy. Z oslovených 20 škol souhlasily s realizací výzkumu pouze tři. Ve dvou případech se jedná o základní školy v centru Prahy, konkrétně na Vinohradech a v Karlíně, a třetí se nachází v menším městě s 12 tis. obyvateli ve Středočeském kraji. Ředitelé mi umožnili vstup celkem do čtyř tříd – jedné ve Středočeském kraji, jedné na Vinohradech a dvou v Karlíně. Základní školy jsem si vybrala proto, že v porovnání se středními školami či víceletými gymnázii nejsou tak specificky zaměřeny, a sdružují tedy rozmanitější vzorek žáků. Celkem se mého výzkumu zúčastnilo 72 jedinců (40 chlapců a 32 dívek) ve věku 14-16 let. Věkové rozpětí respondentů odpovídá období střední adolescence, v rámci níž by již mělo docházet ke znatelnějšímu procesu osamostatňování od rodičů. Dle mnoha teorií jsou však matka i otec

[16] Celkový skór citové vazby byl vypočítán z hodnot dosažených v jednotlivých dimenzí dotazníku IPPA, viz kapitola 3.4.2.

stále ještě velmi důležitým zdrojem opory, k němuž se dospívající v případě potřeby uchylují nejčastěji. Vrstevníci přebírají hlavní roli až v pozdní adolescenci (Allen & Land, 1999).

Pohlaví	Počet	%
Dívky	32	44
Chlapci	40	56
Celkem	72	100

Tabulka č. 4 – Počet respondentů

Pohlaví	Věkový průměr
Dívky	14,88
Chlapci	14,85
Celkem	14,86

Tabulka č. 5 – Věkový průměr respondentů

3.3 Realizace výzkumu

Ředitelům a ředitelkám dvaceti oslovených škol byly v emailu zaslány informace o výzkumu a připojena prosba, zda by bylo možné provést sběr dat právě u jejich žáků. Výzkum umožnily dvě pražské základní školy a jedna základní škola ve Středočeském kraji, kterou jsem v dětství sama navštěvovala. Do všech škol jsem se vydala celkem dvakrát, při první návštěvě jsem žákům stručně vysvětlila podstatu mé bakalářské práce a rozdala jim informované souhlasy pro rodiče (viz příloha 1), při druhé návštěvě, v květnu 2017, již probíhalo samotné zadávání dotazníků. Celkem jsem oslovila 99 žáků, dotazník mi z důvodu nepřítomnosti, nezájmu či chybějícího souhlasu rodičů nevyplnilo 27 žáků. Návratnost dotazníků činí tedy 77,78 %. Ve všech případech mi ředitelé na sběr dat vyčlenili celou vyučovací hodinu, vyplňování dotazníků nicméně žákům většinou nezabralo více než 30 minut. Učitelé byli ve třídě přítomni, ale do průběhu výzkumu nezasahovali. V úvodu jsem žáky ujistila o anonymitě celého šetření a vyzvala je, aby se na mě v případě potřeby neváhali obrátit s jakoukoliv otázkou. Dotazníky jsem s nimi detailně prošla a upozornila na možná problematická místa, kterými byly především negativně formulované položky. V průběhu

výzkumu se nevyskytly žádné závažnější potíže. Respondenti byli aktivní, spolupracovali a zdálo se, že je téma výzkumu zaujalo, neboť mě mnozí z nich požádali o zaslání výsledků šetření na email.

3.4 Použité metody

V rámci výzkumu jsem použila dva dotazníky – SWLS, zjišťující úroveň subjektivního well-beingu adolescentů, a IPPA, měřící kvalitu jejich citové vazby k rodičům. Oba dotazníky naleznete v příloze 2.

3.4.1 SWLS (Satisfaction With Life Scale)

Prvním použitým nástrojem je dotazník SWLS z roku 1985 (Diener, 1985 in Pavot, Diener, 1993), který se zaměřuje na zkoumání úrovně subjektivního well-beingu. Celkem obsahuje pět krátkých tvrzení, k jejichž posouzení využívají respondenti sedmibodovou škálu (*rozhodně nesouhlasím, nesouhlasím, spíše nesouhlasím, nemohu se rozhodnout, spíše souhlasím, souhlasím, rozhodně souhlasím*). V rámci svého výzkumu pracuji s celkovým skórem well-beingu, který je průměrem hodnot dosažených v jednotlivých položkách[17].

SWLS je vzhledem k vysoké reliabilitě a validitě hojně využívanou metodou v mnoha zemích světa. O český překlad se zasloužili především M. Blatný et al (2004). Mnou zjištěná hodnota Cronbachova alfa této české verze dotazníku činí 0,804, což naznačuje vysokou míru jeho vnitřní konzistence.

3.4.2 IPPA (The Inventory of Parent and Peer Attachment)

Metoda IPPA, jejíž autory jsou M. T. Greenberg a G. Armsden (1987), se skládá ze tří oddílů, které lze použít i samostatně – první je zaměřen na zkoumání citové vazby k matce, druhý na zkoumání citové vazby k otci a třetí zachycuje vazbu k vrstevníkům. Vzhledem k zaměření své práce jsem se rozhodla pracovat pouze s dotazníky zjišťující kvalitu vztahu k rodičům.

Každý oddíl je tvořen 25 položkami, jež se soustředí na tři konkrétní dimenze citové vazby – důvěru, komunikaci a odcizení. Respondenti prostřednictvím pětibodové Likertovy

[17] Odpovědi *rozhodně nesouhlasím* byla přisouzena hodnota 1, zatímco odpovědi *rozhodně souhlasím* hodnota 7.

škály (*nikdy nebo téměř nikdy, zřídka, někdy, často, vždy nebo téměř vždy*) vyjadřují míru, do jaké souhlasí s uvedenými tvrzeními.

V rámci šetření je možné pracovat buď se zmíněnými dimenzemi, nebo celkovým skórem citové vazby. Ten lze získat součtem průměrných hodnot dosažených v dimenzích důvěra a komunikace a následným odečtením průměrné hodnoty dimenze odcizení[18]. V mé bakalářské práci naleznete kombinaci obou metod.

Autoři zdůrazňují vysokou validitu a reliabilitu tohoto nástroje. To potvrzují také J. Širůček a L. Lacinová (2008), kteří metodu IPPA upravili pro české prostředí a využili ji v rámci studie ELSPAC (European Longitudinal Study of Pregnancy and Childhood), v níž se zabývali citovou vazbou k rodičům u patnáctiletých adolescentů. Ve svém výzkumu jsem se rozhodla využít zdařilý český překlad z bakalářské práce *Citová vazba k rodičům a vrstevníkům a strachy v rané adolescenci*, který mi s laskavým svolením poskytla autorka M. Kotková[19].

3.4.2.1 Dimenze dotazníku IPPA

Dotazník IPPA je tvořen třemi dimenzemi. Dimenze *důvěra* vyjadřuje přesvědčení adolescentů, že rodiče chápou a respektují jejich potřeby, přání a touhy. *Komunikace* ukazuje především míru zapojení rodičů a kvalitu verbální komunikace s jejich potomky. Poslední dimenze, *odcizení*, odkazuje k pocitům osamění, odtažitosti, chladu či hněvu, které mohou jedinci ve vztahu k rodičům prožívat.

Všechny dimenze vykazují hodnoty Cronbachova alfa vyšší než 0,7 (viz tabulka č. 6), z čehož lze usuzovat vysokou vnitřní konzistenci, a tedy reliabilitu dané dimenze.

Dimenze citové vazby	Objekt citové vazby	Cronbachovo alfa
Důvěra	Matka	0,872
	Otec	0,948
Komunikace	Matka	0,821

[18] Odpovědi *nikdy nebo téměř nikdy* byla přisouzena hodnota 1, zatímco odpovědi *vždy nebo téměř vždy* hodnota 5.

[19] M. Kotková (2009). Citová vazba k rodičům a vrstevníkům a strachy v rané adolescenci. Dostupné z http://is.muni.cz/th/219822/fss_b/

	Otec	0,910
Odcizení	Matka	0,764
	Otec	0,819

Tabulka č. 6 – Cronbachovo alfa u dimenzí dotazníku IPPA

Byla vypočítána také interkorelace mezi jednotlivými dimenzemi (viz tabulka č. 7). Výsledné hodnoty ukázaly jejich vysokou závislost, a to jak u citové vazby k matce, tak k otci.

Objekt citové vazby	Dimenze citové vazby	Komunikace	Odcizení
Matka	Důvěra	r= 0,739	r= -0,764
	Komunikace		r= -0,681
Otec	Důvěra	r= 0,740	r= -0,723
	Komunikace		r= -0,655

Tabulka č. 7 – Interkorelace mezi dimenzemi dotazníku IPPA

Přiřazení jednotlivých položek k výše zmíněným dimenzím naleznete v příloze č. 3. V dimenzi důvěra bylo nutné rekódovat reverzní položky M3 („Přál/a bych si mít jinou matku“) a O3 („Přál/a bych si mít jiného otce“).

3.5 Způsob zpracování dat

Data byla zpracována pomocí statistického freeware programu JASP. Nejprve jsem se zaměřila na deskriptivní charakteristiky, jako je průměr, směrodatná odchylka, minimum, maximum, zešikmenost a špičatost. Ukázalo se, že jednotlivé subškály vykazují normální rozložení a jsou vhodné pro další zpracování. Následně jsem analyzovala rozdíly mezi dvěma soubory respondentů – ke zjišťování rozdílů mezi dívkami a chlapci byl použit jednovýběrový t-test, rozdíly mezi citovou vazbou k matce a otci v rámci jednoho pohlaví byly zmapovány prostřednictvím párového t-testu. Nakonec jsem za využití korelační analýzy zkoumala závislost sledovaných jevů.

3.6 Výsledky

3.6.1 Well-being

V tabulce č. 8 uvádím základní deskriptivní charakteristiky souboru, jako je počet, průměr, směrodatná odchylka, minimum a maximum. Dále byla zjišťována také míra zešikmenosti a špičatosti. Získané hodnoty nepřesáhly hranici od -1 do +1, jedná se tedy o normální rozložení, a data se tak ukázala jako vhodná pro další analýzu za použití postupů parametrické statistiky.

V rámci první výzkumné otázky jsem se zaměřila na rozdíly mezi pohlavími v míře pociťovaného subjektivního well-beingu. Předpokládala jsem, že se dívky v porovnání s chlapci cítí méně šťastné a spokojené se svým životem, a budou tedy dosahovat nižšího průměrného skóru. Z tabulky je patrné, že průměr dívek je sice opravdu nižší než chlapců, jedná se však pouze o nepatrný rozdíl. To potvrzuje také provedený t-test, jehož výsledky indikují, že rozdíl není signifikantní, a proto musím stanovenou hypotézu H_1 zamítnout.

Pohlaví	N	Mean	SD	Min.	Max.	t-hodnota	Sig.
Dívky	32	4,544	1,161	1,600	6,400	0,178	0,859
Chlapci	40	4,595	1,257	2,000	6,600		
Celkem	72	4,572	1,207	1,600	6,600		

Tabulka č. 8 – Deskriptivní charakteristiky subjektivního well-beingu

3.6.2 Citová vazba

V tabulce č. 9 a 10 uvádím základní deskriptivní charakteristiky souboru. V první tabulce naleznete hodnoty vztahující se k jednotlivým dimenzím citové vazby k matce, v tabulce druhé k otci. I v tomto případě byla zjišťována také míra zešikmenosti a špičatosti. Získané hodnoty se pohybovaly v intervalu od -2 do +2, proto jsem z nich pro ověření vypočítala z-skóry, jejichž výsledek nepřesáhl číslo 2 v absolutní hodnotě. Opět se tedy jedná o normální rozložení.

V tabulce č. 9 můžeme u dívek i chlapců zaznamenat vysoké průměrné hodnoty v dimenzích důvěra a komunikace a naopak nízké hodnoty v dimenzi odcizení, což naznačuje kvalitní vztahy adolescentů s jejich matkami.

Dimenze	Pohlaví	N	Mean	SD	Min.	Max.
Důvěra k matce	Dívky	32	4,115	0,783	2,111	5,000
	Chlapci	40	4,200	0,466	2,889	5,000
	Celkem	72	4,162	0,624	2,111	5,000
Komunikace s matkou	Dívky	32	3,540	0,914	1,143	5,000
	Chlapci	40	3,389	0,705	1,571	4,571
	Celkem	72	3,456	0,802	1,143	5,000
Odcizení od matky	Dívky	32	2,403	0,748	1,111	4,222
	Chlapci	40	2,358	0,532	1,333	3,556
	Celkem	72	2,378	0,633	1,111	4,222

Tabulka č. 9 – Deskriptivní charakteristiky dimenzí citové vazby k matce

Oproti citové vazbě k matce vykazuje citová vazba k otci (tabulka č. 10) větší variabilitu. Chlapci sice dosahují hodnot srovnatelných s hodnotami v předchozí tabulce, u dívek však dochází k poměrně výrazné změně, neboť ve srovnání s vazbou k matce dosahují ve vztahu k otci nižšího průměrného skóru v dimenzi důvěra a komunikace a naopak vyššího skóru v dimenzi odcizení.

Dimenze	Pohlaví	N[20]	Mean	SD	Min.	Max.
Důvěra k otci	Dívky	31	3,452	1,123	1,444	5,000
	Chlapci	39	4,108	0,821	1,667	5,000
	Celkem	70	3,817	1,014	1,444	5,000
Komunikace s otcem	Dívky	31	2,641	1,173	1,000	4,714
	Chlapci	39	3,018	0,907	1,000	4,571
	Celkem	70	2,851	1,043	1,000	4,714

[20] Dotazník zjišťující citovou vazbu k otci nevyplnili všichni respondenti, proto pracuji s jejich nižším celkovým počtem.

Odcizení od otce	Dívky	31	2,832	0,959	1,444	4,667
	Chlapci	39	2,385	0,621	1,444	3,778
	Celkem	70	2,583	0,814	1,444	4,667

Tabulka č. 10 – Deskriptivní charakteristiky dimenzí citové vazby k otci

3.6.2.1 Rozdíly mezi dívkami a chlapci

Rozdíly mezi dívkami a chlapci v jednotlivých dimenzích citové vazby byly opět zkoumány pomocí t-testu. Hodnoty signifikance uvádím v následujících tabulkách.

Předpokládala jsem, že si dívky oproti chlapcům vytvářejí kvalitnější vztahy s oběma rodiči, a budou tedy dosahovat vyšších hodnot v dimenzi důvěra a komunikace k matce i otci, ale nižších hodnot v dimenzi odcizení. Tyto předpoklady se však nepotvrdily. Signifikantních výsledků bylo dosaženo pouze v dimenzích důvěra k otci a odcizení od otce. V důvěře nicméně neskórovaly výše dívky, nýbrž chlapci, kteří zároveň vykazovali signifikantně nižší hodnoty odcizení. Výsledky tak indikují kvalitnější vztahy otců s jejich syny. Ve vztahu k matkám rozdíly mezi pohlavími nalezeny nebyly. Hypotézy $H_{2.1}$ až $H_{2.6}$ tedy musím opět zamítnout.

Dimenze	Pohlaví	N	Mean	SD	t-hodnota	Sig.
Důvěra k matce	Dívky	32	4,115	0,783	0,575	0,567
	Chlapci	40	4,200	0,466		
Komunikace s matkou	Dívky	32	3,540	0,914	-0,791	0,432
	Chlapci	40	3,389	0,705		
Odcizení od matky	Dívky	32	2,403	0,748	-0,294	0,769
	Chlapci	40	2,358	0,532		

Tabulka č. 11 – Rozdíly mezi dívkami a chlapci v dimenzích citové vazby k matce

Dimenze	Pohlaví	N	Mean	SD	t-hodnota	Sig.
	Dívky	31	3,452	1,123	2,825	0,006**

Důvěra k otci	Chlapci	39	4,108	0,821		
Komunikace s otcem	Dívky	31	2,641	1,173	1,520	0,133
	Chlapci	39	3,018	0,907		
Odcizení od otce	Dívky	31	2,832	0,959	-2,355	0,021*
	Chlapci	39	2,385	0,621		

*signifikantní na hladině 0,05
**signifikantní na hladině 0,01

Tabulka č. 12 – Rozdíly mezi dívkami a chlapci v dimenzi důvěra k otci

V tabulce č. 13 uvádím pro úplnost také hodnoty vztahující se k celkovým skórům citové vazby. Výsledky potvrzují předchozí zjištění, neboť ukazují signifikantně vyšší kvalitu vazby otců s jejich syny. V rámci citové vazby k matce nebyly nalezeny rozdíly mezi pohlavími.

	Pohlaví	N	Mean	SD	t-hodnota	Sig.
Celkový skór citové vazby k matce	Dívky	32	5,252	2,303	-0,047	0,962
	Chlapci	40	5,231	1,447		
Celkový skór citové vazby k otci	Dívky	31	3,261	3,047	2,475	0,016*
	Chlapci	39	4,742	1,935		

*signifikantní na hladině 0,05

Tabulka č. 13 – Rozdíly mezi dívkami a chlapci v celkovém skóru citové vazby

3.6.2.2 Rozdíly mezi citovou vazbou k matce a k otci

Ve třetí výzkumné otázce jsem se u svých respondentů zaměřila na rozdíly ve kvalitě citové vazby k matce a k otci. Zajímavé výsledky přináší zejména analýza citové vazby dívek (tabulka č.14), u kterých byly mezi vazbou k matce a k otci zjištěny výrazné rozdíly. Dívky dosahovaly signifikantně vyšších průměrných hodnot v dimenzi důvěra i komunikace

s matkou a naopak signifikantně nižších průměrných hodnot v dimenzi odcizení. Ukazuje se tedy, že dívky navazují kvalitnější vztahy se svými matkami než s otci.

U chlapců (tabulka č. 15) byly nalezeny signifikantní rozdíly pouze v dimenzi komunikace, která vykazuje vyšší kvalitu u matky než otce.

Můžeme tedy přijmout hypotézy $H_{3.1}$, $H_{3.3}$, $H_{3.4}$ a $H_{3.5}$. Platnost hypotéz $H_{3.2}$ a $H_{3.6}$ se nepotvrdila.

	Objekt citové vazby	N	Mean	SD	t-hodnota	Sig.
Důvěra	Matka	32	4,115	0,783	3,337	0.002**
	Otec	31	3,452	1,123		
Komunikace	Matka	32	3,540	0,914	4,565	< 0.001***
	Otec	31	2,641	1,173		
Odcizení	Matka	32	2,403	0,748	-3,153	0,004**
	Otec	31	2,832	0,959		
Celkový skór citové vazby	Matka	32	5,252	2,303	3,979	< 0.001***
	Otec	31	3,261	3,047		

**signifikantní na hladině 0,01

***signifikantní na hladině 0,001

Tabulka č. 14 – Rozdíly mezi citovou vazbou k matce a k otci u dívek

	Objekt citové vazby	N	Mean	SD	t-hodnota	Sig.
Důvěra	Matka	40	4,200	0,466	0,686	0,497
	Otec	39	4,108	0,821		
Komunikace	Matka	40	3,389	0,705	2,486	0,017*
	Otec	39	3,018	0,907		

Odcizení	Matka	40	2,358	0,532	-0,368	0,715
	Otec	39	2,385	0,621		
Celkový skór citové vazby	Matka	40	5,231	1,447	1,625	0,112
	Otec	39	4,742	1,935		

*signifikantní na hladině 0,05

Tabulka č. 15 – Rozdíly mezi citovou vazbou k matce a k otci u chlapců

3.6.3 Citová vazba a well-being

V tabulkách č. 16, 17 a 18 prezentuji data získaná korelací. První tabulka ukazuje souvislost subjektivního well-beingu a celkového skóru citové vazby, další dvě tabulky se vztahují k jednotlivým dimenzím, tedy důvěře, komunikaci a odcizení. Předpokládala jsem, že adolescenti s vyšším celkovým skórem citové vazby k matce a k otci budou vykazovat vyšší míru subjektivního well-beingu.

Souvislost subjektivního well-beingu a citové vazby se potvrdila pouze u dívek, a to jak ve vztahu k matce, tak k otci. U chlapců nebylo signifikantních výsledků dosaženo ani u jednoho z rodičů. Můžeme tedy přijmout pouze hypotézy $H_{4.1}$ a $H_{4.2}$.

	Celkový skór citové vazby k matce		Celkový skór citové vazby k otci	
	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota
Dívky	0,410	0,020*	0,445	0,012*
Chlapci	0,214	0,185	0,194	0,237
Celkem	0,308	0,009**	0,301	0,011*

*signifikantní na hladině 0,05

**signifikantní na hladině 0,01

Tabulka č. 16 – Vztah subjektivního well-beingu a celkového skóru citové vazby

Pro úplnost jsem se rozhodla prozkoumat také souvislost subjektivního well-beingu a jednotlivých dimenzí citové vazby. U obou pohlaví se ukázalo, že ve vztahu k matce (tabulka č. 17) s well-beingem nejvíce koreluje dimenze odcizení. U dívek následuje důvěra,

zatímco u chlapců tato dimenze signifikantní hodnoty nevykazuje. Zároveň ani u jednoho pohlaví nebyla prokázána korelace well-beingu s komunikací.

MATKA	Důvěra		Komunikace		Odcizení	
	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota
Dívky	0,354	0,047*	0,322	0,072	-0,768	< 0.001***
Chlapci	0,225	0,162	-0,098	0,554	-0,400	0,011*
Celkem	0,285	0,015*	0,146	0,220	-0,440	< 0.001***

*signifikantní na hladině 0,05
***signifikantní na hladině 0,001

Tabulka č. 17 – Vztah subjektivního well-beingu a jednotlivých dimenzí citové vazby k matce

U citové vazby k otci (tabulka č. 18) je pro dívky opět stěžejní dimenze odcizení, dále důvěra a nakonec komunikace. U chlapců byla zjištěna korelace v dimenzích důvěra a odcizení. V dimenzi komunikace chlapci signifikantní hodnoty na rozdíl od dívek nevykazují.

OTEC	Důvěra		Komunikace		Odcizení	
	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota	Pearsonův korelační koeficient	p-hodnota
Dívky	0,437	0,014*	0,421	0,018*	-0,752	< 0.001***
Chlapci	0,345	0,031*	-0,098	0,554	-0,291	0,073*
Celkem	0,362	0,002**	0,146	0,228	-0,317	0,008**

*signifikantní na hladině 0,05
**signifikantní na hladině 0,01
***signifikantní na hladině 0,001

Tabulka č. 18 – Vztah subjektivního well-beingu a jednotlivých dimenzí citové vazby k otci

3.7 Diskuze

V této kapitole bych se ráda věnovala interpretaci předložených výsledků a zhodnocení silných a slabých stránek celého výzkumu.

V rámci první výzkumné otázky jsem se zaměřila na rozdíly mezi dívkami a chlapci v míře pociťovaného subjektivního well-beingu. Šetření nepřineslo žádné signifikantní výsledky, nepotvrdil se tedy můj předpoklad, že jsou dospívající dívky méně šťastné a spokojené se svým životem, a bylo nutné přijmout nulovou hypotézu.

Mnoho výzkumů, z nichž lze vyzdvihnout například výzkumy Bergmana a Scotta (2001 in Zemanová & Dolejš, 2015), však ukazují, že oproti chlapcům zažívají dívky v průběhu dospívání více stresu a negativních emocí, hůře se vyrovnávají s problémy a častěji se u nich vyskytují úzkostné či depresivní stavy. Období dospívání považují za náročnější, musí čelit nepříjemným změnám jako je nárůst hmotnosti, ukládání tuků v oblasti pánve a stehen, menstruace, zvýšená kontrola ze strany rodičů, nutnost vyššího zapojení do domácích prací atd., chlapci naopak vnímají nástup puberty většinou pozitivně (Macek & Lacinová, 2012). Dochází u nich především ke změnám spojeným s nárůstem svalové hmoty a zvyšováním síly a výkonu.

Nabízejí se tedy dvě možná vysvětlení shodných průměrných skórů well-beingu dívek a chlapců. Prvním z nich je již zmíněná sociální desirabilita, tedy případná tendence našeho souboru dívek uvádět sociálně žádoucí odpovědi. Nicméně vzhledem k tomu, že tyto dívky později v dotazníku citové vazby přisuzovaly poměrně nízké (tedy ne „sociálně žádoucí“) hodnoty otci, jeví se jako pravděpodobnější uvažovat o druhém vysvětlení – nižším očekávání dívek. Toto nižší očekávání může být dáno genderovou socializací. Již od raného věku jsou dětem vštěpovány odlišné obrazy feminity a maskulinity, na jejichž základě si dítě v průběhu života utváří svou vlastní genderovou identitu. Zatímco u chlapců jsou v západní kultuře podporovány charakteristiky jako je síla, nezávislost, dominance a kompetice, u dívek se jedná spíše o přizpůsobivost, submisi, zaměřenost na druhé, jemnost a empatii (Macek & Lacinová, 2012). Je tak možné, že si dívky oproti chlapců obecně stanovují nižší cíle a zažívají vyšší uspokojení z jejich dosažení.

V dalších výzkumných otázkách jsem se již zabývala citovou vazbou. Výsledky mého šetření ukázaly, že většina respondentů vnímá své rodiče pozitivně. Toto zjištění je tedy v souladu se současnými tendencemi autorů upouštět od pojetí adolescence jako období vzdoru a bouře, které bývá charakterizované nevyhnutelnými konflikty s rodiči a dramatickým střetem protikladných tendencí v člověku (Macek, 2003). Dle P. Macka

(2004) má převážná většina potomků se svými rodiči dobré vztahy i v průběhu dospívání a závažnější konflikty bývají často pouze pokračováním sporů vzniklých v dětství. V tomto období ještě adolescenti neusilují o úplnou nezávislost, stěžejní je pro ně spíše zájem, respekt a akceptace ze strany jejich rodičů, které stále ještě vnímají jako nejdůležitější zdroj opory, jistoty a bezpečí.

Dotazovaní chlapci a dívky se výrazně neliší v kvalitě citové vazby k matce, je však mezi nimi možné zaznamenat rozdíly v citové vazbě k otci. Zatímco chlapci své vztahy s otci hodnotí pozitivně, dívky dosahují poměrně nízkých hodnot v dimenzi blízkost a naopak vysokých hodnot v dimenzi odcizení, což ukazuje na vyšší distancovanost v dyádách otec-dcera. Jediná dimenze citové vazby k otci, v níž se obě pohlaví signifikantně neliší, je komunikace. Komunikace vykazuje poměrně nízké hodnoty u dívek i u chlapců. U dívek tyto výsledky podporují domněnku o vyšším odstupu od otce v průběhu dospívání, u chlapců se však jedná o jedinou dimenzi s nižšími hodnotami. Důvody, proč obě pohlaví vnímají komunikaci s matkou v porovnání s komunikací s otcem jako výrazně kvalitnější, můžeme opět nalézt v tradičním pojetí ženské a mužské role. Jak jsem zmínila výše, u žen bývá již od dětství oceňována především zaměřenost na druhé, empatie a otevřenost. Matky jsou vnímány jako citlivé, naslouchající, snažící se porozumět potřebám svých potomků (Macek, 2004). U adolescentů to vede k většímu sebeodkrývání a svěřování se starostmi. Otec naproti tomu častěji funguje jako autorita, která schvaluje finální rozhodnutí, pronáší hodnotící soudy a o problémech méně diskutuje (Macek, & Lacinová, 2012).

U dívek se v souladu s teorií citové vazby potvrdilo, že navazují kvalitnější vztahy s matkami než s otci. Objekty citové vazby bývají dle J. Bowlbyho (2010) hierarchicky uspořádány. Matky slouží nejčastěji jako primární vztahové osoby, které svým dětem již od raného věku poskytují mateřskou péči, a uspokojují jejich primární i sekundární potřeby, proto si k nim potomci vytvářejí nejjistější vazbu. Dívkám matka zároveň slouží jako identifikační vzor, od kterého si v průběhu života osvojují důležité hodnoty, normy a způsoby chování. Ukázalo se, že vztahy dcer a otců vykazují výrazně nižší kvalitu. Pro některé otce bývá dospívání jejich dcery náročné, jsou mnohdy plní nejistoty, jakým způsobem se k ní nyní chovat, když již není dítětem (Vágnerová, 2012). Mezi otcem a dcerou tak v tomto období často vzniká větší odstup. M. Vágnerová (2012) ho dává do

souvislosti s tabuizací incestní erotické přitažlivosti. Otcové mohou mít pocit, že jim dcery připadají atraktivní, takové zjištění je pro ně však vnitřně nepřijatelné, proto se mu brání a bližšímu kontaktu s dcerou se vyhýbají.

Dívky tradičně mezilidské vztahy vnímají jako důležitější než chlapci (Vágnerová, 2012), a dle mého názoru mohou proto na oba rodiče klást vyšší požadavky, především v souvislosti s empatií, porozuměním a důvěrnou komunikací. Tyto potřeby jim pravděpodobně lépe uspokojuje matka, která bývá podobně zaměřena, což může být dalším důvodem toho, proč k ní dívky oproti otci navazují kvalitnější vztahy.

Dotazovaní chlapci naproti tomu vykazují vysoké hodnoty citové vazby k oběma rodičům. Ti v jejich životě zastávají odlišné role, matka slouží jako primární vztahová osoba, k otci se chlapci upínají jako ke svému identifikačnímu vzoru. Chlapci obecně nebývají tak sociálně senzitivní jako dívky, ke vztahům se staví méně kriticky, více se distancují a nenechávají se tak snadno vtáhnout do rodinných konfliktů (Macek, & Lacinová, 2012). Oproti dívkám tak mohou mít od mezilidských vztahů menší očekávání, která jejich rodiče snáze naplňují.

Nyní se můžeme přesunout k hlavnímu cíli mé práce, kterým bylo zjistit, zda je možné mezi citovou vazbou a subjektivním well-beingem nalézt souvislost. Předpokládaná pozitivní korelace se potvrdila pouze u dívek, a to ve vztahu k oběma rodičům. Dívky s vyššími celkovými hodnotami citové vazby k matce i k otci vykazovaly vyšší hodnoty subjektivního well-beingu. U chlapců nebyla korelace s well-beingem potvrzena u citové vazby ani k jednomu z rodičů. Získané výsledky je možné interpretovat v souladu s tvrzeními uvedenými v předchozím odstavci. Dívky bývají citlivější na negativní impulzy a konflikty probíhající v prostředí rodiny. Hůře se vyrovnávají se vzniklými situacemi a častěji se za ně cítí být zodpovědné. P. Macek (2004) se v této souvislosti věnuje jejich sebehodnocení. Přichází se zjištěním, že se hádky, spory, pocity nezájmu a nedůvěry výrazně podepisují na nižším sebehodnocení a sebeúctě dívek. Příznivá atmosféra v rodině na ně má však pozitivnější vliv než na chlapce. Chlapci nebývají tak emotivní a spíše si udržují odstup, zůstávají „nad věcí“. Méně často se nechávají nepříjemnými prožitky pohltit a volí spíše aktivnější kompenzační strategie, které jim slouží jako prostředek k posílení kompetence v jiných oblastech života (Macek, 2004). Dívky díky své vyšší orientaci na druhé, empatii

a senzitivitě pravděpodobně více usilují o harmonii v rodinném prostředí, a vztahy s oběma rodiči tak mají na jejich well-being vyšší vliv.

V závěru praktické části jsem pro úplnost zjišťovala také korelaci well-beingu s jednotlivými dimenzemi citové vazby. Ve všech dyádách vykazovala nejnižší souvislost s osobní pohodou dimenze komunikace. Toto zjištění nám může indikovat, že v průběhu dospívání, kdy je jedním z hlavních vývojových úkolů adolescentů osamostatnění od rodičovské kontroly a vybudování rovnoprávné pozice v rodině, nepovažují potomci komunikaci s rodiči za stěžejní. Se svými každodenními starosti se mohou obracet spíše na vrstevníky, s nimiž jsou si názorově bližší. Ukazuje se však, že u matky a otce hledají oporu při řešení závažnějších situací (Vágnerová, 2012), a vědomí toho, že jsou rodiče v případě potřeby k dispozici, má tak na úroveň jejich well-beingu pravděpodobně mnohem signifikantnější vliv.

3.7.1 Silné a slabé stránky výzkumu

Za největší pozitivum svého výzkumu považuji právě propojení citové vazby s well-beingem, tedy dvou velmi významných konceptů, které hrají stěžejní roli v průběhu celého života jedince. Při práci s odbornou literaturou jsem zjistila, že se v českém prostředí touto problematikou až dosud nikdo nezabýval, ve zbytku světa můžeme podobně zaměřených studií zaznamenat jen velmi málo. Pokusila jsem o komplexní zmapování obou konceptů, a zaměřila se tak i na rozdíly mezi dívkami a chlapci a specifika mateřských a otcovských citových vazeb. Nepracovala jsem s obecným označením „rodiče“, nýbrž jednotlivými dyádami (matka-dcera, matka-syn, otec-dcera, otec-syn), což se ukázalo jako zásadní, neboť se v rámci mého výzkumu signifikantně lišily.

Limity výzkumu částečně shledávám v použitých metodách. Mé výhrady se týkají především českého překladu obou dotazníků. Některé položky byly respondenty vnímány jako nejednoznačné a hůře srozumitelné, v případě dotazníku IPPA například do budoucna považuji za žádoucí přepracovat záporně formulované otázky. V dalších výzkumech by bylo zároveň vhodné využít kombinaci různých metod, což by umožnilo do problematiky získat hlubší vhled. Zvláště v případě SWLS, který obsahuje pouze pět stručných tvrzení, hrozí, že budeme nuceni pracovat s příliš povrchními daty. V neposlední řadě je třeba brát v potaz omezenou reprezentativnost mého výzkumného vzorku, neboť většinu respondentů tvořili

žáci pražských základních škol, u kterých navíc nebylo možné zajistit rovnoměrné rozdělení podle pohlaví a věku. Zjištěné výsledky tak nelze zobecnit na celou populaci.

4 Závěr

Za cíl svého výzkumu jsem si stanovila zjistit, zda existuje souvislost mezi citovou vazbou k rodičům a well-beingem adolescentů. Jako zásadní se ukázalo rozlišovat v rámci rodinných vztahů jednotlivé dyády, neboť byly objeveny rozdíly mezi pohlavími i specifika otcovských a mateřských citových vazeb. U dívek se souvislost s well-beingem potvrdila jak u citové vazby k matce, tak k otci, v případě chlapců však předpokládaná pozitivní korelace nebyla zaznamenána ani u jednoho z rodičů. V rámci svého výzkumu jsem se snažila o komplexní zmapování dané problematiky, proto jsem se ve vztahu k well-beingu zaměřila také na roli jednotlivých dimenzí citové vazby, tedy důvěry, komunikace a odcizení. V dyádách matka-dcera, matka-syn i otec-dcera se jako stěžejní pro pocit osobní pohody ukázala míra odcizení, zatímco nejmenší význam měla komunikace. V dyádě otec-syn byla jako nejdůležitější vnímána důvěra a jako nejméně důležitá, stejně jako v předchozích případech, komunikace.

Na oba zkoumané koncepty jsem se zaměřila také samostatně, a druhotně jsem tak u citové vazby i well-beingu zjišťovala rozdíly mezi pohlavími. Ačkoliv se nepotvrdily všechny stanovené hypotézy, šetření přineslo velmi zajímavé výsledky. Oproti očekáváním nebyly nalezeny signifikantní rozdíly mezi dívkami a chlapci v míře pociťovaného well-beingu. V souvislosti s citovou vazbou se ukázalo, že chlapci navazují velmi dobré vztahy s oběma rodiči, zatímco dívky vykazují signifikantně nižší kvalitu vztahu otcem.

Při interpretaci výsledků se mi vyjevilo velmi zajímavé téma genderové socializace. Předpokládám, že zjištěné rozdíly mohou být dány právě osvojováním odlišných genderových rolí dívek a chlapců. Dívky bývají již od dětství podporovány především ke skromnosti, přizpůsobivosti a orientaci na druhé. Je tedy možné, že mají od života celkově nižší očekávání než chlapci, u nichž je naopak oceňována spíše kompetice, dominance a nezávislost. Tyto domněnky mohou sloužit jako vysvětlení, proč dívky, ačkoliv období dospívání celkově vnímají jako náročnější, vykazují podobně jako chlapci vysokou úroveň osobní pohody.

Oproti chlapcům však mohou mít dívky vyšší nároky na mezilidské vztahy. Obvykle od svých blízkých vyžadují více porozumění, empatie a důvěry. Tyto potřeby jim je

pravděpodobně schopna lépe naplňovat podobně zaměřená matka. Ukazuje se, že ženy obecně více usilují o harmonii ve vztazích, zároveň se hůře vyrovnávají s případnými konflikty a častěji se za ně cítí být zodpovědné. Vztahy mužů bývají povrchnější, muži v nich vykazují vyšší distancovanost, a konflikty se nenechávají tak snadno pohltit, což může vysvětlovat uvedená zjištění, že citová vazba k rodičům má na jejich well-being mnohem nižší vliv než na well-being jejich protějšků.

Citovou vazbu i well-being považuji za koncepty, které jsou klíčové pro zdravý vývoj jedince, proto je nutné se jimi dále zabývat. Jako námět k možnému šetření vnímám například zaměření na specifika jednotlivých typů citové vazby ve vztahu k well-beingu, což by mohlo přinést nové důležité poznatky.

5 Seznam použitých informačních zdrojů

Allen, J. P., Land, D. (1999). „Attachment in adolescence.“ In J. Cassidy, P. R. Shaver (Eds.). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (319–336). New York: Guilford Press.

Amato, P. R. (1994). „Father-Child Relations, Mother-Child Relations, and Offspring Psychological Well-Being in Early Adulthood.“ In *Journal of Marriage and Family*, 56 (4), pp. 1031-1042.

Azizah, N. (2016). „Parent Attachment as Achievement Predictor upon Adolescent Subjective Well-Being.“ In *Second Psychology & Humanity*, pp. 679-684.

Baird, B. M., Lucas, R. E., Donnellan, M. B. (2011). „Life Satisfaction Across the Lifespan: Findings from Two Nationally Representative Panel Studies.“ In Social Indicators Research, 99 (2), pp. 183-203.

Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). „Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model.“ In *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), pp. 226-244.

Blatný, M. (2005). „Osobnostní předpoklady sebehodnocení a životní spokojenosti: shody a rozdíly“ In *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, pp. 83-107.

Blatný, M., Jelínek, M., Bližkovská, J., Klimusová, H. (2004). *Personality correlates of self-esteem and life satisfaction*. In Studia psychologica, 46 (2), 97-104.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child Attachment and Healthy Human Development*. New York: Basic Books.

Bretherton, I. (1992). „The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth.“ In *Developmental psychology*, 28 (1), pp. 759-775.

Brisch, K. H. (2011). *Poruchy vztahové vazby: od teorie k terapii*. Praha: Portál.

Brisch, K. H. (2012). *Bezpečná výchova: budování jisté vztahové vazby mezi rodiči a dětmi*. Praha: Portál.

Buist, K. L., Dekovic, M., Meeus, W. H., van Aken, M. A. G. (2004). „Attachment in Adolescence: A Social Relations Model Analysis.“ In *Journal of Adolescence Research*, 16 (6), pp. 826-850.

Burke, R. J., Weir, T. (1978). „Sex differences in adolescent life stress, social support and well-being.“ In *The Journal of Psychology*, 98, pp. 277-288.

Cassidy, J., Shaver, P. R. (1999). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: Guilford Press. (dostupné z http://books.google.com)

Colin, V. L (1996). *Human Attachment*. New York: McGraw-Hill. (dostupné z http://books.google.com)

Colmer, K., Murphy, P., Rutherford, L. (2011). „Attachment theory and primary caregiving.“ In *Australasian Journal of Early Childhood*, 36 (4), pp. 16-20.

Devi, A. N., Baruah J., Pradhan, N., Borah, T. (2017). „Parent-adolescent attachment as perceived by adolescents.“ In *Indian Journal of Positive Psychology*, 8 (2), pp. 117-119.

Diener, E., Oishi, S., Lucas, R. E. (2012). „Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction.“ In *The Oxford Handbook of Positive Psychology*, (2 Ed.), pp. 63-73.

Diener, E., Suh, M. (2000). *Culture and Subjective Well-being*. New York: MIT Press. (dostupné z http://books.google.com)

Elchert, D. M., Gaasedelen, O. J. (2016). „Morality and Adult Attachment Style as Predictors of Psychotherapy Process and Outcome Expectations“ In *American Counseling Association*, 61 (1), pp. 80-96.

Erikson, E. H. (1996) *Osm věků člověka*. Praha: Propsy.

Fingerman, K. L. (1997). „Aging mothers' and adult daughters' retrospective ratings of conflicts in their past relationships“ In Current Psychology, 16 (2), 131-154

Gariepy, G., Elgar, F. J., Sentenac, M., Barrington-Leigh, C. (2017) „Early-life family income and subjective well-beingin adolescents“ In *PLOS ONE*, 12 (7), pp. 1-11.

Greenberg, M. T., Armsden, G. C. (1987) „The Inventory od Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-being.“ In Journal of Youth and Adolescence, 16 (5), pp. 425-454.

Hais, K., Hodek, B. (1991). *Velký anglicko-český slovník*. Praha: Academia.

Hašto, J. (2005). *Vzťahová väzba: Ku koreňom lásky a úzkosti*. Trenčín: F.

Hřebíčková, M., Blatný, M., Jelínek, M. (2010). „Osobnost jako prediktor osobní pohody v dospělosti“. In *Československá psychologie,* 54 (1), pp. 31-41.

Kamkar, K., Doyle A., Markiewicz, D. (2012). „Insecure Attachment to Parents and Depressive Symptoms in Early Adolescence: Mediating Roles of Attributions and Self-esteem.“ In *International Journal of Psychological Studies*, 4 (2), pp. 3-18.

Kebza, V., Šolcová, I. (2005). „Koncept osobní pohody (well-being) a jeho psychologické a interdisciplinární souvislosti“ In *Psychosociální souvislosti osobní pohody*, pp. 11-35.

Křivohlavý, J. (2013). *Psychologie pocitů štěstí: současný stav poznání*. Praha: Grada Publishing a.s.

Křivohlavý, J. (2015). *Pozitivní psychologie: radost, naděje, odpouštění, smiřování, překonávání negativních emocí*. Praha: Portál.

Kulíšek, P. (2000). „Problémy teorie raného citového přilnutí (attachment)“. In *Československá psychologie*, 44 (5), pp. 404-423.

Kumari, R., Kumari, S. (2017). „Well-being in relation to personality“. In *Indian Journal of Health and Well-being*, 8 (11), pp. 1365-1369.

Langmeier, J., Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie.* Praha: Grada Publishing, a.s.

Lavalekar, A., Kaemalkar, S. (2017). „From youth to elderly: A study of quality of life and psychological well-being“ In *Indian Journal of Health and Well-being,* 8 (9), pp. 1083-1086.

Levy, K., N., Ellison, W. D., Scott, L. N., Bernecker, S. L. (2011). „Attachment style.“ In *Journal of clinical psychology*, 67 (2), 193-203.

Macek, P. (2003). *Adolescence*. Praha: Portál.

Macek, P., Lacinová, L. (2004). *Vztahy v dospívání.* Brno: Barrister & Principal.

Macek, P. (2004). „Adolescenti a jejich rodiče: důležitost vzájemné percepce pro sebehodnocení dospívajících.“ In *Pedagogika*, 54, 1-13.

Markiewicz, D., Lawford, H., Doyle A. B., Haggar N. (2006). „Developmental Differences in Adolescents’ and Young Adults’ Use of Mothers, Fathers, Best Friends, and

Romantic Partners to Fulfill Attachment Needs.“ In *Journal of Youth and Adolescence*, 35 (1), pp. 127–140.

Marvin, R. S., Britner, P. A. (1999). „Normative Development: The Ontogeny of Attachment.“ In J. Cassidy, P. R. Shaver (Eds.). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (44–65). New York: Guilford Press.

Matteucci, N., Vieira Lima, S. (2014). „Women and happiness“ In *MPRA Paper*, (Dostupné z http://mpra.ub.uni-muenchen.de/60875/)

Meisenberg, G., Woodley, M. A. (2015). „Gender Differences in Subjective Well-Being and Their Relationships with Gender Equality.“ In *Journal of Happiness Studies*, 16, pp. 1539–1555.

Michalčáková, R., Lacinová, L., Bouša, O., Kotková, M. (2010). Strachy a citová vazba k rodičům v období rané adolescence. E-psychologie [online]. 4 (1), 16-29.

Mroczek, D. K., Kolarz, Ch. M. (1998). „The Effect of Age on Positive and Negative Affect: A Developmental Perspective on Happiness.“ In *Journal of Personality and Social Psychology*, 75 (5), pp. 1333-1349.

Nickerson, A. B., Nagle, R. J. (2004). „The Influence of Parent and Peer Attachments on Life Satisfaction in Middle Childhood and Early Adolescence.“ In *Social Indicators Research*, 66, pp. 35–60.

Obegi, J. H., Berant E. (2009). *Attachment theory and research in clinical work with adults*. New York: Guilford Press. (dostupné z http://books.google.com)

Oladipo, S. E., Adenaike, F. A., Adejumo, A. O., Ojewumi, K. O. (2013). „Psychological Predictors of Life Satisfaction Among Undergraduates“ In *Social and Behavioral* Sciences, 82, pp. 292-297.

Pavot, W., Diener, E. (1993) „Review of the Satisfaction With Life Scale“ In *Psychological Assessment*, 5 (2), pp. 164-172.

Plháková, A. (2003) *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia.

Proctor, C. L., Linley, P. A., Matlby, J. (2008). „Youth Life Satisfaction: A Review of the Literature.“ In *Journal of Happiness Studies*, 10, pp. 583–630.

Proctor, C. L., Linley, P. A., Matlby, J. (2009). „Very Happy Youths: Benefits of Very High Life Satisfaction Among Adolescents.“ In *Social Indicators Research,* 98, pp. 519–532.

Rosenstein, D. S., Horowitz, H. (1996). „Adolescent Attachment and Psychopathology“ In *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 64(2), pp. 244-253.

Ryan, R. M., Deci, E. L. (2001). „On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being“ In *Annual Reviews of Psychology,* 52 (1), pp. 141-166.

Ryff, C. D., Keyes, C., L., M. (1995). „The Structure of Psychological Well-being Revisited.“ In *Journal of Personality and Social Psychology,* 69(4), pp. 719-727.

Shinde, V. R. (2017). „Happiness: hedonic and eudaimonic.“ *In Indian Journal of Positive Psychology,* 8 (2), 169-173.

Stafford, M., Kuh, D. L., Gale, C. R., Mishra, G., Richards, M. (2015). „Parent–child relationships and offspring's positive mental wellbeing from adolescence to early older age.“ In *The Journal of Positive Psychology,* 11 (3), pp. 326–337.

Starrels, M. E. (1994). „Gender Differences in Parent-Child Relations.“ In *Journal of Family Issues,* 15 (1), pp. 148-165.

Stevenson-Hinde, J. (2007). „Attachment theory and John Bowlby: Some reflection.“ In *Attachment and Human Development,* 9 (4), pp. 337-342.

Uytun, M. C., Oztop, D. B., Esel, E. (2013). „Evaluating The Attachment Behaviour in During Puberty and Adulthood.“ In *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences,* 26 (2), pp. 177-189.

Širůček, J., Lacinová, L. (2008) „Relationship with Parents from the Perspective of Attachment Theory“ *In Fifteen-year-olds in Brno: A slice of Longitudinal self-reports,* pp. 124-131.

Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: Proměny lidské psychiky od početí po smrt.* Praha: Portál.

Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání.* Praha: Karolinum.

Verschueren, K., Doumen, S., Buyse E. (2012). „Relationship with mother, teacher, and peers: unique and joint effects on young children's self-concept.“ In *Attachment & Human Development*, 14 (3), pp. 233–248.

Weiss, R. S. (1991). „The attachment bond in childhood and adulthood.“ In P. Marris, C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde. Attachment Across the Life Cycle (66-75). London: Routledge. (dostupné z http://books.google.com)

Wood, W., Rhodes, N., Whelan, M. (1989). „Sex Differences in Positive Well-Being: A Consideration of Emotional Style and Marital Status.“ In *Psychological Bulletin*, 106 (2), pp. 249-264.

Zemanová, V., Dolejš, M. (2015). *Životní spokojenost, sebehodnocení a výskyt rizikového chování u klientů nízkoprahových zařízení pro děti a mládež*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. (dostupné z http://books.google.com)

6 Seznam příloh

Příloha č. 1 – Informovaný souhlas pro rodiče

Vážení rodiče,

jsem studentkou Univerzity Karlovy, oboru Psychologie a speciální pedagogika. V rámci své bakalářské práce zpracovávám téma *Vliv citové vazby k rodičům na úroveň osobní pohody adolescentů.* Sběr dat provádím za pomoci dvou dotazníků, které bych ráda zadala i Vašim dětem.

Při výzkumu dbám na etická pravidla, mezi něž patří i informovaný souhlas rodičů, proto bych Vás chtěla velmi požádat o souhlas se zapojením Vašeho dítěte do výzkumu a vyplnění přiloženého formuláře.

Veškerá data budou zpracována anonymně.

S jakýmkoliv dotazem mě prosím kontaktujte na e-mailové adrese:

Terezastetinova@seznam.cz.

Děkuji za Váš čas a ochotu.

Tereza Štětinová

Souhlasím se zapojením svého syna/dcery …… do výzkumu Vliv citové vazby k rodičům na úroveň osobní pohody adolescentů.

Podpis: ……

Příloha č. 2 – Dotazník IPPA a SWLS

Ráda bych Vás poprosila o vyplnění dotazníku ke své bakalářské práci.

Dotazník se skládá ze dvou částí. První část se týká toho, jak vnímáte své rodiče. U každého tvrzení prosím zakroužkujte možnost, kterou považujete za nejvýstižnější. Pokud se s jedním z rodičů nestýkáte, vypovídejte o jiné osobě, kterou za matku nebo otce považujete.

Druhá část dotazníku se zaměřuje na zjišťování celkové spokojenosti s Vaším životem. Opět prosím zakroužkujte možnost, která nejvíce odpovídá Vašemu názoru.

POHLAVÍ:
VĚK:

	Nikdy nebo téměř nikdy	Zřídka	Někdy	Často	Vždy nebo téměř vždy
1. Matka respektuje mé pocity.	1	2	3	4	5
2. Moje matka je dobrou matkou.	1	2	3	4	5
3. Přál/a bych si mít jinou matku.	1	2	3	4	5
4. Matka mě bere takového, jaký jsem/takovou, jaká jsem.	1	2	3	4	5
5. Nemohu se spolehnout, že mi matka pomůže s řešením problémů.	1	2	3	4	5
6. Když mám s něčím starosti, rád/a si vyslechnu, co si o tom myslí matka.	1	2	3	4	5

7. Matka pozná, když jsem kvůli něčemu rozrušený/á nebo rozčilený/á.	1	2	3	4	5
8. Když s matkou mluvím o svých problémech, stydím se nebo si připadám hloupě.	1	2	3	4	5
9. Matka ode mne očekává příliš mnoho.	1	2	3	4	5
10. Jsem naštvaný/á nebo se trápím mnohem častěji, než si matka myslí.	1	2	3	4	5
11. Když s matkou o něčem mluvím, bere vážně, co si myslím.	1	2	3	4	5
12. Matka bere vážně mé názory.	1	2	3	4	5
13. Matka má své vlastní problémy, tak ji neobtěžuji s těmi svými.	1	2	3	4	5
14. Matka mi pomáhá, abych sám/sama sobě lépe porozuměl/a.	1	2	3	4	5
15. Svěřuji se matce se svými problémy a nesnázemi.	1	2	3	4	5
16. Zlobím se na svoji matku.	1	2	3	4	5
17. Doma mi matka nevěnuje moc pozornosti.	1	2	3	4	5

18. Matka mě povzbuzuje v tom, abych mluvil/a o svých starostech.	1	2	3	4	5
19. Matka mě chápe.	1	2	3	4	5
20. Nevím, zda se mohu na matku spolehnout.	1	2	3	4	5
21. Když jsem kvůli něčemu rozhněvaný/rozhněvaná, matka se to snaží pochopit.	1	2	3	4	5
22. Důvěřuji své matce.	1	2	3	4	5
23. Matka nechápe moje problémy.	1	2	3	4	5
24. Když potřebuji mluvit o nějakém problému, mohu počítat se svou matkou.	1	2	3	4	5
25. Když matka ví, že mě něco trápí nebo štve, zeptá se mě na to.	1	2	3	4	5

	Nikdy nebo téměř nikdy	Zřídka	Někdy	Často	Vždy nebo téměř vždy
1. Otec respektuje mé pocity.	1	2	3	4	5
2. Můj otec je dobrým otcem.	1	2	3	4	5
3. Přál/a bych si mít jiného otce.	1	2	3	4	5
4. Otec mě bere takového, jaký jsem/takovou, jaká jsem.	1	2	3	4	5
5. Nemohu se spolehnout, že mi otec pomůže s řešením problémů.	1	2	3	4	5
6. Když mám s něčím starosti, rád/a si vyslechnu, co si o tom myslí otec.	1	2	3	4	5
7. Otec pozná, když jsem kvůli něčemu rozrušený/á nebo rozčilený/á.	1	2	3	4	5
8. Když s otcem mluvím o svých problémech, stydím se nebo si připadám hloupě.	1	2	3	4	5
9. Otec ode mne očekává příliš mnoho.	1	2	3	4	5

10. Jsem naštvaný/á nebo se trápím mnohem častěji, než si otec myslí.	1	2	3	4	5
11. Když s otcem o něčem mluvím, bere vážně, co si myslím.	1	2	3	4	5
12. Otec bere vážně mé názory.	1	2	3	4	5
13. Otec má své vlastní problémy, tak ho neobtěžuji s těmi svými.	1	2	3	4	5
14. Otec mi pomáhá, abych sám/sama sobě lépe porozuměl/a.	1	2	3	4	5
15. Svěřuji se otci se svými problémy a nesnázemi.	1	2	3	4	5
16. Zlobím se na svého otce.	1	2	3	4	5
17. Doma mi otec nevěnuje moc pozornosti.	1	2	3	4	5
18. Otec mě povzbuzuje v tom, abych mluvil/a o svých starostech.	1	2	3	4	5
19. Otec mě chápe.	1	2	3	4	5
20. Nevím, zda se mohu na otce spolehnout.	1	2	3	4	5

21. Když jsem kvůli něčemu rozhněvaný/rozhněvaná, otec se to snaží pochopit.	1	2	3	4	5
22. Důvěřuji svému otci.	1	2	3	4	5
23. Otec nechápe moje problémy.	1	2	3	4	5
24. Když potřebuji mluvit o nějakém problému, mohu počítat se svým otcem.	1	2	3	4	5
25. Když otec ví, že mě něco trápí nebo štve, zeptá se mě na to.	1	2	3	4	5

1) Můj způsob života se téměř zcela shoduje s mým ideálem.

1. Rozhodně nesouhlasím
2. Nesouhlasím
3. Spíše nesouhlasím
4. Nemohu se rozhodnout
5. Spíše souhlasím
6. Souhlasím
7. Rozhodně souhlasím

2) Podmínky mého života jsou vynikající.

1. Rozhodně nesouhlasím
2. Nesouhlasím
3. Spíše nesouhlasím
4. Nemohu se rozhodnout
5. Spíše souhlasím
6. Souhlasím
7. Rozhodně souhlasím

3) Jsem se svým životem spokojený/á.

1. Rozhodně nesouhlasím
2. Nesouhlasím

3. Spíše nesouhlasím
4. Nemohu se rozhodnout
5. Spíše souhlasím
6. Souhlasím
7. Rozhodně souhlasím

4) Od svého života jsem dostal/a téměř vše, co jsem chtěl/a.

1. Rozhodně nesouhlasím
2. Nesouhlasím
3. Spíše nesouhlasím
4. Nemohu se rozhodnout
5. Spíše souhlasím
6. Souhlasím
7. Rozhodně souhlasím

5) Kdybych mohl/a žít svůj život znovu, téměř nic bych nezměnil/a.

1. Rozhodně nesouhlasím
2. Nesouhlasím
3. Spíše nesouhlasím
4. Nemohu se rozhodnout
5. Spíše souhlasím
6. Souhlasím
7. Rozhodně souhlasím

Příloha č. 3 – Přiřazení položek IPPA k jednotlivým dimenzím

Dimenze důvěra

1. Matka/otec respektuje mé pocity.

2. Moje matka/otec je dobrá matka/ dobrý otec.

3. Přál/a bych si mít jinou matku/jiného otce.

4. Matka/otec mě bere takového, jaký jsem/takovou, jaká jsem.

11. Když s matkou/otcem o něčem mluvím, bere vážně, co si myslím.

12. Matka/otec bere vážně mé názory.

19. Matka/otec mě chápe.

21. Když jsem kvůli něčemu rozhněvaný/rozhněvaná, matka/otec se to snaží pochopit.

22. Důvěřuji své matce/svému otci.

Dimenze komunikace

6. Když mám s něčím starosti, rád/a si vyslechnu, co si o tom myslí matka/otec.

7. Matka/otec pozná, když jsem kvůli něčemu rozrušený/á nebo rozčilený/á.

14. Matka/otec mi pomáhá, abych sám/sama sobě lépe porozuměl/a.

15. Svěřuji se matce/otci se svými problémy a nesnázemi.

18. Matka/otec mě povzbuzuje v tom, abych mluvil/a o svých starostech.

24. Když potřebuji mluvit o nějakém problému, mohu počítat se svou matkou/svým otcem.

25. Když matka/otec ví, že mě něco trápí nebo štve, zeptá se mě na to.

Dimenze odcizení

5. Nemohu se spolehnout, že mi matka/otec pomůže s řešením problémů.

8. Když s matkou/otcem mluvím o svých problémech, stydím se nebo si připadám hloupě.

9. Matka/otec ode mne očekává příliš mnoho.

10. Jsem naštvaný/á nebo se trápím mnohem častěji, než si matka/otec myslí.

13. Matka/otec má své vlastní problémy, tak ji/ho neobtěžuji s těmi svými.

16. Zlobím se na svoji matku/svého otce.

17. Doma mi matka/otec nevěnuje moc pozornosti.

20. Nevím, zda se mohu na matku/otce spolehnout.

23. Matka/otec nechápe moje problémy.