

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
Katedra psychologie

**SOUVISLOST MEZI HODNOTAMI A
ÚZKOSTNOSTÍ U STUDENTŮ VŠ**
CONNECTION BETWEEN VALUES AND TRAIT ANXIETY AMONG
COLLEGE STUDENTS



Bakalářská diplomová práce

Autor: **Hana Knápková**

Vedoucí práce: prof. PhDr. Panajotis Cakirpaloglu, DrSc.

Olomouc

2019

Děkuji především své rodině a přátelům za morální podporu. Dále děkuji panu prof. Cakirpaloglu za odborné vedení práce a řadu cenných rad. V neposlední řadě děkuji i všem účastníkům výzkumu za jejich ochotu věnovat mi svůj čas.

Místopřísežně prohlašuji, že jsem bakalářskou diplomovou prací na téma: „Souvislost mezi hodnotami a úzkostností u studentů VŠ“ vypracovala samostatně pod odborným dohledem vedoucího diplomové práce a uvedla jsem všechny použité podklady a literaturu.

V Olomouci dne

Podpis

OBSAH

Číslo	Kapitola	Strana
	OBSAH	3
	ÚVOD.....	5
	TEORETICKÁ ČÁST.....	7
1	Hodnoty.....	8
	1.1 Vymezení pojmu hodnota.....	8
	1.2 Hodnotová orientace.....	10
	1.3 Klasifikace hodnot a hodnotových orientací	11
	1.4 Původ hodnot.....	13
	1.4.1 Faktory ovlivňující vznik hodnot	14
	1.5 Funkce hodnot	15
	1.6 Teorie hodnot.....	17
	1.6.1 Teorie M. Rokeache	17
	1.6.2 Teorie R. Ingelharta.....	18
	1.6.3 Teorie G. Hofstede	18
	1.6.4 Teorie S. H. Schwartze.....	19
	1.7 Hodnoty u studentů.....	20
2	Úzkostnost.....	21
	2.1 Základní vymezení a diferenciacíe pojmů strach, úzkost, úzkostnost.....	21
	2.1.1 Úzkost a strach	21
	2.1.2 Úzkostnost.....	22
	2.2 Projevy úzkosti	23
	2.3 Příčiny úzkosti	24
	2.4 Patologická úzkost.....	26
	2.4.1 Generalizovaná úzkostná porucha.....	27
	2.4.2 Panická porucha	27
	2.4.3 Smíšená úzkostně-depresivní porucha	27
	2.4.4 Agorafobie.....	28
	2.4.5 Sociální fobie.....	28
	2.4.6 Specifické fobie.....	28
	2.5 Zmírnění úzkostí.....	29
	2.6 Úzkostnost u studentů.....	29
3	Předešlé výzkumy na toto téma	31
	3.1 Výzkumy souvislostí mezi hodnotami a osobností	31

VÝZKUMNÁ ČÁST	34
4 Výzkumný problém	35
5 Typ výzkumu a použité metody	36
5.1 Typ výzkumu.....	36
5.2 Testové metody	36
5.2.1 STAI (State-Trait Anxiety Inventory).....	36
5.2.2 PVQ (Portrait Value Questionnaire)	37
5.3 Cíle výzkumu.....	39
5.3.1 Výzkumné otázky.....	39
5.3.2 Hypotézy:	39
6 Sběr dat a výzkumný soubor	40
6.1 Výzkumný soubor	40
6.1.1 Způsob a kritéria výběru.....	40
6.1.2 Charakteristiky výzkumného souboru.....	40
6.2 Etické hledisko a ochrana soukromí.....	41
7 Práce s daty a její výsledky	42
7.1 Výsledky ověření platnosti statistických hypotéz	46
8 Diskuze	47
9 Závěr	51
10 Souhrn	52
LITERATURA	55
PŘÍLOHY	58

ÚVOD

Přesto, že zájem o hodnoty v posledních desetiletích soustavně roste, jsou stále spíše v pozadí. To ale ještě neznamená, že na naši osobnost a existenci nemají vliv. Je tomu právě naopak. Problémem je, že hodnoty jsou něco velmi těžce uchopitelného. Jsou ale neodmyslitelnou a důležitou součástí naší osobnosti, ať už si to uvědomujeme, nebo ne. Úzce souvisí s naší motivací, cíli a chováním. Nejedná se proto o něco, co by se mělo opomíjet.

Chtěla jsem toto téma spojit s úzkostí z toho důvodu, že je v dnešní společnosti poměrně častým jevem. S úzkostí se potýkají lidé úzkostní i neúzkostní téměř na denním pořádku. Ať už jde o úzkost spojenou s očekáváním budoucnosti nebo v případě studentů se zkouškami nebo osamostatňováním se. Myslím si, že tyto úzkosti mají velký vliv na prožívání i chování člověka. Chtěla jsem se proto podívat na případy, kdy je úzkostnost primárním nastavením člověka a zdali tento osobnostní rys nějak souvisí s hodnotami, které na nás na všechny mají také velký vliv.

Teoretickou část dělím na tři dílčí části. V první z nich se zabývám hodnotami. Nejprve je důležité hodnoty nějak uvést, a proto se hned ze začátku zabývám různými definicemi a pojetím hodnot. Následuje vymezení hodnotové orientace, klasifikace hodnot a jejich původ a funkce. Následně uvádím pár nejznámějších teorií hodnot. Na závěr kapitoly o hodnotách uvádím krátkou kapitolu o hodnotách u studentů. Druhá část je potom o úzkostnosti a úzkostech obecně. Ze začátku je vymezen rozdíl mezi strachem, úzkostí a úzkostností. Dále se píše o projevech a příčinách úzkosti a krátce jsou zahrnuty i patologické úzkosti. Následují kapitoly o zmírnění úzkosti a výskytu úzkosti u studentů. Ve třetí části se snažím o propojení těchto témat a zahrnuji jsem výzkumy, které se zabývaly vztahem mezi hodnotami a osobnostními rysy, nebo dokonce hodnotami a úzkostností, stejně jako já v této bakalářské práci.

Výzkumná část se věnuje zjištění případného vztahu mezi úzkostností a hodnotami. Kromě toho se zabývá i rozdíly a shodami mezi hodnotami a úzkostností u studentů společenskovědních a studentů přírodovědných oborů vysokých škol. K získání dat byly použity dotazníkové metody. Konkrétněji metoda PVQ S. H. Schwartze k zmapování hodnotových portrétů a metoda STAI C. D. Spielbergera k zjištění míry úzkostnosti. Praktická část dále obsahuje cíle výzkumu, výzkumné otázky a hypotézy. Dále jsou popsány

použité metody a výzkumný soubor. Následují výsledky výzkumu a jejich vyhodnocení, diskuze a závěr a shrnutí.

TEORETICKÁ ČÁST

1 HODNOTY

1.1 Vymezení pojmu hodnota

Hodnotami se v rámci filosofie zabývali už Řekové v období antiky. V té době byly většinou spojovány s etickými otázkami a morálkou. Po dlouhou dobu ale neexistovala žádná ucelená teorie hodnot, nebo dokonce jejich vědecké zkoumání. To změnili až Hermann Lotze a Franz Brentano, kteří měli velký podíl na založení samostatného oboru filosofie, který se právě hodnotami zabývá. Název tohoto oboru je axiologie, případně timologie nebo timétika (Cakirpaloglu, 2009). H. Lotze považoval hodnoty za důležitou součást lidské osobnosti, která je utvářena rozumem, který vede k poznání, a také citem a emocemi (Dobrovolská, & Duplinský, 1981).

Po dlouhou dobu byl výzkum hodnot spíš v pozadí. V posledních desetiletích ale zájem o ně postupně roste a vyskytuje se tak více a více publikací i výzkumů na toto téma. Předpokládá se, že nárůst bude dále pokračovat a díky svému potenciálu se tak hodnoty zařadí mezi řadu dalších hlavních pojmů společenských věd (Dobrovolská, & Duplinský, 1981).

Součástí nárůstu popularity je i fakt, že hodnoty do svého zkoumání zahrnují i jiné vědy než filosofie. Jsou jimi například ekonomie, antropologie, sociologie nebo pedagogika. Každá z věd přichází se svými vlastními specifickými náhledy a definicemi a zabývá se hodnotami v trochu odlišném kontextu. Díky tomu jsou hodnoty jako pojem značně heterogenní. Právě kvůli značně různorodému přístupu je velmi obtížné pojem vysvětlit a konkrétně vymežit. Existuje dokonce názor, že je nemožné nominálně vyjádřit hodnoty jako pojem. Můžeme pouze hovořit o tom, jaký mají vliv a jakým způsobem působí na jedince, případně o souvislostech, ve kterých se objevují (Prudký, 2009).

V rámci filosofie, konkrétněji axiologie, jsou hodnoty dodnes zkoumány především v souvislosti s etikou a mravností. Určují, jaké chování je vhodné a správné, případně ctnostné. Jako takové existují mimo člověka a nezávisle na něm. Nevznikají tedy v rámci společnosti a jejího působení, což je rozdíl oproti řadě sociologických i jiných přístupů (Dobrovolská, & Duplinský, 1981).

V sociologickém slovníku (Jandourek, 2012, 98) je hodnota popsána jako „*vědomá nebo nevědomá představa o tom, co je žádoucí*“. V sociologickém pojetí je úzce spojena se společností a vlivem na ni. Hodnoty jsou společností utvářeny a pomáhají ji udržovat a organizovat tím, že vyjadřují, co je v dané společnosti a vhodné a usměřují ji tím. Člověk si je osvojuje za pomoci socializace a také další socializaci napomáhají (Prudký, 2009).

Trochu z jiného úhlu pohledu se hodnotami zabývá pedagogika, která se soustředí především na vliv hodnot na mládež, výuku hodnot v rámci školského systému a obecně propojením hodnot s edukací (Sekera, 1994).

Určité specifické vymezení hodnot používá i teologie. Je to přirozené, že přístup teologie k hodnotám je odlišný. Hodnoty jsou dány teologickými texty, jsou pevně určeny a hodnotový přístup je určitou metodou výkladu těchto textů (Cakirpaloglu, 2009).

I samotná psychologie přichází s řadou různých definic. Z jejich odvětví se hodnotami zabývá zejména psychologie osobnosti a sociální psychologie. Hartl (2004, 81) vymezuje hodnotu jako „*vlastnost, kterou člověk přisuzuje určitému objektu, situaci, události nebo činnosti ve spojitosti s uspokojováním potřeb a zájmů*“. Cakirpaloglu (2009) mluví o hodnotách jako o struktuře osobnosti, které je poměrně stabilní a neměnná. Jsou úzce spjaty s potřebami a jako takové mají tendenci k naplnění. Hodnoty říkají, co je pro člověka důležité. Stejně jako v případě předchozích vymezení jsou vnímány jako přesvědčení o tom, co je vhodné a žádoucí a co naopak vhodné a žádoucí není. Jde o naše vnitřní standarty a ideály, které se podílí na regulaci lidského jednání. Jsou to také cíle, o které člověk v životě usiluje a kterých si v životě přeje dosáhnout.

Podobné vymezení uvádí i Schwartz (2012), který definuje hodnoty z hlediska jejich pěti hlavních vlastností, kterými se podílí na životě člověka. Jsou jimi:

- Hodnoty jako přesvědčení. Přesvědčení mají emoční náboj a jsou svázány s pojetím toho, co je v životě žádoucí a čeho by chtěl člověk dosáhnout.
- Hodnoty jako motivační konstrukt. I v tomto případě jsou svázány s cíli. Napomáhají nám dosahovat našich cílů a motivovat k potřebným aktivitám.
- Hodnoty přesahují specifické činnosti a motivace. Jak bylo již zmíněno, hodnoty jsou velmi abstraktní, nikoli konkrétní cíle. Tím se liší od řady jiných pojmů, které mohou mít podobné funkce, jako jsou například postoje.
- Hodnoty řídí hodnocení činností, zásad nebo lidí. Posuzujeme podle nich naše okolí a rozhodujeme se, co je podle nás správné a co ne.

- Hodnoty jsou uspořádány podle své důležitosti. Důležitost jednotlivých hodnot může být u každého jedince různá. Toto hierarchické uspořádání vytváří hodnotovou orientaci.

Podle Prudkého (2009, 11) je hodnota vnímána jako znak nejen osobnosti, ale i všech dalších sociálních jednotek, jako jsou skupiny, sociální vrstvy nebo dokonce stát. Kromě toho také uvádí, že hodnoty jsou „*jeden ze stavebních kamenů motivací, chování, utváření vztahů a struktur ve společnosti i v jejích částech*“.

S hodnotami také blízce souvisí pojem postoj. Postoje, stejně jako hodnoty, jsou naše představy o tom, co je vhodné. Také se podílí na determinaci chování. Na rozdíl od postojů jsou hodnoty více abstraktní. Jsou uloženy hlouběji v člověku a mohou mít tendenci postoje utvářet a usměrňovat. Hodnotový systém má vliv na utváření postoje a stejně tak již existující postoje ovlivňují náš hodnotový systém. Postoje neodpovídají formální logice, ale přesto mají určitý řád – psycho-logiku, která je odvozena právě od hodnot. Napomáhají tím udržovat vnitřní konzistenci postojů (Atkinson et al., 1995).

1.2 Hodnotová orientace

Hartl (2004, 81) říká, že hodnotová orientace je „*stálý, sociálně podmíněný, volitelný vztah člověka k souhrnu materiálního a duchovního bohatství a ideálů, sloužících jako prostředky uspokojování jeho životních potřeb*“.

V případě hodnotového systému se můžeme v některých publikacích setkat i s pojmy jako je hodnotový žebříček nebo hodnotová preference. Zastávané hodnoty se neobjevují izolovaně a stejně tak nemají všechny stejnou důležitost. Co je důležité pro jednu osobu, nemusí být nutně důležité pro někoho jiného. Každý člověk tak má v sobě své hodnoty vnitřně uspořádané podle důležitosti, kterou jim přisuzuje – jsou hierarchizované. Na uspořádání můžeme pohlížet buď z hlediska formálního, nebo obsahového (Prudký, 2009).

Hodnotová orientace je celá soustava hodnot o různé důležitosti, která má značný vliv na osobnost a chování člověka. Blíže určuje, jak jednotlivé hodnoty vnímáme a jakou pro nás mají roli. Hodnotová orientace spíše, než s přesným uspořádáním hodnot souvisí s jejich zaměřeností a tendencí k uskutečňování. Právě díky zaměřenosti a tendenci k naplňování nám napomáhá lépe chápat motivy člověka a také předpovídat chování (Prudký, 2009).

Podle Göbelové (2008) je hodnotová orientace stabilní uspořádaný systém hodnot, díky kterému člověk určuje, co je pro něj více a co méně důležité a napomáhá tak směřovat jeho chování. Patří díky tomu k základu osobnosti. Hodnotová orientace také určuje, co je podle člověka správné nebo špatné.

Velmi obdobný náhled na tento pojem mají i autoři Dobrovolská a Duplinský (1981, 40), podle kterých hodnotová orientace „*postihuje současně existující skupinu hodnot u jedince a směřování jedince k určitým hodnotám. Obě tyto skutečnosti mají pro nás motivační povahu, případně podle nich můžeme prognózovat chování jedince*“.

1.3 Klasifikace hodnot a hodnotových orientací

Hodnoty lze klasifikovat podle řady různých kritérií. I zde se objevuje značná heterogenost. Každý autor se hodnotami zabýval z jiného úhlu pohledu, což odráží i různorodost jejich třídění. Níže je uvedeno několik z nejznámějších klasifikací.

Nejjednodušším a nejintuitivnějším tříděním je prosté dělení hodnot na pozitivní a negativní. Pozitivní hodnoty vyvolávají příjemné a kladné prožitky, kdežto negativní vyvolávají nepříjemné emoce. Pozitivní a negativní hodnoty jsou často v přímém protikladu. Krom toho se objevují i neutrální hodnoty, které jsou bez výrazného emočního náboje (Dobrovolská, & Duplinský, 1981)

Poměrně častou klasifikací je klasifikace Viktora Frankla, který je velmi známým psychologem, který se zabýval smyslem života a logoterapií. Dělí hodnoty na zážitkové, tvořivé a postojové.

- Zážitkové hodnoty – hodnoty, které v člověku vyvolávají pozitivní emoce. Patří mezi ně například umění nebo láska. Jejich zdrojem je vnímání světa kolem a užívání aktuálních okamžiků.
- Tvořivé hodnoty – jsou spojeny s naší vlastní tvůrčí činností. Nezáleží ale ani tak na výsledném produktu nebo „důležitosti“ činnosti, jako spíše na samotné aktivitě. Je důležité zodpovědně si plnit své povinnosti, bez ohledu na to, jak jsou velké nebo malé.
- Postojové hodnoty – hodnoty s pozitivním i negativním emocionálním zabarvením. Jde o hlavní skupinu hodnot. Napomáhají nám zaujmout postoje k situacím v našem životě a lépe se v něm orientovat. Tyto hodnoty napomáhají

přijmout život a situace takové, jaké jsou. A to jak jejich pozitivní, tak negativní aspekty (Frankl, 2015).

Další klasifikací se zabýval Morris. Třídění vychází z ontologického přístupu k člověku. Nevidí hodnoty jako výsledek socializace a zkušenosti, ale jako základní součást bytí. Rozděluje hodnoty na operativní a konceptualizované a objektivní.

- Operativní hodnoty – souvisí s biologickou stránkou člověka, kdy lidský organismus upřednostňuje některé objekty před jinými.
- Konceptualizované hodnoty – jsou spojeny s vědomím. Jde o naše představy o tom, co má být uskutečněné.
- Objektivní hodnoty – projevují se na konkrétním chování (Dobrovolská, & Duplinský, 1981).

Klasifikací se zabýval i Milton Rokeach, který je známý především tím, že se zabýval hodnotami. M. Rokeach je zároveň i původcem jednoho z nejvyužívanějších dotazníků hodnot. Rozděluje hodnoty do dvou skupin – instrumentální a terminální.

- Instrumentální hodnoty – slouží k dosahování cílů. Určují, jakým způsobem se k cíli chceme dostat. Souvisí v morálkou a konkrétními způsoby chování.
- Terminální hodnoty – představují konečné cíle, kterých chceme dosáhnout a říkají, jaké ideály jsou pro nás důležité. Podle jejich významu se jim někdy říká hodnoty cílové (Rokeach, 1973)

Eduard Spranger se klasifikací zabývá z trochu jiného pohledu. Rozlišil typy člověka podle toho, jaké hodnoty preferuje a více se na ně zaměřuje. Dalo by se říct, že rozlišuje spíše typy hodnotových orientací než samostatných hodnot. Těmito typy jsou teoretický, ekonomický, estetický, sociální, politický a náboženský typ.

- Teoretický typ – je zaměřený na poznání a hledání pravd.
- Ekonomický typ – je velmi praktický. Je pro něj důležitý zisk a jistoty.
- Estetický typ – jeho základem je dosažení harmonie.
- Sociální typ – vyznačuje se velkým sociálním cítěním, altruismem.
- Politický typ – typickou hodnotou je touha po moci.
- Náboženský typ – hlavními hodnotami náboženského jsou hodnoty duchovní a sebetranscendence (Říčan, 2007).

Jinou teorii hodnot, hodnotové orientace a jejich dělením se zabýval i S.H. Schwartz (2012, 3-4). Ve svých pracích rozlišuje hodnoty na deset základních typů. Ty zahrnují základní hodnoty, které se objevují ve všech kulturách. Dělení vymezuje na základě jejich hlavních motivačních cílů. Jsou jimi:

- Sebeřízení – nezávislé myšlení a aktivity.
- Stimulace – vzrušení, novost a výzva v životě.
- Hédonismus – požitek a smyslové uspokojení. Bývá nazýván také jako požitkářství.
- Úspěch – osobní úspěch demonstrací schopností dle sociálních standardů.
- Moc – sociální status a prestiž.
- Bezpečí – bezpečí, harmonie a stabilita společnosti, vztahů a sama sebe.
- Konformita – ovládání impulzů, které mohou ublížit ostatním a narušit sociální očekávání a normy.
- Tradice – respekt, závazek a přijetí zvyklostí a představ tradiční kultury.
- Benevolence – zachování a rozvíjení blaha těch, se kterými jsou lidé v častém osobním kontaktu.
- Universalismus – porozumění, ocenění, tolerance a ochrana blaha všech lidí a přírody

Bilsky a Schwartz (1994) také uvádí, že těchto deset hodnot se dá dále sloučit do čtyř větších skupin, kterými jsou: otevřenost ke změně, sebetranscendence, konzervatismus a sebeprosazení. Téměř každá hodnota náleží do jedné skupiny. Výjimkou je jen hédonismus, který spadá jak do otevřenosti ke změně, tak do sebeprosazení. Hodnoty jsou do skupin rozděleny následovně:

- Otevřenost ke změně – sebeřízení, stimulace, hédonismus
- Sebetranscendence – universalismus, benevolence
- Konzervatismus – bezpečí, konformita, tradice
- Sebeprosazení – moc, úspěch, hédonismus

Výše je uvedeno celkem šest různých způsobů klasifikace, z nichž každý používá jiný přístup a pohled na danou oblast. Nejde ale o všechny možné způsoby třídění.

1.4 Původ hodnot

Existuje více názorů na tom, jak vznikají hodnoty. Prvním názorem by mohl být ten, že s hodnotami se rodíme. To by znamenalo, že jejich původ je v biologické podstatě člověka.

To by se určitě dalo říct minimálně o hodnotách, které blízce souvisí se sebezáchovou. Tento názor ale nevysvětluje původ řady dalších hodnot, které s přežitím nesouvisí, ale mají větší souvislost s adaptací ve společnosti, případně s prosazováním se v ní. Z toho vyplývá, že biologie člověka nemůže být jediným původcem hodnot (Dobrovolská, & Duplinský, 1981).

Další, a asi nejproslulejší teorií je sociologická teorie vzniku hodnot Ingelhartova. Dle jeho teorie vznikají v určitých procesech a za působení určitých vlivů. Hodnoty jsou zakotveny v sociálním prostředí společnosti a lidé si je osvojují pomocí socializace. Jako takové nejsou vrozené a člověk je získává v průběhu života. Zdroji hodnot mohou být rodiče, vrstevníci, učitele nebo média. K prvnímu osvojování hodnot dochází už v dětském věku. V průběhu dospívání se hodnoty ještě upravují a postupně se osvojují nové. Od některých se lehce upouští a jiné se upevňují a získávají na důležitosti. K závažnějším změnám už ale většinou nedochází. Ve chvíli, kdy si člověk hodnoty osvojí a interiorizuje, je náročné je měnit. Po překročení určitého věku (cca 40 let) je jejich změna téměř nemožná (Prudký, 2009).

S touto teorií souhlasí i Hudeček (1986), který proces vzniku hodnot rozděluje do pěti fází. Jsou jimi fáze informace, transformace, angažování se, inkluze a dynamizace.

- Fáze informace – první fáze, ve které se člověk dozví, že daná hodnota existuje. Seznamuje se s její existencí a dalšími aspekty, které s ní souvisí.
- Fáze transformace – hodnotu vysvětlujeme svým specifickým způsobem a přisuzujeme jí individuální významy.
- Fáze angažování – provází ji přijetí nebo odmítnutí hodnoty. V případě odmítnutí další fáze nenastávají.
- Fáze inkluze – nastává, je-li hodnota přijata. V této fázi ji člověk přijímá do svého vlastního hodnotového systému.
- Fáze dynamizace – již přijatá hodnota působí na život a osobnost člověka. Již přímo ovlivňuje jeho chování, případně i prožívání.

1.4.1 Faktory ovlivňující vznik hodnot

Tato práce se zabývá otázkou, jestli existuje souvislost mezi hodnotami a úzkostností, tedy i tím, jestli by mohla případná úzkostnost být jedním z faktorů, které mají na hodnoty nějaký vliv. Kromě toho je práce specifikována na studenty vysokých škol. Je proto vhodné podívat se obecně na faktory, které hodnoty ovlivňují.

Faktory ovlivňujícími hodnoty se zabývala řada autorů. Jedním z nich byl Libor Prudký (2009), který prováděl rozsáhlou studii týkající se hodnot ve společnosti České republiky. Prudký nazývá tyto faktory socializačními mediátory. Jeho studie se zabývala studenty vysokých škol, kteří měli za úkol seřadit faktory podle důležitosti. Určovali tedy, jaké faktory jsou pro ně nejvíce důležité a které naopak nejméně. Mezi ty nejdůležitější se řadily postupně rodina, individuální vlastnosti, zájmy, přátelé a partneři, škola, média a jako poslední skončily politické události v dané zemi. Problém s tímto výzkumem je především v tom, že je značně subjektivní. Respondenti určovali, co si myslí, že na jejich hodnoty má vliv, to však ale nemusí odrážet realitu.

Dle Cakirpaloglu (2009) má výrazný vliv na vývoj hodnot rodinná příslušnost, sociální původ, styl života, zájmy vrstevníků, vrstevní identifikace a individuální zájmy.

Z jiného úhlu pohledu vycházela při své studii Řeháková (2001). Vlivnými faktory jsou podle jejích výzkumů věk, vzdělání a sociální role ve společnosti.

S. H. Schwartz se ve svých výzkumech zajímal kromě vnějších faktorů i o faktory vnitřní. Konkrétněji se zajímal o to, jakým způsobem mohou hodnoty ovlivnit charakterové rysy člověka (Bilsky & Schwartz, 1994). Více bude o podobných výzkumech pojednávat 3. kapitola.

1.5 Funkce hodnot

Hodnoty v našich životech plní určité funkce. Popis těchto funkcí může sloužit k lepšímu pochopení pojmu jako takového. Následuje tedy několik teorií, které je popisují.

Inventura hodnot autora Libora Prudkého (2009) nabízí celou řadu funkcí, které hodnoty nesou. Funkce jsou ve většině případů úzce provázané, doplňují se a také překrývají.

- Funkce hodnot jako stavebních kamenů kultury – hodnoty jsou velmi úzce spjaty s kulturou. Ta je napomáhá udržovat a zároveň patří hodnoty mezi definiční znaky kultury. Slouží k její organizaci, identifikaci jejích jednotlivých členů a slouží i k poznávání kultury. K pochopení kultury je důležité znát i její hodnoty, jelikož vypovídá fungování a smýšlení zástupců kultury.
- Funkce hodnot jako součásti utváření obsahu sociálních fenoménů a vztahů – to, že mají hodnoty stěžejní význam pro podobu kultury vypovídá i o tom, že mají velký vliv na vztahy v jejím rámci. Slouží jako „*obsahový základ celého sociálního i osobnostního systému*“ (Prudký, 2009, 47). Napomáhají lidem rozlišit, jaké chování

je v konkrétních situacích vhodné a sociálně přijatelné. Tím usměrňuje chování a upravuje tak i vztahy mezi lidmi a umožňuje rozpoznávání obsahové náplně sociálních aktivit a sociálních skupin.

- Funkce hodnot jako jednoho z definičních znaků osobnosti – jsou úzce spojeny s motivací k činnosti a dosahováním životních cílů. Stejně tak mají vliv i na vytváření a regulaci osobnosti. Zahrnují v sobě zájmy, postoje, preference a cíle, kterých chtějí lidé dosáhnout.
- Hodnoty jako zdroj motivace a chování – tato funkce souvisí s faktem, že hodnoty mají tendenci k naplnění. Slouží díky tomu jako poměrně silný motivační faktor. Stejně tak korigují chování, jelikož, jak už bylo zmíněno, určují, co je podle nás správné a vhodné chování.
- Součástí identifikátorů skupiny či etnika, společenství nebo i institucí – hodnoty jsou tedy součástí kultury. Z toho vyplývá, že jsou i součástí společnosti a jednotlivých sociálních skupin. Díky rozdílům v jednotlivých sociálních skupinách může napomáhat začlenění se do vlastní skupiny a zároveň vymezení se vůči skupinám ostatním.
- Zdroje sociální a kulturní soudržnosti – patří mezi hlavní prvky, které udržují soudržnost a tradice v kultuře.
- Zdroje a charakteristiky rozvrstvení a hierarchizace společnosti – mezi hodnotami a postavením člověka ve společnosti existuje vztah. Společenský status má prokázaný vliv na vytváření hodnot. Stejně tak mohou hodnoty sloužit k identifikaci místa ve společnosti.
- Atribut morálky – hodnoty jsou již od počátku jejich zkoumání s morálkou spjaty. Morálka je považována za „*hodnotové zakotvení jedince ve společnosti*“ (Prudký, 2009, 55).
- Základy politických filosofí a ideologií – ukotvuje hodnoty a principy jednotlivých politik, usměrňuje vize ideologií a jejich principy.

Jiné pojetí funkcí rozlišuje hodnoty podle toho, jestli mají přínos jen pro daného člověka nebo pro celou společnost. Z toho vyplývá, že jsou hodnoty buď individuální, nebo společenské (Cakirpaloglu, 2009).

Individuální hodnoty se dále dělí podle toho, jestli mají funkci adaptace člověka na fyzické podmínky, nebo překonávání vlastní existence.

- Adaptace člověka na fyzické a sociální podmínky – souvisí s tím, jak člověk reaguje na nové podněty, jak se k nim staví a jak se na ně adaptuje.
- Překonávání vlastní existence – slouží k dosahování nejvyšších cílů v životě člověka. Mnohdy jsou spojeny s ctnostnými a spirituálními hodnotami jako je čistě morální jednání nebo dosažení harmonie v životě (Cakirpaloglu, 2009).

Stejně tak i společenské hodnoty mají dvě rozdílné funkce – sociální integrace a sociální racionalizace.

- Sociální integrace – jejím hlavním smyslem je udržet stabilní společnost.
- Sociální racionalizace – také slouží k udržení společnosti, především ale na základě konsenzu. Více se uplatňuje v oblasti politiky, kdy je nutné najít hodnotovou shodu mezi rozdílnými skupinami. Napomáhá sjednocení sociálních zájmů. Na základě toho vznikají společenské hodnoty a ideologie. Určitý rozpor mezi hodnotami (například v právě v rámci ideologií) podporuje společenský vývoj. V případě velkých rozdílů ale může docházet ke krizím a případně až rozpadu společnosti (Cakirpaloglu, 2009).

1.6 Teorie hodnot

V následujícím textu bych se chtěla více věnovat několika vybraným teoriím hodnot. Některé z nich byly již zmíněny v rámci klasifikace hodnot, ale protože se jedná o fakticky ucelené teorie, jsou v této kapitole uvedeny detailněji.

1.6.1 Teorie M. Rokeache

Milton Rokeach vnímá hodnoty jako to, co je „*žádoucí, explicitní nebo implicitní, distinktivní pro jednotlivce nebo charakteristické pro skupinu, to, co ovlivňuje výběr dosažitelných způsobů, prostředků a cílů činnosti.*“ (Prudký, 2009, 74). Důležité je, že vidí hodnoty jako základ osobnosti, který ovlivňuje motivace a lidské chování.

Hodnoty, které si člověk osvojil, lze zařadit do hodnotového systému, který je řazen sestupně podle důležitosti a vztahu k hodnotám ostatním. Tento systém je poměrně stálý, i když není zcela neměnný. Z velké části je ovlivněn společností a kulturou, ale i přesto existují individuální rozdíly (Rokeach, 1973).

Jak bylo uvedeno již v rámci klasifikace, dělí hodnoty na instrumentální a terminální. Na základě tohoto dělení sestavil dotazník. Dotazník má dvě části – jednu, která zahrnuje

instrumentální hodnoty a druhou, která obsahuje hodnoty terminální. Každá z částí má 18 položek, kdy úkolem respondenta je položky seřadit podle toho, jakou důležitost zastávají v jeho životě. Základním předpokladem dotazníku je, že všichni lidé mají stejné základní hodnoty, ty se poté liší pouze v důležitosti, jakou v životě jednotlivce mají (Schusterová, 2008).

K tomuto dotazníku sice existují určité výhrady, přesto je díky své jednoduchosti a relativní spolehlivosti jedním z nejvyužívanějších metod zkoumání hodnot a hodnotových orientací. Souží také jako základ řady další metod, jako například metod R. Ingelhart a S. Schwartze (Prudký, 2009).

1.6.2 Teorie R. Ingelhart

Jedním z autorů, kteří metodologicky vycházeli z dotazníku hodnot M. Rokeache je Ronald Ingelhart. Rozdílem je, že hodnoty rozlišuje na materialistické a postmaterialistické. Zastává názor, že společnost a její hodnoty postupně přechází od materialistických k postmaterialistickým. Tato teorie je úzce spojena s potřebami a jejich uspokojením a v tomto aspektu vychází s Maslowovy teorie potřeb (Prudký, 2009).

Materialistické hodnoty zahrnují veškeré hodnoty, které mají hmotný charakter. Kromě nich se sem řadí i hodnoty, které se týkají bezpečí. Tím je myšleno nejen bezpečí obecně, ale také boj proti kriminalitě, inflaci a podobně. Postmaterialistické hodnoty mají seberealizační ráz. Také sem spadají potřeby týkající se sebeprosazení a veškerých sociálních potřeb (Prudký, 2009).

Dotazník je postaven na základě toho, že respondenti vždy vybírají jednu ze čtyř možností, které se týkají budoucnosti země. Nejrozličnější autoři původní dotazník rozšiřují a některé varianty tak mají až dvanáct položek. Tato metoda je často používána k výzkumu rozdílů mezi kulturami a je vhodná například pro mezinárodní výzkumy (Prudký, 2009).

1.6.3 Teorie G. Hofstede

Hofstede popisuje hodnoty jako „*široké tendence preferovat určité podoby událostí před jinými*“ (Prudký, 2009, 83). Dle této definice rozděluje hodnoty na hodnoty chtěné a na ty, o kterých si lidé myslí, že by chtít měli (Prudký, 2009).

Klade při výzkumu hodnot velký důraz na propojení s kulturou. Dělí je do tří úrovní – kolektivní, univerzální a individuální. Individuální jsou pro každého člověka jedinečné.

Kolektivními jsou myšleny hodnoty, které sdílí určitá kultura, která je hodnotami spoluutvářena a stejně tak kultura pomáhá formovat hodnoty. Univerzálními hodnotami jsou ty, které lidé sdílí a zastávají ze své podstaty. Hodnoty výrazně napomáhají predikovat chování člověka (Prudký, 2009).

1.6.4 Teorie S. H. Schwartze

I Shalom H. Schwartz částečně vychází z konceptu M. Rokeache. Vidí hodnoty jako důležitý prvek společnosti, který je nutný k jejímu pochopení (Prudký, 2009).

Schwartz, o kterém jsem se také zmiňovala již v předchozích kapitolách, definoval šest vlastností, které jsou společné všem hodnotám (viz. kapitola Vymezení pojmu hodnota). Ve svých teoriích také vychází z potřeb, čímž vlastně navazuje také na Maslowa. Na jejich základě určil osm základních motivačních typů hodnot: hodnoty prosociální, restriktivně konformní, požitek, úspěch, zralost, sebeřízení, bezpečnost a moc (Schwartz, 1992). Toto dělení je už dnes zastaralé. Je rozšířené a některé typy nesou jiný název.

Po zpřesnění své teorie rozděluje hodnoty do deseti skupin podle toho, jaký je jejich cíl. Ty byly zmíněny už dříve, konkrétněji v kapitole týkající se klasifikace hodnot. Jsou jimi sebeřízení, stimulace, požitkářství, úspěch, moc, bezpečí, konformita, tradice, benevolence a universalismus. V literatuře lze i po tomto rozšíření nalézt i jiný počet hodnot, protože jak Schwartz samotný, tak i jiní autoři dělení dále upravovali a doplňovali (Schwartz, 2012).

Jeho teorie jsou tedy dnes propracovanější. Na jejich základě vytvořil dva dotazníky, které se týkají hodnot. Jedním z nich je Schwartzův hodnotový dotazník, druhým je potom Dotazník hodnotových portrétů. Oba jsou poměrně často využívány a zjišťují to samé.

Nejdříve Schwartz přišel s hodnotovým dotazníkem, která má zkratku SVS (Schwartz Value Survey). Respondenti mají za úkol ohodnotit 57 hodnot podle toho, jak významnou roli pro ně mají v jejich životě. Problémem této metody je, že vyžaduje vysokou úroveň abstraktního myšlení. Proto nebyl vhodný pro všechny, zejména pak pro lidi s nižším stupněm vzdělání. Proto přišel s Dotazníkem hodnotových portrétů, nebo také PVQ (Portrait Value Questionnaire). Ten je na rozdíl od SVS více intuitivní. Jednotlivé otázky jsou dány formou výroků o nějaké jiné osobě. Respondentovým úkolem je určit, nakolik se osobě podobá (Řeháková, 2001).

1.7 Hodnoty u studentů

Vysokoškolští studenti jsou specifická skupina tím, že tvoří poměrně uzavřenou skupinu. Jedná se téměř výhradně o mladé lidi. Většinou mají podobné sociální zázemí, životní styl a zájmy. To se tedy z velké části odráží i na jejich hodnotách.

Díky homogenosti této skupiny by mohly být více zřejmé případné individuální faktory, které mohou také ovlivňovat hodnoty. Studenti splňují všechny předpoklady pro vzájemné ovlivňování. Předpokládá se do určité míry „společný život“. Tráví spolu většinu času ve škole i volný čas. Je také velmi časté společné bydlení (Dobrovolská, & Duplinský, 1981).

Z pohledu vzniku a formování hodnot dle Ingelhartů jsou studenti ve podobné fázi utváření hodnot, ale jejich hodnoty ještě nejsou zcela dotvořené (Prudký, 2009).

2 ÚZKOSTNOST

2.1 Základní vymezení a diferenciacíe pojmů strach, úzkost, úzkostnost

Práce je zaměřena na úzkostnost u studentů. S tímto ovšem souvisí i další pojmy, kterými jsou úzkost a strach. Oba pojmy spolu úzce souvisejí, ale jsou vnímány odlišně, proto je důležité se v teoretické části zaměřit na shody a rozdíly mezi nimi a také na jejich přesné vymezení z pohledu psychologie.

2.1.1 Úzkost a strach

Přesná hranice mezi strachem a úzkostí se vymezuje těžce. Důvodem je z velké části užívání pojmů v běžném hovoru, kdy každý může přisuzovat pojmům trochu jiný význam a používat je v poněkud odlišných situacích a kontextech. Snaha o přesné psychologické vymezení přišla až dlouho po vzniku samotných pojmů. Krom toho český jazyk nabízí i řadu dalších slov významově blízkých slov, kterými mohou být například hrůza, tíseň, děs, tréma a řada dalších (Vymětal, 2007).

Jak úzkost, tak strach se řadí mezi emoce. Jako takové jsou tedy bezprostřední a aktuální. Osoba, které se týkají, si tyto emoce subjektivně uvědomuje a ovlivňují její psychický stav a provází je také fyziologické projevy, jako je například zrychlený srdeční tep, suchost v ústech nebo třeba svalové napětí (Vymětal, 2007).

Obě emoce fungují jako výstražný systém organismu. Upozorňují člověka na možné nebezpečí, což je velmi důležité pro přežití. Umožňují tak člověku adekvátně přizpůsobit své chování přichozí hrozbě. Mobilizují síly, což napomáhá zvládnutí fyzických překážek. Tuto funkci si zachovávají dodnes, přestože se může někdy zdát, že je již přežitá a nepodstatná. Kromě toho zlepšují paměť a soustředění a také oživují již uložené vzpomínky (Honzák, 1995).

Obecně se jako hlavní rozdíl mezi pojmy uvádí to, že strach vyvolává konkrétní podnět, který způsobí nepříjemný citový stav, který rozeznáváme jako strach. Tento podnět může potenciálně způsobit ohrožení. Jako takový slouží strach k upozornění na nebezpečí.

Přesto ale rozeznáváme i řadu iracionálních strachů, kde ke skutečnému nebezpečí nedochází (Honzák, 1995).

Naopak u úzkosti si nejsme vědomi, co přesně je podnětem, který ji způsobuje. Je zde důležitý faktor neznáma. Jde o očekávání nebezpečí, které předem neznáme a nedokážeme identifikovat. Borossa, Mollon, Music, Emanuel & Segal (2002, 84) definují úzkost jako „*reakci na nějaký dosud nerozpoznaný faktor, buď v okolí, nebo uvnitř člověka*“. Kvůli tomu je úzkost subjektivně nepříjemnější, protože pokud situaci nemůžeme předvídat, nemůžeme se na ni ani předem připravit. Z toho důvodu je úzkost spojena i s pocitem ztráty kontroly. Pokud člověk hrozbu nedokáže identifikovat v čase ani prostoru, nemůže se jí ani účinně vyhnout nebo bránit (Vymětal, 2007).

Úzkosti mohou mít jak racionální, tak iracionální ráz. V některých životních situacích je naprosto přirozené a opodstatněné úzkosti pociťovat. Dokonce je určitá míra úzkosti pro člověka prospěšná a nutí ho v životě podávat větší výkony. Problém nastává v situaci, kdy úzkosti trvají nepřiměřeně dlouhou dobu, jsou nepřiměřeně silné nebo jinak negativně ovlivňují normální chod života. Kromě racionálních úzkostí rozpoznáváme i úzkosti zjevně iracionální. Jsou jimi například fobie, i když ty také mohou mít reálný základ (Borossa et al., 2002).

2.1.2 Úzkostnost

Výše zmíněný strach a úzkost jsou emoce. Mají tedy zpravidla krátké trvání a jsou reakcí na aktuální životní situaci. Pokud je ale úzkost stálejší a stabilnější, tedy objevuje-li se v nějaké míře po delší dobu, mluvíme o ní jako o úzkostnosti. Vymětal (2007, 23) definuje úzkostnost jako „*míru pohotovosti k bojácnému chování a prožívání*“.

V případě úzkostnosti tedy nejde tolik o aktuální prožitek a emoci. Pokud se objevuje v průběhu celého života, můžeme o ní mluvit jako o charakterovém rysu (Vágnerová, 2012). Úzkostnost jako součást charakteru člověka zahrnují zejména teorie, které se zabývají faktorovou analýzou. Dle těchto teorií je tedy úzkostnost dána převážně konstitučně a také v mezilidských kontaktech z raného dětství. V úzkostných lidech, nebo u lidí, kteří trpí vyloženě nějakou úzkostnou poruchou, se tedy tenze, doprovázející úzkost, objevuje mnohem častěji. Někdy není vedena přímo pod pojmem úzkostnost, ale spadá pod pojmy jako je například emoční labilita nebo neuroticismus (Vymětal, 2007).

Úzkostnost jakožto osobnostní rys úzce souvisí s vegetativní labilitou. Organismus posuzuje jako potenciálně nebezpečné i celkem neškodné podněty. Úzkosti se tak objevují celkem lehce a často si některých projevů ani nemusíme být plně vědomi. Problémem je, že tento osobnostní rys může výrazně komplikovat adaptaci člověka. Jedinci jsou pak méně odolní, a to jak psychicky, tak i fyzicky. To může vést až k depresivnímu ladění (Praško, Prašková & Vyskočilová, 2006).

2.2 Projevy úzkosti

Úzkosti se projevují hned v několika rovinách. Uvádí se, že jde o psychosomatické projevy, tedy, že se neomezují jen na jednu stránku člověka. Nejčastěji se uvádí projevy ve třech rovinách. Těmi jsou tělo, myšlenky a chování.

Symptomy v tělesné, nebo také biologické sféře patří mezi ty nejsnadněji vnímatelné a nejvíce zjevné. Jedním z prvních příznaků je zvýšený svalový tonus. Ten napomáhá přípravě těla na fyzické riziko, mobilizuje síly a připravuje se k útoku či útěku. Svalový tonus může přicházet až ve svalový třes. Ovlivněn je i srdeční tep a dýchání, které se zrychlují. Do žil se tak nabere více kyslíku a vytváří se zásoby, které jsou zpracovávány v případě potřeby. Další obtíže se týkají trávicího traktu. To zahrnuje pocity nevolnosti, nutkání zvracet, průjmy. Je ovlivněn také metabolismus, který způsobuje pocity slabosti, mdloby, závratě. Mohou se objevit bolesti zad (zejména v oblasti krční páteře nebo dolní části zad) nebo bolesti hlavy a kloubů. Všechny fyzické projevy určitým způsobem souvisí s čelením nebezpečí a připravují jedince k obranně nebo úniku před nebezpečím. Nicméně pocit není tak intenzivní jako u trémy nebo konkrétního strachu a projevy úzkosti jsou nenápadnější, méně intenzivní (Honzák, 1995).

Myšlenková rovina v sobě zahrnuje myšlenkové procesy, které jsou úzkostmi také silně ovlivněny. Jejich vliv spočívá zejména v tom, že se většina myšlenek soustředí výhradně na příčinu úzkosti. Ostatní podněty tak ustupují do pozadí. Problémem také je, že myšlenky tohoto rázu vyvolávají další úzkosti. Člověk se tak dostává do jakéhosi začarovaného kruhu úzkosti (Morschitzky, & Sator, 2014).

Poslední ovlivněnou rovinou je rovina chování, nebo také motorická rovina. Spadají sem jak viditelně motorické projevy, jako je třeba šokové ustrnutí nebo třes, tak i propracovanější vzorce chování, jako vyhýbání se místům a situacím, které úzkosti vyvolávají (Morschitzky, & Sator, 2014).

Praško (2005), řadí příznaky jen do dvou skupin – psychické a somatické příznaky. Vynechává rovinu spojenou s chováním.

- *Psychické příznaky – pocit ohrožení, pocit napětí, strach, nadměrné obavy a starosti, katastrofické myšlenky a představy, traumatické vzpomínky, potíže s koncentrací, nespavost, nadměrná bdělost a ostražitost, ospalost, lekavost, podrážděnost, pocit vnitřního chvění, depersonalizace a derealizace, pocit psychické únavy a vyčerpání, neschopnost odpočívat, záchvaty panické hrůzy, anticipační úzkost.*
- *Somatické příznaky – napětí ve svalech, zkrácení dechu, hyperventilace, bolesti v zádech, hlavy, bolesti ve svalech, třes, cukání, roztřesenost, zvýšená unavitelnost, vegetativní hyperaktivita (tachykardie, pocení, červení nebo blednutí, časté močení, průjem nebo zácpa, meteorismus, sucho v ústech, tlaky v žaludku, regurgitace, nauzea), parastézie, obtíže s polykáním, „knedlík v krku“, píchání u srdce, sevření na hrudi, snížené libido (Praško, 2005, 11)*

2.3 Příčiny úzkosti

Pohledů na to, co je příčinou úzkosti, je celá řada. Přesto že jsou tyto pohledy rozdílné, vzájemně se nevylučují, ale spíše doplňují.

Vymětal (2007) uvádí, že dle biologického přístupu jak k úzkosti, tak ke strachu, je jejich hlavní příčinou biologická odezva na možné ohrožení organismu. Proto se biologické teorie soustředí více na mozek a jeho fungování. Zaměřují se především na funkce centrální nervové soustavy a neurotransmitery. Velkou roli v pocíťování strachu a úzkosti má autonomní nervový systém, který odpovídá za fyzické projevy jako je pocení, tachykardie, dechové problémy nebo zažívací problémy. Bylo zjištěno, že autonomní nervový systém úzkostných lidí nebo lidí trpících nějakou formou patologické úzkosti, vykazuje zvýšenou vegetativní reaktivitu a neadaptuje se na opakované podněty. V důsledku toho jsou lidé náchylnější k pocíťování strachu a úzkosti a jejich reakce jsou silnější a dlouhodobější.

Kromě biologické podmíněnosti bývá úzkost podmíněna i kulturně a sociálně. Jako jedny z hlavních příčin jsou uváděny nepředvídatelné a nekontrolovatelné situace. Příčiny se ale nemusí týkat pouze aktuálního stavu. Mohou sahát až do dětství a do výchovy dítěte. Úzkostní rodiče nebo rodiče s nějakými patologickými rysy mají větší pravděpodobnost, že vychovají úzkostné děti (Morschitzky, & Sator, 2014).

Vymětal (2007) se blíže zabývá úzkostmi z pohledu ontogeneze člověka. Rozlišuje dva zdroje úzkosti. Prvním z nich je vnější prostředí, které souvisí s hrozbou, která z něj přichází. Druhým zdrojem je prostředí vnitřní, které souvisí právě s vývojem. V každém období je člověk nucen řešit jiný konflikt, který v něm způsobuje úzkosti. Ve vývoji tak určuje určitá „úzkostná období“. Úzkosti v raném dětství souvisí s nediferenciovanou úzkostí v prvních týdnech života. Dále se objevuje úzkost z cizího a separační úzkost. Další úzkostná období se týkají nástupu do školy, vzniku strachu ze smrti, srovnávání se s vrstevníky, důvodu dozrávání sekundárních pohlavních znaků, vývoje vztahů, zahájení pohlavního života, adolescentní separační krize, rodičovství, krize mladé dospělosti a krize středního věku, odchodu do důchodu, strachu z bezmocnosti, strachu ze smrti a řady dalších. Z tohoto ilustrativního výčtu vyplývá, že de facto neexistuje období, které by se obešlo bez úzkostí. Pokud se nevyřeší konflikt patřící do daného vývojového období, hrozí, že úzkost bude nadále přetrvávat a stupňovat se. To může vést k psychickým i somatickým problémům.

Janíček (2008) vidí původ úzkostí v nezpracovaných traumatech. Ty pak vyplouvají na povrch ve formě obav, strachů, nebo právě úzkostí. Kromě toho sebou také mohou nést řadu somatických potíží, které tyto emoce neodmyslitelně doprovázejí. Se somatickými potížemi je problém v tom, že je někdy těžké určit, jestli jsou následkem nebo příčinou psychických obtíží, zde tedy konkrétně úzkosti.

S možnými příčinami přichází ve svých konceptech úzkosti i psychoanalýza. Freud i někteří jeho následovníci dělí úzkosti na tři typy, z nichž každý má jinou příčinu. Rozlišuje úzkost realistickou, neurotickou a morální. Realistická úzkost odpovídá reálnému ohrožení. Je zcela oprávněná a přímo odpovídá skutečným nebezpečím z okolního světa. Neurotická úzkost je neúměrná okolním podnětům. Pramení ze strachu z „*potrestání nějakým imaginárním vnějším zdrojem*“ (Praško, 2005, 24). Poslední typ, morální úzkost, nastává v okamžiku, že dojde k narušení nějakých zvnitřněných norem, které jsme si převzali od našich rodičů (Praško, 2005).

Další psychoanalytické pojetí úzkosti rozlišuje dva typy, které mají rozdílné příčiny. Jsou jimi úzkost signální a úzkost automatická, nebo také primární. Signální úzkost funguje jako varování organismu. Nevaruje však přímo před nějakým konkrétním nebezpečím, ale spíše upozorňuje na to, že nějaké nebezpečí může nastat. Úzkost je subjektivně pocíťována jako velké vnitřní napětí a nashromáždění vnitřní energie. To napomáhá zvládat přichodící nebezpečí. Automatická úzkost je spojena se strachem ze zániku organismu. Problémem této

úzkosti je to, že její příčina není konkrétní faktor, kterému by se dalo zcela a nevyvratitelně vyhnout. Dalo by se říct, že hlavní funkcí signální úzkosti je vyhnout se zdroji úzkosti automatické (Borossa et al., 2002).

2.4 Patologická úzkost

Práce se zaměřuje na úzkostnost u neklinické populace. Přece jen jsou ale krátce zahrnuty i patologické formy úzkosti, protože s úzkostností blízce souvisí. Ne všichni, kteří jsou úzkostní mají nějakou patologii, ale všichni, kteří trpí některou z úzkostných poruch, mají vysokou míru úzkostnosti (Vymětal, 2007).

Určitá míra úzkosti je mnohdy zcela přirozená a je na místě. Přeci jen slouží jako varovný signál pro lidský organismus. Úplnou absenci úzkosti bychom mohli považovat také za určitý patologický stav. Úzkost začíná být problémem ve chvíli, kdy přesahuje tuto normální míru a narušuje tak každodenní život.

Kromě běžně prožívané úzkosti, která má návaznost na aktuální náročné situace v životě, můžeme ještě rozpoznávat úzkostnost, jakožto povahový rys a zvýšenou připravenost k prožívání úzkosti. Úzkostní lidé jsou bohužel mnohem náchylnější k tomu trpět nějakou poruchou spojenou s úzkostí a asi není překvapivé, že úzkostnost se objevuje u jedinců s úzkostnou poruchou (Lindsey, 2014).

V poslední letech byl zaznamenán nárůst úzkostných poruch. Může to být dáno vlivem postmoderní doby. U žen se jedná o nejčastější psychické onemocnění, u mužů je na druhém místě po závislostech na alkoholu (Morschitzky & Sator, 2014). Faltus, Kukumberg, Vinař, Cimický, Raboch, Berger, & Ulč (1999) uvádí, že některé z anxiózních poruch se vyskytují až u 20,4 % populace.

Patologická úzkost je taková, jejíž intenzita je významně silnější, než jaká podnětům odpovídá, případně trvá nepřiměřeně dlouhou dobu. Má silně negativní vliv na kvalitu života. Ovlivňuje adaptaci člověka, a to buď obecně, nebo v nějaké konkrétní oblasti. Těmito oblastmi může být například sféra rodičovská, pracovní, sociální, sexuální nebo třeba rekreační (Honzák, 1995).

Patologie se projevuje ve formě úzkostné poruchy, nejistotě, úzkostnosti nebo závislosti. Mezi úzkostné poruchy se řadí generalizovaná úzkostná porucha, panická porucha, smíšená úzkostně-depresivní porucha, agorafobie, sociální fobie a specifické fobie (Praško, 2005).

2.4.1 Generalizovaná úzkostná porucha

V případě generalizované úzkostné poruchy patří mezi hlavní příznaky „*nadměrné zaobírání se starostmi a stresujícími myšlenkami*“ (Praško, 2005, 68). Vyskytují se nadměrné obavy, jejichž častým námětem je obava, že se stane něco zlého příslušníku rodiny nebo jiné blízké osobě. Objevuje se i tzv. „chronická úzkost“, což je pojem označující přetrvávající pocit úzkosti, který s touto poruchou neodmyslitelně souvisí. K dalším psychickým projevům patří „*opakované úzkostné myšlenky, očekávání nejhoršího, přehlížení vlastních předností, nebo přehnaný odhad rizik*“ (Praško, 2005, 71)

Tuto poruchu doprovázejí symptomy typické pro úzkosti (Ulč et al., 1999). Problémem generalizované úzkostné poruchy je to, že může vyvolávat další problémy, jako jsou například závislosti nebo depresivní poruchy (Praško, 2005).

2.4.2 Panická porucha

Panická porucha je velmi náročná na psychiku jedince a také je značně omezující. Její podstatou jsou záchvaty silné, až paralyzující úzkosti. Tyto záchvaty mohou trvat různě dlouho, od pěti minut až do půl hodiny. Ulč et al. (1999, 72) uvádí, že panickou poruchu doprovází 13 příznaků. Jsou jimi „*typický strach, palpitace, tachykardie, pocení, chvění, hyperventilace nebo pocit nedostatku vzduchu, nauzea, neurčitá závrať, parestézie, bolest na hrudníku, nával horka nebo chladu, pocit zamlženého vidění*“. Často je doprovázena i strachem ze smrti, v důsledku řady náhlých somatických obtíží.

Tuto poruchu typicky doprovází strach z dalšího záchvatu. Může vést k závažnému omezení života, vyhýbavému chování a druhotně tak může způsobovat až agorafobii (Praško, 2005).

Lidé trpící panickými záchvaty zpravidla nejprve vyhledávají lékaře z důvodu strachu o své zdraví, z důvodu somatických problémů. To ale bohužel vede k řadě vyšetření, které se ukáží jako bezvýsledná. Většinou až poté dochází k diagnostice panické poruchy (Praško, 2005).

2.4.3 Smíšená úzkostně-depresivní porucha

Dlouhodobá úzkost je velmi často doprovázena depresemi. Její diagnostika nastává v případech, kdy se objevují příznaky jak úzkostné, tak i depresivní, ale nejsou natolik

specifické, aby bylo možné diagnostikovat nějakou jinou poruchu. Kvůli nedostatečně zřejmým příznakům bývá často přehlížena nebo podceňována (Praško, 2005).

2.4.4 Agorafobie

Agorafobie je známá také jako strach z volného prostranství. Lidé, trpící touto poruchou, mají strach z velkého množství lidí na jednom místě, veřejných míst nebo cestování na velké vzdálenosti. Tyto situace v nich vyvolávají úzkostné symptomy a z toho důvodu i vyhýbavé chování. Úzkost pramení z nedostatku kontroly nad situací (Morschitzky & Sator, 2014).

Agorafobie není řazena mezi specifické fobie díky její komplexnosti. Úzkost je vyvolávána řadou situací, ne pouze jednou izolovanou. Kvůli tomu závažněji narušuje běžné fungování člověka (Morschitzky & Sator, 2014).

2.4.5 Sociální fobie

Sociální fobie významně narušuje sociální adaptaci. Lidé trpící touto poruchou mají obavy ze sociálních situací. Obávají se negativního hodnocení druhých, mají nadměrný strach z toho, že budou pozorováni a souzeni. Častými projevy bývá vyhýbavé jednání. Snaží se vyvarovat situacím, kde mohou potkat mnoho cizích lidí (Praško, 2005).

Toto jednání má velký vliv na jejich sociální život, především navazování partnerských, nebo i přátelských vztahů. Mohou se objevovat i problémy s nalezením nebo udržením práce (Praško, 2005).

2.4.6 Specifické fobie

Do této skupiny spadá nevyčísitelná řada fobií. Předmětem fobií je vždy jedna izolovaná situace nebo objekt, který úzkost a strach vyvolává. Mezi projevy patří projevy typické pro úzkost, někdy se může vyskytnout až panický záchvat. Objevuje se silné vyhýbavé chování příčině fobie (Morchitzky, 2014).

Mezi nejčastější fobie patří fobie ze zvířat, přírodních sil, krve, injekcí, zranění a situační fobie (Morchitzky, 2014).

Většina fobií má svůj původ v dětství, kdy ještě člověk nedokázal správně odhadnout úroveň nebezpečí podnětu. Častou příčinou mohou být traumatické zážitky (Morchitzky, 2014).

2.5 Zmírnění úzkostí

Nutno poznamenat, že určitá míra úzkosti je skutečně normální, a naopak by bylo atypické a patologické, kdyby člověk žádné úzkosti nikdy nepocítoval. Ve chvíli, kdy ale úzkosti narušují plnohodnotný život, je vhodné přijít na řadu s některou z forem zmírnění úzkosti.

Jednou z častých metod, které se používají k léčbě, nebo spíše snížení úzkosti, je farmakoterapie. Nejčastěji se využívají anxiolytika nebo antidepresiva, ale i řada dalších farmak. V některých případech najde své využití i placebo. Nutno podotknout, že anxiolytika je možné používat jen po krátkou dobu, protože na ně vzniká závislost (Praško, 2005)

Další terapií, která vede ke zmírňování úzkosti, je psychoterapie. Ta je z dlouhodobějšího hlediska výhodnější, protože léky zmírňují úzkosti jen po dobu jejich užívání. Mezi nejčastěji využívané psychoterapeutické přístupy patří KBT – kognitivně behaviorální terapie. Ta pracuje se zvládnutím úzkostí a napomáhá normální adaptaci. Jiné terapie se používají v případech, že chtějí lidé pracovat s původem úzkosti (Morschitzky & Sator, 2014).

Pro řadu z úzkostných poruch existují svépomocné skupiny. Sdružují osoby se stejným, nebo alespoň podobným problémem. Ti tak získávají podporu, mohou sdílet své zkušenosti i získávat znalosti a tipy ze zkušeností druhých (Morschitzky, & Sator, 2014).

Dále se doporučuje řada autogenních tréninků, které se zaměřují především na nácvik relaxace a uklidnění se. Velmi důležitá je i morální podpora rodiny a blízkých (Morschitzky, & Sator, 2014).

2.6 Úzkostnost u studentů

Úzkostnost a z ní vyplývající případné úzkostné poruchy jsou u studentů poměrně vysokým problémem. Mezi faktory, které mohou tuto skutečnost ovlivňovat, patří zejména touha po uznání a úzkost pramenící ze separace člověka od rodičů a individualizace (Lindsey, 2014). Tyto faktory jsou pro jedince extrémně stresové. Logicky každá zkouška, každý test a příprava na ně mohou být zdrojem stresu, trémy a úzkosti. Navíc změna prostředí, nově nabitá životní samostatnost, a neznámost a neurčitost těchto skutečností, které z toho vyplývají, jsou celkem bohatým zdrojem úzkostí.

Z dalšího výzkumu vyplývá, že úzkostnost studentů se mění v průběhu jejich studia. Ze začátku a ke konci studia výrazně stoupá. Ve stejném výzkumu je také vedeno, že k úzkostnosti je více náchylná ženská část studentů (Nelemans et al., 2014).

3 PŘEDEŠLÉ VÝZKUMY NA TOTO TÉMA

Výzkum této bakalářské práce se zaměřuje na to, jestli existuje nějaká souvislost mezi mírou úzkostnosti a tím, jaké hodnoty jsou pro člověka v jeho životě důležité. Tato kapitola se zabývá několika výzkumy, které se zabíraly stejným nebo alespoň částečně podobným tématem.

3.1 Výzkumy souvislostí mezi hodnotami a osobností

Výzkumů, které se zabývají možnými souvislostmi mezi hodnotami a osobnostními rysy, je nespočetné množství. Zkoumané hodnoty nejčastěji vychází z pojetí S. H. Schwartze kvůli tomu, že jeho deset hodnotových typů má největší potenciál pro to, aby se projevily případné korelace. Naopak ale není vhodný k hierarchickému uspořádání hodnot, což vychází už z jeho konstrukce. Rysy osobnosti potom většinou vychází z konceptu Big Five, který uvádí pět hlavních charakterových rysů, kterými jsou: otevřenost vůči zkušenostem, svědomitost, extraverte, přívětivost a svědomitost.

Jedněmi ze zástupců, kteří zkoumali tento problém, jsou R. Fischer a D. Boer (2015). I zde byly, stejně jako v našem výzkumu, použity metody PVQ a NEO. Jejich výzkum byl mezinárodní, zapojeni do něj byli respondenti ze čtrnácti zemí. Výsledky ukazují, že nejsilnější souvislost s hodnotami se objevuje u extraverte, která má pozitivní korelaci s hodnotami sebeřízení, stimulace a hédonismus. Naopak negativně souvisí s konformitou, s tradicí a bezpečím.

Výsledky vyplývající z podobných výzkumů bývají většinou obdobné. Převážně se shodují, že otevřenost vůči zkušenostem pozitivně koreluje s hodnotami ze skupiny otevřenost ke změně. Tato skupina zahrnuje hodnoty sebeřízení, stimulace a hédonismus. Zároveň se objevuje negativní korelace s hodnotami konzervativními, tedy bezpečím, konformitou a tradicí. Takové korelace celkem zřejmě souvisí s jádrem povahového rysu. Tito lidé touží po stimulaci a nových aktivitách, které se v souvislosti s konformitou ani bezpečím příliš neobjevují. Osoby extravertní také tíhnou více k hodnotám z dimenze otevřenosti. Kromě toho se může objevovat slabší souvislost s hodnotou úspěchu. I zde se předpokládá negativní korelace s konzervativními hodnotami. Přívětivost souvisí

s hodnotami sebetranscendence – universalismem a benevolencí. To vychází z faktu, že jádrem jak osobnostního rysu, tak hodnot, jsou starost o druhé, touha pomáhat a porozumět. Další korelace, která se objevuje u přívětivých osob, je negativní korelace s mocí a úspěchem, které pro tyto lidi nemívají primární důležitost. Vztahy mezi hodnotami a svědomitostí jsou trochu složitější, protože ze své podstaty svědomitost oceňuje jak hodnoty spojené s konzervatismem, tak i hodnoty úspěch a moc. Nijak zvlášť zato neuznává sebetranscendenci hodnoty. U neuroticismu se většinou neobjevují žádné výraznější korelace (Roccas, Sagiv, Schwartz, & Knafo, 2002).

Jedním z aktuálních výzkumů, které se také zabývaly vtažením mezi hodnotovou orientací a osobností, je výzkum P. Anýžové (2017). I ona ve svém výzkumu z roku 2015 využívala metod PVQ a NEO-FFI. Předpokládá, že některé osobnostní charakteristiky mají silnou kognitivní komponentu a jsou hodnotami ovlivňovány více než jiné hodnoty. Nejbližším charakterovým rysem, který se zde objevuje a je podobný úzkostnosti a souvisí s ní, je neuroticismus. Z výzkumu však nevyšla žádná signifikantní souvislost mezi hodnotami a právě neuroticismem. Naopak byla dle očekávání objevena souvislost mezi hodnotami a otevřeností vůči zkušenostem a přívětivostí.

R. Fisher a D. Boer (2015) uvádí, že u osob, které jsou podle NEO-FFI emočně nestabilní, tedy u těch, kteří jsou náchylnější k pocíťování úzkostí, depresí nebo nejistot, se mohou projevat jako výraznější hodnoty, které souvisí s potlačením těchto pocitů. Pokládají tedy za důležitější hodnoty související s konzervatismem. Hodnoty jako bezpečí, konformita a tradice by proto mohly být akcentovanější než u lidí, kteří jsou emočně stabilnější. Mohlo by to být způsobeno tím, že tyto stabilní rysy jsou poměrně dominantní. Proto by mohly s hodnotami souviset více než třeba neuroticismus v rámci NEO-FFI.

Vztahem mezi hodnotami a úzkostí a strachem se zabýval S. H. Schwartz a W. Bilsky (1994). I oni se zabývali vztahem mezi hodnotami a typem osobnosti, neomezují se ale jen na základní pětifaktorový model. Jejich východiskem je domněnka, že mezi hodnotami a rysy osobnosti existuje vztah, který je oboustranný. Tedy že hodnoty ovlivňují osobnost a osobnost ovlivňuje hodnoty. Z jejich výzkumu vyplývá možnost, že strach a úzkostnost souvisí se zastávanými hodnotami jedince. Lidé, kteří jsou více úzkostní, nejspíše budou přikládat vyšší důležitost především hodnotě bezpečí. Dále by také měli přikládat větší důležitost konformitě, tradici a moci. Hodnoty tak fungují v souvislosti s omezením úzkosti. Hodnota bezpečí mluví sama za sebe, v bezpečném prostředí lidé méně pocíťují úzkost. Ze stejného důvodu uznávají i tradice. Konformita má důsledek vyhýbání se konfliktům.

Nejvíce překvapivé je, že se zde může objevovat i důležitost hodnoty moc. Měla by mít za následek aktivní převzetí kontroly a tím tedy kontrolovat i strach a úzkost. Zbylé hodnoty, tedy universalismus, benevolence, sebeurčení, stimulace a hédonismus, by měly být méně důležité z toho důvodu, že je pro ně typičtější určitá bezstarostnost. Na základě tohoto výzkumu bylo faktorovou analýzou zjištěno, že hodnoty se seskupují v hodnotové typy. Na jejich základě následně Schwartz přichází s metodami SVS a PVQ.

VÝZKUMNÁ ČÁST

4 VÝZKUMNÝ PROBLÉM

Cílem bakalářské práce je zjistit, jestli existuje souvislost mezi úzkostností jakožto povahovým rysem a hodnotami u studentů vysokých škol.

Podobným tématem se zabývala řada výzkumů již v minulosti. Většinou byla hledaná spíše souvislost mezi hodnotami a osobnostními rysy z Big Five. Existuje ale i práce, která hledala souvislost mezi hodnotami a strachem nebo úzkostí.

Souvislosti mezi některými osobnostními rysy z Big Five byly několikrát potvrzeny. Avšak korelace mezi hodnotami a neuroticismem, který je z faktorů Big Five úzkostnosti nejvíce podobný, jsou rozporuplné. Tyto výzkumy jsou blíže rozebrány v kapitole Výzkumy souvislostí mezi hodnotami a osobností.

Vztah mezi hodnotami a úzkostností byl tedy v některých výzkumech naznačen, ale nevěnují se mu jako samotnému tématu. Právě proto se jím zabýváme v této bakalářské práci. Kromě samotné korelace mezi jednotlivými hodnotovými typy a mírou úzkostnosti se práce zabývá i tím, jestli jsou jak hodnoty, tak úzkostnost odlišné u studentů společenskovedních a přírodovědných oborů, případně jestli jsou korelace u některé ze skupin významnější.

5 TYP VÝZKUMU A POUŽITÉ METODY

Pro výzkum byly zvoleny kvantitativní metody. Za použití dvou dotazníků, konkrétně PVQ a STAI, o kterých se bude dále psát, byla zjišťována míra úzkostnosti a důležitost jednotlivých hodnotových typů u respondentů. Na základě získaných dat jsou ověřovány stanovené hypotézy.

5.1 Typ výzkumu

Výzkum je proveden jako korelační studie mezi hodnotami a úzkostností. Korelace je prováděna na dvou nezávislých skupinách i na výzkumném souboru jako celku. Zároveň jsou proměnné porovnávány mezi jednotlivými skupinami výzkumného souboru.

5.2 Testové metody

Ve výzkumu je používána kombinace dvou metod. První z nich je inventář STAI (State-Trait Anxiety Inventory), který se používá k měření úzkosti a úzkostnosti. Druhým je dotazník PVQ (Portrait Value Questionnaire), který slouží k zjišťování hodnotových portrétů.

5.2.1 STAI (State-Trait Anxiety Inventory)

State-Trait Anxiety Inventory, nebo zkráceně STAI, patří mezi často používané dotazníky k měření úzkosti. Mezi jeho přednosti patří to, že zjišťuje míru jak současné, tak dlouhodobé úzkosti, tedy úzkostnosti. Je hojně využíván především proto, že je jednoduchý a časově nenáročný. Autorem původního dotazníku je C. D. Spielberger (Svoboda, Humpolíček, & Šnorek, 2013).

Dotazník byl přeložen do několika jazyků. Svého překladu se dočkalo roku 1980 i Československo. Název v překladu zní *Dotazník na meranie úzkosti a úzkostlivosti*. Znění dotazníku je ve slovenštině, normy jsou ale platné jak pro Slovensko, tak pro Českou republiku. O překlad se zasloužili Imrich Ruisel a kolektiv (Ruisel & kol., 1980).

Obsahuje dvě části, každá má dvacet položek. V obou částech respondenti odpovídají na výroky na škále od 1 do 4. První část, která se nazývá X-1, měří aktuální pocity úzkosti.

V případě aktuální úzkosti je hodnocena intenzita současných pocitů. Ptá se na otázku „*jak se cítíte právě teď*“. Hodnoty škály odpovídají stupňům, kdy platí: 1 – vůbec ne, 2 – jen trochu, 3 – dost, 4 – velmi.

Druhá část, X-2, měří úzkostnost. Stupně této poloviny se týkají toho, jak často respondenti pociťují úzkostné stavy a příznaky úzkosti. Výroky jsou uvedeny otázkou „*jak se obvykle cítíte*“. Stupně jsou: 1 – téměř nikdy, 2 – někdy, 3 – často, 4 – téměř vždy.

Čím se u respondenta projevuje silnější úzkost, tím je vyšší jeho skóre. Maximální hodnota je 80, minimální 20. Vyhodnocování probíhá za pomoci šablony, protože některé položky jsou inverzní. Hrubý skór se na základě manuálu převádí na steny, případně percentily (Ruisel & kol., 1980).

Je ještě důležité poznamenat, že přestože má dotazník dvě části, pro výzkum byla důležitá pouze druhá polovina, která se soustředí na měření úzkostnosti. Dotazuje se na obvyklé pocity. Vzhledem k tomu, že všichni respondenti uvedli, že bez problémů rozumí slovenštině, nebyl nutný překlad do češtiny a mohlo se pracovat s originální podobou.

Tab. 1: Příklady položek STAI

Příklad položky X-2
Cítím sa príjemne
Som vyrovnaná osobnosť
Mám sklon posudzovať veci príliš vážne

(Ruisel & kol., 1980)

5.2.2 PVQ (Portrait Value Questionnaire)

PVQ je dotazník, který zjišťuje deset hodnotových typů. Jeho autorem je S. H. Schwartz, který se studiem hodnot zabýval dlouhodobě. Je hojně využíván. Především se hodí u velkých výzkumných souborů, například k mezinárodním výzkumům (Schwartz, Melech, Lehmann, Burgess, Harris, & Owens, 2001).

PVQ vychází z jiné Schwartzovy metody měření hodnot. Touto původní, a dodnes využívanou metodou, je SVS – Schwartz Value Survey. V SVS respondenti na škále určují přímo, jak jsou pro ně hodnoty důležité. Pro správné vyplnění je nutná poměrně vysoká schopnost abstrakce, za což byl dotazník často kritizován. Nebyl vhodný pro mladší jedince nebo lidi v nižší úrovni vzdělání a intelektu. V reakci na tuto kritiku vzniká právě PVQ. Oproti SVS měří PVQ hodnoty nepřímo. Respondent v něm srovnává sebe s popisem osoby (Lindeman, Verkasalo, 2005).

Položky jsou ve formátu výroků o nějaké neznámé osobě. Každý z těchto portrétů popisuje cíle, aspirace nebo přání, které odpovídají jedné z deseti hodnot. Respondentovým úkolem je na šestistupňové škále určit, nakolik se této osobě podobá. Ve své původní variantě se skládá ze 40 položek. Existuje i zkrácená verze, která má pouze 21 otázek. Vnitřní konzistence u 40 položkové verze se pohybuje mezi 0,61 a 0,83. U 21 položkové verze je vnitřní konzistence značně nižší (Schwartz, 2003). V této práci se využívá původní nezkrácené 40 položkové verze.

Na základě manuálu se spočítá skóre náležící jednotlivým hodnotám. Každé hodnotě odpovídá několik výroků. Test je konstruován tak, že ne všem hodnotám odpovídá stejný počet výroků. Není proto vhodný pro zkoumání hierarchie hodnot jednotlivce (Schwartz et al., 2001). Místo toho se používá ke korelacím s jinými psychickými konstrukty.

Tab. 2: Příklady položek PVQ

Hodnota	Příklad položky
Univerzalismus	Je pro něj důležité naslouchat lidem, kteří jsou v něčem odlišní. Dokonce i pokud s nimi nesouhlasí, vždy se jim snaží porozumět.
Benevolence	Je pro něj velmi důležité pomáhat lidem kolem sebe. Chce se starat o jejich zdraví a psychickou pohodu.
Konformismus	Je pro něj důležité, aby se vždy choval správně. Rád se vyhýbá situacím, které by ostatní lidé označili za špatné.
Tradice	Je pro něj důležité respektovat tradiční, rodinné, respektive křesťanské hodnoty.
Bezpečí	Je pro něj velmi důležité, aby jeho země byla bezpečná. Myslí si, že stát se musí být na pozoru proti hrozbám zevnitř i zvenčí.
Moc	Je pro něj důležité mít vždy návrh a říkat ostatním, co mají dělat. Chce, aby lidé dělali to, co se jim řekne.
Úspěch	Je pro něj důležité být velmi úspěšný. Rád na ostatní udělá dojem.
Požitkářství	Hledá každou situaci, kdy se může pobavit. Je pro něj důležité dělat věci, které mu přinášejí potěšení.
Stimulace	Má rád riziko. Vždy vyhledává dobrodružství.
Sebeřízení	Je pro něj důležité vymýšlet nové nápady a být kreativní. Rád dělá věci svým vlastním neotřelým způsobem.

5.3 Cíle výzkumu

Tato kapitola je věnována cílům výzkumné části. Specifikuje záměr výzkumu ve formě výzkumných otázek a následně jsou stanoveny hypotézy.

5.3.1 Výzkumné otázky

Hlavním cílem výzkumu je otázka, jestli existuje vztah mezi mírou úzkostnosti a hodnotami u studentů. Kromě tohoto obecného cíle se práce zabývá i následujícími dílčími cíli:

- Zjistit, zda je rozdílný vztah mezi hodnotami a úzkostností u společenských a přírodních oborů
- Zjistit, jestli existuje rozdíl mezi zastávanými hodnotami u studentů společenských a studentů přírodních oborů
- Zjistit, jestli se liší míra úzkostnosti u studentů společenských oborů a studentů přírodních oborů

5.3.2 Hypotézy:

Na základě výzkumných otázek byly stanoveny následující hypotézy:

- H1: Existuje signifikantní korelace mezi úzkostností a jednotlivými hodnotami celého výzkumného souboru.
- H2: Existuje signifikantní rozdíl mezi korelacemi hodnot a úzkostnosti u studentů přírodních a společenských oborů.
- H3: Existuje signifikantní rozdíl mezi zastávanými hodnotami u studentů společenských a studentů přírodních oborů.
- H4: Existuje signifikantní rozdíl mezi mírou úzkostnosti u studentů společenských a studentů přírodních oborů.

6 SBĚR DAT A VÝZKUMNÝ SOUBOR

Následující kapitoly se věnují popisu výzkumného souboru, kritériím souboru a metodě výběru. Dále jsou zmíněny charakteristiky získaného souboru. Závěr kapitoly se věnuje etické stránce výzkumu.

6.1 Výzkumný soubor

Výzkum se specifikuje na studenty vysokých škol. Proto výzkumný soubor tvořili zástupci studentů českých vysokých škol. Byli děleni do dvou nezávislých skupin – studenti společenskovedních oborů a studenti přírodovědných oborů. Pracovalo se jen se studenty, které bylo možno zařadit do jedné z těchto skupin.

6.1.1 Způsob a kritéria výběru

Pro účast na výzkumu museli být dotazovaní studenty některé z českých vysokých škol ve věku 18 až 26 let a zároveň spadat do jedné ze dvou předem stanovených skupin na základě oboru.

Výzkumný soubor byl vybrán metodou příležitostného výběru. Z důvodu použití oficiálních diagnostických metod nemohly být dotazníky šířeny online formou. Zároveň byla snaha o vyrovnané zastoupení mužů a žen a přibližně stejné početné zastoupení studentů z přírodovědeckých a společenskovedních oborů vysokých škol.

6.1.2 Charakteristiky výzkumného souboru

Výzkumu se finálně účastnilo 65 respondentů z pěti různých vysokých škol a z různých oborů. Věk se pohyboval mezi 20 až 25 lety, věkový průměr činí 22 let. Rozdělení respondentů podle pohlaví a studovaného oboru je následující:

Tab. 3: Charakteristika souboru mužů a žen podle studovaného oboru

Pohlaví	Společenskovední obor	Přírodovědný obor	Celkem
Muž	15	16	31
Žena	18	16	34
Celkem	33	32	65

6.2 Etické hledisko a ochrana soukromí

Z důvodu použití oficiálních výzkumných metod nebyla možnost šířit dotazníky online formou. Se všemi účastníky výzkumu byl navázán osobní kontakt, při kterém byli účastníci informováni o obsahu a cílech bakalářské práce. Účast byla zcela dobrovolná. Veškerá sesbíraná data jsou anonymní, s čímž byli účastníci předem seznámeni.

Nedošlo k zaznamenání žádných jmen a jiných citlivých údajů. V případě, že chtěl respondent zpětně zjistit své výsledky, sám si určil unikátní kód nebo „přezdívku“, na základě které mu byly výsledky sděleny. Této možnosti respondenti často využívali.

7 PRÁCE S DATY A JEJÍ VÝSLEDKY

Výzkum pracuje s 11 proměnnými. Je jimi deset hodnot, vycházejících z dotazníku PVQ (sebeřízení, stimulace, požitkářství, úspěch, moc, bezpečí, konformita, tradice, benevolence a universalismus) a úzkostnost.

V datových záznamech se objevily 4 chybějící hodnoty, každá u jiného respondenta. Byly nahrazeny pomocí řádkového průměru. V souboru se nevyskytovala odlehlá pozorování.

Pro zjištění, zdali mají proměnné normální rozložení, byly využity histogramy spolu s Shapiro-Wilkovým testem. Výsledky nenaznačovaly, že by měly všechny hodnoty normální rozdělení. Proto je většina hypotéz ověřována pomocí neparametrických metod. S parametrickými metodami se pracuje jen v případě hypotézy, která zkoumá pouze úzkostnost, která má normální rozdělení.

H1: Existuje signifikantní korelace mezi úzkostností a jednotlivými hodnotami celého výzkumného souboru.

První hypotéza se svým obsahem zabývá tím, co je primárním obsahem celé této práce. Jejím cílem je zjistit, jestli s vyšší úzkostností stoupá nebo klesá zastoupení hodnot. Jinak řečeno, jestli mezi úzkostností a hodnotami existuje nějaká souvislost.

K ověření hypotézy byla použita Spearmanova korelace. Byla zvolena neparametrická metoda z důvodu, že ne všechny hodnoty mají normální rozdělení. Z testu vychází, že úzkostnost má střední negativní korelaci s hodnotou sebeřízení (-0,41). Dále má slabou negativní korelaci se stimulací (-0,35), požitkářstvím (-0,22), úspěchem (-0,33) a mocí (-0,33). Slabé pozitivní korelace má s hodnotami konformita (0,37) a universalismus (0,34) a středně silnou s tradicí (0,44).

P-hodnoty naznačují, že existuje statisticky významná souvislost mezi hodnotami sebeřízení, stimulace, úspěch, moc, konformita, tradice, a universalismus. Hypotézu proto můžeme přijmout.

Tab. 4: Spearmanova korelace mezi úzkostností a hodnotami

Spearmanova korelace hodnot s úzkostností				
Hodnoty	Rozsah souboru	Korelační koeficient	Stupně volnosti	P hodnota
Sebeřízení	65	-0,41	-3,55	0,001
Stimulace	65	-0,35	-2,97	0,004
Požitkářství	65	-0,22	-1,82	0,073
Úspěch	65	-0,33	-2,76	0,008
Moc	65	-0,33	-2,80	0,007
Bezpečí	65	0,08	0,66	0,510
Konformita	65	0,37	3,19	0,002
Tradice	65	0,44	3,90	0,000
Benevolence	65	0,08	0,65	0,518
Universalismus	65	0,34	2,86	0,006

H2: Existuje signifikantní rozdíl mezi korelacemi hodnot a úzkostnosti studentů přírodovědných a společenských oborů.

Pro výpočet byli respondenti rozděleni do dvou skupin na základě oboru, který studují. Byli rozděleni na přírodovědné a společenských obory. První skupina obsahuje 32 respondentů, druhá 33. Z výsledků Spearmanova testu, který byl proveden na obou skupinách samostatně, vyplývá, že korelace s úzkostností jsou silnější u skupiny studentů společenských oborů. Korelace u druhé skupiny, přírodovědných oborů, jsou nižší nebo se neobjevují vůbec.

U studentů společenských věd se objevuje střední negativní korelace u hodnot sebeřízení (-0,40), stimulace (-0,41), požitkářství (-0,51), úspěch (-0,48) a moc (-0,52). Střední pozitivní korelace jsou mezi úzkostností a hodnotami konformita (0,43) a tradice (0,48) a slabou pozitivní korelaci má úzkostnost s benevolencí (0,21) a universalismem (0,37). U studentů přírodovědných oborů je střední negativní korelace objevuje pouze u sebeřízení (-0,43). Slabá negativní korelace je u stimulace (-0,28). Slabé pozitivní korelace jsou u hodnot bezpečí (0,33), konformita (0,28), tradice (0,36) a universalismus (0,25).

Na základě použití neparametrického Wilcoxonova testu nebyl prokázán mezi korelacemi statisticky významný rozdíl. P-hodnota dosahovala hodnoty 0,074. Hodnota testové statistiky se rovnala 1,78. Tedy zastávané hodnoty se mezi studenty přírodovědných a společenských oborů významně neliší. Hypotéza proto nemohla být potvrzena.

Tab. 5: Spearmanova korelace mezi úzkostností a hodnotami u studentů společenských vědních oborů

Spearmanova korelace mezi hodnotami a úzkostností u společenských vědních oborů				
	Rozsah souboru	Korelační koeficient	Stupně volnosti	P-hodnota
Sebeřízení	33	-0,40	-2,44	0,020
Stimulace	33	-0,41	-2,53	0,017
Požitekárství	33	-0,51	-3,31	0,002
Úspěch	33	-0,48	-3,02	0,005
Moc	33	-0,52	-3,36	0,002
Bezpečí	33	-0,08	-0,43	0,672
Konformita	33	0,43	2,65	0,012
Tradice	33	0,48	3,05	0,005
Benevolence	33	0,21	1,17	0,252
Universalismus	33	0,37	2,19	0,036

Tab. 6: Spearmanova korelace mezi úzkostností a hodnotami u studentů přírodních vědních oborů

Spearmanova korelace mezi hodnotami a úzkostností u přírodních vědních oborů				
	Rozsah souboru	Korelační koeficient	Stupně volnosti	P-hodnota
Sebeřízení	32	-0,43	-2,58	0,015
Stimulace	32	-0,28	-1,59	0,122
Požitekárství	32	0,18	0,98	0,336
Úspěch	32	-0,15	-0,85	0,402
Moc	32	-0,08	-0,42	0,674
Bezpečí	32	0,33	1,91	0,066
Konformita	32	0,28	1,61	0,118
Tradice	32	0,36	2,13	0,041
Benevolence	32	-0,07	-0,37	0,711
Universalismus	32	0,25	1,44	0,161

H3: Existuje signifikantní rozdíl mezi zastávanými hodnotami u studentů společenských vědních a studentů přírodních vědních oborů.

K ověření hypotézy byl proveden Mann-Whitneyův U test. Vede ke zjištění, že mezi hodnotami studentů není signifikantní rozdíl v závislosti na tom, jaký typ oboru studují. Na jeho základě proto nemůžeme hypotézu přijmout. Na základě Mann-Whitneyova U testu byl proveden i výpočet AUC, neboli *area under the curve*. Jeho účelem je zjistit, jaká je

pravděpodobnost, že náhodný prvek ze slabší skupiny dosáhne vyšších hodnot než náhodný prvek ze silnější skupiny.

Tab. 7: Mann-Whitneyův test hodnot jednotlivých skupin oborů

	Mann-Whitneyův U Test						
	Společenskovední obory		Přírodovědné obory		U	AUC	P hodnota
	Rozsah	Medián	Rozsah	Medián			
Sebeřízení	33	19	32	19,0	421,5	0,40	0,16
Stimulace	33	12,0	32	12,0	500,0	0,47	0,72
Požítkařství	33	14,0	32	14,5	522,0	0,49	0,94
Úspěch	33	16,0	32	16,5	490,5	0,46	0,63
Moc	33	10,0	32	10,0	514,0	0,49	0,86
Bezpečí	33	23,0	32	22,5	414,5	0,39	0,14
Konformita	33	17,0	32	17,0	487,0	0,46	0,60
Tradice	33	14,0	32	14,0	384,0	0,36	0,06
Benevolence	33	19,0	32	19,0	455,0	0,43	0,34
Universalismus	33	28,0	32	28,0	465,5	0,44	0,42

H4: Existuje signifikantní rozdíl mezi mírou úzkostnosti u studentů společenskovedních a studentů přírodovědných oborů.

Poslední hypotéza se zabývá srovnáním úzkostnosti u dvou skupin studentů. Jejím cílem je zjistit, jestli existuje rozdíl mezi tím, nakolik jsou úzkostní studenti, kteří studují přírodní vědy a nakolik ti, kteří studují společenské vědy.

Proměnná úzkostnost má normální rozdělení. Proto byly u porovnávání úzkostnosti mezi dvěma skupinami studentů použity parametrické metody. K porovnání byl využit t-test pro dva nezávislé výběry. Na základě p-hodnoty nemůžeme hypotézu přijmout.

Tab. 8: Srovnání úzkostnosti společenskovedních a přírodovědných oborů

Společenskovední obory			Přírodovědné obory			P hodnota
Rozsah souboru	Průměr	Směrodatná odchylka	Rozsah souboru	Průměr	Směrodatná odchylka	
33	5,52	2,66	32	5,59	2,31	0,44

7.1 Výsledky ověření platnosti statistických hypotéz

Tato podkapitola se zabývá krátkým shrnutím výsledků hypotéz. Je zmíněno, jestli je hypotéza přijata, nebo ne.

H1: Existuje signifikantní korelace mezi úzkostností a jednotlivými hodnotami celého výzkumného souboru. – Hypotézu lze přijmout.

H2: Existuje signifikantní rozdíl mezi korelacemi hodnot a úzkostnosti studentů přírodovědných a společenských oborů. – Hypotézu nelze přijmout.

H3: Existuje signifikantní rozdíl mezi zastávanými hodnotami u studentů společenských a studentů přírodovědných oborů. – Hypotézu nelze přijmout.

H4: Existuje signifikantní rozdíl mezi mírou úzkostnosti u studentů společenských a studentů přírodovědných oborů. – Hypotézu nelze přijmout.

8 DISKUZE

Následující kapitola je věnována souhrnu výsledků výzkumné části, jejich interpretaci a porovnání s jinými studii. Část se věnuje i limitům, se kterými se práce potýkala. V závěru jsou krátce zmíněny podněty pro případné další podobné studie.

Výzkumná část si dávala za hlavní cíl zjistit, jestli existuje vztah mezi mírou úzkostnosti a tím, jaké hodnoty jsou pro člověka v životě důležité. Zároveň se snažila zjistit konkrétní hodnoty, kterých se tato případná souvislost týká. K ověření byly použity dva dotazníky. Konkrétně se jednalo o PVQ k výzkumu hodnot a STAI ke stanovení míry úzkostnosti.

Pomocí statistických metod byla tato základní domněnka potvrzena. Výsledky poukazují na to, že lidé, kteří jsou více úzkostní, přikládají větší důležitost hodnotám konformity, universalismu a tradice. Preference hodnot, které patří do skupiny konzervatismu, tedy konformity a tradice, mohou mít u úzkostných lidí vyšší důležitost z toho důvodu, že jim poskytují větší pocit bezpečí. Tradice mohou symbolizovat něco známého a daného. V tom mohou tito lidé nacházet větší komfort. Stejně tak hodnota konformity může být vyšší z důvodu, že pokud se člověk přizpůsobí okolí, nemusí se tolik potýkat s kritikou nebo jinými situacemi, které by mohly způsobovat úzkost. Poslední z hodnot, která je u úzkostných lidí vyšší než u neúzkostných, je universalismus. Tato hodnota je obecnější a nemusí tu být jasný důvod, proč je pro ně důležitější. Mohlo by to být z důvodu, že mají kvůli vlastním častějším úzkostným stavům větší pochopení pro problémy a odlišnosti druhých. Jde ale jen o pouhou domněnku, která nemusí mít reálný základ.

Naopak úzkostnější lidé méně zastávají hodnoty sebeřízení, stimulaci, požitkářství, úspěch a moc. Nejvýraznější negativní vztah je mezi úzkostností a sebeřízením. Sebeřízení je spojeno s nezávislými myšlenkami a aktivitami. V tom může být v rozporu s konformitou a tradicí, které u úzkostnějších lidí dosahují vyššího skóre. Požitkářství a stimulace jsou mnohdy spojeny s vystavováním se novým a neznámým situacím, což může být spojeno s prožitky úzkosti. Moc může být spojena s určitou odpovědností, která je potřebná pro vedení lidí, což může poskytovat prostor pro úzkostné pocity.

Výzkumem, který byl tematicky nejpodobnější cílům této práce, byl výzkum, který uskutečnili W. Bilsky a S. H. Schwartz (1994). Z jeho výsledků vyplývá souvislost mezi

úzkostností a tradicí, konformitou, bezpečím a mocí. Konkrétněji lidé, kteří jsou úzkostnější, hodnotí tyto hodnoty na vyšší úrovni. Spojují tyto souvislosti s hodnotami s potřebou kontroly a subjektivního bezpečí. Z toho důvodu se zde objevuje i moc, která může na první pohled působit poněkud překvapivě. Podle Bilského a Schwartze je tento vztah spojen s tím, že úzkostní mohou aktivně převzít kontrolu nad děním kolem sebe a díky tomu lépe kontrolovat své okolí a změny v něm, které by mohl potenciálně představovat zdroj nepříjemných pocitů. Za pozornost stojí, že v našem výzkumu měla moc oproti této studii negativní korelaci. Ve shodě s naším výzkumem je studie v případě hodnot tradice a konformita. Souvislost s bezpečím zde potvrzena nebyla. Naopak se v této bakalářské práci objevuje více korelací.

Rozdíly ve výsledcích studií mohou být způsobeny rozdílným výzkumným souborem. Jejich studie se sestávala ze dvou třetin z žen. Navíc šlo o studenty administrativy nebo pedagogiky. V našem souboru byli studenti z více různých oborů. Výzkum Bilského a Schwartze (1994) pracoval s jinými metodami než náš výzkum. I to mohlo vést k rozdílným výsledkům. Navíc se nezajímal izolovaně pouze o úzkostnost, ale spojoval dohromady úzkost a strach. Zároveň může být problémem nedostatečná reprezentativnost souboru, která může být způsobena nemožností získání náhodného souboru.

Dalšími podobnými výzkumy byly ty na téma souvislostí mezi hodnotami a osobnostními rysy. Těmi se zabýval nespočet studií. Většina z nich se zaměřovala především na osobnostní rysy z Big Five. Primárním dotazníkem byl tedy NEO. K měření hodnot se povětšinou používá SVS nebo PVQ, díky svému designu. Pracují tedy částečně s odlišnými metodami než my.

V těchto výzkumech byl několikrát potvrzen vztah mezi hodnotami a některými osobnostními rysy. Avšak mezi hodnotami a neuroticismem, který se z Big Five úzkostnosti podobá nejvíce a zahrnuje ji do sebe, byla vždy prokázána jen slabá souvislost, pokud vůbec. Jedním z takových výzkumů je například výzkum, který prováděl Roccas et al. (2002). Zmiňují, že tento rys není dostatečně specifický na to, aby mohl přímo souviset s nějakými konkrétními hodnotami. Proto se u něj nevyskytují žádné výraznější korelace. Zde záleží na tom, od jaké hodnoty považují výzkumy výsledky za dostatečně silné, aby je braly v úvahu. I v této práci se mezi většinou hodnot vyskytuje pouze slabá korelace. Přesto ale nabývá statistické významnosti.

Ve výzkumu, který uskutečnili R. Fischer a D. Boer (2015) se nevyskytovala úzkost jako osobnostní rys. I oni pracovali s dotazníkem NEO-FFI. Za zmínku však stojí jimi zjištěné korelace mezi hodnotami a extroverzí. Extroverze měla pozitivní korelace s hodnotami sebeřízení, stimulace a hédonismus. Naopak negativně souvisí s konformitou, s tradicí a bezpečím. Tyto korelace jsou téměř opačné ke vztahům mezi hodnotami a úzkostností, které vyšly s našem výzkumu. Teoreticky by se tedy dalo říct, že vztahy hodnot a úzkostnosti jsou podobné jako vztahy mezi hodnotami a introverzí.

Následně jsme se zabývali rozdílem mezi korelacemi. Po vyhodnocení všech korelací nebyl nalezen statisticky významný rozdíl mezi skupinami, přestože z pohledu na korelace můžeme vidět nějaké rozdíly. Především se jedná o poznání slabší korelace v případě studentů přírodovědných oborů. Směr korelací byl ale vždy stejný. Hodnoty ani úzkostnost se mezi skupinami výrazně neliší. Je proto těžké odhadnout důvod odlišností korelací.

Hypotéza, že hodnotové typy se liší mezi studenty přírodovědných a společenských oborů nebyla potvrzena. Může to být způsobeno tím, že obě kategorie obsahují řadu oborů, které mohou být velmi rozdílné. Každá skupina je potom značně heterogenní. V následném porovnání už proto případné rozdíly nemusí být nijak výrazné. Dalším důvodem může být nedostatečná reprezentativnost výzkumného souboru.

Se dvěma skupinami studentů ve svém výzkumu pracoval i Schwartz et al. (2001). Soubor pracoval s odlišnými skupinami než my. Konkrétněji šlo o skupinu studentů humanitních oborů, jako studium jazyku, historie nebo filosofie, a skupinu studentů ekonomie. Tento výzkumný soubor se skládal ze dvou třetin z žen. Tyto skutečnosti vybízí k myšlence, že v souboru byly menší rozdíly v rámci skupin, a proto by mohly být výraznější rozdíly, které jsou mezi skupinami. Přesto ale nebyly objeveny žádné signifikantní rozdíly mezi hodnotami skupin.

Z toho důvodu se nabízí varianta, že skupiny jsou tolik podobné, protože jako studenti mají obdobné sociální pozadí a další faktory, které mají vliv na formování hodnot (Dobrovolská, & Duplinský, 1981). Výsledný obor studia už nemusí v hodnotách způsobovat tak velký rozdíl jako zbylé faktory.

Poslední z hypotéz byla ta, že se míra úzkostnosti liší v závislosti na typu oboru. Hypotéza nebyla potvrzena. V míře úzkostnosti tak pravděpodobně hraje roli mnohem více faktorů než to, jaký obor člověk studuje. Samozřejmě i tady mohl být problém na základě

nedostatečné reprezentativnosti souboru, případně na širokém rozpětí obou skupin oborů a rozdíly v rámci každé ze skupin.

Opakujícím se problémem je to, že výzkumný soubor nebyl možný získat metodou náhodného výběru. Příležitostné výběry pracují s rizikem nedostatečné reprezentativnosti dat. To může mít následně velký vliv na výsledky výzkumu. Kvůli faktu, že dotazník nemohl být šířen online formou, byl omezený rozsah souboru.

Případné příští studie by proto bylo vhodné provádět na větším a náhodnějším výzkumném souboru. Stejně tak by bylo vhodné provést ho na jiné cílové skupině, než jsou studenti, kteří jsou pro svou dostupnost pro podobné studie velmi často zkoumáni. Vzniká tak otázka, jestli se zjištěné vztahy objevují i u nestudentů.

9 ZÁVĚR

Výzkum souvislostí a úzkostnosti byl realizován na souboru 65 studentů vysokých škol, kteří byli na základě oboru, který studují, rozděleni do skupiny přírodovědné obory nebo společenskovední obory.

K získání dat byly použity dva dotazníky. Prvním z nich byl PVQ – dotazník hodnotových portrétů, který byl použit k zmapování hodnot respondentů. K zjišťování míry úzkostnosti byl využit dotazník STAI – State-Trait Anxiety Inventory.

Výzkum zjistil, že mezi některými z hodnot a úzkostností existují slabé, případně středně silné korelace. Střední negativní korelace se objevuje mezi úzkostností a sebeřízením. Slabé negativní korelace má s hodnotami stimulace, požitkářství, úspěch a moc. Platí tedy, že čím je člověk více úzkostný, tím méně zastává tyto hodnoty. Naopak střední pozitivní korelace je mezi úzkostností a tradicí. Slabé pozitivní s konformitou a universalismem. Lze tedy říci, že nějaká souvislost mezi hodnotami a mírou úzkostnosti existuje. Vztahy jsou ale většinou poměrně slabé, proto můžeme říct, že na hodnoty a úzkostnost mají vliv i jiné faktory.

Dále se výzkum zabýval rozdíly v korelacích hodnot a úzkostnosti na základě oboru. Korelace jsou slabší u studentů přírodovědných oborů, rozdíly však nejsou nijak významné.

Následně se výzkum zabýval rozdíly mezi hodnotami u dvou skupin studentů – studentů přírodovědných a studentů společenskovedních oborů. Bylo zjištěno, že mezi těmito dvěma skupinami se žádné významné rozdíly nevyskytují. Stejně tak se nevyskytují velké rozdíly mezi skupinami ani v míře úzkostnosti. Podobnost skupin souvisí i s tím, že nebyly rozdílné ani korelace.

10 SOUHRN

Práce se zabývá primárně tím, jestli existuje vztah mezi hodnotami a úzkostností u studentů. Cílem je zjistit, jestli s vyšší mírou úzkostnosti stoupá nebo naopak klesá to, jakou lidé přikládají důležitost jednotlivým hodnotám. Také se zajímá o to, jestli existuje rozdíl mezi těmito souvislostmi u studentů přírodních a společenských oborů. Následně se zabývá tím, jestli existují nějaké rozdíly v úzkostnosti nebo hodnotách na základě oboru.

Jedním z hlavních pojmů celé bakalářské práce je hodnota. Tento pojem je však značně heterogenní. Částečně je to způsobeno faktem, že se jím zabývá hned několik oborů. Je jimi například filosofie, psychologie, sociologie, nebo třeba ekonomie. V rámci psychologie se hodnotami zabývá především sociální psychologie a psychologie osobnosti (Prudký, 2009).

Zjednodušeně by se dalo říct, že hodnoty jsou stabilní a poměrně neměnná součást osobnosti. Jsou hlubokým vnitřním přesvědčením o tom, co je pro člověka žádoucí a vhodné a co naopak není. Říkají, co je pro člověka důležité. Představují to, čeho by chtěl jedinec v životě dosáhnout. Dalo by se říct, že se jedná o nějaké velmi obecné cíle (Cakirpaloglu, 2009).

Hodnoty jsou úzce spjaty s potřebami. Díky tomu mají schopnost regulovat a ovlivňovat chování. Mají také tendenci k naplnění. Kromě toho mají velký vliv na socializaci, morálku, soudržnost společnosti a kultury a podílejí se i na formování osobnosti (Prudký, 2009).

Další část teoretické části je věnována úzkostnosti a podobným pojmům. Je důležité hned ze začátku vymezit rozdíl mezi úzkostí a strachem. Pocitově jde o velmi podobné emoce. Mají stejné symptomy. Hlavním rozdílem je, že strach má konkrétní obsah. Úzkost je naopak více neurčitá. V jejím případě si nejsme vědomi, čím přesně je způsobena. Kvůli tomu může být subjektivně daleko více nepříjemná (Vymětal, 2007).

Jak strach, tak úzkost slouží k adaptaci. Upozorňují na možné nebezpečí. Způsobují, že se v těle mobilizují síly a organismus se tak připravuje na případné hrozby z vnějšího okolí. Tělesné změny, ke kterým dochází, jsou například zrychlení tepové frekvence,

zrychlení dechu, zvýšený svalový tonus a řada dalších. Kromě tělesné roviny je ovlivněna i rovina myšlení a chování (Honzák, 1995).

Kromě strachu a úzkosti rozpoznáváme i úzkostnost, která velmi úzce souvisí se zaměřením této práce. Zatímco úzkost je emoce, která má krátké trvání, úzkostnost je trvalejším stabilnějším rysem osobnosti. Jde o připravenost organismu k tomu pociťovat úzkost (Vymětal, 2007).

Kapitoly o hodnotách a úzkostnosti jsou v teoretické části následovány krátkou kapitolou, která se zabývá výzkumy na podobné téma, jako tato bakalářská práce. Obsahově nejbližší je studie, kterou uskutečnili Bilsky a Schwartz (1994). Zjišťovali vztah mezi hodnotami a osobnostními rysy. Z jejich studie vyplývá možný vztah mezi strachem a úzkostí a některými hodnotami. Konkrétně se jedná o pozitivní korelace s tradicí, konformitou, bezpečím a mocí.

Hlavním cílem bakalářské práce bylo zjistit, jestli existuje souvislost mezi hodnotami a úzkostností. Konkrétněji se zabývala touto souvislostí u studentů vysokých škol. Dalšími dílčími cíli práce bylo zjištění, jestli se vztah úzkostnosti a hodnot liší mezi studenty přírodovědných a společenských oborů. Stejně skupiny byly porovnávány i z hlediska toho, jaké hodnoty zastávají a jak moc jsou úzkostné.

Výzkum byl realizován na skupině 65 studentů z pěti různých českých vysokých škol. Šlo o studenty, kteří se mohli svým studijním oborem radit do společenských nebo přírodovědných oborů. Na základě toho byli rozděleni do dvou skupin. Soubor byl vyvážený jak v zastoupení obou skupin, tak v zastoupení mužů a žen. K výběru výzkumného souboru byl využit příležitostný výběr. V průběhu nebyly zaznamenávány žádné citlivé údaje a respondenti jsou anonymní.

K provedení výzkumu byly využity kvantitativní metody. K získání dat byly použity dva dotazníky – PVQ a STAI. PVQ, Portrait Value Questionnaire, nebo česky Dotazník hodnotových portrétů, slouží k měření 10 hodnot podle konceptu hodnot S. H. Schwartze, který je také autorem této metody. K měření úzkostnosti byl použit STAI – State-Trait Anxiety Inventory. V překladu se jedná o Dotazník na měření úzkosti a úzkostlivosti.

Ke zpracování dat byly využity statistické metody, které byly kvůli povaze proměnných převážně neparametrické. K porovnání skupin sloužil Spearmanův korelační koeficient, k porovnání skupin Mann-Whitneyův U test a Wilcoxonův test. K porovnání úzkostnosti byl využit parametrický t-test pro dva nezávislé vývěry.

Základní hypotéza, kterou bylo, že u studentů existuje vztah mezi hodnotami a úzkostností, byla potvrzena. Na jejím základě bylo zjištěno, že lidé s vyšší mírou úzkostnosti méně zastávají hodnoty sebeřízení, stimulace, požitkářství, úspěch a moc. Naopak se zvyšuje důležitost hodnot tradice, konformita a universalismus. Z toho nejsilnější vztahy jsou mezi úzkostností a sebeřízením a tradicí. Další hodnoty vykazují slabé korelace.

Další z hypotéz byla ta, že korelace se liší na základě toho, který obor studenti studují. Tato hypotéza se nepotvrdila. Stejně tak se nepotvrdily ani hypotézy týkající se toho, jestli jsou mezi skupinami rozdíly v tom, jak moc jsou úzkostní nebo jaké vyznávají hodnoty. Tyto tři hypotézy nasvědčují tomu, že skupiny nebyly nijak markantně rozdílné.

LITERATURA

1. Anýžová, P. (2017). *The Social-Psychological Context of Human Values: The Reciprocal Relationship between Personality Traits and Value Orientations*. Czech Sociological Review, 53(3), 393-426. DOI: 10.13060/00380288.2017.53.3.337
2. Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Nolen-Hoeksema, S. (1995). *Psychologie*. Praha: Victoria Publishing.
3. Bilsky, W., & Schwartz, S. H. (1994). *Values and personality*. European Journal of Personality, 8(3), 163-181.
4. Borossa, J., Mollon, P., Music, G., Emanuel, R., & Segal, J. (2002). *Témata psychoanalýzy*. Praha: Portál.
5. Cakirpaloglu, P. (2009). *Psychologie hodnot* (2., dopl. a přeprac. vyd). Olomouc: Univerzita Palackého.
6. Dobrovolská, D., & Duplinský, J. (1981). *Hodnotová orientace vysokoškoláka z hlediska současné koncepce hodnot*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
7. Faltus, F., Kukumberg, P., Vinař, O., Cimický, J., Raboch, J., Berger, J., & Ulč, I. (1999). *Úzkost a úzkostné poruchy*. Praha: Grada.
8. Fischer, R., & Boer, D. (2015). *Motivational Basis of Personality Traits: A Meta-Analysis of Value-Personality Correlations*. Journal Of Personality, 83(5), 491-510.
9. Frankl, V. E. (2015). *Lékařská péče o duši*. Brno: Cesta.
10. Göbelová, T., (2006). *Axiologická dimenze ve výchově a vzdělávání*. Ostrava: Ostravská universita v Ostravě.
11. Hartl, P. (2004). *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál.
12. Honzák, R. (1995). *Strach, tréma, úzkost a jak je zvládnout*. Praha: Maxdorf.
13. Hudeček, J. (1986). *Hodnotové orientace v motivační sféře osobnosti*. Rozpravy Československé Akademie Věd. Řada Společenských Věd, 96.
14. Jandourek, J. (2012). *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Praha: Grada.
15. Janíček, J. (2008). *Když úzkost bolí*. Praha: Portál.
16. Lindsey, C. (2014). *Trait Anxiety in College Students: The Role of the Approval Seeking Schema and Separation Individuation*. College Student Journal, 48(3), 407-418
17. Marjaana Lindeman & Markku Verkasalo (2005) *Measuring Values With the Short Schwartz's Value Survey, Journal of Personality Assessment, 85:2, 170-178, DOI: 10.1207/s15327752jpa8502_09*

18. Morschitzky, H., & Sator, S. (2014). *Deset tváří úzkosti: svépomocný program v sedmi krocích*. Praha: Portál.
19. Müllner, J., Ruisel, I., & Farkaš, G. (1980). *Príručka pre administráciu, interpretáciu a vyhodnocovanie dotazníka na meranie úzkosti a úzkostlivosti*. Bratislava: Psychodiagnostické a didaktické testy
20. Nelemans, S. A., Hale III, W. W., Branje, S. J., Raaijmakers, Q. A., Frijns, T., Van Lier, P. A., & Meeus, W.H. (2014). *Heterogeneity in development of adolescent anxiety disorder symptoms in an 8-year longitudinal community study*. *Development and Psychopathology*, 26, 181-202.
21. Praško, J. (2005). *Úzkostné poruchy: klasifikace, diagnostika a léčba*. Praha: Portál.
22. Praško, J., Prašková, J., & Vyskočilová, J. (2006). *Úzkost a obavy: jak je překonat*. Praha: Portál.
23. Prudký, L. (2009). *Inventura hodnot: výsledky sociologických výzkumů hodnot ve společnosti České republiky*. Praha: Academia.
24. Rehakova, B. (2001). *Who Are the Czech Materialists, Post-Materialists, and Those Who Are 'Mixed', and How Do They Differ in Their Opinions and Attitudes on Selected - Primarily Political - Subjects*. *Czech Sociological Review*, 2001, Vol. 9 (No. 1: 35-52)
25. Roccas, S., Sagiv, L., Schwartz, S. H., & Knafo, A. (2002). *The Big Five Personality Factors and Personal Values*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(6), 789–801.
26. Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: Free press.
27. Ruisel & kol. (1980) *Dotazník na meranie úzkosti a úzkostlivosti*. Bratislava: Psychodiagnostické a didaktické testy, N.P
28. Říčan, P. (2007). *Psychologie osobnosti*. Praha: Grada Publishing.
29. Sekera, J. (1994). *Hodnotová orientace a mezilidské vztahy v pedagogických sborech*. Ostrava: Pedagogická fakulta Ostravské univerzity.
30. Schusterová, N. (2008). *Konstrukt „hodnota“ v psychologickom ponímaní*. *Československá psychologie*, 52, č. 3, str. 265-275.
31. Schwartz, S. H. (1992). *Universals in the content and structure of values: Theory and empirical tests in 20 countries*. In: Zana, M. P. (Eds): *Advances in experimental social psychology*. San Diego, Academic, 24, 1-65.
32. Schwartz, S. H. (2003). *A proposal for measuring value orientations across nations*. Retrieved from <http://www.europeansocialsurvey.org/>

33. Schwartz, S. H. (2012). *An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values*. Online Readings in Psychology and Culture, 2(1). DOI: 10.9707/2307-0919.1116
34. Schwartz, S. H., Melech, G., Lehmann, A., Burgess, S., Harris, M., & Owens, V. (2001). *Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement*. Journal of Cross-Cultural Psychology, 32, 519-542.
35. Schwartz, S., Melech, G., Lehmann, A., Burgess, S., Harris, M., & Owens, V. (2001). *Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement*. Journal of CrossCultural Psychology, 32, 519–542.
36. Svoboda, M., Humpolíček, P., & Šnorek, V. (2013). *Psychodiagnostika dospělých*. Praha: Portál.
37. Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání* (Vyd. 2., dopl. a přeprac). Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum.
38. Vymětal, J. (2007). *Speciální psychoterapie* (2. přeprac. a dopl. vyd). Praha: Grada Publishing.

PŘÍLOHY

Seznam příloh:

1. Abstrakt BcDP v ČJ
2. Abstrakt BcDP v AJ
3. Průvodní list k dotazníkům
4. Ukázka datového souboru

ABSTRAKT DIPLOMOVÉ PRÁCE

Název práce: Souvislost mezi hodnotami a úzkostností u studentů VŠ

Autor práce: Hana Knápková

Vedoucí práce: prof. PhDr. Panajotis Cakirpaloglu, DrSc.

Počet stran a znaků: 58 (88 240)

Počet příloh: 4

Počet titulů použité literatury: 38

Abstrakt:

Teoretická část práce se zaměřuje na vymezení a popsání základní problematiky hodnot a úzkostnosti. Část je věnována i předchozím výzkumům na podobné téma.

Primární výzkumnou otázkou práce je zjistit, jestli existuje souvislost mezi mírou úzkostnosti a tím, jaké studenti zastávají hodnoty. Dále byly srovnávány korelace hodnot a úzkostnosti dvou skupin, kterými byli studenti přírodovědných oborů a studenti společenskovědních oborů. Kromě toho byly také porovnávány hodnoty a úzkostnost těchto dvou skupin.

Respondenty bylo 65 studentů vysokých škol, kteří studují přírodovědné nebo společenskovědní obory. Byli získáni na základě příležitostného výběru.

K získání dat sloužily dotazníky PVQ a STAI. Na jejich základě byly kvantitativně ověřovány hypotézy. K souvislosti mezi úzkostností a hodnotami byla využita Spearmanova korelace, která potvrdila souvislost mezi úzkostností a některými z hodnot. Dále bylo pomocí Wilcoxonova testu, Mann-Whitneyova U testu a t-testu pro dva nezávislé výběry zjištěno, že neexistuje výrazný rozdíl mezi dvěma skupinami, ať už se jedná o jejich hodnoty, úzkostnost nebo korelace mezi těmito proměnnými.

Klíčová slova: hodnoty, úzkostnost, PVQ, STAI

ABSTRACT OF THESIS

Title: Connection between Values and Trait Anxiety among College Students

Author: Hana Knápková

Supervisor: prof. PhDr. Panajotis Cakirpaloglu, DrSc.

Number of pages and characters: 58 (88 240)

Number of appendices: 4

Number of references: 38

Abstract:

The theoretical part of the thesis is devoted to defining and describing primary matters of values and trait anxiety. Part of this section is dedicated to previous researches regarding similar topic.

The chief research question is to determine, whether there exist any relation between the trait anxiety and the type of values of students. Furthermore, the correlations of values and trait anxiety of two groups; students of natural science and students of human science, were matched and compared.

The respondents were 65 university students from the field of natural and human science. The respondents were selected occasionally.

The questionnaires PVQ and STAI were used for information gathering. The data collected from those questionnaires was used for quantitative method of hypothesis testing. The link between trait anxiety and values was tested by Spearman's correlation, which confirmed the connection between trait anxiety and some of the values. Additionally, the Wilcoxon's test, Mann-Whitney U test and t-test for two unrelated selections, revealed that there is no major difference between two groups, be it their values, trait anxiety or the correlation between these variables.

Key words: values, trait anxiety, PVQ, STAI

Příloha 3: Průvodní list k dotazníkům

Dobrý den, jmenuji se Hana Knápková a jsem studentka psychologie na UPOL. V současné době pracuji na bakalářské práci na téma „Souvislost mezi hodnotami a úzkostností u studentů VŠ“. V souvislosti s tím bych Vás ráda požádala o vyplnění přiloženého dotazníku, který se skládá ze dvou částí – dotazníku úzkosti a dotazníku hodnot.

Vyplnění dotazníku Vám zabere přibližně 15-20 minut. Všechny údaje, které poskytnete, zůstanou anonymní.

Děkuji za Vaše odpovědi a čas věnovaný vyplnění tohoto dotazníku. Pokud byste si přáli vědět Vaše výsledky nebo nějaké informace o mé bakalářské práci, neváhejte mě kontaktovat.

Kontakt: XXXXXXXXXX (případně facebook)

Pozn.: (tyto položky vyplňte jen zde, v dalších částech dotazníku je můžete ponechat nevyplněné)

Pohlaví:

Věk:

Škola + fakulta:

Kód*:

*vymyslete si nějaký kód nebo přezdívku, podle které bych mohla poznat váš dotazník, kdybyste chtěli zaslat Vaše výsledky

Příloha 4: Ukázka datového souboru

	obor	sebeřízení	stimulace	požitkářství	úspěch	moc	bezpečí	konformita	tradice	benevolence	universalismus	HS Ú	STEN Ú
žena	společenské	17	11	16	15	6	28	11	9	20	22	38	3
žena	společenské	16	13	13	14	6	15	16	9	21	24	53	7
žena	společenské	20	13	14	12	8	15	11	11	18	27	46	5
muž	přírodní vědy	16	13	15	14	11	21	18	12	18	25	39	4
žena	společenské	17	13	14	12	9	21	18	12	16	20	43	4
muž	společenské	20	12	17	21	14	25	20	17	17	25	40	5
žena	společenské	14	8	10	12	6	18	15	15	23	28	59	9
žena	přírodní vědy	21	10	10	15	9	14	16	12	22	27	35	2
muž	společenské	20	14	14	14	10	19	16	10	21	26	37	3
muž	společenské	22	14	13	18	15	21	14	10	13	28	51	7
žena	společenské	18	9	15	21	10	21	21	13	18	27	64	10
žena	přírodní vědy	23	15	15	14	10	24	23	21	24	36	46	5
muž	společenské	21	13	15	18	12	14	12	7	17	32	60	9
žena	přírodní vědy	24	12	14	22	11	17	9	8	20	28	46	5
žena	společenské	22	17	17	18	12	22	15	12	17	27	48	6
žena	společenské	22	10	13	21	10	27	17	11	14	35	27	1
muž	přírodní vědy	15	6	11	15	10	23	19	15	20	36	62	10
žena	společenské	12	8	8	10	6	22	21	19	21	32	57	8
muž	přírodní vědy	23	13	11	20	15	22	14	10	12	18	30	2
muž	přírodní vědy	22	12	11	18	13	20	19	14	15	25	37	3
muž	společenské	13	7	13	16	10	20	19	16	15	20	40	5