

Dosedlová, Jaroslava; Jelínek, Martin; Klimusová, Helena

Nadějně vyhlídky: optimismus a jeho vztah k naději

In: Dosedlová, Jaroslava; Burešová, Iva; Havigerová, Jana Marie; Jelínek, Martin; Klimusová, Helena; Pučelíková, Alena; Slezáčková, Alena; Vašina, Lubomír. *Chování související se zdravím : determinanty, modely a konsekvence*. Vydání první Brno: Filozofická fakulta, Masarykova univerzita, 2016, pp. 13-34

ISBN 978-80-210-8458-2

Stable URL (handle): <https://hdl.handle.net/11222.digilib/136847>

Access Date: 29. 11. 2024

Version: 20220831

Terms of use: Digital Library of the Faculty of Arts, Masaryk University provides access to digitized documents strictly for personal use, unless otherwise specified.

2 NADĚJNÉ VYHLÍDKY: OPTIMISMUS A JEHO VZTAH K NADĚJI

Jaroslava Dosedlová, Martin Jelínek, Helena Klimusová

Optimismus a pesimismus můžeme chápat jako zastřešující termíny, které se užívají v souvislosti s mnoha současnými konstrukty a jen někdy odpovídají běžně užívanému významu obou pojmů. V odborné literatuře je mimo jiné specifikován dispoziční optimismus (Scheier, & Carver, 1985), optimistický či pesimistický atribuční (explanační) styl (Peterson, & Seligman, 1987), optimismus jako pozitivní iluze (Taylor, & Brown, 1988), nerealistický optimismus (Weinstein, 1980), nerealistický pesimismus (Heine, & Lehman, 1995), defenzivní pesimismus a strategický optimismus (Norem, & Cantor, 1986). Současné psychologické přístupy uvažují o optimismu nejčastěji jako o kognitivní charakteristice, autoři se věnují cílům, očekáváním, kauzálním atribucím. Nesmíme však zapomínat ani na emoční doprovod optimismu a pesimismu. Můžeme být překvapeni, že jak optimismus, tak pesimismus mohou mít emočně defenzivní charakter, že optimismus je motivující na cestě k cíli a může být i sám o sobě přitažlivým cílem.

Jak jsme již předeslali v úvodu, optimismus (jako dispoziční rys osobnosti i jako naučená kognitivní strategie) je vnímán jako salutoprotektivní charakteristika (Egger, 2013; Kebza, 2008; Šolcova, 2009) a je dáván do souvislosti s větší angažovaností ve zdraví prospěšných aktivitách (Scheier, & Carver, 1985; Peterson, & Bossio, 1991; Soliah, 2011). Cílem kapitoly je představit vybrané konstrukty optimismu/pesimismu i příbuzný konstrukt naděje a vytvořit model, který by pomohl osvětlit vztahy mezi jednotlivými dimenzemi popsanych konstruktů.

Považujeme to za důležité i z toho důvodu, že proměnné dispoziční optimismus/pesimismus a defenzivní pesimismus vstupují do následujících studií v kapitolách 4 a 6.

2.1 Současné psychologické teorie optimismu

2.1.1 Optimismus jako kognitivní chyba, pozitivní iluze, nerealistický optimismus

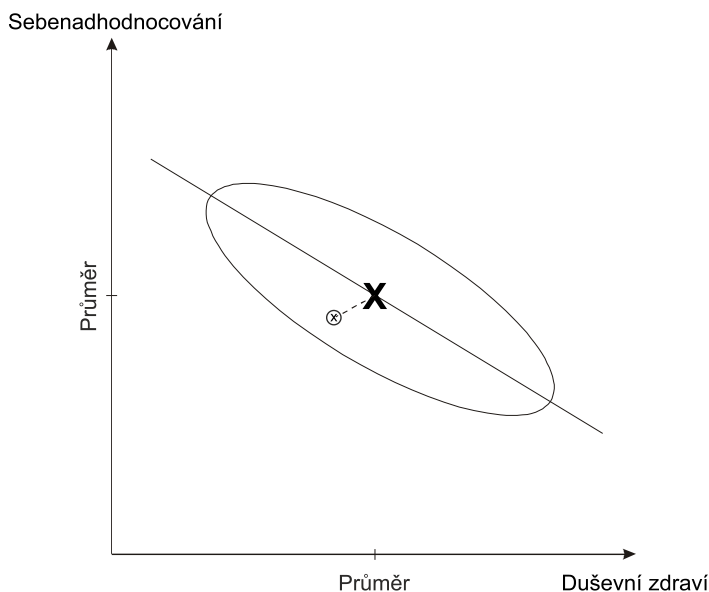
Koncept duševního zdraví se tradičně spojoval s realistickým náhledem na sebe i na svět. V 60. a 70. letech však začali kognitivní psychologové upozorňovat na nepřesnosti v lidském uvažování. Matlinová a Stang (1978, dle Peterson, 2000) ve stovkách studií prokázali, že řeč, myšlení a paměť jsou selektivně pozitivní. Většina lidí se hodnotí pozitivně a v něčem nadprůměrně, svět pak obývají lidé, kteří jsou všichni „nadprůměrní“.

Lazarus (in Breznitz, 1983) pozitivně zkreslený náhled na sebe a na svět nazývá „pozitivním popřením“ a spojuje je s psychickou pohodou duševně zdravých lidí. Beck (1967) považuje depresi za kognitivní poruchu, která je charakterizovaná pesimismem a beznadějí, tedy negativním vnímáním sebe sama, reality a budoucnosti. Taylorová a Brown (1988, 1994) položili vědeckému fóru provokující otázku: je vůbec možné být šťastný a zachovat si realistický náhled na sebe a na situaci? Jsou šťastní lidé realisté, nebo se dopouštějí soustavných chyb při vnímání a hodnocení reality? Sami autoři upozorňují na tři možné typy iluzí běžně se vyskytujících u spokojených, psychicky zdravých a dobře adaptovaných osob:

- mírné sebenadhodnocování zahrnující autogratifikaci a autoprotekci;
- nadhodnocování vlastní možnosti kontrolovat běh událostí svého života;
- nahlížení budoucnosti ve světle nerealistického optimismu.

Taylorová (1989) rozlišuje iluzi a sebeklam optimismu. Iluze jsou více vztaženy k realitě (i když neochotně) a jsou spojeny s větším pocitem odpovědnosti na rozdíl od sebeklamů. Zveřejnění konceptu pozitivních iluzí vyvolalo živou polemiku. Se zásadní kritikou vystoupili Colvin a Block (1994), a obnovili tak pojetí psychického zdraví spojeného se schopností realisticky nahlížet na sebe sama i na svět kolem sebe. Tito autoři předložili výzkumné závěry, které dokládají negativní korelační vztah mezi sebenadhodnocováním a uznávanými, žádanými osobnostními rysy. Jinak řečeno, lidé s výraznější mírou sebenadhodnocování vykazují v hodnocení nezávislými posuzovateli zároveň více negativních osobnostních charakteristik.

O smíření obou postojů se snažili Asendorpf a Ostendorf (1998). Zaměřili se ve svém výzkumu zvláště na pozitivní iluzi sebenadhodnocování a jako první krok potvrdili její vztah k sociální žádanosti. Prokázali jeho nulovou hodnotu ve vztahu k osobnostním rysům, které v naší kultuře vzbuzují neutrální postoje. Interindividuální rozdíly v sebenadhodnocování se tedy zvyšují se vzrůstající společensky uznávanou hodnotou osobnostního rysu a zároveň jsou u vysoce společensky žádaných rysů osobnosti konzistentní. Co se týká sporu Taylorové a Browna s Colvinem a Blockem, pokusili se demonstrovat možnou koexistenci naprosto protichůdných výsledků následujícím grafem:



Obrázek 2.1 Vztah sebenadhodnocování a duševního zdraví
(Asendorpf, & Ostendorf, 1998)

Colvin, Funder a Block (1995) se zajímali o vztah mezi duševním zdravím (žádoucí osobností) a sebenadhodnocováním v netříděné populaci, znázorněné na obrázku elipsou. Zjištěná negativní korelace je v grafu vyjádřena sestupnou regresní křivkou. Taylorová s Brownem (1988) porovnávali průměrné sebenadhodnocování vyjádřené v grafu velkým křížkem s průměrnou mírou sebenadhodnocení (malý křížek) ve skupině psychiatrických pacientů se sklony k depresím (malý kroužek). Zjištěná snížená úroveň sebenadhodnocení u pacientů je vyjádřena vzestupnou regresní křivkou. Z náčrtu tak jasně vyplývá, že protichůdné závěry se ve skutečnosti vzájemně nepopírají a jsou schopny koexistence. Umíme si jistě představit jiné skupiny pacientů, jejichž sebehodnocení je výrazně pozitivně zkresleno a tvoří nepřehlédnutelnou součást klinického patologického obrazu (např. u narcistické poruchy osobnosti). Je tedy možné konstatovat, že míra sebehodnocení osciluje na škále, jejíž oba extrémní póly jsou neslučitelné s duševním zdravím.

Pokud se zaměříme na pozitivní iluzi ve smyslu nerealistického optimismu, dostaneme se k práci Weinstein (1980, 1982), který upozornil na to, že naše vztahování se k budoucnosti je zatíženo kognitivními chybami. Vytvořil soubor 42 pozitivních a negativních životních událostí a požádal studenty, aby ohodnotili, jaká je pravděpodobnost, že je ve srovnání se svými spolužáky zažijí. Studenti v anticipaci svého života nadhodnocovali pravděpodobnost prožití pozitivních událostí (např. budu mít dobře placené zaměstnání, zdravé děti, dobré vztahy s blízkými

lidmi) a podhodnocovali možnost výskytu negativních událostí (např. rozvedu se, onemocním rakovinou). Weinstein (1980) tento jev nazval nerealistický optimismus a definoval ho jako obecnou tendenci očekávat, že negativní události se spíše přihodí jiným a pozitivní události s větší pravděpodobností nám.

Výše uvedený fenomén byl mnohokrát ověřen v řadě dalších výzkumů a byly prověřovány i jeho psychologické a neuropsychologické moderátory (Hoch, 1985; Helweg-Larsen, & Shepperd, 2001; Klein, & Weinstein, 1997; Weinstein, & Klein, 2002; Sharot, Riccardi, Raio, & Phelps, 2007, Sharot, Korn, & Dolan, 2011; Sharot, 2013; Garrett, & Sharot, 2014). I v našem výzkumu z r. 2004 jsme v rámci výzkumného souboru 840 adolescentů prokázali existenci systematické chyby v nahlížení vlastní budoucnosti ve směru jejího pozitivního zkreslení u 15 životních událostí z celkového počtu 20 předložených. Optimistické zkreslení se neprojevovalo či projevovalo v menší míře u očekávání společenské významnosti, dlouhověkosti, stěhování se do zahraničí, vážnějšího onemocnění a narození zdravého dítěte. Největší rozdíl mezi odhadem vlastních šancí a šancí vrstevníků jsme prokázali u očekávání vlastního dalšího studia, získání zaměstnání dle svého výběru a života ve vlastním domě, z negativních situací respondenti očekávali, že s mnohem nižší mírou pravděpodobnosti oproti vrstevníkům budou mít problémy s alkoholem či drogami a že se rozvedou. Poukázali jsme rovněž na mezipohlavní rozdíly ve vykazované míře pozitivních očekávání, muži svou budoucnost nahlíželi signifikantně optimističtěji než ženy. Můžeme usuzovat na kulturní a sociální podmíněnost těchto očekávání. Ženy projevily menší míru optimismu především ve vztahu ke společenskému a materiálnímu úspěchu, což by mohlo naznačovat přinejmenším částečnou identifikaci s tradiční méně výkonově orientovanou ženskou rolí (Dosedlová, Klímusová, Blatný, & Jelínek, 2004).

Heine a Lehman (1995) se pokusili vymezit mezikulturní rozdíly v míře nerealistického optimismu. Výzkumu se účastnilo 196 japonských středoškoláků a 90 kanadských středoškoláků evropského původu. Respondenti vyjadřovali pravděpodobnost, s jakou se jim přihodí nějaká pozitivní či negativní událost v budoucnosti. Kanadští studenti vyjádřili vyšší míru nerealistického optimismu. Japonští studenti naopak vypovídali, že pozitivní události se s větší pravděpodobností přihodí druhým, kdežto negativní události spíše jim. Heine a Lehman nazvali tuto tendenci nerealistickým pesimismem. Výzkum byl kritizován z hlediska položek, které odpovídaly svým zaměřením individualistické kultuře. Autoři tedy inventář upravili tak, aby položky odpovídaly zaměření obou kulturních typů (příklad individualisticky zaměřené položky: „V dospělosti zjistíš, že nedokážeš realizovat své důležité cíle“, příklad kolektivisticky orientované položky: „V dospělosti nedokážeš dostatečně zajistit svou rodinu na té úrovni, kterou by sis představoval“). Návazující studie se účastnilo 105 japonských středoškoláků a 110 kanadských středoškoláků evropského původu. Výsledky byly podobné, opět byl nalezen statisticky významný rozdíl mezi skupinami a předpoklady studentů byly shodné s výsledky

první studie. Heine a Lehman uzavírají, že sebezpřeceňování je běžným znakem západní individualisticky orientované kultury.

Pokud jsou ovšem nerealistická očekávání v naší kultuře tak rozšířená a vnášejí do procesů rozhodování systematickou chybu, jak to, že nemají výraznější negativní důsledky? A jak lidé nakládají se zažívanými rozpory mezi pozitivními očekávaními a realitou, která je nutně všechny nebo v celé šíři nenaplnila? Armor a Taylorová (2002) diskutují problematiku důsledků rozhodnutí ovlivněných systematickou chybou nerealistického optimismu. Autoři předkládají řadu možných vysvětlení – lidé nevykazují pozitivní očekávání nediferencovaně, většinou jsou citliví vůči kontextu, ve kterém se snaží něco předvídat, a jejich očekávání korelují s minulými zkušenostmi v dané oblasti. Vyšší míra nerealistického optimismu se projevuje spíše ve vztahu ke vzdálenější budoucnosti než k té bližší a je spojena se situacemi s vyšší mírou nejistoty, tedy když se pravděpodobnost úspěchu i neúspěchu blíží 50 %. Pokud se lidé rozhodují a plánují své aktivity, vytvářejí si určité scénáře budoucího vývoje. Tyto scénáře většinou nejsou zatíženy vysokou mírou nerealistických pozitivních očekávání. Nerealistický optimismus nastupuje až po výběru jednoho konkrétního scénáře a má následný motivační efekt, který jedinci pomáhá soustředit úsilí k dosažení cíle. Dokonce, i když nerealističtí optimisté nenaplní své cíle v plně předpokládané šíři, jsou jejich výsledky stále lepší než výsledky osob, které nepodlehly vlivu této iluze. V důsledku nerealistického optimismu lidé samozřejmě nutně zažívají čas od času diskrepanci mezi pozitivním očekáváním a nežádoucím výsledkem. Optimisté často reinterpretovali výsledky v pozitivním duchu – posouvají standardy pro sociální srovnávání a obracejí pozornost z toho, co nezískali, na to, co již mají. Veškeré lidské předpoklady jsou zatíženy jistou mírou nejistoty a nutně i chybami. Autoři uzavírají, že realističnost v usuzování nijak negarantuje přesnost predikce. Optimistické zkresení poskytuje přinejmenším psychologický zisk tím, že pozitivní obrazy spojené s úspěchem mají motivační efekt.

2.1.2 Dispoziční optimismus

Carver a Scheier (1985; 2001; 2002; 2014) optimismus definují jako generalizované očekávání kladného průběhu událostí i samotného výsledku nějaké události či činnosti. Jejich pojetí vyplývá z modelu *motivace – očekávání – hodnoty*. Chování vyplývá ze sledování cílů, aktivit či stavů, které člověk vnímá jako žádoucí či nežádoucí. Žádoucích cílů chceme dosáhnout, nežádoucím se vyhnout. Čím je pro nás cíl důležitější, tím má vyšší hodnotu. Očekávání můžeme chápat jako stav důvěry či pochybností, že cíl bude dosažen. Pouze pokud mají lidé dostatek důvěry a cíl je pro ně dostatečně hodnotný, pustí se do nějaké činnosti. Naopak, pokud nevěří tomu, že cíle dosáhnou, nebo cíli nepřipisují dostatečnou hodnotu, nevyvinou

takové úsilí. Cíle a k nim vztažená očekávání se liší svou šíří a mírou abstrakce. Můžeme být plni naděje či pochybností, že se nám podaří uskutečnit úspěšnou kariéru, že budeme mít dobrý postřeh v sociálních situacích, že vyhrájeme zápas v golfu, najdeme pěkné místo na večeři nebo že se nám podaří rozchodit trochu těsné boty.

Podobné principy jako pro zaměřenou důvěru či pochybnosti platí i pro optimismus a pesimismus, pouze stav důvěry je difúznější a v záběru širší. Scheier a Carver (2005) vnímají optimismus jako generalizované pocity sebedůvěry či pochybností jedince v jeho životě. Na jakoukoliv výzvu reagují optimisté důvěrou v dosažení žádoucích výsledků bez ohledu na typ prostředků, který jim pomůže (mohou věřit vlastním schopnostem nebo tomu, že druzí je mají rádi a pomohou jim). Pesimisté jsou naopak plni pochybností a váhají, zda se vůbec do akce pustit (Carver, & Scheier, 2014). I ve vztahu k neštěstí jsou optimisté přesvědčeni, že situace může být nějakým způsobem pozitivně zvládnuta. Pesimisté čekají katastrofu. Tyto rozdíly významně ovlivňují mimo jiné i např. vyrovnávání se stresem (coping).

Dispoziční optimismus je do značné míry ovlivněn geneticky, nevíme však, zda je dědičný sám o sobě, nebo ve vztahu s jinými temperamentovými charakteristikami. Je to kvalita relativně stálá a trvalá.

Dispoziční optimismus jako jednofaktorový (bipolární), nebo dvoufaktorový model?

Life Orientation Test (LOT), který byl konstruován pro měření dispozičního optimismu, chápe optimismus a pesimismus jako dva póly jednoho kontinua. Lidé, kteří ve škále skórují vysoko, jsou označeni za optimisty, nízký skór se pojí s pesimismem. Někteří autoři se však přiklánějí k názoru, že optimismus a pesimismus nejsou dvěma póly jedné dimenze (jednofaktorový, bipolární model), ale dvěma konstrukty, které jsou v určitém vzájemném vztahu (dvoufaktorový model). Výzkumně to dokládají např. Kubzanská, Kubzansky a Maselková (2004). Ve výzkumném souboru 429 vysokoškolských studentů identifikovali určité malé procento studentů, kteří skórovali vysoko jak v optimistických, tak pesimistických očekáváních ($n = 16$; 4 %), i takové, kteří skórovali nízko v obou konstruktech ($n = 11$; 2,5 %). Autoři tento jev interpretují opatrně vzhledem k nízkému počtu osob, ale výsledky přesto naznačují, že lidé mohou očekávat zároveň mnoho dobrých i špatných věcí. Peterson (2000) vnímá tyto typy buď jako hédonicky orientované, kteří touží po plně prožitém životě a intenzivních zážitcích, nebo jako nevyrovnané osoby trpící zmatením rolí a ambivalencí v postojích k sobě i ke světu. Současné teorie se přiklánějí k dvoufaktorovému modelu optimismu/pesimismu. Protikladem optimismu není pesimismus, ale nedostatek optimismu, protikladem pesimismu je nedostatek pesimismu. Nedostatek optimismu můžeme jasně odlišit od pesimismu, stejně jako nedostatek pesimismu není totéž, co optimismus (Norem, & Chang, 2001; Bryant, & Cvengros, 2004). Rozdíly mezi těmito

konstrukty nejsou jen sémantické, mají jiné reálné důsledky. Schulz, Bookwala, Knapp, Scheier a Williamson (1996) např. ověřili, že optimismus neměl žádný vztah k délce přežití pacientů trpících karcinogenním onemocněním, ale pesimismus koreloval s dřívějším úmrtím.

Optimismus, pesimismus a coping

Optimisté častěji než pesimisté užívají aktivní, na problém orientované copingové strategie (approach copers). Zvláště v situacích, které jsou subjektivně vnímány jako kontrolovatelné, popření a snaha vzdálit se od problému s optimismem korelují negativně. Optimisté užívají rovněž strategie zaměřené na emoce, hlavně pro snadnější akceptování nesnadné situace a její pozitivní přerámování (především v situacích, které se nedají změnit). Snaží se najít nějaká pozitiva i na nepříznivých okolnostech a očekávají osobnostní růst jako důsledek překonání těchto náročných okolností. Více plánují, jsou zaměřeni na vyhledávání informací a podporují humor. Užívají méně fatalistických postojů a méně se obviňují. Nezměnitelné situace akceptují rychleji a neunikají z nich.

Pesimisté vykazují větší tendenci problém popírat, snaží se od problému vzdálit a snižovat jeho uvědomění např. spaním, jedením, pitím či nadužíváním léků a jiných látek (avoidant copers). Rychleji a snadněji rezignují. Nadužívání chemických látek může být vnímáno jako průvodní znak tendence vzdávat se. Pesimisté mají častěji než optimisté problémy s pitím alkoholu. V situaci ztráty životních cílů je pesimismus měřený škálou beznaděje silným prediktorem hrozící sebevraždy (Scheier et al., 2001).

Vztah dispozičního optimismu a aktivních copingových strategií potvrzuje i metaanalytická studie Nesové a Segerstromové (2006), která analyzovala 50 nezávislých studií o celkovém počtu 11 629 respondentů.

Na Slovensku se vztahem optimismu, resp. pesimismu a copingových strategií věnoval Sarmány-Schuller se svými kolegy. Výzkumně potvrdili, že optimismus a pesimismus mají vztah k preferenci určitých kognitivních stylů: optimismus vzhledem k vyšší toleranci k neurčitosti a nejistotě vysoce pozitivně koreluje s heuristickou orientací a pesimismus s algoritmickou orientací (Sarmány-Schuller, 1992). Dále potvrdili, že pesimismus se pojí s anxiétou, a co se týká strategií zvládnání, je častěji spojen s vyhýbáním se (Sarmány-Schuller, 1997).

Vysoká míra důvěry a perzistence může být v některých situacích riziková. Gibson a Sanbonmatsu (2004) jako příklad takové situace uvádějí gamblerství. Optimisté oproti pesimistům více věřili možnosti vyhrát i při aktuálních slabých výsledcích. Účastníci této studie nebyli přímo gambleři, ale výsledky mohou poukázat na možnou větší vulnerabilitu optimistů v hráčských situacích. V jiné studii je nižší míra optimismu podnikatelů spojena s větší úspěšností v nejistých podnikatelských záměrech. Sami autoři však podotýkají, že celou zkoumanou skupinu podnikatelů bylo možné označit za optimisty, záleželo tedy jen na míře optimis-

mu, nikoliv pesimismu. Výzkum naznačuje, že v určitém kontextu může být efekt optimismu vyjádřen křivkou (Hmieleski, & Baron, 2009).

2.1.3 Optimismus jako explanační styl

Teorie optimismu jako explanačního stylu vychází z teorie atribucí a teorie naučné bezmocnosti. Základní rozdíl mezi optimistickým a pesimistickým explanačním stylem vnímá Seligman (2003, 2013) v odlišném hodnocení trvalosti příčin úspěchu či neúspěchu, dále v tzv. pronikavosti dobrých či špatných událostí, ve schopnosti udržovat si a pěstovat naději a v personalizaci dobrých a špatných událostí.

Trvalost (stabilita)

Pesimisté považují příčiny špatných událostí, které je potkají, za trvalé a neodstranitelné („diety nikdy nefungují“, „nikdy si se mnou v klidu nepromluví“), naopak příčiny úspěchů posuzují jako nestálé a nahodilé („měl jsem zrovna dnes u zkoušky štěstí“). Optimisté projevují tendenci vnímat příčiny negativních událostí jako přechodné („diety nefungují, pokud se stravujete v restauracích“, „v poslední době jsi se mnou nemluvil“), zato příčiny pozitivních událostí hodnotí jako trvalejší („dobře jsem se na zkoušku připravil, mám talent“). Trvalostní dimenze mj. určuje, na jak dlouho člověk rezignuje – trvalé příčiny špatných událostí produkují dlouhodobou bezmoc, zatímco přechodné umožňují odraz ode dna.

Pronikavost: specifické versus univerzální vysvětlení

Trvalost se týká času, pronikavost je spojena s prostorem. Určuje, zda pocit bezmoci prostoupí do mnoha situací, či zda zůstane ohraničen v původní oblasti neúspěchu. Nastanou-li problémy, pesimisté se domnívají, že ohrozí všechny oblasti života („přišel jsem o práci, to znamená, že nestojím za nic“). Optimista nepovažuje jednu negativní zkušenost za prostupující vším („přišel jsem o práci, však se mohu dobře živit i něčím jiným“). Optimista také věří, že dobré události vylepší vše, co dělá, kdežto pesimista vnímá případný úspěch jako úzce specifický.

Z dimenzí stability a pronikavosti vyrůstá **naděje**. Umění udržovat si naději znamená nalézat trvalé a univerzální příčiny dobrých událostí a zároveň přechodná a specifická vysvětlení pro neštěstí, které nás potká.

Personalizace

Optimisté mají tendenci připisovat úspěch sobě (svým schopnostem a úsilím) a neúspěch naopak externím faktorům. Pesimisté naopak internalizují neúspěchy a externalizují

úspěchy (Seligman, 2013). Jak výzkum pokračuje, ochabuje zájem o dimenzi internalita x externalita, která vykazuje nekonzistentnější vztahy než dimenze stability a globality. Internalita může být sycena sebeobviňováním a sebe-účinností (self-efficacy), což komplikuje empirický výzkum. Sám Seligman (2013, p. 97) píše, že významnější dimenzí než personalizace je trvalost: „Jestliže chceme, aby byli lidé odpovědní za to, co dělají, pak ano, chceme, aby měli interní styl. A navíc musejí mít dočasný styl vysvětlování špatných událostí – musejí věřit, že příčina selhání může být změněna.“

Optimismus i pesimismus mohou být vysvětleny jako flexibilní či rigidní explanační (atribuční) styly. Explanační optimistický styl může být charakterizovaný přisouzením externích, nestabilních a specifických příčin neúspěchům a negativním událostem a pesimistický explanační styl je typický přisouzením interních, stabilních a globálních příčin negativním událostem. Vysvětlování příčin pozitivních i negativních událostí v minulosti ovlivňuje i očekávání do budoucna (Seligman, 1990).

Mezulisová se spolupracovníky (2004) uveřejnila meta-analytickou studii týkající se atribucí udržujících pozitivní sebeobraz (self-serving bias), tedy tendenci přisuzovat vyšší míru vnitřních, stabilních a globálních příčin pozitivním událostem oproti negativním. Autoři prověřili 266 studií a potvrdili přítomnost této systematické chyby téměř ve všech souborech. Míra self-serving bias je ovlivněna věkem (dětí a starší dospělí skórují výše), kulturou (respondenti euroamerické kultury vykazují vyšší míru tohoto zkreslení než Asiaté) a psychopatologií (nižší míra self-serving bias je opakovaně potvrzena u pacientů trpících depresí, anxiétou a ADHD).

Seligman (2013) uvádí tři druhy vlivů, které formují explanační styl dítěte: první je forma každodenních analýz příčin událostí ze strany vychovávajících osob (především matky), druhým zdrojem je forma kritiky, kterou dítě slyší, když něco pokazilo, a třetí zdroj tvoří realita jeho raných ztrát a traumat. Pokud jsou tyto ztráty překonány, dítě si vytvoří implicitní teorii, že všechno zlé se dá změnit a vyřešit. Pokud jsou tyto ztráty trvalé a univerzální, mohou vést k rozvoji pesimistického explanačního stylu. Geny mohou mít nepřímý vliv. Ovlivňují např. takové charakteristiky, jako je inteligence nebo atraktivita, jejichž vyšší míra může vést v societě k úspěšným výsledkům, a tak do budoucna pozitivně ovlivnit atribuční styl v optimistickém směru.

Podle Seligmána (2013) zůstávají pesimisté často pod svým potenciálem a ne naplní ho. Výhodou optimismu je naopak pozitivní afektivita, vyšší aktivita, vyšší vytrvalost a s nimi související vyšší úspěšnost, pevnější zdraví i delší život. Seligman a jeho spolupracovníci (1988; Gillham et al., 1995) vnímají explanační styly jako tvárné, považují za možné i za žádoucí osvojit si optimistický explanační styl pomocí kognitivně-behaviorálních intervencí. Pesimismus dle tohoto přístupu nenabízí mnoho výhod – snáze vede k rezignaci, podporuje depresi a je spojován se špatným fyzickým zdravím. Na druhé straně je však třeba mu přičíst k dobru smysl pro realitu a její přesnější hodnocení.

Seligman (2013) proto doporučuje využívat tzv. **flexibilní optimismus**, to znamená vědomě užívat optimistický explanační styl v situacích, ve kterých jde o dosažení něčeho (dosažení úspěchu ve studiu, získání finančních prostředků, napsání těžké zprávy, prodej produktu, vítězství ve sportu), ve chvílích, kdy se chceme lépe cítit a udržovat si morálku, a chceme-li vést ostatní. Optimistický explanační styl se dle tohoto autora naopak nehodí v situacích, kdy je cena v případě selhání příliš vysoká (řízení vozidla v opilosti, technická kontrola letadla apod.).

2.1.4 Defenzivní pesimismus a strategický optimismus

Lidé užívající optimistickou strategii nemyslí příliš na možná rizika a představují si sami sebe ve stavu úspěšného zvládnutí situace. Daná oblast v nich nezbuzuje úzkost a cítí se mít situaci pod kontrolou. Naproti tomu lidé užívající strategii defenzivního pesimismu očekávají od nastávajících událostí velmi málo, přestože již dříve zažili v podobných situacích úspěch. Tito defenzivní pesimisté jsou úzkostnější, a tak snížená očekávání slouží jako „polštář“ tlumící dopady případného neúspěchu. Představují si, co všechno nepříjemného se může stát, snaží se odhadnout všechna rizika, aby se na ně mohli připravit. Defenzivní pesimismus nijak nesnižuje jejich úsilí dosáhnout cíle (Norem, 2001). Právě pro tuto charakteristiku je koncept defenzivního pesimismu vnímán ve světě výzkumů týkajících se optimismu trochu jako „kukaččí mládě“. Zdá se, že popírá výsledky všech ostatních výzkumů, které spojují pesimismus s copingovými strategiemi vyhnutí se.

Autorky, Cantorová a Noremová, se věnují několika aspektům vlastního konceptu. Strategický optimismus a defenzivní pesimismus považují za kognitivní strategii, které mohou být lidmi více či méně uvědomované. Jejich cílem je regulovat emoce a chování. Jako strategie vyjadřují sled na sebe navazujících sekvencí. Např. strategie defenzivního pesimismu začíná nízkým očekáváním, které se rozvíjí jako odpověď na úzkost. Pokračovat může nejrůznějšími způsoby, takže jednotlivé prvky scénáře mohou mít jiný účinek v různých kombinacích. Například pesimismus a zvýšená (sebe)reflexe úzkost spíše zvyšují, strategie defenzivního pesimismu ve svém důsledku úzkost spíše snižuje.

Autorky tyto strategie nevnímají jako individuálně neměnné, naopak počítají s tím, že pro jednu určitou situaci může jedinec použít strategii defenzivního pesimismu, pro druhou strategického optimismu. Žádnou strategii zvládnutí zátěže nevnímají jako obecně či zákonitě efektivní za všech podmínek. Ukazují na varietu způsobů, kterými lidé mohou svých cílů dosáhnout.

Je však třeba jasně odlišit defenzivní pesimismus od sebehendikepující strategie, kdy se jedinec brání negativním dopadům možného neúspěchu na sebepojetí tak, že se předem více či méně uvědoměle oslabí, takže neúspěch může přičíst na vrub momentální indispozici (např. student večer před obtížnou zkouškou vypije příliš

mnoho alkoholu, sportovec před významným závodem netrénuje). Defenzivní pesimismus naproti tomu nijak nesnižuje úsilí zaměřené k cíli. Defenzivní pesimismus se rovněž liší od pesimistického atribučního stylu tím, že vyjadřuje strategii předcházející a provázející zátěž, ne reakci na tuto zátěž po jejím skončení. Showers a Ruben (1990) potvrdili, že na rozdíl od pacientů s depresivními poruchami defenzivní pesimisté neužívají copingové strategie zaměřené na únik a netrpí přetrvávající úzkostí a nepříjemnými ruminacemi po ukončení stresující události. Defenzivní pesimismus a strategický optimismus není totožný ani s konceptem dispozičního optimismu Carvera a Scheiera (2002). Dispoziční optimismus popisuje stabilní tendenci očekávat pozitivní vývoj událostí a zahrnuje obecná očekávání trvalá v čase a neměnicí se v různých situacích. Strategie strategického optimismu a defenzivního pesimismu autorky vnímají jako mnohem tvárnější a flexibilnější.

2.2 Optimismus ve vztahu k naději

Nejen optimismus je založen na pozitivním očekávání do budoucna, víra v pozitivní vývoj událostí je rovněž základem naděje. Naděje podle Snydera (2000a, b) je multidimenzionální konstrukt, který může nabývat podoby aktuálního stavu (state hope) nebo osobnostního rysu (hope trait). Naděje jako osobnostní rys pak vyjadřuje dlouhodobě prožívanou subjektivní míru naděje. Je výsledkem kognitivně-motivačního nastavení a skládá se ze tří základních komponent – cílů (goals), vůle, která je rovněž označovaná jako snaha (will-power, agency), a samotné cesty (pathways). Je tedy souhrnem subjektivně vnímaných zdrojů a schopností nalézat cesty k vytyčeným cílům a subjektivně vnímané aktivity potřebné k užití těchto cest. Reflektuje víru, že člověk najde způsob, jak dosáhnout žádoucího cíle, a bude motivovaný tento způsob užít (Snyder, 1994, 2000a, b). Teleologický koncept naděje je založen na třech základních složkách jednání: na cíli, cestě a aktivitě (vůli, snaze).

Osobní cíle

Lidské chování je zacílené. Cílem může být jakýkoliv objekt, sen, představa nebo cokoliv, co chce jedinec získat. Tento objekt musí mít vždy pro člověka dostatečnou hodnotu. Naděje je stav pozitivní motivace, bez cílového zaměření je mrtvá. Cíl představuje ukotvení aktivity a zároveň probouzí naši mentální aktivitu. Cíle jsou uspořádány na kontinuu z hlediska různých kritérií, např. času (krátkodobé x dlouhodobé), subjektivní atraktivity nebo z hlediska dosažitelnosti. Čím méně se nám jeví být dosažitelné, tím více nadějeplného myšlení vyžadují (Snyder, 2000a).

Cesta (pathway thinking) – myšlení generující cestu k cíli

Jde o mentální kapacitu, která jedinci pomáhá najít způsob (nebo případně více

způsobů), jak dosáhnout cíle. Tato schopnost je zčásti závislá na předešlých zkušenostech, především s překonáváním překážek, ne však úplně. Souvisí též s určitým typem kognitivního a osobnostního nastavení (Snyder, 1994).

Aktivita, vůle, snaha (agency thinking) – myšlení zaměřené na akci, mentální energie, vnímaná kapacita určité osoby zvolit určitou cestu a dojít k cíli

Tato komponenta představuje subjektivní přesvědčení jedince, že může dosáhnout cíle a že má dost zdrojů k tomu, aby vytrval na cestě i s případnými překážkami. Je motivačním faktorem teorie naděje, který dodává celému procesu nadějného myšlení energetický aspekt. Snyder (2000a) zdůrazňuje procesy myšlení, emoce se rozvíjejí až v důsledku úspěchu či neúspěchu na cestě k cíli.

Protiváhu této kognitivní teorie naděje tvoří emoční pojetí naděje (Averill, Catlin, & Chon, 1990), ve kterém je emoce naděje primární a hraje hlavní roli při udržení angažovanosti člověka na cestě k cíli. Na základě výpovědí respondentů autoři dospěli ke čtyřem sociálně zakotveným „zásadám“ užití naděje, které vyplývají z posouzení budoucí situace. Naděje je vhodná, pokud je odhad pravděpodobnosti dosažení cíle realistický (prudential rule, zásada přesného odhadu). Lidé doufají jen v objekty sociálně žádoucí (moralistic rule, morální zásada) a subjektivně důležité (priority rule, zásada subjektivního významu). Pokud lidé doufají, měli by se snažit být aktivní a dosáhnout svých cílů (action rule, zásada jednání).

Konceptuálnímu a psychologickému rozlišení optimismu a naděje na základě běžně používaných konotací v jazyce se věnovali Bruininksová a Malle (2005). Na základě kvalitativního kódování výpovědí respondentů dospěli k závěru, že intuitivní pojetí optimismu a naděje neodpovídá teoretickým konstruktům, nicméně i toto je rozlišuje. Optimismus se objevuje v situacích, kdy je dosažení cíle pravděpodobnější a je spojen s radostí. Naděje jako emoce je aktivována v situacích, které nemáme příliš pod kontrolou a jejichž uskutečnění je nejisté. Autoři se pozastavují nad zcela zřejmými rozpory v intuitivním chápání srovnávaných pojmů (především naděje) a teoretických konstruktů a vystupují proti svévolné tvorbě psychologických teoretických konceptů, které nerespektují folk concept, tedy obecně přijímaný koncept určitého jevu. Snyder (2001) se spolupracovníky vnímají optimismus jako obecnější konstrukt, který zdůrazňuje aktivní myšlení zaměřené k cíli, naději jako set k cíli se upínajících myšlenek, které zahrnují jak motivaci, tak i možný způsob jeho dosažení. Alarcon, Bowling a Khazon (2012) uveřejnili meta-analytickou studii prověřující vztah mezi optimismem a nadějí. Ověřili, že oba konstrukty spolu korelují, nejsou však redundantní.

2.3 Shrnutí teoretických úvah o optimismu/pesimismu

Pokud shrneme dosavadní informace, musíme konstatovat, že odborná psychologie dosud nedospěla k jednotnému pojetí optimismu/pesimismu. Optimismus je vnímán jako kognitivní chyba v úsudku o budoucích perspektivách, která však může mít pozitivní dopad na adaptaci. Je spjat s aktivním copingem, tedy s orientací na řešení problému nebo na zlepšení emočního stavu (Scheier, Carver, & Bridges, 2002; Nes, & Segerstrom, 2006). Jako dispoziční rys osobnosti i jako naučená kognitivní strategie je vnímán coby salutoprotektivní charakteristika (Egger, 2013; Kebza, 2008; Šolcová, 2009) a je dáván do souvislosti s větší angažovaností ve zdraví prospěšných aktivitách i se samotnými pozitivními zdravotními výsledky (Scheier, & Carver, 1985; Peterson, & Bossio, 1991; Rasmussen, Scheier, & Greenhouse, 2009; Soliah, 2011). Optimisté se více angažují v sociálních vztazích, lépe řeší interpersonální konflikty a disponují širší sociální sítí (Segerstrom, 2007; Neff, & Geers, 2013).

Stinná stránka optimismu je diskutována o poznání méně. Většinou souvisí s větší tolerancí optimistů k riziku a rizikovým činnostem (Gibson, & Sanbonmatsu, 2004; Kubzansky, Kubzansky, & Maselko, 2004). Na základě dat longitudinálního výzkumu Terman Life Cycle Study, který prováděl 1500 nadprůměrně inteligentních lidí celým jejich životem od dětství v r. 1921 až do smrti, Martinová a Friedman se spolupracovníky (2002) prokázali, že se veselé, extravertní děti v dospívání a dospělosti více angažovaly v rizikovém chování ve vztahu ke zdraví (konzumace alkoholu, kouření, rizikový sex, nebezpečný styl řízení vozidla a vyhledávání rizika i v zájmech), což zvyšovalo riziko jejich časně mortality.

Někteří autoři neopouštějí bipolární model optimismu/pesimismu (Carver, & Scheier, 2014), jiní preferují dvojdimenzionální model, kdy protikladem optimismu není pesimismus, ale nedostatek optimismu, a protikladem pesimismu není optimismus, ale nedostatek pesimismu (Kubzansky, Kubzansky, & Maselko, 2004; Norem, & Chang, 2001).

Modely optimismu se zabývalo relativně málo výzkumných studií, v České republice nebyla dosud publikována žádná. Schwarzer (1994) rozlišil funkční a defenzivní optimismus. Funkční optimismus v jeho pojetí představuje dispoziční optimismus, optimismus jako explanační styl a také generalizované vědomí vlastní účinnosti (self-efficacy). Nerealistický optimismus klasifikuje jako defenzivní optimismus. Funkční optimismus podle něj souvisí s aktivním zvládáním obtíží (copingem). Fournier, De Ridder a Bensing (1999) dospěli k modelu optimismu o třech faktorech: pozitivní očekávání zaměřené do budoucnosti, pozitivní očekávání vlastní účinnosti a nerealisticky pozitivní myšlení. Dále sledovali, jakou roli zaujmají tyto faktory v procesu vyrovnávání se s chronickým onemocněním (roztroušenou sklerózou). Potvrdili vztah pozitivních očekávání budoucích výsledků i vlastní efektivity a lepšího duševního zdraví. Role nerealistického optimismu

zůstává podle těchto autorů nejasná. Nesmíme zapomenout ani na kulturní podmíněnost optimismu/pesimismu. Zmíněné výsledky platí většinou pouze pro příslušníky euroamerické kultury (Chang, 2001).

2.4 Model optimismu – empirická studie

V kontextu výše uvedených informací jsme se rozhodli vytvořit model, který by nám pomohl lépe pochopit vztahy mezi jednotlivými dimenzemi popsaných konstruktů optimismu/pesimismu a naděje. Do modelu zařazujeme dispoziční optimismus, defenzivní pesimismus, nerealistický optimismus a naději.

2.4.1 Metoda

Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvořilo 1774 osob (muži 33,3%, ženy 66,7%) od 15 do 79 let ($m = 33,5$; $sd = 15,8$; $med = 27$). Z hlediska vzdělání 21,9% respondentů dokončilo základní vzdělání nebo středoškolské bez maturity, 48,8% středoškolské vzdělání s maturitou a 29,3% vysokoškolské vzdělání. Do finálního souboru byly zařazeny pouze osoby, které neměly více než 3 chybějící výsledky z 9 použitých škál.

Instrumenty

Respondentům byla administrována rozsáhlá dotazníková baterie. V rámci předložené studie jsou využita data z Testu životní orientace, Dotazníku defenzivního pesimismu, Škály naděje pro dospělé, Dotazníku nerealistického optimismu a subjektivního pocitu kontroly.

Test životní orientace (Life Orientation Test – Revised, LOT-R, Scheier, Carver, & Bridges, 1994). Scheier a Carver vyvinuli v r. 1985 metodu *Life Orientation Test (LOT)*, která se zaměřuje přímo na generalizovaná očekávání determinující aktivitu, na očekávání dobré či špatné budoucnosti. Optimismus a pesimismus jsou chápány jako základní osobnostní charakteristiky, které ovlivňují orientaci lidí v životních událostech. Novější zkrácená a revidovaná forma dotazníku *Life Orientation Test – Revised, LOT-R* (Scheier, Carver, & Bridges, 1994) je založena na šesti hodnocených položkách a vykazuje dobrou vnitřní konzistenci i stabilitu v čase. V našem souboru jsme ověřovali vnitřní konzistenci škály, Cronbachova alfa dosáhla hodnoty 0,751 pro optimismus (dále LOTR_O) a 0,769 pro pesimismus (dále LOTR_P).

Dotazník defenzivního pesimismu (Defensive Pessimism Questionnaire, DPQ, Norem, 2002). Inventář tvoří 17 tvrzení, vůči kterým respondent vyjadřuje

míru svého souhlasu či nesouhlasu na sedmibodové škále. Jednotlivé položky byly autorkou dotazníku podrobeny faktorové analýze, která potvrdila dva základní faktory: pesimismus a reflexi. Inventář dobře odlišuje defenzivní pesimismus od realistického pesimismu (v případě respondentových zkušeností s opakovanými neúspěchy v minulosti). Z celkového počtu 17 otázek skórujeme pouze 12, s výplňovými „fillers“ a experimentálními otázkami v hodnocení nepočítáme. Reliabilita nástroje je uspokojivá, Cronbachova alfa pro pesimismus (DPQ_P) je 0,688, pro reflexi (DPQ_R) -0,636.

Škála dispoziční naděje pro dospělé (Adult Dispositional Hope Scale, ADHS, Snyder et al., 1991). Škála obsahuje 12 položek, výroků, z nichž 4 se zaměřují na snahu (agency) potřebnou k uskutečnění cíle, 4 na generování prostředků (pathways) a poslední 4 jsou distraktory, které se nevztahují k problematice naděje (Snyder, 1995). Míru souhlasu s výrokem respondenti posuzují na 8-bodové škále (1 = naprosto mě nevystihuje, 8 = přesně mě vystihuje). Ověřili jsme vnitřní konzistenci škály, Cronbachova alfa dosáhla hodnoty 0,830 pro snahu (ADHS_A) a 0,859 pro cestu k cíli (ADHS_P).

Dotazník nerealistického optimismu a subjektivního pocitu kontroly (Weinstein, 1980; Dosedlová, Jelínek, & Klimusová, 2012). V souladu s výzkumnou metodou Weinsteina (1980, 1982) jsme vytvořili seznam 18 životních událostí (8 pozitivních a 10 negativních), které respondenti mohou ve svém profesním a osobním životě očekávat. Životní události jsme specifikovali s přihlédnutím k věku respondentů, takže vznikly jejich dva sety, jeden pro mladší respondenty do 34 let, druhý pro starší od 35 let. Tři pozitivní situace a osm negativních situací zůstalo beze změny v obou setech. Vzhledem k tomu, že posuzovaným výsledkem je rozdíl v hodnocení vlastních šancí na prožití určité situace a šancí vrstevníků stejného pohlaví, není vyžadováno užití jednotného seznamu konkrétních životních situací. Příklady položek:

Pozitivní události pro respondenty do 34 let: Úspěšně dokončím studium a-/nebo získám uspokojující zaměstnání dle svého přání a výběru. Budu v dobrém zdravotním stavu nejméně do 45 let. Můj plat bude ve srovnání s celostátním průměrem nadprůměrný. Budu mít trvalý partnerský/manželský vztah.

Pozitivní události pro respondenty od 35 let: Úspěšně prožiji a vytvořím vše důležité, co bych si v životě přál(-a). Dožiji se nejméně 80 let. Budu žít po celý svůj život v dostatku. Budu mít trvalý manželský/partnerský vztah.

Negativní události pro respondenty do 34 let: Rozvedu se. Budu mít nadváhu. Budu delší dobu nezaměstnaný(-á). Zemřou na rakovinu nebo kardiovaskulární nemoc.

Negativní události pro respondenty od 35 let: Rozvedu se. Budu se po delší dobu cítit osaměle a bez pomoci. Mé rozumové schopnosti a má osobnost celkově budou narušeny degenerativními změnami v mozkové tkáni – demencí, Alzheimerovou chorobou. Zemřou na rakovinu nebo kardiovaskulární nemoc.

V první části dotazníku bylo úkolem respondentů odhadnout v procentech, jaké jsou jejich šance, že určitou událost prožijí (0% = žádná šance, 100% = jistota). Ve druhé části dotazníku respondenti odhadovali v procentech, jaká je šance, že dané události prožijí jejich vrstevníci stejného pohlaví (0% = žádná šance, 100% = jistota). Třetí část dotazníku tvořila pětibodová škála zaměřená na subjektivní pocit kontroly nad životními událostmi (1 = nemohu vůbec ovlivnit, 2 = mohu ovlivnit jen v malé míře, 3 = mohu ovlivnit středně, 4 = mohu ve velké míře ovlivnit, 5 = mohu zcela ovlivnit). Dále jsme na základě prvních dvou částí dotazníku vytvořili škálu nerealistického optimismu, který chápeme jako očekávání posuzovaných osob, že je ve srovnání s vrstevníky stejného pohlaví potkají v budoucnosti ve větší míře žádoucí události a v menší míře než vrstevníky nežádoucí události. Vytvořili jsme 18 nových proměnných, které vznikly odečtením šancí vrstevníků od šancí respondentů u žádoucích událostí nebo naopak u nežádoucích událostí. Po sečtení hodnot a vytvoření průměrů u všech těchto 18 proměnných vznikla škála k posouzení míry nerealistického optimismu respondentů. Reliabilita této škály dosáhla uspokojivé hodnoty, Cronbachova alfa pro pozitivní události (dále POZ) 0,813, pro negativní události (NEG) 0,730 a pro subjektivní pocit kontroly (OVL) 0,832.

Procedura

Sběr dat probíhal v průběhu několika měsíců od jara do konce roku 2014. Data byla sbírána elektronicky pomocí online formuláře na webových stránkách nebo v tištěné podobě formou tužka-papír. (Na základě předchozího výzkumu se kloníme k názoru, že výsledky nejsou výrazněji ovlivněny formou administrace – Květon, Jelínek, Vobořil, & Klimusová, 2007). Příležitostný výběr respondentů byl zajištěn prostřednictvím e-mailu, inzercí pomocí Tiskového centra MU, Rozhlasu Brno nebo na základě osobního kontaktu. Vyplnění testové baterie trvalo v průměru 60 minut.

Analýza dat

Konfirmační faktorová analýza byla provedena v rámci balíčku *lavaan* v software R (Rosseel, 2012) s použitím metody FIML. Pro každý faktor prvního řádu byly použity tři indikátory (parcels; Little, 2013), které vznikly zprůměrováním položek. Do jednotlivých parcel byly použity položky na základě jejich rozlišovací účinnosti. Vzhledem k relativně velkému vzorku osob interpretujeme pouze výsledky na 1% hladině významnosti.

2.4.2 Výsledky a jejich interpretace

V tabulce 2.1 jsou uvedeny vzájemné korelace mezi výsledky jednotlivých škál. Z korelací vyplývá, že skóry v jednotlivých metodách jsou provázány převážně středně těsnými vztahy.

Tabulka 2.1 Korelace mezi použitými škálami

	LOTR_O	LOTR_P	DPQ_P	DPQ_R	POZ	NEG	ADHS_A	ADHS_P
LOTR_P	-0.606*							
DPQ_P	-0.552*	0.521*						
DPQ_R	-0.243*	0.220*	0.455*					
POZ	0.306*	-0.282*	-0.261*	-0.095*				
NEG	-0.217*	0.179*	0.149*	0.043	0.049*			
ADHS_A	0.438*	-0.414*	-0.380*	-0.057	0.334*	-0.216*		
ADHS_P	0.367*	-0.335*	-0.328*	-0.043	0.253*	-0.196*	0.757*	
OVL	0.280*	-0.267*	-0.190*	-0.029	0.228*	-0.208*	0.305*	0.316*

Poznámka: * korelace je signifikantní na 1% hladině významnosti.

Pomocí metod strukturálního modelování byly postupně otestovány 3 modely. Model č. 1 představuje konfirmatorní faktorovou analýzu prvního řádu s korelovanými faktory, kdy faktory odpovídají jednotlivým škálám popsáním v sekci Použité metody. Model č. 2 je výsledkem faktorové analýzy druhého řádu s jedním obecným faktorem vysvětlujícím vztahy mezi faktory na nižší úrovni. Model č. 3 pracuje s dvěma korelovanými faktory druhého řádu.

Model č. 1

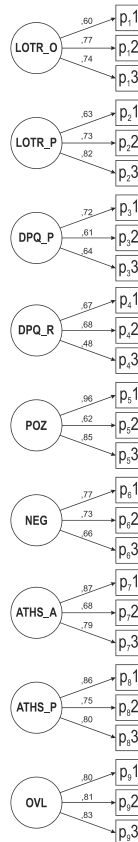
V tomto modelu je použito devět vzájemně korelovaných faktorů, každý faktor je reprezentován třemi parcelami vytvořenými z příslušných položek. Celkově lze říci, že tento model data relativně dobře vystihuje ($\chi^2 = 1432,08$; $df = 288$; $p \leq 0,01$; $RMSEA = 0,047$; $90\% CI (0,045; 0,050)$; $Hoelter N 1\% = 430,54$). Detaily modelu se strukturálními parametry jsou uvedeny na obrázku 2.2. Regresní koeficienty měřicího modelu lze obecně označit za dostatečně vysoké. V obrázku nejsou uvedeny vzájemné korelace mezi faktory, ty uvádíme v tabulce 2.2. Mezi faktory se vyskytuje relativně málo nevýznamných korelací, což nabízí prostor pro zjednodušení modelu pomocí nadřazených faktorů druhého řádu.

2 Nadějně vyhlídky: optimismus a jeho vztah k naději

Tabulka 2.2 Korelace mezi faktory prvního řádu v rámci modelu č. 1

	LOTR_O	LOTR_P	DPQ_P	DPQ_R	POZ	NEG	ADHS_A	ADHS_P
LOTR_P	-0.782*							
DPQ_P	-0.740*	0.696*						
DPQ_R	-0.341*	0.323*	0.687*					
POZ	0.373*	-0.323*	-0.306*	-0.123*				
NEG	-0.302*	0.247*	0.218*	0.074	-0.016			
ADHS_A	0.561*	-0.506*	-0.481*	-0.098*	0.371*	-0.273*		
ADHS_P	0.467*	-0.405*	-0.419*	-0.067	0.265*	-0.246*	0.876*	
OVL	0.350*	-0.319*	-0.233*	-0.039	0.249*	-0.258*	0.360*	0.374*

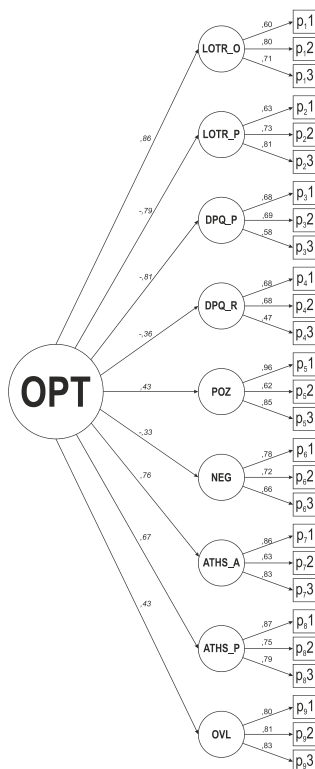
Poznámka: * korelace je signifikantní na 1% hladině významnosti.



Obrázek 2.2 Model č. 1 – faktorová analýza prvního řádu s korelovanými faktory. Na obrázku jsou uvedeny pouze standardizované koeficienty, chybové složky jsou pro větší přehlednost vypuštěny.

Model č. 2

V tomto modelu je použito devět faktorů prvního řádu, každý faktor je reprezentován třemi parcelami vytvořenými z příslušných položek. Vzájemné vztahy mezi faktory nalezené v modelu č. 1 jsou zde vysvětleny pomocí jediného faktoru druhého řádu. Celkově lze říci, že i model č. 2 data relativně dobře vystihuje ($\chi^2 = 2706,35$; $df = 315$; $p \leq 0,01$; $RMSEA = 0,065$; $90\% CI (0,063; 0,068)$; $Hoelter N 1\% = 247,67$), i když pochopitelně o něco hůře než model č. 1. Detaily modelu se strukturálními parametry jsou uvedeny na obrázku 2.3. Regresní koeficienty měřicího modelu jsou dostatečně vysoké, obecný faktor druhého řádu lze označit jako konstrukt Optimismu. Nejtěsnější vztahy má tento faktor k dimenzím optimismu a pesimismu (LOTR_O, DPQ_P, LOTR_P), středně těsné vztahy pak k dvěma dimenzím škály naděje. Všechny nalezené vztahy mezi faktory jsou vyšší než 0,3, nicméně výrazné kolísání naznačuje možnou existenci dalšího, v tomto modelu nezachyceného konstruktů.

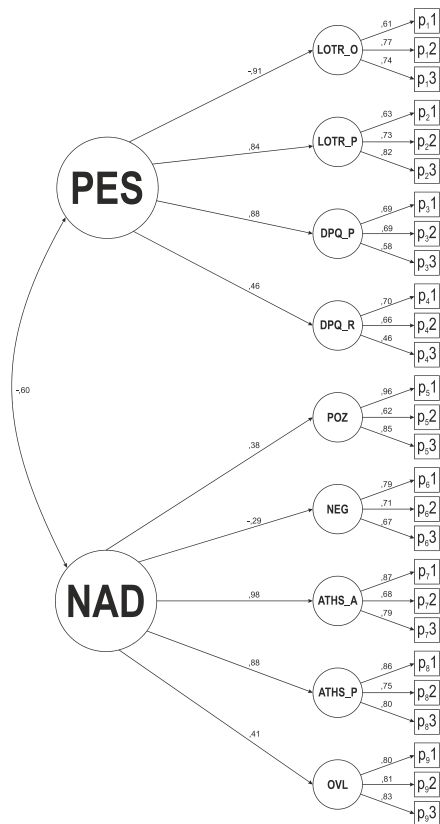


Obrázek 2.3 Model č. 2 – faktorová analýza druhého řádu s jedním obecným faktorem.

Na obrázku jsou uvedeny standardizované koeficienty, chybové složky jsou pro větší přehlednost vypuštěny.

Model č. 3

V tomto modelu je použito devět faktorů prvního řádu, každý faktor je reprezentován třemi parcelami vytvořenými z příslušných položek. Vzájemné vztahy mezi faktory prvního řádu jsou zde vysvětleny pomocí dvou korelovaných faktorů druhého řádu. Celkově lze říci, že model č. 3 data dobře vystihuje ($\chi^2 = 1893,63$; $df = 314$; $p \leq 0,01$; $RMSEA = 0,053$; $90\% CI (0,051; 0,056)$; $Hoelter N 1\% = 352,52$). Model č. 3 vykazuje podstatně vyšší shodu s daty než model č. 2 (pokles RMSE o 0,012) a jeho adekvátnost je dokonce na úrovni podstatně složitějšího modelu č. 1. Detaily modelu se strukturálními parametry jsou uvedeny na obrázku 2.4. Regresní koeficienty měřicího modelu jsou dostatečně vysoké, obecné faktory druhého řádu lze označit jako Optimismus (resp. Pesimismus vzhledem ke směru regresních koeficientů) a Naděje. Tyto dva faktory jsou vzájemně propojeny, nelze je však vnímat jako identické.



Obrázek 2.4 Model č. 3 – faktorová analýza druhého řádu se dvěma obecnými faktory. Na obrázku jsou uvedeny standardizované koeficienty, chybové složky jsou pro větší přehlednost vypuštěny.

2.4.3 Diskuse a závěr

Cílem bylo otestovat model optimismu s ohledem na dimenze konstruktů dispozičního optimismu (LOT_O dispoziční optimismus, LOT_P dispoziční pesimismus), defenzivního pesimismu (DPQ_P defenzivní pesimismus, DPQ_R reflektivita), nerealistického optimismu (POZ očekávání ve vztahu k pozitivním událostem, NEG očekávání ve vztahu k negativním událostem, OVL ovlivnitelnost, subjektivní pocit kontroly nad situací) a naděje (ADHS_A snaha, agency, ADHS_P cesty, pathways). Dalším záměrem bylo ověřit vztah mezi konstrukty optimismu a konstruktem naděje.

Analýzy proběhly ve třech krocích a byly vytvořeny tři modely. První model ověřil faktory 1. řádu. Všechny vybrané proměnné spolu signifikantně korelovaly, čímž jsme potvrdili jejich vzájemnou provázanost a vhodnost jejich zařazení jako faktorů 1. řádu do následných modelů. Druhý model pracoval s jedním faktorem 2. řádu – Optimismem. Nejsilněji ho sytil faktor dispozičního optimismu v kladném směru (LOT_O = 0,86), dimenze naděje – cesty k cíli (ADHS_P = 0,67) a dimenze naděje – snaha (ADHS_A = 0,76). V silném záporném vztahu je vůči Optimismu defenzivní pesimismus (DPQ_P = -0,81) a dispoziční pesimismus (LOT_P = -0,79). Ostatní faktory vykazují jen středně těsné vztahy, očekávání pozitivních událostí a pocit subjektivní kontroly v kladném směru a očekávání negativních událostí stejně jako reflektivita v záporném směru. Třetí model představuje dva faktory 2. řádu, nazvané Pesimismus (PES) a Naděje (HOPE).

Faktor 2. řádu Pesimismus silně sytí v záporném směru dispoziční optimismus (LOT_O = -0,91), v kladném směru defenzivní pesimismus (DPQ_P = 0,88) a dispoziční pesimismus (LOT_P = 0,84). Vztah faktorů reflektivita (DPQ_R = 0,46) je pozitivní, středně těsný. Faktor 2. řádu Naděje silně sytí v pozitivním směru faktor naděje – cesty k cíli (ADHS_P = 0,88) a faktor naděje – snaha (ADHS_A = 0,98). Tyto faktory přímo odpovídají teoretickému zakotvení konstruktu naděje. Vztahy ostatních faktorů jsou středně těsné, pocit subjektivní kontroly (OVL = 0,41) a očekávání pozitivních událostí (POZ = 0,38) v kladném směru, očekávání negativních událostí v záporném směru (NEG = -0,29). Oba faktory 2. řádu Pesimismus a Naděje spolu sice korelují v očekávaném záporném směru, nicméně jejich vztah je pouze středně těsný ($r = -0,60$), a můžeme je tak potvrdit jako svébytné konstrukty, které nejsou redundantní. Z našeho pohledu je interpretačně a statisticky nejvhodnější tento třetí model.

Náš model odpovídá Snyderově pojetí. Snyder (2002) vnímá svůj konstrukt naděje aktivněji a specifičtěji oproti optimismu – jako soubor myšlenek zahrnujících odhodlání k akci i modelování různých cest, které vedou k cíli. Toto myšlení, které se přímo odráží v chování, podporuje v našem modelu i subjektivní pocit kontroly (dimenze nerealistického optimismu) jako posouzení vlastních zdrojů a možností. Otázkou zůstává, zda tento konstrukt odpovídá reálné lidské zkušenosti, jak jsme

již diskutovali spolu s Bruininksovou a Mallem (2005). Faktor optimismu/pesimismu je ve Snyderově i našem rozlišení spojen spíše s obecnějšími představami o naší budoucnosti.

K podobným výsledkům dospěli na základě strukturálního modelování rovněž Bryant a Cvengros (2004). Potvrzují, že jak koncept dvou nezávislých konstruktů optimismu a naděje, tak reflexe jedné dimenze, která propojuje oba konstrukty, jsou platné. Větší explanační sílu má však i ve výzkumu těchto autorů dvoufaktorový model optimismu a naděje jako nezávislých konstruktů.

Konstrukty optimismu i naděje představují v našem kolektivním výzkumu proměnné, které vstupují do dalších analýz prezentovaných v kapitolách č. 3, 4 a 5. Věříme, že jsme touto úvodní studií přispěli k jejich jasnějšímu rozlišení a operacionalizaci.