

OSOBNOST JAKO PREDIKTOR OSOBNÍ POHODY V DOSPĚLOSTI

MARTINA HŘEBÍČKOVÁ, MAREK BLATNÝ, MARTIN JELÍNEK

Psychologický ústav AV ČR, Brno

ABSTRACT

Personality as a predictor of subjective well-being in adulthood

M. Hřebíčková, M. Blatný, M. Jelínek

The study examines relations between personality traits (Neuroticism, Extraversion, Openness to Experience, Agreeableness, and Conscientiousness) and subjective well-being. Two groups participated in the study: university students (N = 2317) and adults in age 40-83 years (N = 196). Regression analysis showed that four personality traits predict well-being in the group of university students (in the order N, C, E, A), whereas in the group of adults only two personality traits predicted well-being (N, E). Stepwise regression analyses were carried out separately for men and women. The results showed different number of well-being predictors in men and women in both groups. In the group of female university students, subjective

well-being was predicted by the same personality traits as mentioned above, whereas in male university students, Agreeableness was missing as a predictor of well-being. Neuroticism was the only predictor of well-being in the group of adult men, whereas in the group of adult women Neuroticism did not appear as a predictor of well-being. In this latter group, the strongest predictor of well-being was Extraversion, followed by Conscientiousness and Agreeableness.

key words:

predictors of subjective well-being,
five-factor model,
gender differences

klíčová slova:

prediktory osobní pohody,
pětifaktorový model osobnosti,
rodové odlišnosti

ÚVOD

V současném výzkumu osobní pohody se setkáváme se dvěma hlavními teoretickými přístupy a s nimi spojenými výzkumnými proudy. První z nich je svázán s pojmem subjektivní pohoda (subjective well-being – SWB), druhý s konceptem psychologická pohoda (psychological well-being – PWB) (Keyes, Shmotkin, Ryff, 2002). SWB je definována z hlediska spokojenosti se životem a rovnováhy pozitivních a negativních emočních stavů, PWB je definována z hlediska angažovanosti člověka v řešení existenciálních výzev a otázek života. Kromě spokojenosti se sebou a se svým životem zde dalšími klíčovými pojmy jsou např. smysl života nebo osobní růst. V předkládané studii se zabýváme osobní pohodou ve smyslu SWB. Pojmu osobní pohoda (well-being), teoretickým a terminologickým otázkám se obsáhle věnovali Kebza a Šolcová (2003) nebo Hrdlička, Kuric a Blatný (2006).

Osobní pohoda (subjective well-being) je definována jako dlouhodobý či přetrvávající emoční stav, ve kterém je reflektována spokojenost člověka s vlastním

Došlo: 2. 4. 2008; M. H., M. B., M. J., Psychologický ústav AV ČR, Veveří 97, 602 00 Brno; e-mail: martina@psu.cas.cz

Výzkum je součástí grantového projektu GA AV ČR IAA 700250702 a výzkumného záměru AV0Z0250504.

životem (Diener a kol., 1999; Sirgy, 2002). Džuka a Dalbertová (1997) označují tento dlouhodobý stav jako habituální pohodu, tzn. pohodu, která je pro člověka typická, a odlišují ji tak od aktuální subjektivní pohody jako pohody v konkrétním časovém úseku.

Osobní pohoda je v nejširším smyslu tvořena dvěma složkami, kognitivní a emoční. Kognitivní složka představuje vědomé hodnocení vlastního života, emoční složka je souhrnem nálad, emocí a afektů, neboť lidé prožívají určitou míru spokojenosti, aniž by o ní často či vědomě přemýšleli. Za emoční komponenty jsou považovány dlouhodobé pozitivní a negativní emoční stavy a štěstí (*happiness*); kognitivní komponenty představují celkovou životní spokojenost (*life satisfaction*), spokojenost ve významných oblastech života a sebehodnocení (Diener a kol., 1999).

Dosavadní výzkumy osobní pohody zmapovaly poměrně široké spektrum možných zdrojů SWB. Pozornost badatelů se soustředila na demografické proměnné, socioekonomické faktory, očekávání ve vztahu k vlastnímu životu, sociální oporu nebo zdravotní stav (Kebza, Šolcová, 2003; Hrdlička, Kuric, Blatný, 2006; Schusterová, 2007; Šolcová, 2007). Jako významný faktor ovlivňující osobní pohodu byla identifikována i osobnost. V úvodní části se budeme přednostně věnovat studiím analyzujícím vztah pěti obecných dimenzí osobnosti (*Big Five*) a osobní pohody. Zmíníme také, v jakých kontextech je osobní pohoda zkoumána v České republice a na Slovensku.

Ve starší studii Costa a McCrae (1980) prezentují model vlivu osobnostních charakteristik na pozitivní a negativní citový stav a jejich vliv na osobní pohodu. Podle modelu osobní pohodu (pocit štěstí) ovlivňuje *extraverze* (související s pozitivním citovým stavem) a *neuroticismus* (související s negativním citovým stavem). V pozdější studii autoři model rozšířili a zahrnuli do něj i další osobnostní charakteristiky pětifaktorového modelu (McCrae, Costa, 1991). *Přívětivost a svědomitost* přinášejí pozitivní prožitky související s harmonickými vztahy k druhým a dosahováním cílů, což podle jejich názoru ovlivňuje růst osobní pohody. *Otevřenost vůči zkušenosti* považují za rys podílející se na intenzivním prožívání pozitivních i negativních emocí, předpokládají tedy jeho vztah k pozitivním i negativním citovým stavům. *Přívětivost a svědomitost* však považují za významnější prediktory osobní pohody a pocitu štěstí než *otevřenost vůči zkušenosti*.

Metaanalýzu 137 osobnostních rysů a osobní pohody provedla DeNeveová a Cooper (1998). Ve shodě s McCraem a Costou zjistili, že *neuroticismus* je nejvýraznějším prediktorem životní pohody, pocitu štěstí a negativních citových stavů, zatímco pozitivní citové stavy lze predikovat stejně spolehlivě podle *extraverze a přívětivosti*. V případě, že se neanalyzovala zvlášť pozitivní a negativní osobní pohoda, ale byl analyzován celkový skóre, zjistili autoři studie, že *neuroticismus* ($r = -.22$) a *svědomitost* ($r = .22$) korelovaly nejvýše, zatímco *otevřenost vůči zkušenosti* korelovala se subjektivním pocitem osobní pohody nejnižší.

Vittersø (2001) se domnívá, že dosud byl zdůrazňován a nadhodnocován vliv *extraverze* jako nejvýraznějšího prediktoru osobní pohody a pocitu štěstí (Argyle, Lu, 1990; Pavot a kol., 1990). Na základě regresní analýzy v souboru norských adolescentů zjistil, že *emoční stabilita* vysvětluje 34 % rozptylu osobní pohody, kdežto *extraverze* pouze 1 %. Také Creed a Evans (2002) dospěli ke zjištění, že *neuroticismus* je rysem nejvýrazněji ovlivňujícím osobní pohodu.

Hayesová a Joseph (2003) použili tři různé metody pro zjišťování subjektivního pocitu osobní pohody (Oxford Happiness Inventory, Depression-Happiness Scale a Satisfaction With Life Scale), osobnostní charakteristiky měřili NEO pětifaktorovým osobnostním inventářem (NEO-FFI). První dvě metody zjišťují pocit štěstí

na kognitivní i emoční rovině, kdežto posledně zmíněná postihuje kognitivně hodnotící aspekt osobní pohody. Podle jejich zjištění jsou *neuroticismus* a *extraverze* nevýraznějšími prediktory osobní pohody pouze v případě Depression-Happiness Scale. U obou dalších metod bylo zaznamenáno, že osobní pohodu predikuje významně *neuroticismus* a *svědomitost*, nikoliv *extraverze*. Jejich výsledky podporují závěry DeNeové a Coopera (1998), že osobnostní vlastnosti se výrazně podílejí na predikování subjektivního pocitu osobní pohody. Konkrétní vymezení osobní pohody v jednotlivých metodách pak ovlivňuje to, která z osobnostních charakteristik se na predikci osobní pohody podílí výrazněji.

Zahraníční výzkumy přinášejí nejednoznačné výsledky. *Neuroticismus* a *extraverze* jsou nejčastějšími prediktory osobní pohody, mezi prediktory se navíc objevuje také *svědomitost*.

V České republice a na Slovensku se osobní pohodou zabývala řada autorů. Z údajů od reprezentativního souboru české populace publikovaných Šolcovou a Kebzou (2005) nevyplývá, že by byla osobní pohoda determinována rodem nebo věkem. Osobní pohodu podle regresní analýzy determinuje úroveň sebeuplatnění (self-efficacy), místo lokalizace kontroly, subjektivně hodnocený zdravotní stav a úroveň vzdělání. Kebza a Šolcová se věnovali také osobní pohodě v kontextu psychické odolnosti (Kebza, Šolcová, 2008). Tišanská a Kožený (2004) sledovali životní spokojenost a osobnostní charakteristiky českých senierek. Zjistili, že anticipovaná míra sociální opory je podstatným faktorem ovlivňujícím úspěšnou adaptaci na stáří a zároveň že schopnost zajistit si tuto oporu je výrazně ovlivněna temperamentovými rysy. Džuka a Dalbertová (1997) publikovali model aktuální a habituální subjektivní pohody. Vyvinuli a ověřili Škálu emocionální habituální subjektivní pohody (SEHP) (Džuka, Dalbert, 2002). Škálu SEHP pro měření osobní pohody v souvislosti s osobnostními charakteristikami a manželským stavem použila u seniorů Kačmárová (2007). Z Freiburského osobnostního inventáře však vybrala pouze škály měřící míru *extraverze* a *neuroticismu*. Zjistila, že *neuroticismus* je významnějším prediktorem osobní pohody než *extraverze*. Vztahům emočního prožívání, optimismu a osobnostních charakteristik se věnovala na Slovensku také Ficková (2002). Podle jejího zjištění je spolehlivým prediktorem emočního prožívání adolescentů především *neuroticismus*, který má vztah k prožívání negativních emocí.

Souvislostmi mezi sebehodnocením, životní spokojeností a osobnostními vlastnostmi se zabýval Blatný se spolupracovníky (Blatný, Osecká, 1994, 1997, 1998; Osecká, Blatný, 1997). Ve dvou studiích zjišťoval vztah mezi osobní pohodou a osobnostními charakteristikami zjišťovanými NEO pětifaktorovým osobnostním inventářem (Blatný, 2001; Blatný a kol., 2004). Adolescenti s vyšším sebehodnocením a spokojením se svým životem se posuzovali jako emočně vyrovnaní, extravertovaní a svědomití. Životní spokojenost navíc souvisí s *přívětivostí*, v jedné ze studií i s *otevřeností novým zkušenostem*. Šolcová a Kebza (2009) zaznamenali u souboru vysokoškoláků korelace SWLS se všemi osobnostními charakteristikami (zjišťovanými NEO-FFI).

Dosavadní výzkumy vztahů mezi osobnostními vlastnostmi a osobní pohodou nebraly dostatečně v úvahu možné změny, ke kterým dochází jak v úrovni osobní pohody, tak v úrovni osobnostních rysů v průběhu života. Podle pětifaktorové teorie osobnosti (McCrae, Costa, 1999; McCrae a kol., 2000) jsou lidé geneticky predisponováni ke změnám. Autoři zakládají teorii na faktu, že lidé v různých kulturách vykazují v průběhu života normativní vývojové změny osobnosti jako např. tendenci k vyšší míře *přívětivosti*, *svědomitosti* a *emoční vyrovnanosti* ve starším věku. K podobným změnám může docházet také v úrovni, popřípadě ve

zdrojích osobní pohody. Otázku stability osobní pohody za použití Bernského dotazníku subjektivní spokojenosti u respondentů různého věku zkoumal Lašek (2004). Podle jeho výsledků s narůstajícím věkem klesá pozitivní postoj k životu, přibývá somatických problémů a klesá sebeúcta. Podle jiných autorů nedochází ke změnám celkové úrovně osobní pohody v průběhu života, mění se však její zdroje. V rámci studií, které za její hlavní komponenty považují životní spokojenost a celkovou frekvenci pozitivních a negativních prožitků, bylo zjištěno, že z uvedených komponent pouze frekvence pozitivních emocí s přibývajícím věkem klesá, kognitivní složka osobní pohody – životní spokojenost – dokonce s věkem mírně stoupá (Diener, Suh, 1998).

Cílem našeho výzkumu proto bylo zjistit souvislosti osobní pohody měřené pomocí Satisfaction With Life Scale a osobnostních charakteristik obsažených v NEO pětifaktorovém osobnostním inventáři (NEO-FFI) u dvou věkových skupin. První skupinu tvořili vysokoškoláci, druhou skupinu tvořili dospělí ve věku 40-83 let. Pomocí krokové regresní analýzy jsme zjišťovali, jak se u mužů a žen ve dvou věkových skupinách podílejí osobnostní charakteristiky na predikci osobní pohody. Ve shodě s výše popsány výsledky zahraničních studií předpokládáme, že v obou věkových skupinách bude kromě *neuroticismu* predikovat osobní pohodu výrazněji *svědomitost* než *extraverze*. Nepředpokládáme, že by se odlišné osobnostní charakteristiky podílely na predikci osobní pohody u mužů a u žen.

METODA

Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvořilo 2317 studentů Masarykovy univerzity z toho 751 mužů, 1565 žen ve věku od 18 do 45 let (průměrný věk 22,21, SD = 3,40). Druhou skupinu tvořilo 196 dospělých (85 mužů a 111 žen) ve věku od 40 do 83 let (průměrný věk 52,48 let, SD = 9,15 let).

Výzkumné metody

Osobní pohodu jsme zjišťovali pomocí Škály spokojenosti se životem (Satisfaction With Life Scale, Diener, a kol., 1985; Lewis a kol., 1999; česká adaptace Blatný a kol., 2004). Škálu tvoří 5 položek vyjadřujících kognitivně hodnotící aspekt osobní pohody (např. „*Se svým životem jsem spokojený/á*“, „*Kdybych mohl/a žít svůj život znovu, téměř nic bych nezměnil/a*“). Vysokoškolští studenti odpovídali na položky SWLS na sedmibodové škále (1-7 vymezené dvěmi krajními póly *výrok pro mne platí/neplatí*), dospělí na pětibodové škále (vymezené slovními popisy od „*úplně vystihuje*“ až „*vůbec nevystihuje*“). Osobnostní charakteristiky obsažené v pětifaktorovém modelu osobnosti (*neuroticismus*, *extraverze*, *otevřenost vůči zkušenosti*, *přívětivost*, *svědomitost*) byly zjišťovány podle šedesátipoložkového NEO pětifaktorového osobnostního inventáře (NEO-FFI, Hřebíčková, Urbánek, 2001). V případě dospělých byla administrována úplná verze NEO osobnostního inventáře obsahující 240 položek (NEO-PI-R, Hřebíčková, 2002, 2004), ze které bylo v analýzách použito odpovídajících 60 položek z NEO-FFI. Respondenti v obou skupinách odpovídali na pětibodové škále vymezené krajními body „*úplně vystihuje*“ až „*vůbec nevystihuje*“.

Škála SWLS má ve skupině vysokoškoláků reliabilitu $\alpha = 0,83$ a ve skupině dospělých $\alpha = 0,79$. Hodnoty vnitřní konzistence škál NEO-FFI dosahují následujících hodnot (v závorce jsou hodnoty získané ve skupině dospělých): N = 0,86 (0,82), E = 0,86 (0,83), O = 0,70 (0,69), P = 0,72 (0,67), S = 0,85 (0,82).

Postup výzkumu a analýzy dat

Vysokoškolští studenti byli osloveni prostřednictvím informačního systému Masarykovy univerzity. Výzkum byl organizován jako internetový sběr zjišťující kromě osobní pohody a osobnostních vlastností také další psychologické, sociologické a demografické charakteristiky. Data od dospělých respondentů byla získána ve spolupráci se studenty psychologie MU. Úkolem spolupracovníků, kteří byli za tuto práci honorováni, bylo předat příbuzným, přátelům a známým psychologické metody, se kterými respondenti pracovali samostatně.

VÝSLEDKY

Vztah mezi osobní pohodou, věkem, rodem a osobnostními charakteristikami jsme v obou sledovaných skupinách zjišťovali korelační analýzou. Nejistili jsme žádný statisticky průkazný vztah subjektivní pohody s věkem a rodem u starších dospělých. U vysokoškoláků byla zaznamenána korelace $r = 0,127$ mezi rodem a životní spokojeností. Vysokoškolačky jsou spokojenější než vysokoškoláci. Korelace osobní pohody s osobnostními charakteristikami pro celý soubor vysokoškoláků a pro muže a ženy odděleně jsou prezentovány v tab. 1.

Tab 1 Korelace osobní pohody a osobnostních charakteristik v souboru vysokoškoláků a dospělých, mužů a žen

		Osobní pohoda SWLS		
		Celý soubor	Muži	Ženy
	Věk	0,03 (0,07)	0,08 (0,06)	0,03 (0,07)
	Pohlaví (0=mуж, 1=žena)	0,13** (-0,11)		
NEO- FFI	Neuroticismus	-,47** (-,38**)	-,52** (-,30**)	-,49** (-,39**)
	Extraverze	,36** (.37**)	,40** (.22*)	,33** (.44**)
	Otevřenost	-,02 (.09)	-,00 (.14)	-,03 (.03)
	Přívětivost	,15** (.17*)	,08 (.16)	,16** (.25*)
	Svědomitost	,30** (.28**)	,27** (.39**)	,27** (.39**)

Poznámky: V závorce jsou uvedeny odpovídající hodnoty korelací ze souboru dospělých. ** $p < 0,01$, * $p < 0,05$. Před desetinnou čárkou jsou vynechány nuly. NEO-FFI = NEO pětifaktorový osobnostní inventář (Hřebíčková, Urbánek, 2001), SWLS = Škála spokojenosti se životem (Satisfaction With Life Scale).

Z výsledků je patrné, že kromě *otevřenosti vůči zkušenosti* koreluje osobní pohoda se zbývajícími čtyřmi osobnostními charakteristikami v souboru vysokoškoláků i dospělých. V korelační analýze provedené pro soubor mužů a žen zvlášť však nebyla zaznamenána statisticky průkazná korelace *přívětivosti* s osobní pohodou u mužů v obou věkově odlišných skupinách. Podle výsledků t-testů nebyly zaznamenány statisticky průkazné odlišnosti v míře subjektivní pohody u mužů a žen v obou věkových skupinách. Hlavním cílem studie však bylo zjistit, které osobnostní charakteristiky predikují osobní pohodu. K tomuto účelu jsme použili krokovou regresní analýzu, kterou jsme provedli opět v obou souborech, u mužů a žen zvlášť. Výsledky regresní analýzy z posledního kroku jsou uvedeny v tab. 2.

Tab 2 Kroková regresní analýza u vysokoškoláků a dospělých, mužů a žen

	Nestandardizované koeficienty		Standardizované koeficienty	t	Sig.	Korelace		Statistika kolinearity	Korigovaný R ² % rozptylu
	B	Std. Error				Parciální	Semiparciální		
VŠ celý soubor									
Neuroticismus	-,24	,01	-,36	-18,008	000	-,35	-,31	1,275	1. krok 22% 2. krok 27% 3. krok 29% 4. krok 30%
Svědomitost	,15	,01	,20	10,893	000	,22	,19	1,058	
Extraverze	,12	,02	,16	8,140	000	,17	,14	1,262	
Přívětivost	,09	,02	,09	4,819	000	,10	,08	1,015	
VŠ muži									
Neuroticismus	-,25	,02	-,39	11,108	000	-,38	-,33	1,363	1. krok 27% 2. krok 31% 3. krok 33%
Svědomitost	,13	,02	,17	5,525	000	,20	,17	1,088	
Extraverze	,13	,02	,18	5,400	000	,19	,16	1,316	
VŠ ženy									
Neuroticismus	-,27	,02	-,39	-15,851	000	-,37	-,34	1,315	1. krok 24% 2. krok 27% 3. krok 28% 4. krok 29%
Svědomitost	,14	,02	,17	7,764	000	,19	,17	1,052	
Extraverze	,09	,02	,15	4,780	000	,12	,10	1,266	
Přívětivost	,08	,02	,07	3,420	000	,09	,07	1,029	
Dospělí celý soubor									
Neuroticismus	-,11	,03	-,28	-3,880	000	-,27	-,25	1,203	1. krok 14% 2. krok 19%
Extraverze	,11	,03	,25	3,547	000	,25	,23	1,203	
Dospělí muži									
Neuroticismus	-,12	,04	-,30	-2,922	004	-,30	-,30	1,00	1. krok 9%
Dospělé ženy									
Extraverze	,16	,04	,33	3,804	000	,35	,31	1,152	1. krok 18% 2. krok 24% 3. krok 30%
Svědomitost	,12	,04	,24	2,740	007	,39	,22	1,172	
Přívětivost	,14	,06	,18	2,156	033	,24	,17	1,024	

Poznámky: V tabulce jsou uvedeny pouze výsledky regresní analýzy u těch osobnostních charakteristik, které se statisticky průkazně podílejí na vysvětlení rozptylu SWLS. β = standardizovaný regresní koeficient beta, t = hodnota t-testu, p = statistická průkaznost t-testu, % rozp. = procento vysvětleného rozptylu podle korigovaného R² v jednotlivých krocích regresní analýzy. Nuly před desetinnou čárkou jsou vynechány. V tabulce jsou uvedeny výsledky z posledního kroku regresní analýzy.

Podle výsledků regresní analýzy se na determinaci osobní pohody v obou skupinách podílejí různé osobnostní vlastnosti. V obou souborech byl nejsilnějším prediktorem *neuroticismus*. Zatímco ve skupině dospělých se na predikování osobní pohody podílí spolu s *neuroticismem* pouze *extraverze*, ve skupině vysokoškolských studentů to jsou všechny osobnostní vlastnosti s výjimkou *otevřenosti vůči zkušenosti*. *Svědomitost* je po *neuroticismu* v pořadí druhým prediktorem, následuje *extraverze* a *přívětivost*. Ve skupině vysokoškoláků vysvětlují osobnostní charakteristiky více rozptylu subjektivní pohody (30 %) než ve skupině dospělých (20 %). Výsledky korelační analýzy naznačily, že u mužů souvisí osobní pohoda se třemi osobnostními charakteristikami (*neuroticismem*, *extraverzí* a *svědomitostí*), u žen navíc i s *přívětivostí*. Provedli jsme proto regresní analýzy v obou skupinách odděleně pro muže a ženy s cílem zjistit, zda budou zaznamenány také rodové odlišnosti prediktorů osobní pohody. U mužů je *neuroticismus* nejsilnějším prediktorem, přičemž ve skupině dospělých je to jediný prediktor osobní pohody. Ve skupině vysokoškoláků osobní pohodu predikují další dvě osobnostní charakteristiky v pořadí *svědomitost* a *extraverze*. Mezi vysokoškolačkami se jako čtvrtý prediktor uplatňuje *přívětivost*, která se podílí také na predikování osobní pohody u dospělých žen. Zjistili jsme však, že *neuroticismus* u dospělých žen v našem souboru osobní pohodu nepredikuje vůbec. Jako významné prediktory osobní pohody se zde uplatňují *extraverze*, *svědomitost* a na třetím místě již zmíněná *přívětivost*. Zatímco ve skupině dospělých mužů je podíl osobnostních vlastností na vysvětlení rozptylu osobní pohody zanedbatelný (9 %), u vysokoškoláků to je 33 %. Mezi ženami v obou skupinách nebyl zaznamenán výraznější rozdíl v hodnotě vyčerpaného rozptylu. Na rozptylu osobní pohody se podílí osobnostní vlastnosti v případě vysokoškolaček 29 % a v případě dospělých žen 30 %.

DISKUSE

Výsledky podporují zjištění zahraničních studií o souvislosti osobnostních vlastností s osobní pohodou. V korelační analýze jsme zaznamenali statisticky průkazné korelace všech osobnostních charakteristik pětifaktorového modelu osobnosti se Škálou životní spokojenosti s výjimkou *otevřenosti vůči zkušenosti*. Ke stejným výsledkům dospěli také Halama a Dědová (2007) i DeNeová s Cooperem (1998). Blatný (2001) však zaznamenal u českých adolescentů statisticky průkazné souvislosti všech pěti osobnostních charakteristik pětifaktorového modelu s osobní pohodou.

Na základě krokové regresní analýzy jsme zjistili, jak se osobnostní charakteristiky podílejí na vysvětlení rozptylu osobní pohody. Ve skupině vysokoškoláků se osobnostní vlastnosti podílejí na rozptylu osobní pohody 30 % a ve skupině dospělých 20 %. Kroková regresní analýza provedená odděleně pro muže a ženy ukázala, že u studentů, studentek a dospělých žen se osobnostní charakteristiky na vysvětleném rozptylu subjektivní pohody podílejí přibližně stejnou mírou (33 % studenti, 29 % studentky, 30 % ženy), u dospělých mužů je subjektivní pohoda determinována osobnostními vlastnostmi zanedbatelně (9 %). Osobní pohodu dospělých mužů pravděpodobně predikují jiné než osobnostní charakteristiky. Hayesová a Joseph (2003) zaznamenali na základě tří různých metod zjišťujících osobní pohodu, že osobnost vysvětluje mezi 32 % až 56 % rozptylu osobní pohody. Kačmárová (2007) měřila pouze dvě osobnostní charakteristiky ve skupině seniorů a zaznamenala jejich 14% podíl na rozptylu osobní pohody. Halama a Dědová (2007) zaznamenali ve skupině adolescentů 26% podíl osobnostních vlastností na

vysvětlení rozptylu subjektivní pohody. Podle výsledků v šesti regresních analýzách provedených v naší studii byl zjištěn medián 30 % vysvětleného rozptylu osobnostních vlastností. V mladším věku osobnostní vlastnosti determinují osobní pohodu výrazněji než ve starším věku. Toto zjištění je však nezbytné ověřovat v dalších výzkumech nejen průřezových, ale také longitudinálních.

Podle výsledků krokové regresní analýzy se na predikci subjektivní pohody podílí u vysokoškoláků a dospělých různý počet osobnostních vlastností. Ve skupině dospělých *neuroticismus a extraverte*, u vysokoškoláků všechny osobnostní charakteristiky kromě *otevřenosti vůči zkušenosti*. V obou skupinách je nejsilnějším prediktorem *neuroticismus*. O tom, která osobnostní vlastnost je nejsilnějším prediktorem osobní pohody, se diskutuje. Nacházíme studie dokládající dominantní vliv *extraverze* na subjektivní pohodu (Argyle, Lu, 1990; Pavot et al., 1990). Převažuje však názor, že nejvýrazněji se na predikci osobní pohody podílí *neuroticismus*, což dokládají empirická zjištění (Vittersø, 2001; Hayes, Joseph, 2003; DeNeve, Cooper, 1998; Kačmárová, 2007). Podle korigovaného regresního koeficientu byla druhým nejsilnějším prediktorem osobní pohody ve skupině vysokoškoláků *svědomitost*. Obdobný výsledek zaznamenali DeNeveová a Cooper (1998). Ve studii Halamy a Dědové (2007) je ze dvou prediktorů *svědomitost* dokonce významnější než *neuroticismus*. Hayesová s Josephem (2003) upozorňují na skutečnost, že k měření osobní pohody se používají různé nástroje s dílčími odlišnostmi vymezení osobní pohody. Ve studiích, které využívají pro měření subjektivní pohody Škálu spokojenosti se životem (SWLS), jež postihuje kognitivně hodnotící aspekt subjektivní pohody, se *svědomitost* uplatňuje jako významný prediktor. Jedinci, kteří mají jasně stanovené své cíle a systematicky pracují na jejich dosahování, si ve společnosti počínají efektivněji. Daří se jim vytýčené cíle realizovat, což se může odrazit v jejich vyšší míře osobní pohody. Spekulovat lze o tom, že u mladších respondentů je výraznějším prediktorem *svědomitost* a u starších *extraverze*. Bude však nutné ověřovat toto zjištění ve skupinách s vyrovnaným počtem mladších a starších respondentů.

I když osobní pohoda vykazuje značnou stabilitu v čase a její celková úroveň se v průběhu života příliš nemění (Costa, McCrae, Zonderman, 1987; Heady, Wearing, 1989; Hrdlička, Kuric, Blatný, 2006), mění se její zdroje. Obecně můžeme říci, že klesá její složka založená na pozitivních emočních prožitcích a posiluje kognitivně hodnotící složka (Diener, Suh, 1998). Výzkumy, které zjistily úbytek pozitivních emocí s věkem, se však často dotazovaly na emoce intenzivní (ať už pozitivní či negativní) – např. „*Cítil jsem se na vrcholu blaha*“, „*Byl jsem nabitý energií*“ apod. Pokud však byli respondenti dotázáni na prožitky menší intenzity, pozitivní emoce dokonce s věkem narůstaly (Mroczek, Kolarz, 1998). Můžeme tedy říci, že zatímco v mládí má osobní pohoda spíše expresivní podobu a odvíjí se od počtu a intenzity emočních zážitků, ve starším věku dominuje rozumové, globální hodnocení života. Uvedené závěry podporuje dále zjištění Ryffové (1989, 1991), která ve dvou studiích porovnávala tři věkové skupiny dospělých: mladé dospělé (průměrný věk 19 let), dospělé ve středním věku (průměrný věk 46 let) a starší dospělé (průměrný věk 73 let). Zjistila, že skupina starších dospělých i dospělých ve středním věku uváděla vyšší úroveň zvládnání prostředí (environmental mastery) než mladí dospělí.

Jinými slovy, s přibývajícím věkem posiluje ta část osobní pohody, která je založena na osobní zkušenosti. S tím korespondují i naše nálezy, podle nichž osobnostní vlastnosti determinují osobní pohodu v mladším věku výrazněji než ve starším věku. Skutečnost, že mezi nejvýznamnějšími prediktory v mladším i starším věku

jsou *neuroticismus a extraverte*, vysvětlujeme tím, že jde o bazální, biologicky založené rysy, které si díky svému neurofyziologickému základu udržují vysokou stabilitu v čase.

V našem výzkumu nebylo možné vzhledem k různému vymezení posuzovací škály porovnat míru subjektivní pohody v obou skupinách (u vysokoškoláků sedmibodová, u dospělých pětibodová škála). Šolcová a Kebza (2005) zjistili, že univerzitní vzdělání zvyšuje u české populace téměř 1,5x pocit osobní pohody. Za použití NEO inventářů pro diagnostikování osobnostních vlastností pak bylo opakovaně zaznamenáno, že lidé s vyšším vzděláním dosahují vyšší míry *svědomitosti* (McCre, Costa, 1992; Hřebíčková, 2004). Pokud chápeme vzdělání jako naučenou efektivnost, pak lze předpokládat, že vzdělanější lidé jsou lépe vybaveni k zvládání problémů každodenního života, což může vést k vyšší osobní pohodě. Výraznější zastoupení *svědomitosti* při predikci osobní pohody u mladších respondentů tedy může souviset s tím, že respondenti byli vysokoškolskými studenty, kdežto ve skupině dospělých byli rovnoměrně zastoupeni respondenti s různou úrovní vzdělání, a proto se v této skupině jako výraznější prediktor uplatnila *extraverte*.

Rodové odlišnosti osobní pohody byly zaznamenány v australské reprezentativní studii, v níž byla u žen zaznamenána vyšší míra osobní pohody ve srovnání s muži (Dear, Henderson, Korten, 2002, podle Kebzy a Šolcové, 2003). V našem výzkumu jsme nezaznamenali statisticky průkazný rozdíl v míře osobní pohody u mužů a žen v obou sledovaných skupinách. Výsledky regresní analýzy se však ve skupině mužů a žen liší. V případě žen vstupuje mezi prediktory osobní pohody *přívětivost*, kterou nenacházíme mezi prediktory osobní pohody u vysokoškoláků ani u starších mužů. Ženy pravděpodobně více než muži spojují osobní pohodu s harmonickými vztahy s druhými, spoluprací a vzájemným pochopením.

ZÁVĚR

Z výsledků prezentované studie vyplývá, že osobnostní rysy jsou významnými prediktory osobní pohody, přičemž jejich podíl na predikci spokojenosti se vzrůstajícím věkem klesá. U různých věkových skupin se shodně uplatňují pouze biologicky zakotvené osobnostní rysy, *extraverte a neuroticismus*. Uvedený trend je nezbytné ověřit v rámci longitudinálních výzkumů.

LITERATURA

- Argyle, M., Lu, L. (1990): The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*, 11, 1011-1017.
- Blatný, M. (2001): Osobnostní determinanty sebehodnocení a životní spokojenosti: Mezipohlavní rozdíly. *Československá psychologie*, 45, 5, 385-392.
- Blatný, M., Jelínek, M., Blížkovská, J., Klimusová, H. (2004): Personality correlates of self-esteem and life satisfaction. *Studia psychologica*, 46, 2, 97-104.
- Blatný, M., Osecká, L. (1994): Rosenbergova škála sebehodnocení: struktura globálního vztahu k sobě. *Československá psychologie*, 38, 6, 481-488.
- Blatný, M., Osecká, L. (1997): The relationship between global self-assessment and temperament and interpersonal personality characteristics. *Studia psychologica*, 39, 1, 39-44.
- Blatný, M., Osecká, L. (1998): Zdroje sebehodnocení a životní spokojenosti: osobnost a strategie zvládání. *Československá psychologie*, 42, 5, 385-394.
- Costa, P. T., McCrae, R. R. (1980): Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1980, 38, 4, 668-678.
- Costa, P. T. jr., McCrae, R. R., Zonderman, A. B. (1987): Environmental and dispositional influences on well-being: Lon-

- gitudinal follow-up of an American national sample. *British Journal of Psychology*, 78, 299-306.
- Creed, P. A., Evans, B. M. (2002): Personality, well-being and deprivation theory. *Personality and Individual Differences*, 33, 7, 1045-1054.
- Dear, K., Henderson, S., Korten, A. (2002): Well-being in Australia – findings from the National Survey of Mental Health and well-being. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 37, 11, 503-509.
- DeNeve, K. M., Cooper, H. (1998): A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., Griffin, S. (1985): The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 1105-1117.
- Diener, E., Suh, E. (1998): Age and subjective well-being: An international analysis. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 17, 304-324.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., Smith, H. L. (1999): Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Džuka, J., Dalbert, C. (2002): Vývoj a overenie validity škály emocionálnej habituálnej subjektívnej pohody (SEHP). *Československá psychologie*, 46, 3, 234-250.
- Džuka, J., Dalbert, C. (1997): Model aktuálnej a habituálnej subjektívnej pohody. *Československá psychologie*, 41, 5, 358-398.
- Ficková, E. (2002): Optimismus, emocionalita a osobnost. In: I. Sarmány Schuller, M. Košč (Eds.): *Psychológia na rázcestí. Zborník príspevkov X. zjazdu slovenských psychológov*, Bratislava, Stimul, 480-487.
- Halama, P., Dědová, M. (2007): Meaning in life and hope as predictors of positive mental health. Do they explain residual variance not predicted by personality traits? *Studia psychologica*, 49, 3, 191-200.
- Hayes, N., Joseph, S. (2003): Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 4, 723-727.
- Heady, B., Wearing, A. (1989): Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739.
- Hrdlička, M., Kuric, J., Blatný, M. (2006): *Krise středního věku – úskalí a šance*. Praha, Portál.
- Hřebíčková, M. (2002): Vnitřní konzistence české verze NEO osobnostního inventáře (NEO PI-R). *Československá psychologie*, 46, 6, 521-535.
- Hřebíčková, M., Urbánek, T. (2001): NEO pětifaktorový osobnostní inventář (podle NEO Five-Factor Inventory P. T. Costy a R. R. McCrae). Praha, Testcentrum.
- Hřebíčková, M. (2004): NEO osobnostní inventář podle NEO-PI-R P. T. Costy a R. R. McCrae. Praha, Testcentrum.
- Kačmářová, M. (2007): Osobnost, manželský stav a subjektivní pohoda seniorov. *Československá psychologie*, 51, 5, 530-541.
- Kebza, V., Šolcová, I. (2003): Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem. *Československá psychologie*, 47, 4, 333-345.
- Kebza, V., Šolcová, I. (2008): Hlavní koncepce psychické odolnosti. *Československá psychologie*, 52, 1, 1-19.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., Ryff, C. D. (2002): Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 6, 1007-1022.
- Lašek, J. (2004): Subjektivní životní spokojenost u tří věkových skupin respondentů. *Československá psychologie*, 48, 3, 215-224.
- Lewis, C. A., Shevlin, M. E., Smékal, V., Dorahy, M. J. (1999): Factor structure and reliability of Czech translation of the Satisfaction with Life Scale among Czech university students. *Studia psychologica*, 41, 3, 239-244.
- McCrae, R. R., Costa, P. T. (1991): Adding Liebe und Arbeit: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 2, 227-232.
- McCrae, R. R., Costa P. T. (1992): The NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and The NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI). Professional Manual. Odessa, Psychological Assessment Resources.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr. (1999): A Five-Factor theory of personality. In: L. A. Pervin, O. P. John (Eds.): *Handbook of personality: Theory and research*. New York, Guilford Press, 139-153.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M. D., Sanz, J., Sanchez-Bernardos, M. L., Kusdil, M. E., Woodfield, R., Saunders, P. R., Smith, P. B. (2000): Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173-186.
- Mroczek, D. K., Kolarz, C. M. (1998):

- The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1333-1349.
- Osecká, L., Blatný, M. (1997): Struktura globálního vztahu k sobě: analýza Rosenbergovy škály sebehodnocení – replikace. *Československá psychologie*, 41, 6, 481-486.
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, R., Sandvik, E. (1990): Extraversion and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11, 1299-1306.
- Ryff, C. D. (1989): In the eye of the beholder: Views of psychological well-being in middle-aged and older adults. *Psychology and Aging*, 4, 195-210.
- Ryff, C. D. (1991): Possible selves in adulthood and old age: A tale of shifting horizons. *Psychology and Aging*, 6, 286-295.
- Schusterová, N. (2007): Vztah hodnot, cílov a subjektivnej pohody. *Československá psychologie*, 51, 1, 48-57.
- Sirgy, M. J. (2002): *The psychology of quality of life*. Dordrecht, Boston, London, Kluwer Academic Publishers.
- Šolcová, I. (2007): Zdraví z pohledu filosofie. *Československá psychologie*, 51, 4, 423-431.
- Šolcová, I., Kebza, V. (2005): Prediktory osobní pohody (well-being) u reprezentativního souboru české populace. *Československá psychologie*, 49, 1, 1-8.
- Šolcová, I., Kebza, V. (2009): Osobní pohoda vysokoškolských studentů: česká část studie. *Československá psychologie*, 53, 129-139.
- Tišanská, L., Kožený, J. (2004): Osobnost, anticipovaná sociální opora a adaptace senierek na stárnutí: Test modelu životní spokojenosti. *Československá psychologie*, 48, 1, 27-37.
- Vittersø, J. (2001): Personality traits and subjective well-being: Emotional stability, not extraversion, is probably the important predictor. *Personality and Individual Differences*, 31, 903-914.

SOUHRN

Studie se zabývá vztahem osobnostních charakteristik pětifaktorového modelu osobnosti (neuroticismus, extraverte, otevřenost vůči zkušenosti, přívětivost, svědomitost) a osobní pohody. Výzkumu se účastnily dvě skupiny respondentů: vysokoškoláci (N = 2317) a dospělí ve věku 40 – 83 let (N = 196). Na základě krokové regresní analýzy bylo zjištěno, že se na predikci osobní pohody u vysokoškoláků podílejí čtyři osobnostní vlastnosti (v pořadí neuroticismus, svědomitost, extraverte, přívětivost), kdežto u dospělých pouze dvě (v pořadí neuroticismus, extraverte). Kroková regresní analýza byla provedena také odděleně pro muže a ženy. Byl zaznamenán odlišný počet prediktorů osobní pohody u žen a mužů v obou sledovaných skupinách. U vysokoškolaček se na predikci osobní pohody podílejí ve stejném pořadí výše uvedené čtyři osobnostní vlastnosti, kdežto u vysokoškoláků chybí jako prediktor přívětivost. Ve skupině dospělých mužů je neuroticismus jediným prediktorem osobní pohody. U dospělých žen se však na predikci osobní pohody neuroticismus nepodílí vůbec. V této skupině je nejsilnějším prediktorem osobní pohody extraverte, následuje svědomitost a přívětivost.