

Univerzita Karlova

Pedagogická fakulta

Katedra psychologie

## BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Moudrost a wellbeing

Wisdom and Well-being

Tereza Eva Šebestová

Vedoucí práce: Ing. Mgr. et Mgr. Petra Topková

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie s rozšířením o speciální pedagogiku

2024

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Moudrost a wellbeing potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucí práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, 15.4. 2024

Tereza Eva Šebestová

Zde bych chtěla velmi poděkovat své vedoucí bakalářské práce Ing. Mgr. et Mgr. Petře Topkové za trpělivé a vstřícné vedení i podnětné připomínky během vzniku této práce. Dále bych chtěla poděkovat všem respondentům za ochotu účastnit se výzkumu. Poděkování patří i mé rodině za podporu v průběhu celého studia i při psaní této bakalářské práce.

## **ABSTRAKT**

Tato bakalářská práce se zabývá dvěma psychologickými koncepty, kterými jsou moudrost a wellbeing. Za jeden z cílů si práce kladla adaptovat na české prostředí Sebeuposuzovací škálu moudrosti Jeffreyho Webstera a provést její pilotáž. Druhým cílem bylo prověřit, jestli existuje vztah mezi moudrostí a wellbeingem. Výzkumu se účastnilo 184 respondentů ve věku od 18 do 79 let. Moudrost byla měřena pomocí Sebeuposuzovací škály moudrosti, která je tvořena pěti subškálami – těmi jsou kritické životní zkušenosti, emoční regulace, vzpomínání a reflexe, humor, a otevřenost. Pro měření subjektivního wellbeingu byla využita Škála spokojenosti se životem a pro měření psychologického wellbeingu byla využita Škála vzkvétání. Sebeuposuzovací škála moudrosti měla v české populaci vysokou spolehlivost. Faktorová struktura dotazníku moudrosti byla ověřována s využitím metod analýzy hlavních komponent, explorační a konfirmační faktorové analýzy. Ukázalo se, že struktura neodpovídala předpokládaným pěti dimenzím, proto byla doporučena úprava položek a další testování na novém výzkumném vzorku. Český výzkumný soubor skóroval nejvýše v dimenzi humoru a dimenze otevřenosti se ukázala jako celkově nejslabší. Z hlediska wellbeingu byl náš soubor spíše šťastný. Nebyly nalezeny významné rozdíly mezi celkovou moudrostí a demografickými údaji. Mezi moudrostí a wellbeingem byla nalezena silná pozitivní korelace.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

moudrost, wellbeing, SŠM, spokojenost se životem, vzkvétání

## **ABSTRACT**

This bachelor's thesis examines two psychological concepts, which are wisdom and well-being. One of the aims of the thesis was to adapt Jeffrey Webster's Self-Assessed Wisdom Scale to the Czech environment and to pilot it. The second aim was to test whether there is a relationship between wisdom and wellbeing. A total of 184 respondents between the ages of 18 and 79 participated in the study. Wisdom was measured using the Self-Assessed Wisdom Scale, which consists of five subscales – these are critical life experiences, emotional regulation, reminiscence and reflection, humour, and openness. The Satisfaction with Life Scale was used to measure subjective well-being and the Flourishing Scale was used to measure psychological well-being. The Self-Assessed Wisdom Scale had high reliability in the Czech population. The factor structure of the wisdom questionnaire was validated using principal components analysis, exploratory and confirmatory factor analysis. It turned out that the structure did not correspond to the expected five dimensions, so it was recommended to modify the items and to test them further on a new research sample. The Czech research sample scored the highest on the humour dimension and the openness dimension proved to be the weakest overall. In terms of well-being, our sample was rather happy. No significant differences were found between overall wisdom and demographics. A strong positive correlation was found between wisdom and wellbeing.

## **KEYWORDS**

wisdom, well-being, SAWS, satisfaction with life, flourishing

## Obsah

Úvod .....	7
I Teoretická část.....	8
1 Co je to moudrost?.....	8
1.1 Pojetí moudrosti.....	9
1.1.1 Osobní a obecná moudrost .....	9
1.2 Počátky moudrosti v psychologii .....	9
1.3 Jaké existují teorie moudrosti? .....	10
1.3.1 Implicitní teorie moudrosti .....	10
1.3.2 Explicitní teorie moudrosti a metody měření .....	11
1.4 Moudrost a demografie.....	16
2 Co je to wellbeing? .....	18
2.1 Jaké jsou teoretické koncepty wellbeingu? .....	18
2.1.1 Subjektivní (hédonický) wellbeing.....	18
2.1.2 Psychologický (eudaimonický) wellbeing .....	19
2.2 Jaké jsou teorie wellbeingu?.....	19
2.3 Jaké jsou nástroje měření wellbeingu? .....	20
2.3.1 Škála spokojenosti se životem (Satisfaction with life scale, Diener et al., 1985) .....	20
2.3.2 Škála vzkvétání (Flourishing scale, Diener et al., 2010a) .....	20
2.3.3 PERMA-profiler .....	21
2.4 Wellbeing a demografie.....	21
3 Moudrost a wellbeing .....	22
II. Empirická část.....	24
4 Cíl výzkumu .....	24

5 Výzkumné otázky a hypotézy .....	25
6 Metodologie výzkumu.....	26
6.1 Výzkumné nástroje a strategie sběru dat .....	26
6.2 Charakteristika výzkumného souboru .....	26
6.3 Výzkumné metody.....	27
6.3.1 Moudrost.....	27
6.3.2 Wellbeing .....	28
6.4 Způsob zpracování a vyhodnocení dat .....	30
7 Výsledky.....	31
7.1 Moudrost.....	31
7.1.1 Deskriptivní statistika .....	31
7.1.2 Ověření psychometrických vlastností českého překladu SAWS.....	32
7.1.3 Ověření hypotéz.....	34
7.1.4 Analýza struktury dotazníku.....	36
7.1.5 Nová struktura SAWS .....	42
7.2 Wellbeing .....	45
7.2.1 Deskriptivní statistika a psychometrické vlastnosti škál .....	45
7.2.2 Ověření psychometrických vlastností českého překladu Škály vzkvétání .....	46
7.2.3 Wellbeing a demografické proměnné .....	47
7.3 Moudrost a wellbeing .....	48
8 Diskuse .....	49
8.1. Limity .....	52
Závěr.....	54
Seznam použitých informačních zdrojů .....	55
Seznam příloh.....	60

## Úvod

Koncept moudrosti je starý jako lidstvo samo. Už v době antiky se mu věnovali tehdejší myslitelé a filosofové. Moudrost si našla své místo v řecké, římské, ale například i mezopotámské mytologii jako jedna ze ctností některých bohyň a bohů. Vyobrazení moudrého člověka můžeme nalézt i v náboženských spisech. Symbolem moudrosti je typicky sova, která se objevuje i v pohádkách a poskytuje cenné rady.

Moudrost je komplexním konceptem lidského myšlení. Jedná se o ctnost, kterou řada lidí obdivuje a váží si jí. Téměř každý ji zná, ale není jednoduché ji vědecky uchopit a definovat. Obecně se ale jedná o schopnost uvážlivého a efektivního řešení problémů, a zvládnutí náročných životních situací. Umožňuje také lépe porozumět sobě samému i světu kolem nás.

Zkoumání moudrosti v České republice je teprve v začátcích. V nedávné době se o začlenění tématu moudrosti do kontextu českého prostředí a české empirické psychologie zasadila Petra Topková (2018) prostřednictvím pilotáže Třidimenzionální škály moudrosti (3D-ŠM) Moniky Ardeli (2003). Ve středu zájmu této bakalářské práce stojí Sebeuposuzovací škála moudrosti (Webster, 2007). Výzkumným záměrem bylo škálu adaptovat na české prostředí a provést její pilotáž na českém výzkumném souboru. Kladena byla dále otázka ohledně vztahu mezi moudrostí a wellbeingem. Jsou moudří lidé šťastní?



## I Teoretická část

Teoretická část je věnována dvěma tématům. V první kapitole je představena moudrost, základní poznatky sytící tento koncept spolu s teoriemi a metodami jejího zkoumání. Druhá kapitola rozebírá koncept wellbeingu, jeho vymezení, teorie i metody měření. Ve třetí kapitole dochází k propojení těchto konceptů a k pojednání o jejich souvislostech.

### 1 Co je to moudrost?

Když si představíme pojem „moudrost“, nemusí být zcela jasné, o co přesně se jedná. Víme, že se odlišuje od inteligence (Clayton, 1983), a že je to výhradně lidská vlastnost, která, přestože je poměrně stabilní, je i částečně utvářena a ovlivněna zkušenostmi a učením. Víme také, že se jedná o komplexní konstrukt s několika dílčími složkami, které jsou shrnuty v řadě různých definic moudrosti (Meeks & Jeste, 2009). Žádná všeobecně uznávaná definice však neexistuje (Ardelt, 2003). Různé definice moudrosti nejčastěji zahrnují kvality jako sociální uvažování (schopnost dobře poradit a vyznat se v životě), prosociální chování a postoje (empatie, altruismus, vřelost apod.), reflexe a porozumění sobě samému (např. introspekce, intuice nebo vhled), zvládání nejistoty a v neposlední řadě emoční sebekontrola (Bangen et al., 2013; Meeks & Jeste, 2009). Mezi méně často zastoupené komponenty dále patří smysl pro humor (Bangen et al., 2013), který tvoří jednu z dílčích částí Sebeuposuzovací škály moudrosti, na niž je zaměřena tato bakalářská práce. Moudrost tak sestává z vícero dimenzí, přičemž všechny jsou důležité, ale samy o sobě nestačí. To, o které dimenze se jedná, ovšem není zcela jasné a univerzální pojetí zatím neexistuje (Webster, 2003).

Máme k dispozici celou řadu nástrojů měření moudrosti, které jsou postaveny na vlastních teoriích. Nástroje i teorie se mezi sebou více či méně liší. Z metod můžeme zmínit sebeuposuzovací škály (např. Třidimenzionální škála moudrosti M. Ardelt a Sebeuposuzovací škála moudrosti J. Webstera), v nichž respondenti sami vyplňují sebehodnocení do dotazníku, ale existují i metody, při nichž dochází k přímé spolupráci mezi výzkumníkem a respondentem, a jsou založené na verbálním sdělení respondentů, tzv. metody založené na výkonu (např. Berlínské paradigma moudrosti) (Glück et al., 2013). Existují ale i hybridní metody, které výše zmíněné formy kombinují (Bangen et al., 2013). Téma metod je více rozebráno v kapitole 1.3.

Teorie se zase mohou lišit podle toho, na co se zaměřují. Konkrétně rozlišujeme osobní a obecnou moudrost. Osobní moudrost se zajímá o zkušenosti a poznatky vztažené k vlastnímu životu člověka. Měří se převážně sebeuposuzovacími škálami moudrosti. Obecná

moudrost na druhou stranu nemusí souviset s osobní zkušeností a zajímá se o lidský život a svět v obecném měřítku. Tento koncept měří kvalitně Berlínské paradigma moudrosti (Glück et al., 2013). Více o teoriích moudrosti v kapitole 1.3.

## 1.1 Pojetí moudrosti

Následující kapitola pojednává o dvou pojetích moudrosti, tedy o moudrosti osobní a obecné.

### 1.1.1 Osobní a obecná moudrost

Staudinger a Glück (2011) vysvětlují rozdíl mezi osobní a obecnou moudrostí jako rozdíl mezi první a třetí osobou. Moudrost z hlediska první osoby zahrnuje osobní zkušenosti osob a vhléd do života i do nich samých na základě těchto vlastních zkušeností – jedná se tak o osobní moudrost. Moudrost z pohledu třetí osoby, tj. obecná moudrost, odhlíží od osobních zkušeností a pohlíží na život z pozice pozorovatele, na to, jaký má člověk vhléd do života v obecné rovině, aniž by se to týkalo přímo jeho samého (Staudinger & Glück, 2011).

Přístup zaměřený na **osobní** moudrost vychází z vědeckých poznatků z oblasti psychologie osobnosti a rozvoje osobnosti (Zacher & Staudinger, 2018). Z tohoto pohledu je moudrá osobnost vnímána jako ta, která je zralá a prošla osobnostním růstem (Staudinger & Glück, 2011). Pro měření se používají jak sebeposuzovací škály, tak i testy založené na výkonu (Staudinger & Glück, 2011; Zacher & Staudinger, 2018).

Výzkumy zabývající se **obecnou** moudrostí vycházejí ze zkoumání odborných znalostí a úsudku. Předpokládají, že znalosti a úsudek moudrých lidí jsou na vyšší úrovni než u lidí nemoudrých. Nejznámější metoda měření obecné moudrosti je Berlínské paradigma moudrosti, dle něž je moudrost definována jako odbornost v životních otázkách (Zacher & Staudinger, 2018).

Obě roviny moudrosti se u jednotlivců mohou z velké části míjet, u jiných zase překrývat. Je totiž možné, aby byl někdo moudrý v přístupu k druhým – dokázal dobře poradit a pomoci druhým, ale sám si se svým životem a vlastními problémy nevěděl rady. Výzkumy dokonce ukázaly, že je mnohem snazší získat vhléd do problémů druhých než do svého vlastního života, protože jsou oba typy informací zpracovávány různým způsobem (Staudinger & Glück, 2011).

## 1.2 Počátky moudrosti v psychologii

Ačkoliv koncept moudrosti sahá až daleko do antiky, nebyla mu v psychologii dlouhou dobu věnována patřičná pozornost (Jeste et al., 2010).

Jednou z nejnámějších teorií zmiňujících moudrost je teorie psychosociálního vývoje Erika Eriksona (1950). Ten popsal osm stadií vývoje člověka. Moudrostí se zabývá v posledním z nich, v němž je vnímána jako ctnost, již má člověk dosáhnout úspěšným rozřešením krize ego integrity. Tedy tím, že přijme svůj život jako naplněný tak, jak proběhl. Moudrost při tom popisuje jako zájem o život tváří v tvář smrti. Pokud krizi nerozřeší, upadá do zoufalství nad vlastním životem. Nedostatek ego integrity se totiž projevuje strachem ze smrti a zoufalstvím nad tím, jak je život příliš krátký (Erikson, 1950; Erikson & Erikson, 1998).

Od té doby však teorií vznikla celá řada. Především od 70. let minulého století se začaly objevovat výzkumy moudrosti z oblasti psychologie a gerontologie ve větší míře (Bangen et al., 2013).

### **1.3 Jaké existují teorie moudrosti?**

V následující části je pozornost věnována vybraným teoriím moudrosti a metodám jejího měření.

#### **1.3.1 Implicitní teorie moudrosti**

Již od počátku zkoumání moudrosti v psychologii bylo důležité zjistit, o co se vlastně jedná a jak ji lze definovat. Prvními kroky bylo zaměření se na to, jak ji obyčejní lidé (laici v této oblasti) vnímají a jaké jsou jejich představy o ní (Staudinger & Glück, 2011). Tyto představy se utváří už jen tím, že člověk žije ve společnosti a učí se jazyku a významům slov. Zkoumání implicitních teorií mělo za cíl nalézt společné rysy moudrosti, které se objevují v myslích jednotlivců (Bluck et al., 2005).

Jeden z přístupů k výzkumu laických teorií obvykle sestává ze dvou kroků. Nejprve účastníci vytvoří seznam vlastností, které si s moudrostí spojují, v dalším kroku ho větší vzorek hodnotí (Staudinger & Glück, 2011). Takový postup volil i Sternberg (1985). Pro svůj výzkum požádal vysokoškolské profesory i laiky o vyplnění dotazníku. Účastníci měli vyjmenovat chování, které si spojovali s inteligentním, kreativním nebo moudrým člověkem. Chování, které se objevilo alespoň dvakrát posloužilo jako základ k dalšímu šetření. To měli hodnotit noví účastníci na škále od 1 (zcela necharakteristické pro inteligentního, kreativního nebo moudrého člověka) do 9 (zcela charakteristické). Sternberg (1985) zjistil, že nejčastěji byla vnímána inteligence a moudrost jako spolu související, zatímco kreativita s moudrostí měla nejslabší vztah.

Další přístup se věnuje tomu, jak lidé pohlíží na případy moudrosti, které se týkají buď jich samotných nebo druhých osob (Staudinger & Glück, 2011). Takový výzkum provedly např.

Bluck & Glück v roce 2004. Výzkum probíhal formou polostrukturovaného rozhovoru zaměřeného na život respondenta. Respondent měl nejprve napsat co nejvíce situací ze svého života, kdy udělal, řekl nebo si myslel něco, co považuje za moudré. Z těchto situací vybral jednu nejmoudřejší, o níž následně hovořil s tazatelem, který se ho doptával na podrobnosti (Bluck & Glück, 2004).

### 1.3.2 Explicitní teorie moudrosti a metody měření

Explicitní teorie moudrosti jsou vytvořené vědci a podložené daty (Sternberg, 1985). Obě pojetí (tj. laické i vědecké) se vzájemně prolínají (Baltes & Staudinger, 2000). Některé explicitní teorie tak vychází přímo z implicitních teorií (Sternberg, 1985), jiné zase z rešerše dostupné literatury (Webster, 2003). Metody využívané k měření moudrosti jsou dvojího typu: sebeposuzovací (dotazníky) a výkonnostní (přemýšlení nahlas) (Glück, 2018). Příklady obou metod spolu s vybranými teoriemi jsou popsány níže.

#### 1.3.2.1 Sebeposuzovací dotazníky

##### The H.E.R.O.(E)<sup>1</sup> model (J. D. Webster)

J. D. Webster (2015, 1:28) moudrost definuje jako: „schopnost záměrně využívat poznatky z kritických životních zkušeností k usnadnění optimálního rozvoje sebe sama i druhých.“. Moudrost podle něj funguje jinak než inteligence, ale alespoň minimální úroveň inteligence je nutná k tomu, aby bylo možné s různými složkami dále pracovat a rozvíjet je. Na základě rešerše literatury definoval pět dimenzí, které podle prvního písmena v anglickém znění tvoří akronym H.E.R.O.(E) (Webster, 2015). Každá ze složek je nutným, ale sama o sobě nedostačujícím prvkem moudrosti (Webster, 2003). Níže jsou popsány jednotlivé složky.

**Humor:** Jedná se o jeden z aspektů moudrosti, kterému bývá věnováno poměrně málo pozornosti. Patří sem schopnost jedince humor rozpoznat i ho aktivně v různých situacích a pro různé účely využívat. Moudří lidé dokážou pomocí humoru regulovat vlastní negativní pocity a zvyšovat si sebevědomí, ale i docílit toho, aby se ostatní cítili lépe, pokud právě prochází stresující situací. Humor tak pro ně představuje způsob, jak se sblížit s druhými. Moudří jedinci se neberou příliš vážně, a naopak vidí i negativní věci či zážitky s nadhledem a umí na nich najít zábavnou stránku. Ne všechny typy humoru jsou však součástí moudrosti. Například sarkasmus ani škádlení sem nepatří (Webster, 2007, 2015).

**Kritické životní zkušenosti:** Tato složka moudrosti je utvářena nejistotou spojenou s klíčovými životními rozhodnutími. Zkušenosti, které jsou morálně složité, plné nejistoty

---

6 <sup>1</sup> H(umour), E(xperience), R(eminiscence and reflection), O(pinness), E(motional regulation)

a s neznámými výsledky, nutí jedince k rozhodování se v obtížných podmínkách. Ty jsou zejména náročné, pokud má rozhodnutí důsledky, které nelze zvrátit. Mezi příklady obtížných životních situací patří rozhodnutí o ukončení života (odpojení příbuzného od životní podpory, sebevražda), šikana, volba povolání nebo řešení vztahových problémů. Jelikož se nejedná o běžné každodenní události, činí to moudrost vzácnou (Webster, 2007, 2015).

**Vzpomínání a reflexe:** Vzpomínání a reflexe představuje složku moudrosti, která se nevyznačuje pouhým přemítáním nad minulostí a chybami, které člověk udělal, ale schopností tyto chyby, ale i úspěchy, reflektovat a učit se z nich. Moudří jedinci dokážou minulé zkušenosti kriticky zhodnotit a využít je k lepšímu porozumění aktuálním problémům a k jejich řešení. Reflektivní složka tak navazuje přímo na složku životních zkušeností, která ale sama o sobě nestačí, pokud není přítomna její reflexe (Webster, 2007, 2015).

**Otevřenost:** Jedná se o složku moudrosti projevující se ochotou jedince přijímat myšlenky, hodnoty a zkušenosti, které se mohou lišit od jeho vlastních. Otevřenost zahrnuje např. ochotu ochutnávat nové pokrmy a projevuje se také tolerancí vůči odlišnostem. Moudří jedinci vykazují otevřenost vůči alternativním pohledům i nesouhlasným či kontroverzním názorům, novým informacím a možným strategiím řešení problémů. Otevřenost se neprojevuje pouze ve vztahu k vnějšímu světu, ale i v oblasti duševního života – jsou otevřeni snům, nápadům i myšlenkám, které dále rozvíjí (Webster, 2007, 2015).

**Emoční regulace:** Moudrost dle Webstera (2003) zahrnuje i schopnost přiměřeně regulovat své emoce. Moudří jedinci jsou citliví k jemným nuancím ve svých emocích a dokáží dobře rozlišovat mezi pozitivními a negativními emočními stavy. Významným prvkem moudrosti je otevřenost vůči emocím, a to jak k prožívání negativních, tak i k vyjádření těch pozitivních ve vhodné situaci. Moudří jedinci umí dobře přizpůsobovat své emoční reakce i v náročných situacích, což vypovídá o dobrém stavu duševního zdraví (Webster, 2007, 2015).

### **Sebeuposuzovací škála moudrosti (Self-Assessed Wisdom Scale, SAWS; Webster, 2003, 2007)**

Webster na základě rešerše dostupné literatury definoval pět složek moudrosti. Těmito složkami jsou (výše zmíněné): 1) kritické životní zkušenosti (příklad této dimenze: „Ve svém životě jsem překonal/a mnoho bolestných událostí.“), 2) emoční regulace (zde např.: „Dokážu svobodně vyjadřovat své emoce, aniž bych měl/a pocit, že nad nimi ztratím kontrolu.“), 3) vzpomínání a reflexe (např.: „Prožívání minulých úspěchů ve vzpomínkách mi pomáhá zvyšovat sebevědomí v současnosti.“), 4) humor (např.: „Když se vyrovnávám s velkou

životní změnou, snažím se najít její humornou stránku.“) a 5) otevřenost (ke zkušenosti) (např.: „Rád/a se obklopuji lidmi, jejichž názory jsou výrazně odlišné od těch mých.“) (Webster, 2003, 2007). Na podkladu těchto pěti dimenzí vznikl dotazník: Sebeuposuzovací škála moudrosti.

Původní verze dotazníku z roku 2003 obsahovala 30 položek, tedy 6 položek v každé z pěti dimenzí. Šest z nich bylo reverzně skórovaných. V novější verzi z roku 2007 byly přidány vždy dvě položky do každé dimenze. Celkem jich je nyní 40 a žádná z nich není reverzně skórovaná. Celkové skóre moudrosti se získá součtem bodů za jednotlivé položky. V původní verzi byla hranice pro moudrost 152 ze 180, v novější verzi hranice stanovena není. Respondenti odpovídají na 6-bodové škále od 1 (rozhodně nesouhlasím) do 6 (rozhodně souhlasím) (Webster, 2003, 2007). Dotazník má dobrou reliabilitu (hodnoty vnitřní konzistence i test-retest reliabilitu) i validitu. Škála vznikla a byla testována v Kanadě (Webster, 2003, 2007).

### **Třídimenzionální teorie (Monika Ardel)**

Monika Ardel vyvinula sebeuposuzovací Třídimenzionální škálu moudrosti. Moudrost definuje jako integraci kognitivní, reflektivní a afektivní složky, přičemž při jejich definování vycházela z práce Clayton a Birrena (1980). Řada výzkumů moudrosti pracovala s kognitivní a reflektivní složkou, ale afektivní složka byla opomíjena (Ardel, 2003).

Kognitivní dimenze moudrosti se vztahuje k touze jedince poznat pravdu a k jeho schopnosti porozumět životu a pochopit hlubší význam událostí, zejména pak ve vztahu k intrapersonálním a interpersonálním záležitostem. Spadá sem znalost pozitivních i negativních aspektů lidské povahy i nepředvídatelnosti života. Položky této dimenze by měly hodnotit znalosti člověka o světě, jeho schopnost porozumět různým situacím i nejednoznačnosti v životě (Ardel, 2003).

Reflektivní dimenze moudrosti je důležitá pro rozvoj kognitivní dimenze, jelikož porozumět životu jde pouze tehdy, když je člověk schopný vnímat realitu bez většího zkreslení a uvědomovat si možné perspektivy, pomocí nichž se na svět může dívat a využívat je k rozvoji sebepoznání. Cílem je snižovat subjektivní pohled a zaměřenost na sebe sama, čímž se zvyšuje vhléd do pravé podstaty věcí (motivy chování sebe i druhých). Reflektivní dimenze je klíčovou složkou, jelikož umožňuje rozvoj jak kognitivních, tak i afektivních prvků moudrosti (Ardel, 2003).

Afektivní dimenze moudrosti zahrnuje chování člověka vůči druhým lidem včetně pocitů a projevů sympatie, soucitu a náklonnosti vůči nim, ale i nepřítomnost lhostejných nebo negativních emocí a chování vůči ostatním (Ardelt, 2003).

Aby byl však člověk považován za moudrého, musí být přítomny všechny složky moudrosti současně. Kdyby chyběla kognitivní složka, jednalo by se o člověka s dobrými úmysly, který by však v jejich uplatňování nebyl efektivní. Pokud by chyběla reflektivní složka, měl by jedinec problém své zkušenosti uplatnit v praxi a dokázat si v životě sám poradit. A pokud by chyběla afektivní složka, byly by hodnoceny jen kognitivní funkce a inteligence, ale nikoliv moudrost (Ardelt, 2003).

### **Třídimenzionální škála moudrosti (Three-Dimensional Wisdom Scale, 3D-WS; Ardelt, 2003)**

Ardelt vytvořila seznam 158 položek, které mohly být využity pro sestavení Třídimenzionální škály moudrosti. Většina ze 158 položek pro kognitivní, reflektivní a afektivní dimenzi byla vybrána z již existujících škál. Tým nezávislých hodnotitelů poté rozhodoval, do které z dimenzí dané položky patří. Všechny 132 položek, u kterých došlo ke shodě hodnotitelů, bylo dále zahrnuto do studie a otestováno na vzorku 180 dospělých osob ve věku od 52 do 87 let. Položky byly hodnoceny na 5-bodové škále. Pokud se otázky týkaly přímo jedince (v položce obsaženo „já“, „mě“, „mně“), byly hodnoceny na škále od 1 (rozhodně o mně platí) do 5 (rozhodně o mně neplatí). Ostatní položky byly hodnoceny také na 5-bodové škále, tentokrát od 1 (rozhodně souhlasím) do 5 (rozhodně nesouhlasím). Na základě testování bylo pro Třídimenzionální škálu moudrosti vybráno 39 položek: 14 pro kognitivní dimenzi, 12 pro reflektivní a 13 pro afektivní dimenzi (Ardelt, 2003, 2011). Příkladem položky z kognitivní dimenze je: „Je lepší nevědět příliš mnoho o věcech, které nelze změnit.“, reflektivní dimenze: „Před tím, než někoho kritizuji, snažím se představit si, jak bych se cítil/a na jeho/jejím místě.“ a příklad afektivní dimenze: „Snadno mě naštvou lidé, kteří se se mnou hádají.“ (Topková, 2018, s. 70). Některé položky jsou reverzně skórované, především kvůli sociální žádoucnosti, a hodnotí tak absenci kognitivních, reflektivních a afektivních vlastností (Ardelt, 2011).

Pro testování psychometrických vlastností položek by mělo být Cronbachovo alfa přijatelně vysoké pro všechny dimenze a zároveň by mezi sebou měly dimenze významně korelovat. V původním vzorku starších dospělých dosahovaly hodnoty vnitřní konzistence od 0,74 do 0,78 a korelace mezi dimenzemi se pohybovala mezi 0,3 a 0,5. V pozdějším vzorku 477 vysokoškolských studentů dosahovaly hodnoty vnitřní konzistence od 0,66 do 0,75 (afektivní



dimenze nejnižší) a korelace se pohybovala mezi 0,44 a 0,48 (Ardelt, 2011). Škála má tedy dobrou reliabilitu a ukázala i dobrou konstruktovou, obsahovou, prediktivní, diskriminační a konvergentní validitu (Ardelt, 2003).

### **1.3.2.2 Výkonnostní metody (přemýšlení nahlas)**

#### **Berlínské paradigma moudrosti (Berlin wisdom paradigm, BWP)**

Dalším z přístupů k moudrosti je Berlínské paradigma moudrosti. Výzkumníci definují moudrost jako odbornost při řešení základních životních problémů, které jsou složité a špatně definované (Kunzmann & Baltes, 2005). Do moudrosti řadí něco, co označují jako pragmatiku života. Tím se rozumí chápání podstaty dobrého života, schopnost dobrého úsudku, znalost životních povinností a cílů, chápání sociálního kontextu lidského života i toho, že je život konečný, ale i sebepoznání a uplatňování veškerých znalostí ve svém chování (Baltes & Staudinger, 2000).

Baltes a Staudinger (2000) stanovili pět kritérií pro hodnocení moudrosti, přičemž všechna musí být naplněna, aby se dalo hovořit o moudrosti (Kunzmann & Baltes, 2005). Jsou jimi: a) znalosti o lidské přirozenosti, b) znalosti způsobů řešení životních problémů, c) pochopení životních souvislostí, jejich vzájemných vztahů a změn v průběhu života, d) tolerance individuálních, sociálních a kulturních rozdílů v hodnotách a životních prioritách a e) znalosti ohledně zacházení s nejistotou (Kunzmann & Baltes, 2005).

Testování je založeno na výkonu respondentů. Výzkumníci se ptají na řešení různých životních problémů a respondenti o nich mají uvažovat nahlas (Baltes & Staudinger, 2000). Prokazují přitom své znalosti faktické (proč se něco děje) a procedurální (jak si v dané situaci poradit) (Glück, 2018). Odpovědi hodnotí vyškolená porota podle pěti kritérií na 7-bodové stupnici. Pro naplnění každého kritéria je potřeba získat hodnocení vyšší než 5 bodů (Baltes & Staudinger, 2000).

Spolehlivost byla uspokojivá. Korelace pěti kritérií byla vysoká o hodnotách od 0,50 do 0,77, test-retest reliabilita v průběhu jednoho roku se pohybovala od 0,65 do 0,94. (Baltes & Staudinger, 2000).

### **1.3.2.3 Hybridní metoda**

#### **Moudré uvažování Igora Grossmanna**

Grossmann na moudrost nahlíží jako na proces, díky němuž dochází k orientaci v sociálním světě a jeho chápání (Brienza et al., 2018). Kloní se k tomu, že moudrost zahrnuje: „používání určitých typů pragmatického uvažování k řešení důležitých problémů společenského života“



(Grossmann et al., 2010, s. 7246) a označuje ho jako „moudré uvažování“. Vymyslel i hybridní metodu, jak moudré uvažování testovat (Brienza et al., 2018).

Testování probíhalo tak, že si měli účastníci nejprve vybavit nedávnou událost, kdy zažili mezilidský konflikt (např. neshody v práci) včetně podrobnějších okolností, které tento zážitek provázely – jako myšlenky a pocity. V druhé fázi účastníci v dotazníku odpovídali na škále od 1 (vůbec) do 5 (velmi), do jaké míry využívali během předchozího úkolu různé strategie uvažování: a) uvědomění si hranic svých znalostí, b) zvažování změn, c) zvažování více způsobů, jak se situace může vyvíjet, d) uznávání perspektivy druhých, e) hledání kompromisu, f) uznání důležitosti řešení konfliktů a g) uplatnění pohledu zvenčí (Brienza et al., 2018).

## **1.4 Moudrost a demografie**

### **Moudrost a pohlaví**

Monika Ardelt (2009) ve své studii nezjistila žádný rozdíl mezi pohlavím v celkové moudrosti (tj. kognitivní, reflektivní a afektivní dimenzi dohromady), ale v jednotlivých dimenzích ano. Starší muži dosahovali vyššího skóre v kognitivní oblasti, kdežto ženy (bez ohledu na věk) skórovaly výše v afektivní oblasti. Při porovnávání 25 % nejmoudřejších respondentů už ale žádný rozdíl zjištěn nebyl. Webster (2003) ve své studii zjistil rozdíl mezi pohlavím ve prospěch žen, ale v pozdější studii (2007) tento rozdíl nepotvrdil.

Ve studii Judith Glück, Irene Strasser a Susan Bluck (2009) byly nalezeny slabé rozdíly v tom, jak muži a ženy vnímají moudrost. Muži upřednostňovali kognitivní stránku (inteligenci), zatímco ženy více stránku interpersonální. Když si měli participanti vzpomenout, kdy byli oni sami moudří, rozdíly mezi muži a ženami už byly větší. Muži výrazně častěji než ženy zmiňovali profesní zkušenosti. U žen se zase výrazně častěji objevovala témata spojená s dětmi, ale i události týkající se nemoci nebo smrti.

### **Moudrost a věk**

Lidé se běžně domnívají, že moudrost souvisí s věkem, konkrétně se stářím. V jejich představách jsou moudří lidé staří a je to vnímáno jako jeden z mála pozitivních atributů stáří. Souvislost mezi moudrostí a věkem má podle všeho vycházet ze získávání běžných životních zkušeností, kterých přirozeně přibývá se zvyšujícím se věkem. Že by však tyto běžné zkušenosti znamenaly i více moudrosti, podle všeho není tak docela pravda (Staudinger & Glück, 2011). Webster (2003, 2007) ve svých studiích žádnou souvislost s věkem nezjistil a tvrdí, že moudrost není získána nahromaděním běžných životních zkušeností, ale přímo

zkušenostmi obtížnými a morálně náročnými. Ani Baltes a Staudinger (2000) na základě Berlínského paradigmatu moudrosti nezjistili žádnou souvislost s věkem. Některé výzkumy nicméně růst moudrosti s věkem alespoň v některých ohledech uvádějí – například Grossmannovo moudré uvažování o sociálních konfliktech (Grossmann et al., 2010).

### **Moudrost a vzdělání <sup>2</sup>**

Ardelt a kolektiv (2018) zjistili, že dosažené vzdělání pozitivně souviselo s moudrostí, především s kognitivní a reflektivní složkou. U základního vzdělání se moudrost zvyšovala s věkem a kolem středního věku začala opět klesat, to samé platilo pro muže se středním vzděláním. U žen se středním vzděláním se moudrost zvyšovala až do věku okolo 60 let a poté mírně klesla. U středoškolského a vysokoškolského vzdělání nebyla moudrost ovlivněna věkem, pouze kognitivní složka se zvyšovala s věkem u vysokoškolsky vzdělaných do středního věku a poté postupně klesala, ale i tak zůstala výše než u ostatních vzdělanostních skupin až do věku kolem 70 let.

Dle studie Webstera a kolektivu (2014) vyšší dosažené vzdělání koreluje s vyšší úrovní moudrosti. Ve studii z roku 2003 však žádnou korelaci mezi dosaženým vzděláním a celkovou moudrostí nezjistil.

---

<sup>2</sup> Pozn.: základní vzdělání (elementary education) = 5/6-10/11 let, střední vzdělání (intermediate education) = 11/12-13/14 let, středoškolské vzdělání (high school education) = 14/15-17/18 let, vysokoškolské vzdělání (university education) = 17/18 a více let (McCubbin, 2023)

## 2 Co je to wellbeing?

Wellbeing, i toto je pojem, na nějž může být nahlíženo různými způsoby. Dle slovníku Americké psychologické asociace se jedná o: „stav štěstí a spokojenosti s nízkou mírou stresu, celkově dobrým fyzickým a duševním zdravím a perspektivou nebo dobrou kvalitou života“ (American psychological association, 2018). Jedná se o mnohostranný konstrukt, který dává prostor pro vznik různých pojetí a modelů wellbeingu (Tov, 2018). Ty jsou představeny v následujících kapitolách.

### 2.1 Jaké jsou teoretické koncepty wellbeingu?

V posledních letech došlo k velkému nárůstu zkoumání wellbeingu a souvisejících konceptů. Dva hlavní přístupy, jež v souvislosti s wellbeingem můžeme najít, jsou hédonismus a eudaimonismus (Ryan & Deci, 2001).

Hédonismus zastává názor, že podstata dobrého bytí člověka spočívá v potěšení a životním štěstí. Důležité má být to, co přináší příjemné pocity těla i mysli. Eudaimonismus, na druhou stranu, hledá v životě něco víc než jen libé pocity (Ryan & Deci, 2001). Nachází přirozenost člověka v seberozvoji a naplňování vlastního potenciálu (Keyes et al., 2002; Ryan & Deci, 2001). Oba přístupy, ačkoliv zastávají odlišné názory na to, co je pro člověka přirozené, jsou navzájem propojeny (Ryan & Deci, 2001) a existuje mezi nimi korelace (Joshanloo, 2015; Keyes et al., 2002).

#### 2.1.1 Subjektivní (hédonický) wellbeing

Subjektivní wellbeing stojí na principech hédonismu. Odráží způsoby, jak lidé hodnotí a prožívají svůj život (Diener, 1984; Tov & Diener, 2013). To, co je dobré a žádoucí, se opírá o jejich subjektivní vnímání. Definice zdůrazňuje příjemné emoční prožitky, tedy to, zda člověk zažívá pozitivní emoce často a zda k nim má sklony, a odvrací se tak od pouhé nepřítomnosti negativních prožitků (Diener, 1984). Někdy bývá srovnáván se štěstím, pro nějž jsou pozitivní pocity také klíčové (Tov & Diener, 2013).

Diener (1984) sjednotil to, co je nyní známé jako trojstranný model subjektivního wellbeingu. Tento koncept zahrnuje: kognitivní složku, která bývá označována jako životní spokojenost, a afektivní složku sestávající z častých pozitivních afektů a ojedinělých negativních afektů (Tov & Diener, 2013; Zacher & Staudinger, 2018). Opakované výzkumy tento trojstranný model potvrzují (Keyes et al., 2002). Kognitivní složka se vztahuje k samotnému posuzování kvality vlastního života a afektivní určuje, jak na toto hodnocení reagujeme (Zacher & Staudinger, 2018).

### 2.1.2 Psychologický (eudaimonický) wellbeing

Psychologický wellbeing vychází z eudaimonismu. Jde o komplexní, multidimenzionální koncept, jehož hlavní myšlenkou je překonávání sebe sama v různých odvětvích života (Keyes et al., 2002) a jeho naplnění (Dhanabhakym & Sarath, 2023).

Ryff (1989) navrhla multidimenzionální model psychologického wellbeingu o šesti komponentech, které mají značit prosperující život. Aby bylo dosaženo dobrého fungování jedince, musí čelit výzvám, které jsou definovány každým ze šesti komponentů (Keyes et al., 2002), kterými jsou:

- 1) přijetí sebe sama: pozitivní postoj k sobě samému i ke svému životu, přijetí všech aspektů vlastního já včetně dobrých a špatných vlastností
- 2) pozitivní vztahy s druhými: vřelé a důvěrné vztahy s druhými, zájem o blaho druhých, empatie a intimita
- 3) autonomie: samostatnost a nezávislost, regulace vlastního chování, odolávání společenskému tlaku
- 4) zvládání prostředí: vytváření nebo vybírání si prostředí odpovídajícího vlastním hodnotám a potřebám, ovládání okolního prostředí a využívání příležitostí, schopnost ovládat vlastní život
- 5) smysl života: životní cíl a záměr, smysluplná přesvědčení
- 6) osobní růst: neustálý rozvoj, otevřenost ke zkušenostem, realizace potenciálu, zlepšování sebe sama

## 2.2 Jaké jsou teorie wellbeingu?

Trojstranný model Eda Dienera a multidimenzionální model Carol Ryff byly představeny v předchozí kapitole. Tato kapitola je věnována dalším vybraným teoriím wellbeingu.

Jednou ze starších teorií je **biopsychosociální model** wellbeingu, který navrhl **Engel** (1977), jelikož neuznával čistě medicínský (biologický) pohled, který byl v té době dominantní. Podle něj je příliš redukcionistický a zcela opomíjí sociální a psychologickou stránku věci. Biopsychosociální model se na druhou stranu nezajímá pouze o změřitelné hodnoty prokazující či vylučující onemocnění, ale bere v potaz i pacienta a jeho prožitky.

**Keyesův model duševního zdraví** (2002) zahrnuje tři oblasti wellbeingu, a to emocionální, psychologický a sociální. Emocionální složka sestává ze spokojenosti se životem a pozitivního afektu, psychická je tvořena tím, jak jsou lidé úspěšní v osobním životě (např. sebebřijetí a smysl života) a sociální zahrnuje nakolik se lidem daří v sociální sféře. Tato

trojčlenná struktura vychází z teorie a byla podpořena faktorovou analýzou (Robitschek & Keyes, 2009).

**Seligman** (2011) navrhl model **PERMA**<sup>3</sup>. Každé písmeno v názvu označuje jednu z pěti složek wellbeingu: pozitivní emoce, zaujetí činností, vztahy, smysluplnost a úspěch, přičemž žádný z těchto elementů sám o sobě wellbeing nedefinuje, ale každý z nich k němu přispívá. Seligman tvrdí, že každá složka musí splňovat tři kritéria, aby byla uznávaná jako součást wellbeingu: 1) přispívá wellbeingu, 2) lidé se o ni zajímají pro ni samotnou a ne pouze proto, aby získali jiný z pěti prvků a 3) je měřena a definována nezávisle na ostatních složkách (Seligman, 2011).

### **2.3 Jaké jsou nástroje měření wellbeingu?**

V následující části jsou představeny některé nástroje měření wellbeingu, z nichž dva byly využity pro sběr dat pro účely této bakalářské práce.

#### **2.3.1 Škála spokojenosti se životem (Satisfaction with life scale, Diener et al., 1985)**

Škála spokojenosti se životem má za cíl měřit celkovou spokojenost se životem. Odpovídá se na 7-bodové stupnici od 1 (rozhodně nesouhlasím) do 7 (rozhodně souhlasím). Škála je kladně skórovaná a celkové skóre tak získáme součtem bodů za jednotlivé položky. Pro její vznik byl sestaven seznam 48 položek zahrnující především položky dotazující se na spokojenost se životem, ale v menší míře i položky zaměřené na pozitivní a negativní afekt. Pomocí faktorové analýzy byly vyřazeny položky, které nesytily faktor spokojenosti se životem a po redukci opakujících se položek jich výsledná škála obsahuje pět. Škála středně silně až silně koreluje s dalšími škálami měřícími subjektivní wellbeing (Diener et al., 1985).

#### **2.3.2 Škála vzkvétání (Flourishing scale, Diener et al., 2010a)**

Škála vzkvétání byla vytvořena tak, aby měřila sociálně-psychologický wellbeing a doplňovala tak již existující měřítka subjektivního wellbeingu. Obsahuje 8 položek, které se vztahují k tématům sebepojetí, sebeúcty, kompetence, vztahů, smyslu života či optimismu. Respondenti volí odpovědi od 1 (rozhodně nesouhlasím) do 7 (rozhodně souhlasím). Položky jsou kladně skórované a celkové skóre se získá součtem bodů za každou položku. Škála pozitivně koreluje s dalšími škálami měřícími psychologický wellbeing. (Diener et al., 2009, 2010b).

---

<sup>3</sup> **P**(ositive emotions), **E**(ngagement), **R**(elationships), **M**(eaning), **A**(ccomplishment)

### **2.3.3 PERMA-profiler**

Tým výzkumníků inspirovaný modelem PERMA autora M. Seligmana vytvořil stručnou škálu na měření tohoto modelu. Škála má celkem 23 položek. Patnáct z nich odpovídá pěti dimenzím, tedy 3 položky pro každou z nich, dalších 8 položek se táže na celkový wellbeing (jedna z nich), negativní emoce (tři z nich), osamělost (jedna z nich) a fyzické zdraví (tři z nich) pro dokreslení celkového stavu jedince. Respondenti odpovídají na 11-bodové škále od 0 (nejnižší hodnota) do 10 (nejvyšší hodnota) (Butler & Kern, 2016).

### **2.4 Wellbeing a demografie**

V řadě výzkumů bylo zjištěno, že muži i ženy mají podobnou míru subjektivního wellbeingu. Inglehart (2002) ve své rozsáhlé studii se 146 000 participanty ze 65 zemí sledoval rozdíly mezi pohlavím, věkem a subjektivním wellbeingem, přičemž zjistil, že mladší ženy (pod 45 let) byly v tomto věku šťastnější než muži, a naopak starší ženy byly méně šťastné než muži. Ve středním věku byla obě pohlaví přibližně stejně šťastná (Inglehart, 2002). Z hlediska psychologického wellbeingu bylo v jedné studii zjištěno, že muži dosahovali vyššího skóre v oblasti autonomie a sebedřijetí, ženy zase v oblasti seberozvoje a pozitivních vztahů s druhými (Matud et al., 2019). V jiném výzkumu byl nalezen významný rozdíl v celkovém psychologickém wellbeingu ve prospěch žen (Gürel, 2009).

Ve studii Keyese a kolektivu (2002) hledali souvislost mezi wellbeingem a demografickými proměnnými, konkrétně věkem a dosaženým vzděláním. Přišli na to, že subjektivní wellbeing (SWB) se pojil s věkem, tedy že nižší SWB měli mladší lidé a vyšší SWB starší lidé. U psychologického wellbeingu (PWB) našli vztah s dosaženým vzděláním – nižší PWB byl typický u osob s nižším dosaženým vzděláním a vyšší PWB u osob s vyšším dosaženým vzděláním (Keyes et al., 2002).

### 3 Moudrost a wellbeing

Vztahem mezi moudrostí a wellbeingem se zabývala Ardel (2019). Očekávala, že moudrost, jakožto výsledek osobnostního růstu, bude souviset s dalšími ukazateli osobnostního růstu, jako třeba s psychologickým wellbeingem. Osobní moudrost měřená dotazníky opravdu pozitivně korelovala s měřítky psychologického wellbeingu, tj. s osobnostním růstem, autonomií, smyslem života, regulací emocí apod. Obecná moudrost souvisela pouze se zvládnutím emocí, nikoliv však s osobnostním růstem či smyslem života. U subjektivního wellbeingu naopak nebyla očekávaná souvislost s moudrostí, jelikož s osobnostním růstem nesouvisí, přesto je mnoho moudrých lidí šťastných a spokojených (př. Ardel, 2008). Osobní moudrost však souvisela i se subjektivním wellbeingem, konkrétně se spokojeností se životem, pozitivními emocemi, duševním zdravím a pocity štěstí, naopak nesouvisela s depresivními stavy a pocity odcizení. Obecná moudrost pak souvisela pouze se životní spokojeností, ale ne s pozitivními emocemi. Některé metody měření moudrosti (např. měřítko osobní moudrosti Mickler a Staudinger, 2008) nenacházely žádný vztah, jiné (např. moudré uvažování Grossmanna, 2017) nalézaly vztah s negativními emocemi a depresivním myšlením (Ardel, 2019). V jiné studii (Kunzmann & Baltes, 2003) zjistili, že lidé skórující vysoko v obecné moudrosti zažívali pozitivní i negativní emoční stavy méně často než lidé, kteří skórovali nízko. Vysvětlením by mohlo být to, že moudří lidé se na svět dívají více realisticky a lépe ovládají emoce (Zacher & Staudinger, 2018).

Z konkrétních metod Třídimenziální škála moudrosti souvisela se subjektivním i psychologickým wellbeingem ve většině provedených studií (např. Ardel, 2016) (Zacher & Staudinger, 2018). Sebeuposuzovací škála moudrosti pozitivně souvisela s posledním stádiem Eriksonova psychosociálního vývoje – s ego integritou (viz kapitola 1.2) (Ardel, 2019), s psychologickým wellbeingem (Taylor et al., 2011) i mentálním zdravím (Webster et al., 2014). Moudrost souvisí s lepším fyzickým zdravotním stavem a celkovou lepší kvalitou života (Bangen et al., 2013).

Ardel (2005) ve své studii porovnávala osoby s vysokým a nízkým skórem moudrosti podle 3D-ŠM a zjistila, že moudřejší osoby se uměly lépe oprostít od negativních událostí a vnímaly život jako příjemný. Využívaly efektivní strategie zvládnutí: nejprve se od náročné situace dokázaly distancovat a uklidnit se, poté aktivně řešily problémy, a nakonec uplatnily zkušenosti, které se v životě naučily. Moudří lidé také stavěli svůj wellbeing především na blahobytu druhých, kterým rádi a často pomáhali, kdežto méně moudří lidé se zaměřovali na sebe a svůj prožitek.

Moudří lidé mimo jiné lépe zvládají regulovat své emoce tak, aby neškodily jim samotným ani lidem v jejich okolí. Snáze si udrží klidnou a vyrovnanou mysl bez ohledu na vnější okolnosti, a také jsou pro svou schopnost vidět události z více úhlů více tolerantní a trpěliví. Pokud zažívají negativní pocity, dokážou si je uvědomit a reflektovat, aniž by podle nich reagovali. Zdá se tedy, že moudří jedinci naplňují předpoklady všímavosti, díky čemuž vnímají realitu nezkreslenou probíhající emocí a mohou reagovat moudře a s rozvahou. Dále jelikož si jsou moudří lidé vědomi toho, že život přináší řadu nejistot, nelpí na negativním, a naopak se snaží ze situace dostat to nejlepší (Ardelt & Ferrari, 2014). Webster (2003, 2007) pak emoční regulaci řadí přímo mezi ostatní složky moudrosti.



## II. Empirická část

### 4 Cíl výzkumu

V České republice je výzkum moudrosti stále poměrně novým tématem, kterému začala být věnována větší pozornost teprve v posledních letech. Z nástrojů pro měření moudrosti byl v našem prostředí adaptován dosud pouze jeden dotazník, a to Třídídimenzionální škála moudrosti.

Tato práce je postavena na adaptaci kanadské Sebeuposuzovací škály moudrosti do českého jazyka. Prvním z cílů této práce bylo provést pilotáž nově vzniklé škály na souboru českých respondentů. Adaptace škály v minulosti proběhla v několika zahraničních zemích včetně těch evropských – například na Slovensku či v Polsku.

Jako druhý cíl si tato práce kladla prozkoumat vztahy mezi dvěma koncepty, kterými jsou moudrost a wellbeing. V zahraniční literatuře již k jejich propojení a zkoumání došlo, i když s ne zcela jednoznačnými výsledky. V českém prostředí však tato kombinace dosud chybí.

## 5 Výzkumné otázky a hypotézy

### Výzkumné otázky

- 1) Jaké budou psychometrické vlastnosti použitých škál ve výzkumném souboru?
- 2) Jaké úrovně moudrosti budou respondenti dosahovat? V jakých subškálách budou dosahovat nejvyšších a v jakých nejnižších skóru?
- 3) Jaké úrovně wellbeingu budou respondenti dosahovat?
- 4) Souvisí moudrost s demografickými údaji (např. věkem, pohlavím či dosaženým vzděláním)?
- 5) Souvisí moudrost s wellbeingem?

### Hypotézy

- 1) Ženy i muži budou v celkové moudrosti skórovat stejně vysoko (Webster, 2007).
- 2) Nebudou nalezeny významné souvislosti mezi celkovou moudrostí a věkem (Webster, 2007).
- 3) Dosažené vzdělání nebude hrát významnou roli v úrovni celkové moudrosti (Webster, 2003).
- 4) Skóry moudrosti i wellbeingu spolu budou pozitivně korelovat (Zacher & Staudinger, 2018).

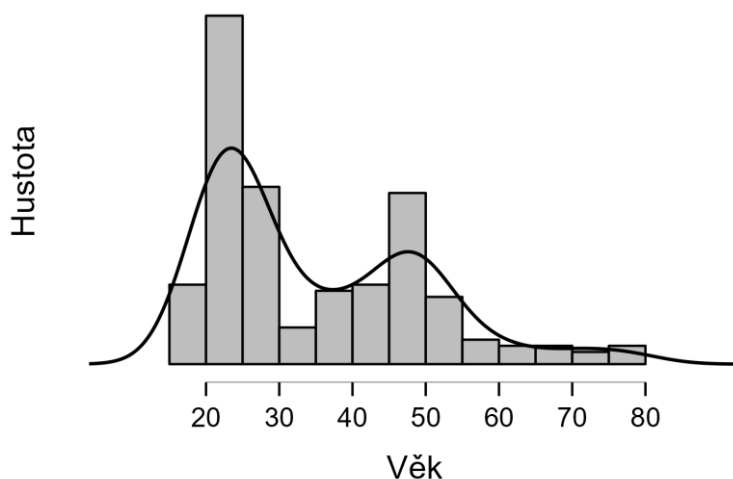
## 6 Metodologie výzkumu

### 6.1 Výzkumné nástroje a strategie sběru dat

Sběr dat probíhal pomocí dotazníku sestaveného z několika dílčích částí. Jako první byla zařazena 40-položková Sebeuposuzovací škála moudrosti (SAWS) měřící moudrost respondentů, dále byly využity dvě škály zjišťující wellbeing, a to 5-položková Škála spokojenosti se životem (SWLS) a 8-položková Škála vzkvétání (FS). Dotazník zakončovaly otázky, které zjišťovaly demografické údaje respondentů, konkrétně pohlaví, věk, nejvyšší dokončené vzdělání, informaci o tom, zda dále pokračují ve studiu, jaký je jejich subjektivní zdravotní stav na škále od 1 (nejnižší) do 10 (nejvyšší) či zda nemají nějaké zdravotní omezení (žádné, částečné, nebo zásadní). Sběr dat probíhal od konce září do konce listopadu 2023 převážně online prostřednictvím Google formuláře. Zároveň bylo distribuováno několik tištěných dotazníků. Vyplnění trvalo přibližně 15 minut. Výzkumný soubor byl získán metodou dostupného výběru společně s využitím metody sněhové koule. Došlo tedy i ke spolupráci respondentů v rozšiřování výzkumného souboru.

### 6.2 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumný vzorek zahrnoval 184 respondentů, z toho je 119 žen (64,7 %), 64 mužů (34,8 %) a jeden respondent (0,5 %), který zaškrtnl možnost „jiné/nechci uvádět“ v souvislosti s pohlavím. Věk respondentů se pohyboval od 18 do 79 let ( $M = 35,1$ ;  $SD = 14,7$ ) (viz Graf 1).

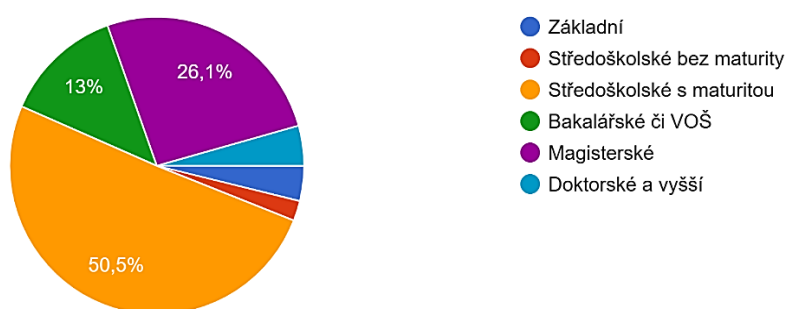


**Graf 1**

*Věkové rozložení respondentů*

Ve výzkumném souboru 3,8 % respondentů dokončilo základní vzdělání, 2,2 % měla střední školu bez maturity, 50,5 % zakončilo střední školu maturitou, ostatní respondenti měli vysokoškolské vzdělání, tj. 13 % bakalářské či VOŠ, 26,1 % magisterské a 4,3 % doktorské či vyšší (viz Graf 2). Ve studiu dále pokračovalo 78 osob (42,4 %), zatímco 106 (57,6 %) již ve studiu nepokračovalo. Svůj subjektivní zdravotní stav respondenti hodnotili průměrnou hodnotou 7,7. Absenci zdravotního omezení uvedlo 67,9 % osob, částečné zdravotní omezení pak 29,3 % a zásadní 2,7 %.

Vzdělání (vyberte nejvyšší dokončené)  
184 odpovědí



**Graf 2**

*Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů*

## 6.3 Výzkumné metody

Dotazník, jež respondenti vyplňovali, tvořily dvě hlavní části, a to moudrost a wellbeing. Moudrost byla měřena pomocí Sebeuposuzovací škály moudrosti a wellbeing byl měřen pomocí Škály spokojenosti se životem a Škály vzkvétání. Zakončen byl otázkami na demografické údaje.

### 6.3.1 Moudrost

#### Sebeuposuzovací škála moudrosti (SAWS)

Sebeuposuzovací škála moudrosti (Webster, 2007) dosud nebyla v českém prostředí přeložena, proto nejprve proběhl její překlad z anglického jazyka do jazyka českého. První podoba překladu byla konzultována ohledně srozumitelnosti s několika českými rodilými mluvčími a do téměř finální podoby byl překlad doveden po konzultaci s vedoucí práce, jež doporučila upravit několik položek. Zároveň od ní bylo převzato sedm položek, jež už byly v rámci její dřívější práce přeloženy. Tato podoba překladu dotazníku byla ještě zkonzultována s lektorkou anglického jazyka tentokrát už jen s jednou malou úpravou.

Dotazník obsahuje 40 položek, které vychází z pěti dimenzí vždy po osmi položkách. Jednotlivé dimenze včetně ukázky jsou: kritické životní zkušenosti („Ve svém životě jsem překonal/a mnoho bolestných událostí.“), emoční regulace („Dokážu ovládat své emoce, když to situace vyžaduje.“), vzpomínání a reflexe („Často zjišťuji, že mi vzpomínky z minulosti mohou pomoci lépe se vyrovnat s náročnou situací.“), humor („Když se vyrovnávám s velkou životní změnou, snažím se najít její humornou stránku.“) a v neposlední řadě otevřenost („Často hledám nové věci, které bych mohl/a vyzkoušet.“). Odpovídá se na 6-bodové škále Likertova typu od 1 (rozhodně nesouhlasím) do 6 (rozhodně souhlasím).

Žádná z otázek není reverzně kódovaná a autor uvádí, že pro vyhodnocení stačí sečíst hrubé skóry všech položek v jednotlivých subškálách, čímž se získá celkový skór moudrosti (Webster, 2017). V nejnovější verzi dotazníku z roku 2007 není udána hranice moudrosti. V té původní, 30-položkové, z roku 2003 se udává hranice pro moudrost jako 152 a více bodů ze 180, čili 84,44 % – zde to odpovídalo přibližně jedné standardní odchylce od průměru ( $M = 134,43$ ;  $SD = 19,58$ ) a hranice moudrosti v původním souboru dosáhlo 25,9 % účastníků studie (Webster, 2003). V našem případě by to odpovídalo 203 (zaokrouhлено z 202,667) bodům z 240 pro překonání hranice moudrosti v novější 40-položkové verzi škály. Pro zajímavost, v našem souboru této hranice dosáhlo nebo ji překročilo 9 osob, tj. cca 5 %. V případě určení hranice moudrosti podle jedné směrodatné odchylky (tj. 189/240) by moudrosti dosáhlo 31 osob.

Kanadská verze dotazníku se 40 položkami má vysokou reliabilitu s Cronbachovým alfa = 0,904 a test-retest reliabilitou = 0,838 (Webster, 2007). V obou studiích (Webster, 2003, 2007) se ukázalo, že má škála několik forem validity, těmi jsou konstruktová, diskriminační a prediktivní. Adaptace škály Taylora a kol. (2011) vyšla slibně s hodnotou vnitřní konzistence celkové škály  $\alpha = 0,90$ . Jednotlivé subškály nabývaly hodnot od 0,68 do 0,88.

### **6.3.2 Wellbeing**

Pro změření wellbeingu respondentů byly využity dvě škály: Škála spokojenosti se životem a Škála vzkvétání.

#### **6.3.2.1 Škála spokojenosti se životem (SWLS)**

Jedná se o 5-položkovou škálu zjišťující, jak jsou respondenti spokojeni se svým životem. Respondenti odpovídají na 7-bodové stupnici (1 = rozhodně nesouhlasím; 7 = rozhodně souhlasím), zahrnuje tedy i neutrální hodnotu (4 = ani souhlasím, ani nesouhlasím). Český

překlad škály byl převzat od Hanzlové a Raudenské (2023). Znění jedné z položek je následující: „Jsem spokojen/a se svým životem.“ (Hanzlová & Raudenská, 2023, s. 8)

Jelikož žádná z položek není reverzně kódovaná, celkové skóre se vypočítá součtem bodů za všechny položky. Respondenti mohou dosahovat celkového skóre od 5 (minimální spokojenost se životem) do 35 (maximální spokojenost).

V původním výzkumu české verze překladu vycházelo autorce normální rozložení o šikmosti jednotlivých položek od -0,65 do 0,08 a špičatosti od -0,82 do 0,06. Výzkum zároveň dosahoval vysoké hodnoty Cronbachovo alfa, a to  $\alpha = 0,88$  s test-retest reliabilitou po 11 až 21 dnech 0,79 (Hanzlová, 2022). Pro účely ověření české verze škály byly provedeny také CFA a IRT, které v obou případech ukázaly vynikající výsledky (Hanzlová & Raudenská, 2023).

### **6.3.2.2 Škála vzkvétání (FS)**

Jedná se o 8-položkovou škálu měřící vnímání vlastního úspěchu respondenta v oblastech jako jsou vztahy či cílevědomost a jejím autorem je Diener et al. (2010). Stejně jako u Škály spokojenosti se životem odpovídají respondenti na 7-bodové škále (1 = rozhodně nesouhlasím; 7 = rozhodně souhlasím). Jelikož Škála vzkvétání nebyla v českém jazyce dostupná, proběhl její překlad zakončený konzultací s vedoucí práce a následnou úpravou dvou položek do finální podoby. Znění jedné z položek dotazníku je: „Mé sociální vztahy mi poskytují podporu a obohacují mě.“

Žádná z položek není reverzně skórována. Body za každou z nich se sčítají, a tím se určí celkové skóre. Respondenti tak mohou získat 8 až 56 bodů, přičemž vyšší skóre znamená vyšší úroveň psychologického wellbeingu. Průměrné skóre autorům při ověřování škály vyšlo:  $M = 45,4$ ;  $SD = 6,2$ , respektive  $M = 44,97$ ;  $SD = 6,56$  o rok později (Diener et al., 2009, 2010b). Cronbachovo alfa bylo 0,86, potažmo 0,87 o rok později s test-retest reliabilitou 0,71 měřenou po jednom měsíci (Diener et al., 2009, 2010a).

## 6.4 Způsob zpracování a vyhodnocení dat

Získaná data byla nejprve zpracována v programu Microsoft Excel, v němž proběhla příprava datasetu (uspořádání dat, výpočty průměrů a součtů jednotlivých subškál i celých škál) pro následné zpracování ve statistických programech Jamovi a JASP.

Dále byly provedeny následující kroky:

Deskriptivní statistika škál

- Průměrné hodnoty, rozptyl, normalita rozložení

Ověření psychometrických vlastností škál

- Vnitřní konzistence
- U nově adaptovaných škál (SAWS a FS) zjištění vztahů uvnitř škály pomocí korelační analýzy

Prozkoumání souvislostí s demografickými údaji

- T-test pro dva nezávislé soubory – pohlaví
- Korelační analýza – věk, vzdělání, vztah mezi moudrostí a wellbeingem + probíhající studium, zdravotní stav a zdravotní omezení

Ověření faktorové struktury dotazníku SAWS

- Analýza hlavních komponent a faktorová analýza

## 7 Výsledky

Tato část prezentuje zjištění v první řadě týkající se moudrosti, dále wellbeingu a v neposlední řadě souvislosti mezi oběma koncepty.

### 7.1 Moudrost

V této části jsou zodpovězeny výzkumné otázky týkající se moudrosti. Kapitola shrnuje, jaké úrovně moudrosti dosahovali čeští respondenti, prozkoumává souvislost mezi moudrostí a demografickými údaji, ověřuje psychometrické vlastnosti dotazníku a v neposlední řadě zkoumá jeho strukturu.

#### 7.1.1 Deskriptivní statistika

Průměrné celkové skóre v českém souboru bylo 168,1. Nejnižšího průměrného skóre dosahovali respondenti v subškále otevřenosti ( $M = 31,1$ ) a nejvyššího v subškále humoru ( $M = 36,9$ ). Proběhlo i srovnání se dvěma evropskými soubory – nizozemským a slovenským. Čeští respondenti skórovali výše než nizozemští i slovenští v subškále „kritické životní zkušenosti“ a „humor“. V subškále „vzpomínání a reflexe“ skóroval český výzkumný soubor výše než slovenský, ale níže než nizozemský. Nejnižší ze tří porovnávaných souborů skórovali čeští respondenti v subškálách „emoční regulace“ a „otevřenost“, stejně jako v celkové moudrosti (Cheraghi et al., 2021; Roháriková et al., 2013). Data jsou zobrazena v Tabulce 1.

**Tabulka 1**

*Základní deskriptivní statistika SAWS v českém, nizozemském a slovenském souboru*

	CZ (N = 184)				NL (N = 512)		SK (N = 19)	
	Min.	Max.	M	SD	M	SD	M	SD
<b>Zkušenosti</b>	12	48	35,9	6,22	34,64	6,614	35,2	4,8
<b>Emoce</b>	16	44	31,6	5,59	35,28	5,645	35,1	5,5
<b>Vzpomínání</b>	12	48	32,7	7,15	34,16	6,526	32,5	5,9
<b>Humor</b>	12	48	36,9	6,60	35,98	5,681	36,4	4,6
<b>Otevřenost</b>	13	45	31,1	5,92	31,79	6,255	34,8	5,2
<b>SAWS celkem</b>	76	216	168,1	20,89	171,87	21,90	174*	

Zdroj: Data pro nizozemský soubor byla převzata od Cheraghi et al. (2021) a pro slovenský od Roháriková et al. (2013).

\* vypočteno z průměrů za jednotlivé škály

Pro ověření normality rozložení souboru byl využit Shapiro-Wilkův test normality. Zde hodnoty  $p$  vyšší než 0,05 znamenají normální rozložení a při nižších hodnotách je zamítnuta nulová hypotéza, tedy předpoklad, že jsou data normálně rozložena. Hodnota  $p$  ukazovala



normální rozložení u subškál „emoční regulace“, „vzpomínání a reflexe“, a „otevřenost“. Subškály „kritické životní zkušenosti“ a „humor“ spolu s celkovou škálou moudrosti normální rozložení nevykazovaly. Jelikož je Shapiro-Wilkův test vhodnější pro menší vzorek ( $N \leq 50$ ) (Mishra et al., 2019), byla dále zjištěna šikmost a špičatost jednotlivých subškál i celé škály moudrosti. Všechny hodnoty šikmosti se pohybovaly v povolené mezi od -1 do 1, konkrétně od -0,109 do -0,745. Špičatost byla zjištěna také v povolené mezi od -3 do 3, konkrétně pak od -0,002 do 1,83 (viz Tabulka 2), proto byly pro další výpočty využity parametrické testy.

**Tabulka 2**

*Normalita rozložení jednotlivých subškál a celkového SAWS*

	Šikmost	Špičatost	Shapiro-Wilk (p)
<b>Zkušenosti</b>	-0,269	0,125	0,003
<b>Emoce</b>	-0,173	-0,176	0,217
<b>Vzpomínání</b>	-0,285	-0,002	0,151
<b>Humor</b>	-0,745	0,782	< 0,001
<b>Otevřenost</b>	-0,109	-0,107	0,573
<b>SAWS</b>	-0,510	1,834	0,002

### 7.1.2 Ověření psychometrických vlastností českého překladu SAWS

Pro ověření vnitřní konzistence české verze SAWS bylo nejprve zjištěno Cronbachovo alfa. To bylo pro celou škálu vysoké o hodnotě 0,868. Jednotlivé subškály dosahovaly hodnot od 0,594 do 0,841 (viz Tabulka 3). Kromě subškál „emoční regulace“ ( $\alpha = 0,685$ ) a „otevřenost“ ( $\alpha = 0,594$ ) byly ostatní hodnoty přijatelné až dobré.

Po odebrání položky 7 ze subškály „emoční regulace“ by bylo Cronbachovo alfa 0,716 a i tato subškála by dosahovala přijatelných hodnot. Znění položky je: „Když dělám osobní rozhodnutí, nepřemáhají mě emoce.“ (originální znění: „Emotions do not overwhelm me when I make personal decisions.“). Při ověřování všech položek v rámci celkové vnitřní konzistence navrhoval statistický program sedmou položku reverzně skórovat, jelikož korelovala záporně s celkovou škálou. Položka však překladem odpovídá originálu, problém by tak mohl spočívat v tom, že je jako jediná formulována záporně, tj. „Když..., NEpřemáhají mě emoce.“ Mohlo by pomoci otázku formulovat např. následovně: „Když dělám osobní rozhodnutí, stává se, že mě přemůžou emoce.“ To by znamenalo, že by byla položka reverzně kódovaná a bylo by nutné s tím při zpracování dat počítat.

Po odebrání položky 40 ze subškály „otevřenost“ by tato subškála dosáhla hodnoty  $\alpha = 0,639$ , což značí stále poměrně nízkou, přesto za určitých podmínek akceptovatelnou hodnotu. Tato subškála vychází nejniž i Taylorovi a kol., kteří škálu ověřovali v roce 2011 na převážně australských respondentech ( $\alpha = 0,68$ ), a v íránském souboru ( $\alpha = 0,63$ ) (Cheraghi et al., 2021). Znění 40. položky je: „Často jsem přemýšlel/a o životě a o tom, co přijde po něm.“ (originál: „I’ve often wondered about life and what lies beyond.“). Položka i zde odpovídá originálnímu znění. Po srovnání všech položek ze škály otevřenosti je patrné, že 40. položka se svým významem odlišuje. Jako jediná se týká přemýšlení o životě a dotýká se transcendence, kdežto ostatní se ptají na preference směřované k novým aktivitám či zážitkům (ochutnávání nových pokrmů, zkoušení nových věcí apod.) Jinými slovy, 40. položka jako jediná nezjišťuje přístup k novým zkušenostem.

Z hlediska vnitřní konzistence měl český soubor stejně vysokou hodnotu v dimenzi kritických životních zkušeností jako australský soubor a vyšší než íránský. V dimenzích „vzpomínání a reflexe“ a „humor“ byl český vzorek Cronbachovým alfa níže než australský, ale výše než íránský. Nejnižší v porovnání s oběma zahraničními soubory byly zbylé dvě dimenze, ale i celková vnitřní konzistence celého dotazníku. Porovnání souborů ukazuje Tabulka 3.

Ostatní dostupné adaptace SAWS uvádějí hodnoty vnitřní konzistence nově vzniklé struktury dotazníku na základě analýzy hlavních komponent či explorační faktorové analýzy, proto se v tuto chvíli nehodí pro srovnání s našimi hodnotami.

### Tabulka 3

*Vnitřní konzistence jednotlivých subškál a celkového SAWS*

Cronbach. $\alpha$	ČR	Bez	Cr. $\alpha$	Bez	Cr. $\alpha$	Bez	Cr. $\alpha$	AU	Írán
<b>Zkušenosti</b>	0,788	36	0,793	-	-	-	-	0,78	0,66
<b>Emoce</b>	0,685	7	0,715	37	0,696	7, 37	0,724	0,78	0,80
<b>Vzpomínání</b>	0,821	-	-	-	-	-	-	0,88	0,81
<b>Humor</b>	0,841	-	-	-	-	-	-	0,85	0,73
<b>Otevřenost</b>	0,594	40	0,639	-	-	-	-	0,68	0,63
<b>Celkem</b>	0,868	7	0,874	8	0,870	7, 8	0,876	0,90	0,89

Zdroj: Údaje pro australský soubor jsou převzaty od Taylor et al. (2011) a pro íránský soubor od Cheraghi et al. (2021).

## Korelační analýza dotazníku

Byla provedena korelační analýza jednotlivých položek dotazníku s celkovou škálou. Téměř všechny položky s ním korelovaly významně s hodnotou  $p < 0,001$ . Dvě položky (8 a 25) byly o něco slabší s  $p$  hodnotou  $< 0,01$  a jedna položka (7) měla  $p$  hodnotu dokonce větší než 0,5 a Pearsonovo  $r$  slabě (nesignifikantně) záporné.

Dále byla provedena korelační analýza jednotlivých položek s jejich příslušnou subškálou. Všechny položky se svou subškálou korelovaly signifikantně s  $p$  hodnotou  $< 0,001$ . Přesto však při porovnání Pearsonova  $r$  každé z položek dosahují položky 7 a 40 nejnižších hodnot ( $< 0,4$ ), což vychází v souladu s výsledky vnitřní konzistence. Výsledky korelace jsou zobrazeny v Tabulce 4.

**Tabulka 4**

*Výsledky korelační analýzy SAWS subškál se svými položkami*

	1M	6M	11M	16M	21M	26M	31M	36M
<b>Zkuš.</b>	0,727***	0,761***	0,564***	0,619***	0,647***	0,773***	0,485***	0,436***
	2M	7M	12M	17M	22M	27M	32M	37M
<b>Emoce</b>	0,575***	0,362***	0,513***	0,723***	0,666***	0,609***	0,625***	0,419***
	3M	8M	13M	18M	23M	28M	33M	38M
<b>Reflexe</b>	0,688***	0,657***	0,697***	0,595***	0,794***	0,728***	0,630***	0,533***
	4M	9M	14M	19M	24M	29M	34M	39M
<b>Humor</b>	0,750***	0,627***	0,738***	0,663***	0,693***	0,669***	0,600***	0,780***
	5M	10M	15M	20M	25M	30M	35M	40M
<b>Otevř.</b>	0,521***	0,537***	0,538***	0,592***	0,521***	0,499***	0,597***	0,314***

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$

### 7.1.3 Ověření hypotéz

**H1: Ženy i muži budou v celkové moudrosti skórovat stejně vysoko.**

V celkové moudrosti nebyly mezi muži a ženami nalezeny žádné statisticky významné rozdíly. První hypotézu tak můžeme potvrdit. V rámci jednotlivých subškál byl nalezen slabý statisticky významný rozdíl pouze v subškále „kritické životní zkušenosti“ [ $t = 2,136$ ;  $p = 0,035$ ]. Ženy v ní dosahovaly vyšších hodnot se slabým efektem (Cohenovo  $d = 0,33$ ). Výsledky  $t$ -testu zobrazuje Tabulka 5. V Tabulce 6 jsou uvedeny průměry obou skupin v jednotlivých subškálách i celé škále.

**Tabulka 5***T-test jednotlivých subškál a celkového SAWS s pohlavím*

T-test	Welchovo t	p	Cohenovo d
<b>Zkušenosti</b>	<b>2,136</b>	<b>0,035</b>	<b>0,333</b>
<b>Emoce</b>	-0,105	0,917	-0,016
<b>Vzpomínání</b>	0,528	0,599	0,084
<b>Humor</b>	0,646	0,519	0,102
<b>Otevřenost</b>	0,947	0,346	0,150
<b>SAWS</b>	1,217	0,226	0,194

**Tabulka 6***Průměrné hodnoty jednotlivých subškál a celkového SAWS podle pohlaví*

	Pohlaví	N	M	SD
<b>Zkušenosti</b>	Žena	119	4,570	0,758
	Muž	64	4,313	0,790
<b>Emoce</b>	Žena	119	3,934	0,680
	Muž	64	3,945	0,720
<b>Vzpomínání</b>	Žena	119	4,116	0,846
	Muž	64	4,039	0,979
<b>Humor</b>	Žena	119	4,638	0,780
	Muž	64	4,551	0,910
<b>Otevřenost</b>	Žena	119	3,922	0,698
	Muž	64	3,809	0,813
<b>SAWS</b>	Žena	119	4,236	0,479
	Muž	64	4,131	0,591

**H2: Nebudou nalezeny významné souvislosti mezi celkovou moudrostí a věkem.**

Během korelační analýzy nebyl nalezen žádný statisticky významný vztah mezi celkovou moudrostí a věkem ( $r = -0,051$ ;  $p > 0,4$ ). Druhou hypotézu tímto můžeme potvrdit. Byla zjištěna slabá, záporná, statisticky významná korelace mezi věkem a subškálou „vzpomínání a reflexe“ ( $r = -0,183$ ;  $p = 0,013$ ), což znamená, že starší lidé v ní dosahovali nižšího skóre než mladší. Žádné další souvislosti nebyly zjištěny.

**H3: Dosažené vzdělání nebude hrát významnou roli v úrovni celkové moudrosti.**

Při testování vztahu mezi vzděláním a celkovou moudrostí nebyl nalezen žádný statisticky významný vztah ( $r = -0,032$ ;  $p > 0,6$ ). Třetí hypotéza je tímto potvrzena. Byla nalezena středně silná záporná korelace ( $r = -0,209$ ;  $p = 0,004$ ) nejvyššího dosaženého vzdělání se subškálou „vzpomínání a reflexe“, tj. že lidé s vyšším vzděláním v této subškále dosahovali nižších hodnot. V jiných subškálách nebyl nalezen žádný významný vztah.

Dvě slabé korelace byly zjištěny ve vztahu k aktuálně probíhajícímu studiu, tedy k tomu, zda respondenti aktuálně studují (ano), nebo nestudují (ne). Kladná korelace s aktivním studiem ( $r = 0,185$ ;  $p = 0,012$ ) se ukázala v subškále „vzpomínání a reflexe“ a záporná korelace ( $r = -0,145$ ;  $p = 0,049$ ) v subškále „humor“.

Z hlediska zdravotního stavu se ukázaly středně silné korelace se subškálami „emoční regulace“ ( $r = 0,213$ ;  $p = 0,004$ ), „humor“ ( $r = 0,193$ ;  $p = 0,009$ ) a „otevřenost“ ( $r = 0,202$ ;  $p = 0,006$ ), což znamená, že lidé, kteří měli subjektivně lepší zdravotní stav v těchto subškálách skórovali výše než ti, kteří měli subjektivně horší zdravotní stav. Z hlediska zdravotního omezení (žádné, částečné, nebo zásadní) byla nalezena pouze slabá pozitivní korelace se subškálou „vzpomínání a reflexe“ ( $r = 0,176$ ;  $p = 0,017$ ). V tomto případě to znamená, že lidé s vyšším pocíťovaným zdravotním omezením měli tendenci k větší reflexi svých minulých zkušeností. Korelační matici moudrosti s demografickými údaji ukazuje Tabulka 7.

**Tabulka 7**

*Korelační matice demografických údajů s jednotlivými subškálami a celkovým SAWS*

	Zkuš.	Emoce	Vzpom.	Humor	Otevř.	SAWS
<b>Věk</b>	$r = 0,026$ $p = 0,722$	$r = 0,079$ $p = 0,287$	<b><math>r = -0,183^*</math></b> <b><math>p = 0,013</math></b>	$r = 0,018$ $p = 0,805$	$r = -0,083$ $p = 0,265$	$r = -0,051$ $p = 0,489$
<b>Vzdělání</b>	$r = 0,036$ $p = 0,629$	$r = 0,037$ $p = 0,618$	<b><math>r = -0,209^{**}</math></b> <b><math>p = 0,004</math></b>	$r = 0,091$ $p = 0,219$	$r = -0,035$ $p = 0,634$	$r = -0,032$ $p = 0,666$
<b>Studium</b>	$r = -0,136$ $p = 0,066$	$r = -0,071$ $p = 0,337$	<b><math>r = 0,185^*</math></b> <b><math>p = 0,012</math></b>	<b><math>r = -0,145^*</math></b> <b><math>p = 0,049</math></b>	$r = 0,142$ $p = 0,054$	$r = -0,002$ $p = 0,979$
<b>Zdravotní stav</b>	$r = -0,098$ $p = 0,187$	<b><math>r = 0,213^{**}</math></b> <b><math>p = 0,004</math></b>	$r = -0,061$ $p = 0,408$	<b><math>r = 0,193^{**}</math></b> <b><math>p = 0,009</math></b>	<b><math>r = 0,202^{**}</math></b> <b><math>p = 0,006</math></b>	$r = 0,125$ $p = 0,090$
<b>Omezení</b>	$r = 0,128$ $p = 0,083$	$r = -0,033$ $p = 0,652$	<b><math>r = 0,176^*</math></b> <b><math>p = 0,017</math></b>	$r = 0,011$ $p = 0,878$	$r = -0,144$ $p = 0,050$	$r = 0,052$ $p = 0,483$

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$

#### 7.1.4 Analýza struktury dotazníku

Nejprve byla posouzena vhodnost dat pro faktorovou analýzu pomocí Kaiser-Meyer-Olkinova testu (KMO) a Barlettova testu sféricity. Celková hodnota KMO (0,794) ukazuje, že data pro FA vhodná jsou. Přestože 5 položek vykazuje nízké hodnoty ( $< 0,7$ ), má faktorová analýza smysl, jelikož žádná z nich není nižší než 0,5 (viz Tabulka 8). Výsledek Barlettova testu sféricity ukazuje vysokou hladinu významnosti s hodnotou  $p < 0,001$  (viz Tabulka 9). Můžeme tak říct, že i na základě tohoto testu jsou naše data vhodná pro faktorovou analýzu.

## Tabulka 8

*Kaiser-Meyer-Olkinův test SAWS*

	<b>Celkem</b>	<b>Nejnižší</b>	<b>Nejvyšší</b>
<b>KMO</b>	0,794	0,592	0,884

## Tabulka 9

*Barlettův test sféricity SAWS*

<b>X<sup>2</sup></b>	<b>df</b>	<b>p</b>
2950,880	780	< 0,001

## Konfirmační faktorová analýza (CFA)

Webster (2007) využil pro zjištění toho, zda data odpovídají pětifaktorovému modelu, šest ukazatelů vhodnosti: chí-kvadrát, CFI, IFI, RMSEA, GFI a CAIC. Podle nich byla hodnocena původní pětifaktorová verze modelu i na datech z našeho aktuálního souboru. Srovnání výsledků aktuálního souboru a výsledků Websterovy (2007) studie shrnuje Tabulka 10.

Test chí-kvadrát stojí na teoretickém modelu, který předpokládá, že mezi pozorovaným modelem a odhadovaným modelem není žádný rozdíl (tzv. nulová hypotéza). Nesignifikantní p hodnota ( $> 0,05$ ) tak předpokládá, že navrhovaný model odpovídá datům. Signifikantní hodnota p ( $< 0,05$ ) znamená zamítnutí nulové hypotézy (Bhale & Bedi, 2023) a tedy i závěr, že data neodpovídají modelu, tzn. že pozorované a očekávané hodnoty se liší (Frimodig, 2023). Websterovi (2007) vyšla signifikantní hodnota ( $p = 0,011$ ), nicméně se odvolává na citlivost chí-kvadrát testu na velikost vzorku (ten byl 171), a proto ho nepovažuje za adekvátní měřítko shody modelu. V našem souboru byla p hodnota chí-kvadrát testu původního modelu také signifikantní ( $p < 0,001$ ).

GFI (goodness of fit index) měří, jak dobře zkoumaný model odpovídá datům. Může nabývat hodnot od 0 do 1, přičemž 0,90 a vyšší jsou považovány za přijatelné, hodnoty 0,95 a vyšší za vynikající (Miljko, b.r.-c). Webster (2007) přijímal hodnoty 0,9 a vyšší, a ve svém souboru naměřil hodnotu 0,968. Aktuální soubor zde dosahoval hodnoty GFI = 0,933.

RMSEA (root mean square error of approximation) hodnotí nesoulad mezi pozorovanou kovarianční maticí a kovarianční maticí, kterou předpokládá model (Miljko, b.r.-d) a funguje jako index špatné shody, kdy nejlepší model má nulovou hodnotu (Bhale & Bedi, 2023). Hodnoty nad 0,1 jsou nevyhovující, mezi 0,1 a 0,08 hraniční, mezi 0,08 a 0,05 akceptovatelné

a menší než 0,05 jsou vynikající (Miljko, b.r.-d). Webster (2007) pro svůj model uznává hranici do 0,1 včetně, a tedy i naměřenou hodnotu 0,107 jako přijatelnou. Náš testovaný soubor se blížil hranici přijatelnosti s hodnotou RMSEA = 0,081.

CFI (comparative fit index) měří, jak se zlepšil zkoumaný model oproti základnímu modelu (Bhale & Bedi, 2023). IFI (incremental fit index) upravuje NFI (normative fit index) (Bollen, 1989), který posuzuje vhodnost modelu porovnáním hodnoty chí-kvadrát testu předpokládaného modelu s hodnotou chí-kvadrát testu nulového modelu (Bhale & Bedi, 2023). Oba ukazatele by měly dosáhnout hodnoty 0,9 a více pro přijatelný model a 0,95 a více pro vynikající model (Miljko, b.r.-b) Webster (2007) se v obou případech blíží hranici 0,95 (CFI = 0,947 a IFI = 0,948). Z pohledu těchto ukazatelů je původní model s daty z aktuálního souboru nevhodný, jelikož ani zdaleka nedosahuje přijatelných hodnot (CFI = 0,641; IFI = 0,648).

Místo CAIC bylo v našem případě použito AIC z důvodu dostupnosti tohoto měřítka ve statistickém programu JASP. Akaike information criterion neboli AIC se používá ke zjištění kvality modelu pro použitý vzorek dat (Miljko, b.r.-a). Je vhodný k porovnávání vhodnosti mezi dalšími modely (Bhale & Bedi, 2023), kdy nižší hodnoty znamenají lepší shodu modelu (Lord et al., 2021). Porovnání s dalšími verzemi modelu je v Tabulce 15.

## Tabulka 10

*Porovnání českého a kanadského modelu podle ukazatelů vhodnosti*

	$\chi^2$ (p)	CFI	IFI	RMSEA	GFI	AIC
<b>Původní model (CZ)</b>	< 0,001	0,641	0,648	0,081	0,933	23132,576
<b>Webster (2007)*</b>	0,011	0,947	0,948	0,107	0,968	

\*Zdroj: Data převzata od Webster (2007)

Bylo zjištěno, že původní pětifaktorový model není vhodný, proto byla následně provedena analýza hlavních komponent (PCA), která byla poté opět podrobena konfirmační faktorové analýze (CFA).

## **Analýza hlavních komponent (PCA)**

Po vzoru autora byla pro analýzu hlavních komponent zvolena oblíbená rotace a počet extrahovaných faktorů stanoven na pět. Cut-off skóre bylo nastaveno na 0,3, jelikož řada zobrazených hodnot byla nižší než autorem užitých 0,45 (Webster, 2007). Výsledky PCA zobrazuje Tabulka 11.

**Tabulka 11***Analýza hlavních komponent SAWS položek*

	F1	F2	F3	F4	F5	Uniqueness
39M	<b>0.807</b>					0.357
29M	<b>0.758</b>					0.435
4M	<b>0.712</b>					0.445
19M	<b>0.691</b>					0.536
14M	<b>0.616</b>					0.506
22M	0.454					0.539
24M	<b>0.447</b>					0.570
34M	<b>0.413</b>					0.627
9M	<b>0.388</b>		0.357			0.578
12M	0.375					0.659
37M	0.357					0.774
27M	0.315					0.665
8M		0.845				0.311
3M		0.800				0.354
13M		0.712				0.452
23M		0.658	0.381			0.366
40M		0.537				0.542
7M		-0.464				0.638
33M			0.729			0.371
28M			0.697			0.339
18M			0.667			0.463
17M	0.306		0.518			0.564
2M			0.509			0.608
32M			0.502			0.581
38M			0.390			0.672
26M				<b>0.848</b>		0.287
1M				<b>0.762</b>		0.422
6M				<b>0.757</b>		0.380
21M				<b>0.599</b>		0.512
16M				<b>0.584</b>		0.554
11M	0.323			<b>0.421</b>		0.649
31M				<b>0.294</b>		0.710
36M	0.324			(0.240)		0.757
25M					<b>0.633</b>	0.573
35M					<b>0.625</b>	0.609
30M					<b>0.574</b>	0.560
20M	0.383				<b>0.468</b>	0.491
5M					<b>0.452</b>	0.760
15M					<b>0.444</b>	0.718
10M					<b>0.428</b>	0.694

*Note.* Applied rotation method is oblimin.



Osm z osmi položek ze subškály humoru se načetlo do faktoru 1 (můžeme ho tedy označit jako „humor“) s hodnotami od 0,388 do 0,807 a jedná se tak o nejsilnější faktor.

Sedm z osmi položek ze subškály kritických životních zkušeností se načetlo do faktoru 4 (označen jako „zkušenosti“), kdy nejnižší hodnota (položka 31) byla jen nepatrně pod uznávanou hranicí 0,3, konkrétně 0,294, a proto bude prozatím ponechána ve svém faktoru. Osmá položka patřící do subškály kritických životních zkušeností s číslem 36 se načetla do faktoru „humor“ s hodnotou 0,324, ale s nižší hodnotou (0,240) se načetla i do faktoru „zkušenosti“, proto pro zachování co největší shody s originálním modelem doporučujeme i tuto položku prozatím ponechat. Tato položka nicméně jako jediná ze své subškály slabě snižuje hodnotu vnitřní konzistence a bez ní by se Cronbachovo alfa nepatrně zvýšilo, zatímco u ostatních položek by se po jejich odebrání snížilo. Jako jediná z této kategorie se vztahuje ke zkušenostem předaným od druhých: „Od ostatních jsem získal/a cenné životní zkušenosti.“ (originál: „I’ve learned valuable life lessons from others.“ – překlad položky tedy odpovídá originálnímu znění), zatímco ostatní jsou vztaženy ke zkušenostem, které získal jedinec sám.

Dále sedm z osmi položek ze subškály otevřenosti se načetlo do faktoru 5 (označen jako „otevřenost“) o hodnotách od 0,428 do 0,633. Poslední, osmá, položka ze stejné subškály s číslem 40 se zde nenačetla vůbec. Tato položka ve své subškále také jako jediná snižuje vnitřní konzistenci, zatímco ostatní ji zvyšují. Na základě analýzy spadá do faktoru 2, kde se nejsilněji načetly položky ze subškály „vzpomínání a reflexe“ a po prozkoumání otázek z této subškály je patrné, že k nim významově sedí lépe. Pro testování vhodnosti modelu bude zařazena do druhého faktoru.

Zbylé dva faktory jsou nejméně přehledné a nelze je označit podle některé ze subškál. Čtyři z osmi položek subškály „vzpomínání a reflexe“ (3, 8, 13, 23) se načetly do jednoho z nich (faktor 2), zbylé čtyři (18, 28, 33, 38) do druhého (faktor 3). Položky „emoční regulace“ se nejsilněji načetly do faktoru „humor“, konkrétně čtyři z nich (12, 22, 27, 37). Tři (2, 17, 32) se načetly do jednoho ze zmíněných neoznačených faktorů (faktor 3) a poslední (7) do druhého neoznačeného (faktor 2). Položka 7 má však záporné hodnoty a je problematická už z hlediska vnitřní konzistence, proto bude testován i model bez této položky.

Tři z pěti subškál (kritické životní zkušenosti, humor a otevřenost) tak přibližně odpovídají původnímu kanadskému modelu, zatímco dvě se mu vymykají (emoční regulace spolu se

vzpomínáním a reflexí). Výsledná struktura podle analýzy hlavních komponent je zobrazena v Tabulce 12.

**Tabulka 12**

*Rozdělení položek SAWS do 5 faktorů podle PCA*

<b>Faktor 1 („humor“)</b>	4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 12, 22, 27, 37
<b>Faktor 2</b>	3, 8, 13, 23, 40, 7
<b>Faktor 3</b>	18, 28, 33, 38, 2, 17, 32
<b>Faktor 4 („zkušenosti“)</b>	1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36
<b>Faktor 5 („otevřenost“)</b>	5, 10, 15, 20, 25, 30, 35

V dalším kroku bude testován model navrhovaný analýzou hlavních komponent i s modifikacemi v podobě vyřazení sedmé položky.

### Testování upravené pětifaktorové verze dotazníku

Z pohledu ukazatelů vhodnosti byl lepší testovaný model ten, z něž byla sporná sedmá položka vyřazena, ale rozdíly mezi oběma modely nejsou nijak zásadní, jak ukazuje Tabulka 13.

Hodnoty GFI v obou případech přesahují hranici 0,90 a jsou tak akceptovatelné (GFI = 0,947 a 0,948). RMSEA byla v obou případech v akceptovatelném rozmezí do 0,8 (RMSEA = 0,074 u obou verzí modelů). AIC ukazuje také na model s vyřazenou položkou jako vhodnější. CFI ani IFI však ani zdaleka nepřekračují akceptovatelnou hranici 0,9 ani u jednoho z nich (CFI = 0,701 a 0,710; IFI = 0,707 a 0,716) a p hodnota chí-kvadrát testu je signifikantní ( $p < 0,001$ ). Ani tento model nelze považovat za dostatečně kvalitní.

**Tabulka 13**

*Porovnání dvou pětifaktorových verzí dotazníku moudrosti podle PCA*

	$\chi^2$ (p)	CFI	IFI	RMSEA	GFI	AIC	
<b>PCA 5</b>	< 0,001	0,710	0,716	0,074	0,947	22365,670	Bez položky 7
<b>PCA 5</b>	< 0,001	0,701	0,707	0,074	0,948	22987,065	Položky zachovány

### Explorační faktorová analýza (EFA)

Jelikož výsledky získané pomocí PCA neodpovídají původnímu kanadskému modelu, byla provedena i explorační faktorová analýza s cílem zjistit, kolik faktorů bude extrahováno a jak budou jednotlivé položky rozloženy do faktorů v aktuálním souboru. Byla zvolena opět oblíbená rotace a extrakce faktorů metodou maximum likelihood.

EFA našla šest potenciálních faktorů. Hlavním rozdílem mezi výsledkem PCA a EFA byl přesun položek 12, 27 a 37 z faktoru 1 („humor“) spolu s položkou 17 z faktoru 3 (neoznačený) do nového, šestého, faktoru. Při stanovení cut-off skóre na 0,3 se nikam nenačetly položky 31 (0,217 – faktor kritických životních zkušeností) a 36 (0,248 – faktor humoru). Z důvodu problematičnosti sedmé položky nebyla dále zahrnuta do stanovení vhodnosti modelu, jelikož hodnoty snižovala. Rozdělení položek do faktorů podle EFA zobrazuje Tabulka 14.

**Tabulka 14**

*Rozdělení položek SAWS do 6 faktorů podle EFA*

<b>Faktor 1 („humor“)</b>	<b>4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 22</b>	Bez 36
<b>Faktor 2</b>	<b>3, 8, 13, 23, 40, 7</b>	
<b>Faktor 3</b>	<b>18, 28, 33, 38, 2, 32</b>	
<b>Faktor 4 („zkušenosti“)</b>	<b>1, 6, 11, 16, 21, 26</b>	Bez 31
<b>Faktor 5 („otevřenost“)</b>	<b>5, 10, 15, 20, 25, 30, 35</b>	
<b>Faktor 6</b>	<b>12, 17, 27, 37</b>	

Model stanovený pomocí EFA vykazuje určité zlepšení, nicméně stále není vyhovující. Dokonce ani zvýšení cut-off skóre na 0,45 tak, aby u každého faktoru zbyly alespoň tři položky, nebylo pro potřebné zvýšení k překonání hranice 0,9 u hodnot CFI a IFI dostačující, byť se jí tento model přibližuje. Hodnoty všech verzí modelu jsou zobrazeny v Tabulce 15.

**Tabulka 15**

*Porovnání několika verzí dotazníku moudrosti podle ukazatelů vhodnosti*

	$\chi^2$ (p)	CFI	IFI	RMSEA	GFI	AIC	
<b>Původní model (CZ)</b>	< 0,001	0,641	0,648	0,081	0,933	23132,576	
<b>PCA 5</b>	< 0,001	0,710	0,716	0,074	0,947	22365,670	Bez 7
<b>EFA 6</b>	< 0,001	0,761	0,766	0,069	0,948	21255,453	Bez 7, 31, 36
<b>EFA 5 (0,45)</b>	< 0,001	0,879	0,882	0,067	0,976	12530,384	Zvýrazněné položky viz Tab. 14
<b>Webster (2007)*</b>	0,011	0,947	0,948	0,107	0,968		

\*Zdroj: Data převzata od Webster (2007)

### 7.1.5 Nová struktura SAWS

Jelikož se jedná o první překlad škály, bylo přistoupeno ke konzervativnějšímu řešení struktury dotazníku. Sedmá položka byla pro svoji problematičnost označena za nediagnosticskou, tedy pro další porovnávací testování nebude zařazena. Čtyřicátá položka

byla přesunuta ze subškály „otevřenost“ do subškály „vzpomínání a reflexe“. V Tabulce 16 jsou uvedeny výsledky CFA upraveného modelu.

**Tabulka 16**

*Finální verze dotazníku moudrosti podle ukazatelů vhodnosti*

FA	$\chi^2$ (p)	CFI	IFI	RMSEA	GFI	AIC	Položky
UP PM	< 0,001	0,683	0,689	0,077	0,937	22429,254	Bez 7, jinde 40

\*upravená verze původního pětifaktorového modelu

Z hlediska normality rozložení souboru nedošlo k výrazným změnám. Šikmost i špičatost vykazují normální rozložení a Shapiro-Wilkův test normality označil za odchylovající se od normy stejné subškály jako v předchozím testování.

Vnitřní konzistence se zlepšila ve všech dotčených subškálách následujícím způsobem. V subškále „emoční regulace“ bylo po nezahrnutí sedmé položky zvýšeno Cronbachovo alfa z 0,685 na 0,715, subškála „vzpomínání a reflexe“ se po přidání čtyřicáté položky zlepšila z 0,821 na 0,838 a „otevřenost“ se po jejím odstranění vyšplhala z původních 0,594 na 0,639. Vnitřní konzistence celkové SAWS se bez sedmé položky nepatrně zvýšila z 0,868 na 0,874, zatímco bez 36. položky se snížila, proto byla tato položka v upraveném modelu zachována i přesto, že v analýze hlavních komponent ve své subškále dosahovala slabší hodnoty (0,240) a nepatrně snižovala vnitřní konzistenci své subškály. Hodnoty vnitřní konzistence ukazuje Tabulka 17.

**Tabulka 17**

*Vnitřní konzistence SAWS po úpravě položek*

	Cr a.		Cr a.		
<b>Zkušenosti</b>	0,788	Bez 36	0,793		
<b>Emoce</b>	0,685	Bez 7	0,715		
<b>Vzpomínání</b>	0,821	S 40	0,838		
<b>Humor</b>	0,841				
<b>Otevřenost</b>	0,594	Bez 40	0,639		
<b>SAWS</b>	0,868	Bez 7	0,874	Bez 36	0,864

Korelační analýza, jak již bylo předestřeno v kapitole 7.1.2, ukázala sedmou a čtyřicátou položku jako slabší v porovnání s ostatními. Po přesunutí 40. položky do své nové subškály se zvýšilo Pearsonovo r z 0,314 ( $p < 0,001$ ) na 0,689 ( $p < 0,001$ ).

Vztah mezi moudrostí a pohlavím byl zjištěn beze změny. Zesílena byla korelace vzpomínání a reflexe s aktuálně probíhajícím studiem a zdravotním omezením ze slabé pozitivní na středně silnou pozitivní, středně silná záporná korelace byla nově zjištěna mezi otevřeností a zdravotním omezením (tedy že se zvyšujícím se zdravotním omezením klesala otevřenost) a zesílila korelace mezi otevřeností a zdravotním stavem na  $p < 0,001$ . K žádné další signifikantní změně nedošlo. Výsledky korelační analýzy jsou zobrazeny v Tabulce 18.

### Tabulka 18

*Korelační matice demografických údajů s jednotlivými subškálami a celkovým SAWS po úpravě položek*

	<b>Zkuš.</b>	<b>Emoce</b>	<b>Vzpom.</b>	<b>Humor</b>	<b>Otevř.</b>	<b>SAWS</b>
<b>Věk</b>	r = 0,026 p = 0,722	r = 0,023 p = 0,752	<b>r = -0,178*</b> <b>p = 0,016</b>	r = 0,018 p = 0,805	r = -0,062 p = 0,401	r = -0,059 p = 0,428
<b>Vzdělání</b>	r = 0,036 p = 0,629	r = 0,030 p = 0,687	<b>r = -0,225**</b> <b>p = 0,002</b>	r = 0,091 p = 0,219	r = 0,023 p = 0,757	r = -0,022 p = 0,765
<b>Studium</b>	r = -0,136 p = 0,066	r = -0,037 p = 0,619	<b>r = 0,201**</b> <b>p = 0,006</b>	<b>r = -0,145*</b> <b>p = 0,049</b>	r = 0,094 p = 0,206	r = 0,001 p = 0,985
<b>Zdravotní stav</b>	r = -0,098 p = 0,187	<b>r = 0,229**</b> <b>p = 0,002</b>	r = -0,077 p = 0,301	<b>r = 0,193**</b> <b>p = 0,009</b>	<b>r = 0,246***</b> <b>p &lt; 0,001</b>	r = 0,143 p = 0,052
<b>Omezení</b>	r = 0,128 p = 0,083	r = -0,038 p = 0,605	<b>r = 0,196**</b> <b>p = 0,008</b>	r = 0,011 p = 0,878	<b>r = -0,212**</b> <b>p = 0,004</b>	r = 0,032 p = 0,662

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$

## 7.2 Wellbeing

V následující části jsou zodpovězeny výzkumné otázky zabývající se wellbeingem. Kapitola shrnuje, jaké jsou základní psychometrické vlastnosti Škály spokojenosti se životem a Škály vzkvétání i jaké úrovně wellbeingu čeští respondenti dosahovali. Kapitola dále prozkoumává souvislost mezi wellbeingem a demografickými údaji.

### 7.2.1 Deskriptivní statistika a psychometrické vlastnosti škál

Průměrné skóre aktuálního souboru českých respondentů ve Škále spokojenosti se životem (SWLS) bylo 23,7. Je tak o necelý jeden bod nižší než průměrná hodnota amerického vzorku (24,49), která byla vypočtena jako průměr tří hodnot ze tří různých studií. Nejnižší průměrná hodnota z těchto tří výzkumů v americkém vzorku byla 23,37, což je ještě méně než u českého vzorku (Pavot et al., 1991). Původní český soubor výzkumnic Hanzlové a Raudenské (2023) dosahoval průměrného skóre 20,37, tedy o tři body méně než český soubor.

Ve Škále vzkvétání (FS) dosahovali čeští respondenti průměrně 42,3 bodů, zatímco americký vzorek o tři body více. Oba soubory měřené Škálou vzkvétání můžeme porovnat i podle percentilů, kdy skóre v 10. percentilu bylo 32 pro český a 36 pro americký soubor, v 50. percentilu 43 a 46 (ve stejném pořadí) a v 90. 52 pro oba soubory (Diener et al., 2009).

V obou škálách bylo některými z respondentů dosaženo maximálního možného skóre (tj. 35 pro SWLS a 56 pro FS). Průměrně pak český výzkumný soubor dosahoval hodnoty 66 z 91 při součtu bodů z obou škál wellbeingu. Čeští respondenti byli tedy spíše šťastnější. Skóre wellbeingu porovnávaných výzkumných souborů zobrazuje Tabulka 19.

**Tabulka 19**

*Základní deskriptivní statistika škál wellbeingu v českých a amerických souborech*

	CZ (N = 184)				USA (N SWLS = 130; N FS = 573)		CZ (N = 960)	
	Min.	Max.	M	SD	M	SD	M	SD
SWLS	8	35	23,7	6,69	24,49*		20,37	6,18
FS	14	56	42,3	7,65	45,4	6,2		
<b>Wellbeing celkem</b>	22	91	66	13,15				

Údaje převzaty od Pavot et al. (1991) pro SWLS a Diener et al. (2009) pro FS, pro českou verzi SWLS od Hanzlová & Raudenská (2023).

\*průměr 3 hodnot: 23,37 (SD = 6,53), 25,37 (SD = 5,95) a 24,73 (SD = 6,29) (Pavot et al., 1991)

Při ověřování normality rozložení ukazoval Shapiro-Wilkův test u obou škál signifikantní hodnoty ( $\alpha < 0,001$ ), což znamená, že data nejsou normálně rozložena. Vyšší počet respondentů ( $N > 50$ ) nicméně může výsledky zkreslovat (Mishra et al., 2019). U obou škál wellbeingu byly dále zjištěny vyhovující hodnoty šikmosti a špičatosti, konkrétně -0,545 a -0,649 u šikmosti a -0,603 a 0,618 u špičatosti (SWLS a FS v tomto pořadí) a byly proto zvoleny parametrické testy. Hanzlové a Raudenské (2023) při ověřování české verze překladu vyšly hodnoty -0,30 pro šikmost a -0,31 pro špičatost.

Cronbachovo alfa pro aktuální soubor dosahovalo hodnoty 0,890 u Škály spokojenosti se životem a 0,862 u Škály vzkvétání. Dá se tak hovořit o vysoké reliabilitě. Při testování obou škál společně měly hodnotu vnitřní konzistence velmi vysokou, a to  $\alpha = 0,913$ . Hodnoty vnitřní konzistence a normality rozložení škál wellbeingu jsou zobrazeny v Tabulce 20.

**Tabulka 20**

*Vnitřní konzistence a normalita škál wellbeingu*

	Cr. $\alpha$	Šikmost	Špičatost	Shapiro-Wilk (p)	Šik. a špič. CZ (N = 960)*
<b>SWLS</b>	0,890	-0,545	-0,603	< 0,001	-0,30 a -0,31
<b>FS</b>	0,862	-0,649	0,618	< 0,001	
<b>Wellbeing celkem</b>	0,913	-0,571	0,063	< 0,001	

\*Údaje druhého českého souboru (N = 960) pro SWLS byly převzaty od Hanzlové a Raudenské (2023)

### 7.2.2 Ověření psychometrických vlastností českého překladu Škály vzkvétání

Kromě vysoké reliability korelovala Škála vzkvétání velmi silně se Škálou spokojenosti se životem ( $r = 0,683$ ;  $p < 0,001$ ), což poukazuje na vysokou validitu testu, jelikož obě škály měří podobné konstrukty.

Byla zjištěna i korelace jednotlivých položek s celkovou Škálou vzkvétání. Všechny položky s ní významně korelují s p hodnotou < 0,001, jak ukazuje Tabulka 21.

**Tabulka 21**

*Výsledky korelační analýzy Škály vzkvétání se svými položkami*

	6W	7W	8W	9W	10W	11W	12W	13W
<b>FS</b>	0,785***	0,694***	0,716***	0,663***	0,632***	0,749***	0,723***	0,751***

### 7.2.3 Wellbeing a demografické proměnné

Při srovnání s demografickými údaji nebyl zjištěn žádný vztah wellbeingu s věkem. Vliv na něj nemělo ani probíhající studium či zdravotní omezení. Statisticky významný rozdíl byl zjištěn mezi pohlavím a Škálou vzkvétání [ $t = 2,925$ ;  $p = 0,004$ ] (viz Tabulka 22). Ženy v ní dosahovaly vyššího skóre než muži se středně silným efektem (Cohenovo  $d = 0,466$ ). Průměrné hodnoty obou skupin jsou zobrazeny v Tabulce 23. S dosaženým vzděláním slabě pozitivně korelovala Škála spokojenosti se životem ( $r = 0,155$ ;  $p = 0,036$ ), ale Škála vzkvétání nikoliv (viz Tabulka 24). Obě škály wellbeingu silně pozitivně korelovaly se zdravotním stavem ( $r > 0,369$ ;  $p < 0,001$ ) (viz Tabulka 24).

**Tabulka 22**

*T-test jednotlivých škál a celkového wellbeingu s pohlavím*

T-test	Welchovo t	p	Cohenovo d
SWLS	1,918	0,058	0,303
FS	2,925	<b>0,004</b>	<b>0,466</b>
Wellbeing	2,654	<b>0,009</b>	<b>0,423</b>

**Tabulka 23**

*Průměrné hodnoty wellbeingu podle pohlaví*

	Pohlaví	N	M	SD
SWLS	Žena	119	4,879	1,271
	Muž	64	4,469	1,435
FS	Žena	119	5,452	0,867
	Muž	64	5,002	1,053
Wellbeing	Žena	119	5,231	0,922
	Muž	64	4,797	1,122

**Tabulka 24**

*Korelační matice demografických údajů a škál wellbeingu*

	SWLS	FS	Wellbeing
Věk	$r = 0,142$ $p = 0,055$	$r = 0,016$ $p = 0,832$	$r = 0,081$ $p = 0,273$
Vzdělání	<b><math>r = 0,155^*</math></b> <b><math>p = 0,036</math></b>	$r = 0,128$ $p = 0,083$	<b><math>r = 0,153^*</math></b> <b><math>p = 0,038</math></b>
Studium	$r = -0,029$ $p = 0,699$	$r = -0,009$ $p = 0,903$	$r = -0,020$ $p = 0,789$
Zdravotní stav	<b><math>r = 0,399^{***}</math></b> <b><math>p &lt; 0,001</math></b>	<b><math>r = 0,377^{***}</math></b> <b><math>p &lt; 0,001</math></b>	<b><math>r = 0,369^{***}</math></b> <b><math>p &lt; 0,001</math></b>
Omezení	$r = -0,129$ $p = 0,081$	$r = -0,098$ $p = 0,188$	$r = -0,122$ $p = 0,098$

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$



### 7.3 Moudrost a wellbeing

Následující část prozkoumává vztah mezi moudrostí a wellbeingem.

#### Ověření hypotézy

##### H4: Skóry moudrosti i wellbeingu spolu budou pozitivně korelovat.

Silná pozitivní korelace ( $r = 0,472$ ;  $p < 0,001$ ) se projevila ve vztahu mezi celkovou moudrostí a celkovým wellbeingem. Ten pozitivně koreloval i se všemi jednotlivými subškálami moudrosti, přičemž nejslabší korelace byla zjištěna se subškálou vzpomínání a reflexe ( $r = 0,183$ ;  $p = 0,013$ ), středně silná s kritickými životními zkušenostmi ( $r = 0,207$ ;  $p = 0,005$ ) a zbylé tři subškály korelovaly s celkovým wellbeingem velmi silně ( $r = 0,247$  až  $0,525$ ;  $p < 0,001$ ). Čtvrtou hypotézu tak můžeme potvrdit. Z jednotlivých škál wellbeingu korelovaly SWLS i FS velmi silně se subškálami emoční regulace a humoru, i s celkovou škálou moudrosti. Velmi silně korelovala FS s kritickými životními zkušenostmi a otevřeností, zatímco SWLS s otevřeností korelovala jen slabě a s kritickými životními zkušenostmi nekorelovala vůbec. Výsledky korelační analýzy jsou zobrazeny v Tabulce 25.

**Tabulka 25**

*Korelační matice subškál a celkového SAWS se škálami wellbeingu*

	Zkuš.	Emoce	Vzpom.	Humor	Otevř.	SAWS
SWLS	$r = 0,073$ $p = 0,323$	$r = 0,424^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,094$ $p = 0,205$	$r = 0,328^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,153^*$ $p = 0,038$	$r = 0,314^{***}$ $p < 0,001$
FS	$r = 0,293^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,533^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,232^{**}$ $p = 0,002$	$r = 0,458^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,292^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,537^{***}$ $p < 0,001$
WB	$r = 0,207^{**}$ $p = 0,005$	$r = 0,525^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,183^*$ $p = 0,013$	$r = 0,433^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,247^{***}$ $p < 0,001$	$r = 0,472^{***}$ $p < 0,001$

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$

## 8 Diskuse

Tato práce zkoumala psychometrické vlastnosti a koreláty Sebeuposuzovací škály moudrosti. Ověřeny byly hypotézy předpokládající, že ženy i muži budou v celkové moudrosti skórovat stejně vysoko, nebudou nalezeny významné souvislosti mezi celkovou moudrostí a věkem, dosažené vzdělání nebude hrát významnou roli v úrovni celkové moudrosti, a nakonec že skóry moudrosti i wellbeingu spolu budou pozitivně korelovat.

### Psychometrické vlastnosti škály moudrosti

Sebeuposuzovací škála moudrosti v českém souboru byla vysoce spolehlivá. Subškály, které měly nižší vnitřní konzistenci (emoční regulace a otevřenost) obě obsahovaly po jedné problematické položce, které spolehlivost snižovaly. Sedmou položku bylo pro další testování na novém vzorku doporučeno přeformulovat a reverzně ji skórovat. Čtyřicátou položku řadí analýza hlavních komponent i explorační faktorová analýza do jiného než původního faktoru, což vysvětluje, proč snižovala vnitřní konzistenci. Významem se odlišuje od své původní subškály. Po odebrání sedmé položky ze subškály emoční regulace a přesunutí čtyřicáté položky z otevřenosti do subškály vzpomínání a reflexe se hodnoty zlepšily.

Při porovnání se zahraničními adaptacemi není načtení 40. položky k položkám „vzpomínání a reflexe“ ojedinělé. Portugalští výzkumníci se rozhodli ponechat ji v novém faktoru, zatímco polští výzkumníci ji označili za nediagnosticskou (Alves et al., 2014; Brudek et al., 2023).

Jednotlivé položky dotazníku pozitivně korelovaly s celkovou škálou moudrosti až na nesignifikantně zápornou korelaci se sedmou položkou, což dále podporuje nutnost změnit její formulaci např. na: „Když dělám osobní rozhodnutí, stává se, že mě přemůžou emoce.“

Dále bylo testováno několik modelů SAWS. Na základě provedení konfirmační faktorové analýzy několika variant modelu je patrné, že česká verze dotazníku v aktuálním souboru neodpovídá původnímu modelu. Během analýzy hlavních komponent a explorační faktorové analýzy se ukázalo, že problematická a nekonzistentní je celá subškála emoční regulace. Jednotlivé položky této subškály se nejsilněji načetly do několika různých subškál bez patrné souvislosti. Nicméně ani přesunutí položek emoční regulace do nových subškál nevedlo k přijatelnému modelu, proto je prozatím doporučeno položky ponechat a otestovat model znovu s již avizovanými úpravami na novém výzkumném vzorku.

### **Nová struktura dotazníku**

Přidání čtyřicáté položky do subškály „vzpomínání a reflexe“ významně zvýšilo pozitivní korelaci s probíhajícím studiem a zdravotním omezením, a její odebrání ze subškály otevřenosti vedlo ke zvýšení pozitivní korelace se zdravotním stavem a záporné korelace se zdravotním omezením. Se čtyřicátou položkou („Často jsem přemýšlel/a o životě a o tom, co přijde po něm.“) tedy více rezonují lidé s větším zdravotním omezením, a naopak méně lidé, kteří se cítí po zdravotní stránce lépe. Studující pak podle všeho více přemýšlí nad svým životem a o tom, co přijde po něm – zde může být vnímáno např. jako to, co přijde po studijním životě nežli přímo posmrtný život.

### **Skórování českých respondentů**

V aktuálním souboru byli čeští respondenti nejméně otevřeni novým zkušenostem a hůře regulovali své emoce, naproti tomu zažívali mnoho kritických životních zkušeností, které však zvládali s lehkostí a vtipem. V porovnání se dvěma evropskými soubory, nizozemským a slovenským, byl český soubor ve výsledku o něco blíže nizozemskému. Velikost porovnávaných souborů se však výrazně liší, proto nemusí být srovnání relevantní. Nizozemský vzorek čítal 512 respondentů, zatímco slovenský pouze 19 (Cheraghi et al., 2021; Roháriková et al., 2013).

### **Hypotézy**

V aktuální studii nebyly nalezeny rozdíly v celkové moudrosti mezi muži a ženami, což je v souladu s výsledky Webstera (2007), který ve své studii rovněž nenašel souvislost mezi moudrostí a pohlavím. V dřívější studii z roku 2003 však našel pozitivní signifikantní korelaci ve prospěch žen. I v případě našeho vzorku si můžeme všimnout pozitivní korelace v celkové SAWS, avšak nesignifikantní. To nicméně může být dáno nepoměrem mezi oběma pohlavími, kdy žen byly dvě třetiny a mužů pouze jedna třetina. Dále ani Ardelt (2009) nenašla korelaci celkové moudrosti (měřené 3D-ŠM) a pohlaví, zjistila nicméně, že muži skórovali výše v kognitivní dimenzi a ženy zase v afektivní. Jelikož se jedná o jiný měřicí nástroj s rozdílnými dimenzemi, než má SAWS, nelze přesně srovnávat. Potenciálně srovnatelné by mohly být dimenze emoční regulace (SAWS) a afektivní dimenze (3D-ŠM), nicméně SAWS je více zaměřená na zvládání a prožívání vlastních emocí, zatímco 3D-ŠM zahrnuje aspekty vřelosti a empatie vůči druhým. Dimenze humoru je na druhou stranu vztažena i na pomoc zvládat náročné situace druhým lidem, proto je možné i srovnání humoru a afektivní dimenze. V aktuálním souboru je v dimenzi emoční regulace patrná nesignifikantní záporná korelace s ženským pohlavím, u humoru nesignifikantní kladná korelace s ženským pohlavím.

Nebyla zjištěna ani souvislost moudrosti s věkem. Toto zjištění je konzistentní s výsledky předchozích studií (viz Baltes & Staudinger, 2000; Webster, 2003, 2007) bez ohledu na to, zda jsou testovány pomocí dotazníkových či výkonnostních metod. Podle Webstera (2003) moudrost nevychází z běžných životních situací, ale ze specifických životních situací, které označuje jako kritické a morálně náročné. Ty se ze své podstaty nesbírají automaticky stárnutím, ale někteří lidé jsou jim za život vystaveni více než jiní. Neplatí však, že by ke zvýšení moudrosti v pokročilejším věku nemohlo dojít, pouze nepřijde sama od sebe (Webster, 2007). Grossmann a kolektiv (2010) zjistili spolehlivě vyšší míru moudrosti ve stáří oproti mladším účastníkům v několika dimenzích moudrého uvažování o sociálních konfliktech. Záleží tedy na aspektu, který ta či ona metoda měření moudrosti vyzdvihuje.

V našem výzkumu nebyla zjištěna souvislost moudrosti s dosaženým vzděláním. Ani Webster (2003) ve své studii souvislost nenašel. Domnívá se, že ve škole se získávají jiné kvality (např. inteligence) než ty, které rozvíjejí dimenze moudrosti. V roce 2014 však ve své studii pozitivní vztah našel. Ardelt a kolektiv (2018) také našli pozitivní vztah, a to konkrétně s kognitivní a reflektivní složkou. Argumentují, že osoby s vyšším vzděláním jsou déle vystavené procesu učení, díky čemuž mohou být otevřenější a motivovanější učit se od života a rozvíjet tak svoji moudrost i v budoucnu. V našem případě byl také nalezen vztah mezi dosaženým vzděláním a subškálou vzpomínání a reflexe (která by mohla být obdobou reflektivní dimenze), nicméně tento vztah je negativní. Lidé, kteří dosáhli vyššího vzdělání v našem vzorku méně refleктоvali svou zkušenost, což je opačné zjištění oproti Ardelt a kolektivu (2018). Ti měli nicméně výrazně větší, a tudíž zjevně i reprezentativnější, vzorek (N = 14 248), zatímco náš vzorek je menší a spíše homogenní.

Mezi moudrostí a wellbeingem byl v aktuálním výzkumu nalezen pozitivní vztah. Zjištění jsou v souladu s přehledovou studií Zachera a Staudinger (2018) se zaměřením na moudrost a wellbeing. Všechny čtyři případy, kdy byla moudrost měřena Sebeuposuzovací škálou moudrosti (SAWS) od Webstera (2003), pozitivně korelovaly s různými ukazateli wellbeingu. V jejich případě se jednalo o starší, 30-položkovou, verzi škály, nicméně i rozšířená škála ukazuje stejné výsledky v našem souboru.

Zajímavé je i srovnání s oběma škálami wellbeingu zvlášť. Ardelt (2019) očekávala silnější korelaci mezi moudrostí a psychologickým wellbeingem pro předpokládanou blízkost obou konceptů k osobnostnímu růstu v kontrastu k subjektivnímu wellbeingu. Ve svých studiích (Ardelt, 2016, 2019) našla s oběma pojetími wellbeingu pozitivní vztah. Přestože v našem aktuálním souboru byly zjištěny silné pozitivní korelace moudrosti s psychologickým

i subjektivním wellbeingem, korelace s psychologickým wellbeingem byla silnější a objevila se s každou jednotlivou dimenzí moudrosti, zatímco subjektivní wellbeing nekoreloval s kritickými životními zkušenostmi ani se vzpomínáním a reflexí. To by mohlo být vysvětleno tím, že kritické životní zkušenosti pro svou náročnost jednoduše nevedou k pozitivnímu prožívání. Psychologický wellbeing na druhou stranu směřuje k určitému překonávání sebe sama a dosahování cílů, s čímž jdou ruku v ruce i náročné situace, kterým se člověk v jejich dosahování vystaví. Dále slabou pozitivní korelaci ukazuje subjektivní wellbeing s otevřeností oproti silné korelaci, kterou má otevřenost s psychologickým wellbeingem. Opět by to mohlo být z důvodu, že lidé, kteří se chtějí rozvíjet a překonávat překážky, musí být těmto změnám otevřeni. Naše zjištění tak odpovídá předpokladu Moniky Ardeli (2019).

### **8.1. Limity**

Veškerá data a výsledky testování odráží pouze jednu spíše homogenní skupinu respondentů. Většinu tvořili mladí dospělí a lidé kolem 50 let s převahou žen. Starších osob je zastoupeno nejméně, přičemž jak už bylo předestřeno v předchozích kapitolách, laickou představou je, že moudrost roste s věkem, proto nedostatečné zastoupení všech věkových skupin mohlo mít na výsledky vliv. Z pohledu získávání respondentů (ty tvořili především známí a jejich známí) se nejedná o reprezentativní vzorek po úvaze, že většina lidí se pohybuje v kruhu osob, které jsou jim sami něčím podobné.

V této pilotní studii došlo pouze k průřezovému sběru dat, tudíž nelze sledovat, zda se odpovědi respondentů vyvíjely v čase nebo porovnat s dřívějšími odpověďmi pro případ, že by byli respondenti během vyplňování situačně ovlivněni a promítlo by se to v dotazníku. To by se mohlo týkat především wellbeingu, ačkoliv se obě škály ptají na celkový stav života. Test-retest reliabilitu měly nicméně všechny použité škály přijatelnou (Diener et al., 2009; Pavot et al., 1991; Webster, 2007). Opakované testování by bylo náročnější z hlediska času, ochoty respondentů opakovaně vyplnit ten samý dotazník a v neposlední řadě z důvodu udržení anonymity respondentů.

Je také potřeba zmínit, že se nejedná o univerzální pojetí moudrosti, ale o jeden z konceptů moudrosti měřený konkrétně Sebeuposuzovací škálou moudrosti od Webstera (2003, 2007) a veškeré výsledky moudrosti v této bakalářské práci vychází jen a pouze z této škály. Proto ačkoliv byly v našem případě hypotézy potvrzeny, v jiných případech s využitím jiných metod by to takto jednoznačné být nemuselo.

V neposlední řadě, jelikož se jedná o první překlad a pilotáž škály na relativně malém a homogenním vzorku, nelze udělat jednoznačný závěr ohledně struktury dotazníku. Bude nutné jej s menšími úpravami ještě znovu otestovat na novém vzorku respondentů a porovnat s naším aktuálním souborem. V případě obdobných výsledků se nabízí možnost rozsáhlejších úprav znění položek. Zároveň může vyjít najevo, že česká populace nenaplnuje pět dimenzí moudrosti způsobem, jak Webster (2003, 2007) očekával, ale vykazuje jiné rozložení dimenzí.

## **Závěr**

Výzkumným cílem této práce byla adaptace Sebeuposuzovací škály moudrosti do českého jazyka. Výsledky ověření faktorové struktury této škály poukazují na důležitost dalšího testování škály v českém prostředí. Práce se dále zaměřila na zkoumání moudrosti a jejího vztahu k wellbeingu, kde se ukázalo, že jejich pozitivní korelační vztah byl potvrzen z pohledu subjektivního i psychologického wellbeingu.

Pro další pokračování práce by bylo vhodné provést studie zaměřené na moudrost a její vztahy k dalším aspektům lidského chování a wellbeingu. Mohlo by se jednat o výzkumy moudrosti ve vztahu k odolnosti, strategiím zvládání náročných situací či s dalšími nástroji měření wellbeingu. Nové výzkumy v této oblasti tak mohou přinést další cenné poznatky a přispět k lepšímu porozumění moudrosti a jejímu vlivu na životy lidí v České republice, kde je o této problematice stále omezené množství dostupných zdrojů.

## Seznam použitých informačních zdrojů

- Alves, P., Morgado, L., & Oliveira, B. de. (2014). Wisdom assessment: Portuguese adaptation of the Self-Assessed Wisdom Scale. *Psychologica, 1*(57), 39–57. [https://doi.org/10.14195/1647-8606\\_57\\_1\\_3](https://doi.org/10.14195/1647-8606_57_1_3)
- American psychological association. (2018). Well-being. In *APA dictionary of psychology*. <https://dictionary.apa.org/well-being>
- Ardelt, M. (2003). Empirical Assessment of a Three-Dimensional Wisdom Scale. *Research On Aging, 25*(3), 275–324. <https://doi.org/10.1177/0164027503251764>
- Ardelt, M. (2005). How Wise People Cope with Crises and Obstacles in Life. *ReVision: A Journal of Consciousness and Transformation, 28*(1), 7–19. <https://doi.org/10.3200/REVN.28.1.7-19>
- Ardelt, M. (2008). Being wise at any age. In *Positive psychology* (s. 81–108).
- Ardelt, M. (2009). How Similar are Wise Men and Women? A Comparison Across Two Age Cohorts. *Research in Human Development, 6*(1), 9–26. <https://doi.org/10.1080/15427600902779354>
- Ardelt, M. (2011). The Measurement of Wisdom: A Commentary on Taylor, Bates, and Webster's Comparison of the SAWS and 3D-WS. *Experimental Aging Research, 37*(2), 241–255. <https://doi.org/10.1080/0361073X.2011.554509>
- Ardelt, M. (2016). Disentangling the Relations Between Wisdom and Different Types of Well-Being in Old Age: Findings from a Short-Term Longitudinal Study. *Journal of Happiness Studies, 17*(5), 1963–1984. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9680-2>
- Ardelt, M. (2019). Wisdom and well-being. *The Cambridge handbook of wisdom, 602–625*. <https://doi.org/10.1017/9781108568272.028>
- Ardelt, M., & Ferrari, M. (2014). Wisdom and Emotions. In P. Verhaeghen & C. Hertzog, *The Oxford Handbook of Emotion, Social Cognition, and Problem Solving in Adulthood* (s. 256–272). Oxford University Press. <https://academic.oup.com/edited-volume/34462/chapter/292399406>
- Ardelt, M., Pridgen, S., & Nutter-Pridgen, K. L. (2018). The Relation Between Age and Three-Dimensional Wisdom: Variations by Wisdom Dimensions and Education. *The Journals of Gerontology: Series B, 73*(8), 1339–1349. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbx182>
- Baltes, P. B., & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist, 55*(1), 122–136. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.122>
- Bangen, K. J., Meeks, T. W., & Jeste, D. V. (2013). Defining and Assessing Wisdom: A Review of the Literature. *The American Journal Of Geriatric Psychiatry, 21*(12), 1254–1266. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2012.11.020>
- Bhale, U. A., & Bedi, H. S. (2023). *SEM model fit indices meaning and acceptance literature support*. [https://www.researchgate.net/publication/374777043\\_SEM\\_MODEL\\_FIT\\_INDICES\\_MEANING\\_AND\\_ACCEPTANCE\\_LITERATURE\\_SUPPORT/stats](https://www.researchgate.net/publication/374777043_SEM_MODEL_FIT_INDICES_MEANING_AND_ACCEPTANCE_LITERATURE_SUPPORT/stats)
- Bluck, S., & Glück, J. (2004). Making Things Better and Learning a Lesson: Experiencing Wisdom Across the Lifespan. *Journal of Personality, 72*(3), 543–572. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00272.x>



- Bluck, S., Glück, J., Sternberg, R. J., & Jordan, J. (2005). From the Inside Out: People's Implicit Theories of Wisdom. *A Handbook of Wisdom*, 84–109. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511610486.005>
- Bollen, K. A. (1989). A New Incremental Fit Index for General Structural Equation Models. *Sociological Methods & Research*, 17(3), 303–316. <https://doi.org/10.1177/0049124189017003004>
- Brienza, J. P., Kung, F. Y. H., Santos, H. C., Bobocel, D. R., & Grossmann, I. (2018). Wisdom, bias, and balance: Toward a process-sensitive measurement of wisdom-related cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115(6), 1093–1126. <https://doi.org/10.1037/pspp0000171>
- Brudek, P., Cyranka, K., & Webster, J. D. (2023). A Polish adaptation of the Self-Assessed Wisdom Scale (SAWS) in older adults. *Psychiatria Polska*, 57(4), 853–871. <https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/148203>
- Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48. <https://doi.org/10.5502/ijw.v6i3.526>
- Clayton, V. (1983). Wisdom and Intelligence: The Nature and Function of Knowledge in the Later Years. *The International Journal of Aging and Human Development*, 15(4), 315–321. <https://doi.org/10.2190/17TQ-BW3Y-P8J4-TG40>
- Dhanabhakym, M., & Sarath, M. (2023). Psychological Wellbeing: A systematic Literature Review. *International Journal Of Advanced Research In Science, Communication And Technology*, 3(1), 603–607. <https://doi.org/10.48175/IJARSCT-8345>
- Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., & Oishi, S. (2009). New Measures of Well-Being. *Assessing Well-Being*, 247–266. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_12](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_12)
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010a). *Flourishing Scale*. <https://doi.org/10.1037/t03126-000>
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010b). New Well-being Measures. *Social Indicators Research*, 143–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Engel, G. L. (1977). The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136. <https://doi.org/10.1126/science.847460>
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. Norton. <https://archive.org/details/dli.ernet.19961/page/n5/mode/2up>
- Erikson, E. H., & Erikson, J. M. (1998). *The life cycle completed (extended version)*. Norton. <https://www.scribd.com/document/518954875/E-Erikson-The-life-cycle-completed>
- Frimodig, B. (2023). Chi-Square (X<sup>2</sup>) Test & How To Calculate Formula Equation. *Simply Psychology*. <https://www.simplypsychology.org/chi-square.html>

- Glück, J. (2018). Measuring Wisdom: Existing Approaches, Continuing Challenges, and New Developments. *The Journals Of Gerontology*, 73(8), 1393–1403. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbx140>
- Glück, J., König, S., Naschenweng, K., Redzanowski, U., Dorner, L., Straßer, I., & Wiedermann, W. (2013). How to measure wisdom: Content, reliability, and validity of five measures. *Frontiers In Psychology*, 4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00405>
- Glück, J., Strasser, I., & Bluck, S. (2009). Gender Differences in Implicit Theories of Wisdom. *Research in Human Development*, 6(1), 27–44. <https://doi.org/10.1080/15427600902779370>
- Grossmann, I. (2017). Wisdom in Context. *Perspectives on Psychological Science*, 12(2), 233–257. <https://doi.org/10.1177/1745691616672066>
- Grossmann, I., Na, J., Varnum, M. E. W., Park, D. C., Kitayama, S., & Nisbett, R. E. (2010). Reasoning about social conflicts improves into old age. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(16), 7246–7250. <https://doi.org/10.1073/pnas.1001715107>
- Gürel, N. A. (2009). *Effects of thinking styles and gender on psychological well-being* [Master of Science, Middle East Technical University]. <https://etd.lib.metu.edu.tr/upload/12611092/index.pdf>
- Hanzlová, R. (2022). *Testování české verze Škály spokojenosti se životem (SWLS)*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10960.38405>
- Hanzlová, R., & Raudenská, P. (2023). Testování psychometrických vlastností a ekvivalence české verze Škály spokojenosti se životem (SWLS) pomocí metod konfirmační faktorové analýzy, teorie odpovědi na položku a bayesovského modelování. *Czech Sociological Review*. <https://doi.org/10.13060/csr.2023.047>
- Cheraghi, F., Webster, J. D., Kadivar, P., Asgari, A., & Mazlum, F. (2021). Validating the Self-assessed Wisdom Scale (SAWS) in an Iranian Sample. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 36(4), 407–429. <https://doi.org/10.1007/s10823-021-09442-y>
- Inglehart, R. (2002). Gender, Aging, and Subjective Well-Being. *International Journal of Comparative Sociology*, 43(3–5), 391–408. <https://doi.org/10.1177/002071520204300309>
- Jeste, D. V., Ardelt, M., Blazer, D., Kraemer, H. C., Vaillant, G., & Meeks, T. W. (2010). Expert Consensus on Characteristics of Wisdom: A Delphi Method Study. *The Gerontologist*, 50(5), 668–680. <https://doi.org/10.1093/geront/gnq022>
- Joshanloo, M. (2015). Revisiting the Empirical Distinction Between Hedonic and Eudaimonic Aspects of Well-Being Using Exploratory Structural Equation Modeling. *Journal of Happiness Studies*, 17(5), 2023–2036. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9683-z>
- Keyes, C. L. M. (2002). The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Kunzmann, U., & Baltes, P. B. (2003). Wisdom-Related Knowledge: Affective, Motivational, and Interpersonal Correlates. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(9), 1104–1119. <https://doi.org/10.1177/0146167203254506>
- Kunzmann, U., & Baltes, P. B. (2005). The Psychology of Wisdom: Theoretical and Empirical Challenges. *A Handbook of Wisdom*, 110–136. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511610486.006>

- Lord, D., Qin, X., & Geedipally, S. R. (2021). Fundamentals and data collection. *Highway Safety Analytics and Modeling*, 17–57. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-816818-9.00010-X>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and Psychological Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(19). <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- McCubbin, S. (2023). USA Grade to Age Guide and Chart for School Placement. *Ten Minute Momentum*. <https://tenminutemomentum.com/usa-grade-to-age-guide-and-chart/>
- Meeks, T. W., & Jeste, D. V. (2009). Neurobiology of Wisdom. *Archives Of General Psychiatry*, 66(4), 355–365. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2009.8>
- Mickler, C., & Staudinger, U. M. (2008). Personal wisdom: Validation and age-related differences of a performance measure. *Psychology and Aging*, 23(4), 787–799. <https://doi.org/10.1037/a0013928>
- Miljko, L. (b.r.-a). AIC. *The Statistical Agency*. <https://www.statistical.agency/index.php/en/unsere-dienstleistungen/sem-amos/aic>
- Miljko, L. (b.r.-b). Baseline Comparisons. *The Statistical Agency*. <https://www.statistical.agency/index.php/en/unsere-dienstleistungen/sem-amos/baseline-comparisons>
- Miljko, L. (b.r.-c). Goodness of fit Index (GFI). *The Statistical Agency*. <https://www.statistical.agency/index.php/en/unsere-dienstleistungen/sem-amos/goodness-of-fit-index-gfi>
- Miljko, L. (b.r.-d). RMSEA. *The Statistical Agency*. <https://www.statistical.agency/index.php/en/unsere-dienstleistungen/sem-amos/rmse>
- Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019). Descriptive Statistics and Normality Tests for Statistical Data. *Annals of Cardiac Anaesthesia*, 22(1). [https://doi.org/10.4103/aca.ACA\\_157\\_18](https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18)
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further Validation of the Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149–161. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701\\_17](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5701_17)
- Robitschek, C., & Keyes, C. L. M. (2009). Keyes's model of mental health with personal growth initiative as a parsimonious predictor. *Journal of Counseling Psychology*, 56(2), 321–329. <https://doi.org/10.1037/a0013954>
- Roháriková, V., Špajdel, M., Cviková, V., & Jagla, F. (2013). Tracing the relationship between wisdom and health. *Act Nerv Super Rediviva*, 55(3), 95–102. <http://www.rediviva.sav.sk/55i3/95.pdf>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

- Staudinger, U. M., & Glück, J. (2011). Psychological Wisdom Research: Commonalities and Differences in a Growing Field. *Annual Review of Psychology*, 62(1), 215–241. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.121208.131659>
- Sternberg, R. J. (1985). Implicit theories of intelligence, creativity, and wisdom. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(3), 607–627. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.49.3.607>
- Taylor, M., Bates, G., & Webster, J. D. (2011). Comparing the Psychometric Properties of Two Measures of Wisdom. *Experimental Aging Research*, 37(2), 129–141. <https://doi.org/10.1080/0361073X.2011.554508>
- Topková, P. (2018). *Moudrost a časová perspektiva* [Diplomová práce]. Univerzita Karlova.
- Tov, W. (2018). Well-being concepts and components. In *Handbook of subjective well-being* (s. 1–15). Noba Scholar. [https://ink.library.smu.edu.sg/sooss\\_research/2836](https://ink.library.smu.edu.sg/sooss_research/2836)
- Tov, W., & Diener, E. (2013). Subjective Well-being. In *Encyclopedia of Cross-Cultural Psychology*. Wiley. [https://ink.library.smu.edu.sg/sooss\\_research/1395](https://ink.library.smu.edu.sg/sooss_research/1395)
- Webster, J. D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal Of Adult Development*, 10(1), 13–22. <https://doi.org/10.1023/A:1020782619051>
- Webster, J. D. (2007). Measuring the Character Strength of Wisdom. *The International Journal Of Aging And Human Development*, 65(2), 163–183. <https://doi.org/10.2190/AG.65.2.d>
- Webster, J. D. (2015). *The H.E.R.O.(E). Model of Wisdom* [Video]. YouTube. [https://www.youtube.com/watch?v=OQ9bb\\_fiJoQ](https://www.youtube.com/watch?v=OQ9bb_fiJoQ)
- Webster, J. D. (2017). *Self-Assessed Wisdom Scale SAWS*.
- Webster, J. D., Westerhof, G. J., & Bohlmeijer, E. T. (2014). Wisdom and Mental Health Across the Lifespan. *The Journals of Gerontology: Series B*, 69(2), 209–218. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbs121>
- Zacher, H., & Staudinger, U. M. (2018). Wisdom and well-being. *Handbook of well-being*.

## **Seznam příloh**

Příloha 1 – Dotazníková baterie