

## **ABSTRAKT**

Tato diplomová práce se zabývá charakteristikami snů u lidí s úzkostí. Snové charakteristiky, kterými jsou emoce ve snech, snové obsahy, výbavnost snů a postoje ke snům, jsou sledovány u lidí s úzkostí (N=36) a srovnávány s intaktní populací (N=28). V teoretické části je prostor věnován úzkosti a snům, výzkumná část se potom zaměřuje na výběr metod, samotný proces sběru dat, výsledky a diskusi. Účastníci byli v rámci studie rozděleni pomocí inventáře STAI do skupiny lidí s úzkostí či bez úzkosti, rozřazovacím kritériem byla hladina rysové úzkosti. Následně účastníci vyplňovali své sny do online snového deníku po dobu dvou týdnů a v průběhu sběru dat byli ještě kontrolně testováni na míru aktuální úzkosti. Bylo zjištěno, že lidé s úzkostí mají emočně negativněji zbarvené sny a i postoje ke snům těchto lidí se v několika ohledech liší (v oblasti důležitosti, positivity, výbavnosti a obav ze snů). Odlišnosti byly zaznamenány i v četnosti určitých kategorií snových obsahů (kategorie postav, agresivních interakcí, neštěstí a negativních emocí). Vliv úzkostnosti na frekvenci a délku snů se neprokázal jako významný. Cílem práce bylo komplexně popsat charakteristiky snů u lidí s úzkostí, zkoumat tyto charakteristiky optikou jedinců s vysokou úzkostností spíše než jedinců s diagnostikovanou úzkostnou poruchou a porovnat tyto charakteristiky s jedinci bez úzkosti.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

úzkost, sny, úzkostné sny, snový deník, emoce ve snech, postoj ke snům