

Recenze

J. Halamová, M. Kanovský:
SEBASÚCIT A SEBAKRITICKOSŤ:
PSYCHOMETRICKÁ ANALÝZA
MERACÍCH NÁSTROJOV

Bratislava, Univerzita Komenského v Bratislave 2017, 260 s.

Soucit se sebou (angl. *self-compassion*) a jeho protipól – nadměrná sebekritičnost (angl. *self-criticism*) či emoční chlad k sobě samému (angl. *self-coldness*) jsou konstrukty v zahraničí stále častěji zkoumané ve vztahu k etiopatogenezi nejruznějších duševních poruch, ale i k udržování duševního zdraví a osobní pohody. Júlia Halamová a Martin Kanovský převedli do slovenštiny 4 dotazníky (+ dvě jejich krátké verze), které tyto klinicky významné konstrukty umožňují postihnout, a připravili tak podmínky pro zkoumání a sledování těchto proměnných u respondentů na Slovensku a případně i v Česku. Výsledky provedeného výzkumu J. Halamová a M. Kanovský nyní předkládají v souhrnné monografii *Sebasúcit a sebakritičnosť*.

V úvodu monografie autoři nejprve definují pojmy sebekritičnosti, soucitu se sebou a sebeujišťování a dávají je do souvislosti s Maslowovým pojetím B-kognice, Rogersovým bezpodmínečným pozitivním přijetím, Ellisovou bezpodmínečnou sebeakceptací a mnoha dalšími příbuznými pojmy jako jsou „niterná empatie“, „sebeempatie“, ale i „vnitřní kritik“, „kritický rodič“, „top dog“, „nízká sebeúcta“ aj.

V dalších kapitolách pak postupně předkládají do slovenštiny přeložené škály sebekritičnosti a soucitu se sebou: Škálu forem sebekritičnosti a sebeujišťování (Forms of Self-Criticising/Attacking & Self-Reassuring Scale – FSCRS), Škálu soucitu se sebou (Self-Compassion Scale – SCS, česká adaptace viz Benda, Reichová, 2016¹), Škálu úrovní sebekritičnosti (Levels of Self-Criticism Scale – LOSC) a Škálu soucitu se sebou a sebekritičnosti (Self-Compassion and Self-Criticism Scale – SCCS). U každé škály přitom autoři vždy podrobně prezentují

výsledky její psychometrické analýzy, deskriptivní analýzy jednotlivých položek, analýzy reliability, IRT faktorové analýzy, analýzy odlišného fungování položek, Mokkenovy analýzy škálovatelnosti, analýzy validity a regresní analýzy. Dále uvádějí i percentilové normy každé škály a všech jejích subškál. A u škál FSCRS a SCS navíc najdeme v knize i veškeré údaje pro jejich krátké verze FSCRS-SF a SCS-SF.

Dodejme, že statistické analýzy měly u všech 4 nástrojů dobré až vynikající psychometrické vlastnosti. Všechny škály se ukázaly být invariantní, resp. fungovaly stejně pro obě pohlaví (muži, ženy) i pro stav zadaný/á vs. nezadaný/á. K validitě zjištěných výsledků přispěla i skutečnost, že autoři u všech dotazníků použili tzv. „křížovou validizaci“, tzn., že pracovali vždy se dvěma vzorky – standardizačním a validizačním. Je nicméně zajímavé, že analýzy faktorové struktury kromě škály FSCRS odhalily u všech ostatních dotazníků vždy mírně odlišnou strukturu ve srovnání s originálními studii. A právě diskusi těchto výsledků pokládám za velmi zajímavou a cennou součást knihy stejně jako úvahy o vlivu pohlaví, věku, vzdělání či výše příjmů na výsledky v předkládaných dotaznících.

Protože soucit se sebou (i jeho nedostatek) je v zahraničí v posledních letech stále častěji zkoumán jako důležitý aspekt terapeutických programů, založených na všímavosti (angl. *mindfulness-based*) dále v souvislosti s regulací emocí, s psychickou odolností, fyziologickým fungováním, s výchovou a rodičovstvím, ale i se seberozvojem a mnoha tématy pozitivní psychologie (naděje, štěstí, atd.), předpokládám, že také u nás v dohledné době stoupne poptávka po validních nástrojích, které dimenzi soucitu se sebou – versus sebekritičnost umožní měřit. Kniha *Sebasúcit a sebakritičnosť* by se proto brzy mohla stát žádanou příručkou pro klinické psychology, terapeuty, psychiatry, lékaře, výzkumníky i další odborníky se zájmem o tuto oblast. Protože jde o skutečně precizně a fundovaně zpracovanou práci, mohu jí vřele doporučit.

J. Benda

¹ Benda, J., Reichová, A. (2016). Psychometrické charakteristiky české verze Self-Compassion Scale (SCS-CZ). *Československá psychologie*, 60(2), 120-136.