

Optimismus jako pozitivní iluze u současných adolescentů

Jaroslava Blížkovská–Dosedlová*, Helena Klimusová*, Martin Jelínek**, Marek Blatný**

*Psychologický ústav FF MU v Brně

**Psychologický ústav AV ČR v Brně

Úvod

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

Lazarus (1983, dle Peterson, 2000) pozitivně zkreslený náhled na sebe a na svět zdravých lidí nazývá „pozitivním popřením“ a spojuje je s psychickou pohodou.

Beck (1967, dle Peterson, 2000) považuje depresi za kognitivní poruchu, která je charakterizovaná pesimismem a beznadějí, tedy negativním vnímáním sebe sama, reality a budoucnosti.

Taylorová a Brown (1988, 1994) nadnesli vědeckému fóru provokující otázku: je vůbec možné být šťastný a zachovat si realistický náhled na sebe a na situaci? Jsou šťastní lidé realisté, nebo se dopouštějí soustavných chyb při vnímání a hodnocení reality? Sami autoři upozorňují na tři možné typy iluzí běžně se vyskytující u spokojených, psychicky zdravých a dobře adaptovaných osob:

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

Taylorová (1989) rozlišuje iluzi a sebeklam optimismu. Iluze jsou více vztaženy k realitě (i když neochotně) a jsou odpovědnější na rozdíl od sebeklamů.

Důkazy pro iluzorní podstatu optimismu vycházejí ze studií srovnávacích sebeposuzování s posuzováním druhých. Přestože lidé připisují všem lidem vizi příjemné budoucnosti, svoji budoucnost však hodnotí jako rozhodně pozitivnější (Weinstein, 1980).

Naše dílčí studie mapuje existenci systematické chyby v nahlížení vlastní budoucnosti adolescentů ve směru jejího pozitivního zkreslení.

Cílem je:

- 1) zjistit, jaké jsou průměrné subjektivně odhadované šance respondentů, že zažijí určitý druh události (pozitivní či negativní), ve srovnání s tím, jak respondenti odhadují šance na prožití stejných událostí u svých vrstevníků stejného pohlaví a stejného typu školy; na základě průměrných rozdílů vytvořit škálu optimismu,

- 2) posoudit subjektivně vnímané perspektivy a míru optimismu respondentů ve vztahu k pohlaví a dalším vybraným osobnostním charakteristikám.

2. Metoda

2.1 Soubor

Soubor metod jsme administrovali v září a říjnu r. 2002 adolescentům (N=841, 365 mužů a 475 žen, 1 respondent neuvedl pohlaví) navštěvujícím 2. a 3. ročníky náhodně vybraných středních odborných učilišť, středních průmyslových škol, středních škol s uměleckým zaměřením a gymnázií v Jihomoravském kraji.

2.2 Metodika zkoumání

1) NEO Pětifaktorový osobnostní dotazník

Pro zjištění rysů osobnosti jsme použili metodu *NEO pětifaktorový osobnostní inventář*, který z původní verze NEO Five-Factor Inventory P.T. Costy a R.R. McCrae převedli na základě lexikální analýzy jazyka M. Hřebíčková a T. Urbánek (Testcentrum, Praha 2001).

Samotný dotazník obsahuje 60 položek sytících pět základních faktorů: otevřenost vůči zkušenosti, svědomitost, extraverci, přívětivost a neuroticismus. Respondenti vyjadřují své mínění o tom, jak je jednotlivá tvrzení vystihují, na pětibodové škále (0 – vůbec nevystihuje, 1 – spíše nevystihuje, 2 – neutrální, 3 – spíše vystihuje, 4 – naprosto vystihuje).

2) Dotazník subjektivní pohody (životní spokojenosti)

Úroveň životní spokojenosti jsme měřili pomocí *Škály životní spokojenosti (Satisfaction With Life Scale)* autorů Pavota a Dienera (1993), která je tvořena pěti položkami. Zkoumané osoby měly vyjádřit míru svého souhlasu či nesouhlasu s jednotlivými položkami na škále od 1 do 5 (1 – vůbec nesouhlasím, 2 – spíše nesouhlasím, 3 – nemohu se rozhodnout, 4 – spíše souhlasím, 5 – zcela souhlasím). Pro analýzu jsme použili součtové skóre, které při pěti položkách Škály životní spokojenosti nabývá hodnot od 5 do 25. Škála je skórována tak, že vysoké skóre znamená vysokou úroveň životní spokojenosti.

3) Rosenbergova škála sebehodnocení

Pro zjištění celkové úrovně sebehodnocení (globálního vztahu k sobě) jsme použili Rosenbergovu škálu sebehodnocení (Rosenberg, 1965, Blatný a Osecká, 1994) skládající se z 10 položek. Respondenti vyjadřovali míru výstižnosti jednotlivých tvrzení vůči sobě na čtyřbodové škále (1 – zcela neplatí, 2 – spíše neplatí, 3 – spíše platí, 4 – zcela platí). Vysoké skóre znamená vysokou úroveň sebehodnocení.

4) DSP Dotazník sociálních perspektiv, škála optimismu a subjektivního pocitu kontroly

Abychom zjistili, jak se adolescenti vztahují k vlastní budoucnosti, vytvořili jsme seznam 20 událostí (13 pozitivních a 7 negativních), které mohou očekávat ve svém profesním a osobním životě.

V první části dotazníku bylo úkolem respondentů odhadnout v procentech, jaké jsou jejich šance, že určitou událost prožijí (0 % = žádná šance, 100 % = jistota). Ve druhé části dotazníku respondenti odhadovali v procentech, jaká je šance, že dané události prožijí jejich vrstevníci stejného pohlaví (0 % = žádná šance, 100 % = jistota).

Třetí část dotazníku tvořila pětibodová škála zaměřená na subjektivní pocit kontroly nad životními událostmi (1 = nemohu výskyt události vůbec ovlivnit, 2 = mohu ho ovlivnit jen v malé míře, 3 = mohu výskyt události ovlivnit středně, 4 = mohu ho ovlivnit ve velké míře, 5 = mohu ho zcela ovlivnit).

Dále jsme na základě prvních dvou částí dotazníku vytvořili škálu optimismu, který chápeme jako očekávání posuzované osoby, že ji ve srovnání s vrstevníky stejného pohlaví potkají v budoucnosti ve větší míře než je žádoucí události a v menší míře než vrstevníky nežádoucí události. (Naše pojetí se blíží konceptu optimismu jako tzv. pozitivní iluze autorů Taylora a Browna, 1988 a 1994.)

Vytvořili jsme 20 nových proměnných, které vznikly odečtením šancí vrstevníků od šancí respondentů u žádoucích událostí nebo naopak u nežádoucích událostí. Po sečtení hodnot a vytvoření průměrů u všech těchto dvaceti proměnných vznikla škála k posouzení míry optimismu respondentů. Reliabilita této škály dosáhla uspokojivé hodnoty (Cronbachovo alfa = 0,79).

3. Výsledky a jejich interpretace

3.1 Posouzení průměrných subjektivně posuzovaných šancí respondentů zažít určitý typ situace ve srovnání s vrstevníky

Deskriptivními statistickými metodami jsme posoudili odhady vlastních perspektiv respondentů a perspektiv jejich vrstevníků (posuzovaných samotnými respondenty). Pomocí analýzy opakovaných měření Obecného lineárního modelu (Repeated Measures GLM) jsme ověřili statistickou průkaznost rozdílů v odhadech šancí vlastních a vrstevnických. Přítomnost nerealistického optimismu ve smyslu nadhodnocení vlastních šancí dokazuje následující tab. č. 1. a graf č. 1.

Tab. č. 1: Rozdíly mezi odhady vlastních a vrstevnických perspektiv

	vlastní perspektivy odhadované respondenty		perspektivy vrstevníků odhadované respondenty	
	průměr v %	směrodat. odchylka	průměr v %	směrodat. odchylka
budu pokračovat na VŠ, získám zaměstnání dle svého výběru	66,07	23,286	56,64	18,769
budu zastávat uspokojivé zaměstnání	67,32	21,880	58,61	19,492
stanu se společensky významným	33,11	24,080	34,63	20,768
budu v dobrém zdravot.stavu do 45 let	57,70	25,839	55,32	20,288
dožiji se nejméně 80 let	40,98	27,253	42,46	22,100

budu mít vlastní byt	70,88	27,960	66,84	20,855
budu mít vlastní dům	61,74	27,486	51,74	20,786
budu mít nadprůměrný plat	53,57	26,629	46,79	19,339
budu mít trvalý vztah	70,41	24,394	66,30	20,312
budu moci cestovat do ciziny	79,04	23,300	74,87	21,259
uplatním se profesionálně i v zahraničí	44,40	26,713	41,49	21,216
odstěhuji se do zahraničí	31,13	26,893	30,49	21,026
budu mít zdravé dítě	69,37	24,084	68,23	21,573
rozvedu se	30,77	23,751	40,93	19,743
onemocním s trvalými následky	32,23	22,854	33,36	20,431
budu mít problémy s alkoholem či drogami	19,19	25,295	34,99	23,442
pokusím se o sebevraždu	11,83	21,939	16,77	18,728
budu delší dobu nezaměstnaný	28,09	22,238	35,23	20,722
moje životní úroveň bude pod hranicí chudoby	12,81	18,776	18,40	19,570
přímo se mě dotkne nějaká katastrofa	34,83	25,584	37,47	23,991

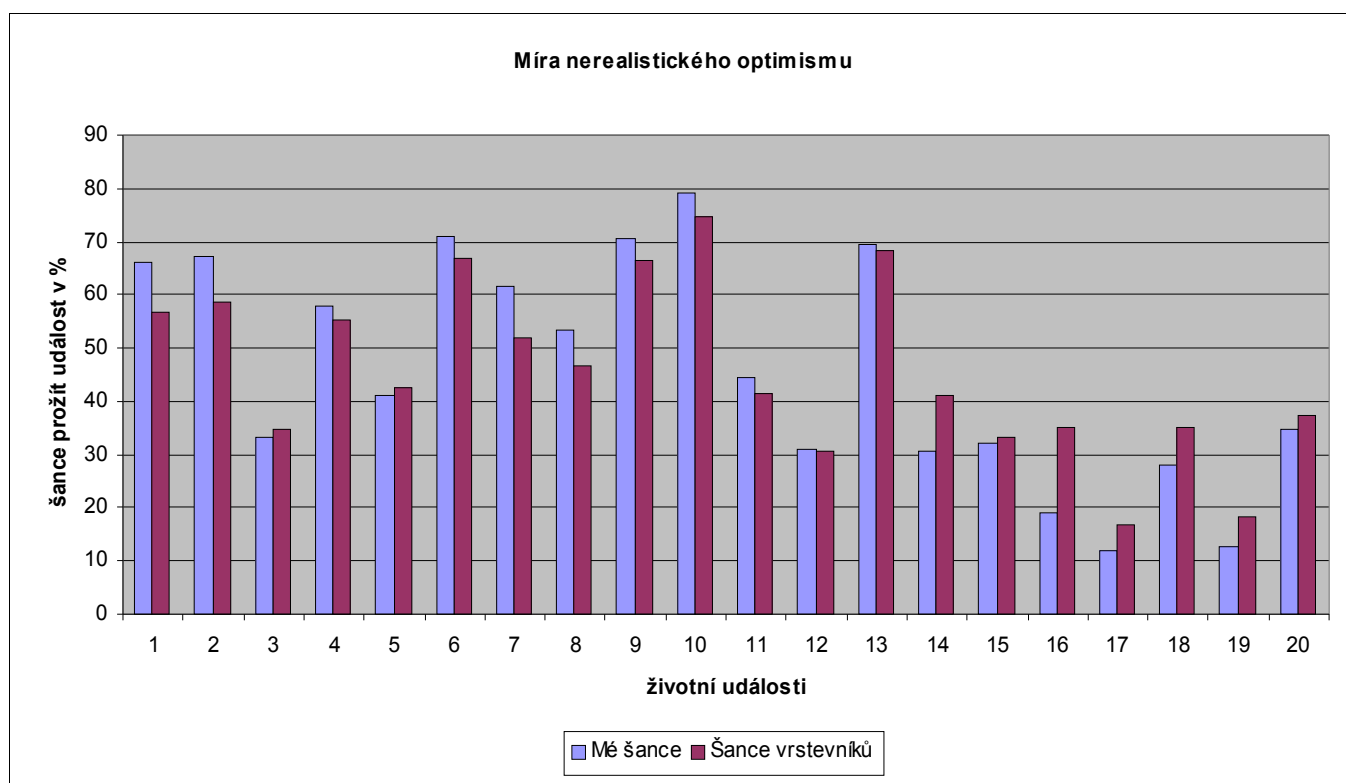
Abychom mohli posoudit míru optimistického očekávání respondentů, vytvořili jsme 20 nových proměnných, které vznikly odečtem šancí vrstevníků od šancí respondentů (u pozitivních událostí) nebo naopak (u negativních událostí). Po součtu hodnot těchto dvaceti proměnných a jejich následném zprůměrování vznikla škála optimismu zachycující očekávání respondentů, že je ve srovnání s vrstevníky více potkají žádoucí události a méně potkají události nežádoucí. Reliabilita této škály je uspokojivá (Cronbachovo alfa = 0,79).

Tab. č. 2: Statisticky průkazné rozdíly mezi subjektivními odhady vlastních perspektiv respondentů a perspektiv jejich vrstevníků

	Rozdíl mezi subjektivními odhady vlastních perspektiv respondentů a jejich vrstevníků				
	N	Průměr	Směrodat. odchylka	F	Sig.
1. budu pokračovat na VŠ, získám zaměstnání dle svého výběru	824	9,45	24,39	130,025	0,000
2. budu zastávat uspokojivé zaměstnání	823	8,70	21,49	138,727	0,000
3. stanu se společensky významným	821	-1,59	24,08	1,397	0,238
4. budu v dobrém zdravot.stavu do 45 let	823	2,45	20,90	13,279	0,000
5. dožiji se nejméně 80 let	822	-1,59	19,48	5,432	0,020
6. budu mít vlastní byt	826	4,03	26,43	18,077	0,000
7. budu mít vlastní dům	818	10,05	25,47	145,227	0,000
8. budu mít nadprůměrný plat	824	6,72	23,75	79,465	0,000
9. budu mít trvalý vztah	820	4,07	23,75	24,014	0,000
10. budu moci cestovat do ciziny	825	4,13	18,28	42,335	0,000
11. uplatním se profesionálně i v zahraničí	824	2,96	25,73	13,416	0,000
12. odstěhuji se do zahraničí	821	0,60	25,15	0,654	0,419
13. budu mít zdravé dítě	817	1,11	16,92	3,982	0,046

14. rozvedu se	821	10,18	21,49	174,458	0,000
15. onemocním s trvalými následky	818	1,10	15,28	4,270	0,039
16. budu mít problémy s alkoholem či drogami	823	15,73	23,56	352,433	0,000
17. pokusím se o sebevraždu	817	4,95	21,15	41,045	0,000
18. budu delší dobu nezaměstnaný	817	7,16	17,61	135,168	0,000
19. moje životní úroveň bude pod hranicí chudoby	820	5,59	15,39	106,591	0,000
20. přímo se mě dotkne nějaká katastrofa	821	2,72	15,09	25,592	0,000

Graf. č. 1: Rozdíly mezi odhady vlastních a vrstevnických perspektiv



Rozdíl mezi odhadem vlastních šancí a šancí vrstevníků je statisticky průkazný na 1% hladině statistické průkaznosti ($p < 0,01$) u všech událostí kromě položek č. 3, 5, 12, 13 a 15 (viz tab. č. 2). Optimistické zkreslení se tedy neprojevilo či projevilo v menší míře u očekávání společenské významnosti, dlouhověkosti, stěhování se do zahraničí, vážnějšího onemocnění a narození zdravého dítěte. Největší rozdíl mezi odhadem vlastních šancí a šancí vrstevníků se objevuje u položek č. 16, 14, 7 a 1. Znamená to, že respondenti optimisticky očekávají, že s mnohem nižší mírou pravděpodobnosti oproti vrstevníkům budou mít problémy s alkoholem či drogami a že se rozvedou, naopak s větší mírou pravděpodobnosti očekávají získání vlastního domu a pokračování ve studiu či zastávání zaměstnání dle svého výběru.

Jako nejpravděpodobnější (70 – 80 %) ve svém životě respondenti označili možnost cestování do ciziny, získání vlastního bytu, navázání trvalého partnerského vztahu a vychovávání zdravého dítěte či dětí. Jako nejméně pravděpodobné (10 – 20 %) označují události 16, 17 a 19 (pokusím se o sebevraždu, budu mít problémy s alkoholem či drogami, moje životní úroveň bude pod hranicí chudoby). V současné době vysoké nezaměstnanosti je zajímavý odhad možnosti vlastní dlouhodobé nezaměstnanosti (událost č. 18), kterou respondenti vnímají v průměru jako 28 %. Jen o něco větší pravděpodobnost přisoudili rozvodu, bez mála 31 %.

3.2 Vztah optimismu, pohlaví a vybraných osobnostních proměnných

a) Rozdíly ve srovnávacích odhadech chlapců a dívek

Mezipohlavní rozdíly u odhadu vlastních šancí na prožití událostí ve srovnání s vrstevníky stejného pohlaví jsou statisticky průkazné ($p < 0,001$) u položek č. 3, 7 a 8. Jednak dívky odhadují pravděpodobnost, že se stanou společensky významnými (položka č. 3, $F=26,122$), že budou mít vlastní dům (položka č. 7, $F=24,890$) a nadprůměrný plat (položka č. 8, $F=28,266$), jako nižší než chlapci. Navíc se významně liší i ve vyjádřené míře optimismu. Zatímco si chlapci udržují optimistické přesvědčení, že jejich šance na naplnění těchto událostí jsou vyšší než u vrstevníků stejného pohlaví, dívky se u položek 7 a 8 nevydělují ze své vrstevnické skupiny a přisuzují sobě i jiným dívkám shodného vzdělání podobné šance. U položky č. 3 dokonce přiznávají svým vrstevnicím vyšší šance než mají samy. Do těchto signifikantních rozdílů v očekáváních se pravděpodobně nejvíce promítá obsah genderových rolí, se kterými se chlapci a dívky identifikovali. Dívky na základě zmíněných odpovědí prozrazují alespoň částečnou identifikaci s tradiční ženskou genderovou rolí, která se nepojí s takovým společenským a materiálním úspěchem jako role mužská.

Tab.č.3: Pravděpodobnostní odhady vlastních a vrstevnických perspektiv z hlediska pohlaví

	p o h l a v í	vlastní perspektivy odhadované respondenty			perspektivy vrstevníků odhadované respondenty		
		N	průměr v %	směrod. odchylka	N	průměr v %	směrod. odchylka
budu pokračovat na VŠ, získám zaměstnání dle výběru	M	353	68,06	23,739	354	56,13	19,072
	Ž	469	64,63	22,880	469	57,03	18,565
budu zastávat uspokojivé zaměstnání	M	353	68,59	22,456	353	58,28	19,708
	Ž	469	66,40	21,458	469	58,88	19,363
stanu se společensky významným	M	352	35,36	25,672	352	32,07	21,105
	Ž	468	31,25	22,650	468	36,51	20,358
budu v dobrém zdravot.stavu do 45 let	M	353	61,14	27,671	353	56,87	21,047
	Ž	469	55,20	24,016	469	54,12	19,648
dožiji se nejméně 80 let	M	353	39,48	27,799	353	41,12	22,289
	Ž	468	41,88	26,755	468	43,45	21,112
budu mít vlastní byt	M	354	70,01	29,587	354	66,60	21,330
	Ž	471	71,55	26,710	471	67,06	20,520
budu mít vlastní dům	M	350	66,12	26,076	350	50,99	22,161
	Ž	467	58,59	28,180	467	52,32	19,791
budu mít nadprůměrný plat	M	354	62,17	26,051	354	50,45	19,756
	Ž	469	46,97	25,200	469	44,01	18,585

budu mít trvalý vztah	M	354	72,00	24,109	354	67,62	19,905
	Ž	465	69,22	24,651	465	65,38	20,380
budu moci cestovat do ciziny	M	355	79,43	24,014	355	74,88	21,858
	Ž	469	78,73	22,802	469	74,91	20,809
uplatním se profesionálně i v zahraničí	M	354	45,72	26,629	354	39,96	21,640
	Ž	469	43,48	26,799	469	42,62	20,859
odstěhuji se do zahraničí	M	352	28,02	25,255	352	26,49	20,238
	Ž	468	33,39	27,818	468	33,48	21,151
budu mít zdravé dítě	M	352	70,73	25,314	352	68,91	22,259
	Ž	464	68,22	23,046	464	67,66	21,040
rozvedu se	M	352	30,60	24,255	352	39,24	20,343
	Ž	468	30,84	23,180	468	42,20	19,236
onemocním s trvalými následky	M	353	30,20	24,303	353	31,39	21,445
	Ž	464	33,81	21,579	464	34,86	19,499
budu mít problémy s alkoholem či drogami	M	353	20,63	27,534	353	34,97	25,319
	Ž	469	18,15	23,474	469	34,97	21,968
pokusím se o sebevraždu	M	354	11,29	22,350	354	14,78	19,088
	Ž	462	12,10	21,429	462	18,17	18,255
budu delší dobu nezaměstnaný	M	351	25,98	22,757	351	33,72	22,627
	Ž	465	29,64	21,712	465	36,39	19,134
moje životní úroveň bude pod hranicí chudoby	M	354	11,74	18,533	354	17,45	20,121
	Ž	465	13,58	18,915	465	19,09	19,108
přímo se mě dotkne nějaká katastrofa	M	352	31,51	26,972	352	34,01	25,051
	Ž	468	37,15	24,313	468	40,04	22,868

Porovnali jsme průměrné skóry chlapců a dívek t-testem pro nezávislé výběry. V míře celkově projeveného optimismu se dívky a chlapci lišili na 1% hladině významnosti ($p < 0,01$), jak ukazuje následující tabulka. Dívky hodnotily vlastní budoucnost střízlivěji než chlapci.

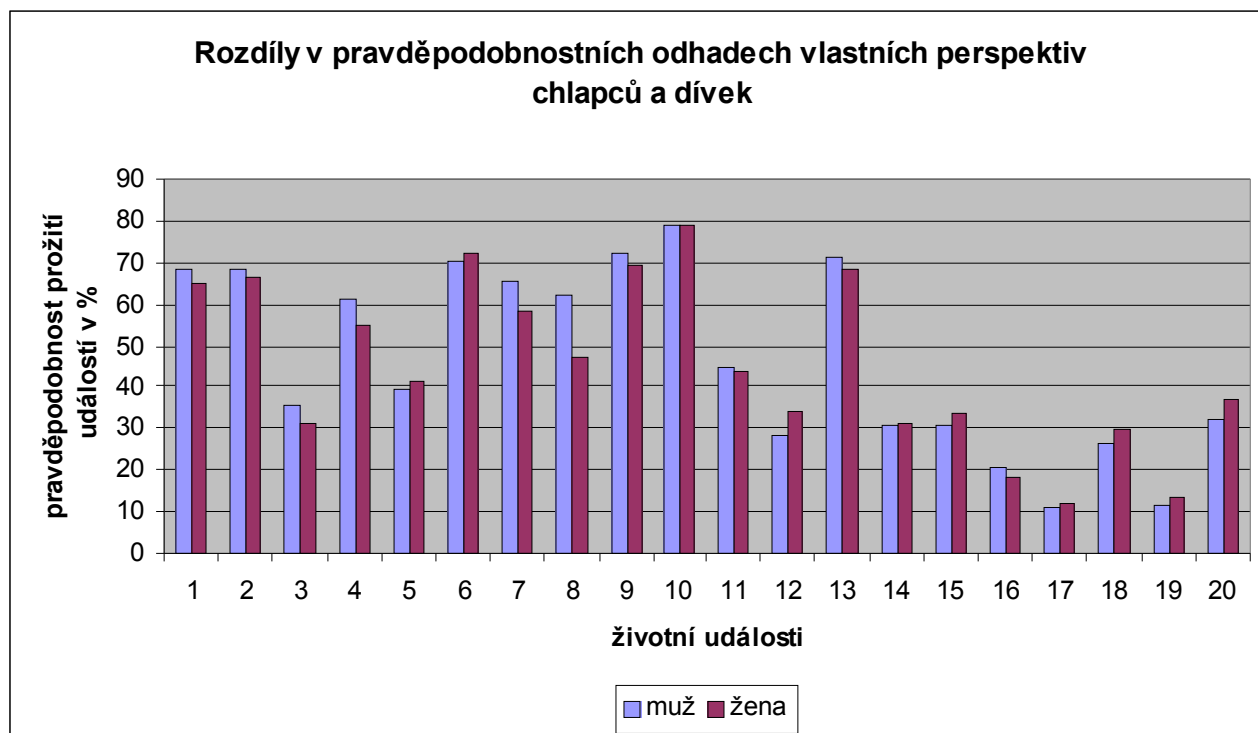
Tab. č. 4.: Vztah optimismu a pohlaví

pohlaví	N	průměrná míra optimismu	směrodatná odchylka	t	Sig.
muži	326	6,098	10,938	2,751	0,006
ženy	424	4,157	8,388		

b) Odhady vlastních šancí chlapců a dívek

Pomocí Obecného lineárního modelu GLM jsme posoudili rozdíly mezi odhady vlastních šancí na prožití daných životních událostí v souboru chlapců a dívek. Statisticky významné se ukázaly být u položek č. 4 ($F=11,80$), 7 ($F=13,882$), 8 ($F=66,260$) ($p < 0,001$) a 12 ($F=8,323$), 20 ($F=6,719$) ($p < 0,01$). Chlapci si více než dívky věří v tom, že si udrží dobrý zdravotní stav do 45 let, budou vlastnit dům a budou finančně nadprůměrně odměňováni. Dívky si více než chlapci představují, že se přestěhují do ciziny. Domníváme se, že se do výsledků promítly plány dívek působit nějakou dobu v cizině v roli au pair, případně se do zahraničí provdat. Dívky také více než chlapci počítají s možnými negativními životními událostmi. Signifikantní rozdíl byl naměřen u položky č. 20, „přímo se mě dotkne nějaká katastrofa“.

Graf č.2: Rozdíly mezi odhady vlastních šancí u dívek a chlapců



c) Korelace mezi mírou optimismu a vybranými osobnostními proměnnými přinesly následující zjištění: optimismus respondentů se statisticky významně pojí s extravertí, svědomitostí, pozitivním sebehodnocením a subjektivní pohodou. Záporně koreluje s neuroticismem.

Tab. č. 5: Korelace míry optimismu s vybranými osobnostními charakteristikami

	N	optimismus
neuroticismus	722	-0,288**
extraverze	724	0,206**
otevřenost	721	0,075*
přívětivost	726	0,004
svědomitost	720	0,264**
sebeúcta	729	0,356**
SWB	750	0,258**

** Korelace je signifikantní na 1% hladině významnosti

* Korelace je signifikantní na 5% hladině významnosti

4. Diskuse a závěr

V rámci celého výzkumného souboru jsme prokázali existenci systematické chyby v nahlížení vlastní budoucnosti ve směru jejího pozitivního zkreslení u 15 životních událostí z celkového počtu 20 předložených. Poukázali jsme na mezipohlavní rozdíly ve vykazované míře pozitivních očekávání, muži svou budoucnost nahlížejí signifikantně optimističtěji než ženy. Můžeme usuzovat na kulturní a sociální podmíněnost těchto očekávání. Ženy projevíly menší míru optimismu především ve vztahu k společenskému a materiálnímu úspěchu, což by mohlo naznačovat přinejmenším částečnou identifikaci s tradiční méně výkonově orientovanou ženskou rolí. Ve studii provedené na vzorku vysokoškolských studentů (Blížkovská, Rerychová, 2002) jsme srovnávali míru optimistických očekávání našich studentů s výsledky výzkumu Weinsteina (1980) provedeného na souboru amerických vysokoškoláků. Míra optimismu našich studentů ve srovnání s americkými byla celkově signifikantně nižší. Domníváme se tedy, že výsledná míra optimistických očekávání do budoucna nezáleží jen na určité inherentní míře optimismu, která je daná v jisté míře všem lidem dispozičně (Carver, Scheier, 2002a, 2002b), ale i na dalších zprostředkujících environmentálních a samozřejmě i osobnostních vlivech (kultuře, výchově, sociálních rolích, ekonomické prosperitě společnosti, typu osobnosti atd.).

Čtenáře jistě napadne logická otázka – měli bychom se obávat pozitivní iluze optimismu, nerealistického zkreslení výhledů do vlastní budoucnosti?

V individualistických kulturách Západu se optimismus pojí s pozitivními emocemi, adaptivními (aktivními, na problém orientovanými) copingovými strategiemi, pesimismus s emocemi negativními a copingovými strategiemi maladaptivními s tendencí k vyhnutí se řešení problémů (Chang, 2002).

Optimismus zvyšuje odolnost vůči negativním emocím v zátěži, např. po narození dítěte (Carver, Gaines, 1987, dle Carver, Scheier, 2002b).

Optimismus pozitivně koreluje s nižší mírou předoperačního stresu a s vyšší mírou pooperační spokojenosti (Fitzgerald a kol., 1993, dle Peterson, Bossio, 2002).

Vyšší míra optimismu snižuje míru stresu ve zkouškovém období po prvním semestru u VŠ studentů prvního ročníku (Aspinwall, Taylor, 1992). Tento vztah byl nezávislý na vlivu sebehodnocení, místa kontroly (locus of control) a převládající nálady.

Optimisté více plánují, jsou zaměřeni na vyhledávání informací a snaží se přerámovat negativní událost z hlediska pozitivních aspektů, podporují humor. Užívají méně fatalistických postojů a méně se obviňují. Nezměnitelné situace akceptují rychleji a neunikají z nich (Chang, 2002). Podnikají aktivní kroky k tomu, aby podpořili kvalitu svého života. Více cvičí, jedí nízkotučnou stravu a vykazují více zdraví podporujícího chování (Robbins, Spence, Clark, 1991, dle Scheier, Carver, Bridges, 2002).

Optimisté žijící v naší euroamerické kultuře zkrátka nejsou lidé, kteří mají hlavy schované do písku a ignorují ohrožení jejich pohody.

Literatura:

- Aspinwall, L.G., Taylor, S.E. (1992). Modeling cognitive adaptation. *Journal of personality and Social Psychology*, 63, 989 – 1003.
- Blatný, M., Osecká, L. (1994). Rosenbergova škála sebehodnocení: struktura globálního vztahu k sobě. *Československá psychologie*, 38, 6, 481 – 488.
- Blížkovská, J., Rerychová, K. (2002). *Jsou naši vysokoškoláci optimisté? Sborník z konference Sociální procesy a osobnost*. SAV Košice.
- Carver, Ch.S., Scheier, M. (2002a). Optimism, Pesimism and Self-Regulation. In Chang, E.C. Ed. (2002). *Optimism & Pesimism*. APA, Washington,DC.
- Carver, Ch.S., Scheier, M. (2002b). Optimism. In Snyder,C.R., Lopez, S.J. Eds. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Hřebíčková, M., Urbánek, T. (2001). *NEO pětifaktorový osobnostní inventář (podle NEO Five – Factor Inventory P.T. Costy a R.R. McCrae)*. Praha: Testcentrum.
- Pavot, W., Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self-reported measures of subjective well-being. *Social Indicators*, 28, 1-20.
- Peterson, Ch. (2000). The Future of Optimism. *American Psychologist* 55, 1, 44 – 55.
- Peterson, Ch., Bossio, L.M. (2002). Optimism and physical well-being. In Chang, E.C. Ed. (2002). *Optimism & Pesimism*. APA, Washington,DC.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Scheier, M.F., Carver, Ch.S., Bridges, M.W. (2002). Optimism, pesimism and psychological well-being. In Chang, E.C. Ed. (2002). *Optimism & Pesimism*. APA, Washington,DC.
- Snyder,C.R., Lopez, S.J. Eds. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Taylor, S. E., Brown, L. (1994). Positive illusions and well-being revisited: separating fact from fiction. *Psychological Bulletin* 116, 1, 21-27.
- Taylor, S.E. (1989). *Positive illusions: Creative self-deception and the healthy mind*. New York: Basic Books.
- Taylor, S. E., Brown, L. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin* 103, 2, 193-210.
- Weinstein, N. D. (1980). Unrealistic optimism about future life events. *Journal of Personality and Social Psychology* 39, 5, 806-820.

BLÍŽKOVSKÁ-DOSEDLOVÁ, Jaroslava; KLIMUSOVÁ, Helena; JELÍNEK, Martin, BLATNÝ Marek.

Optimismus jako pozitivní iluze u současných adolescentů.

In HELLER, Daniel; PROCHÁZKOVÁ, Jana; SOBOTKOVÁ, Irena (ed.). *Psychologické dny 2004 : Svět žen a svět mužů : polarita a vzájemné obohacování : sborník příspěvků z konference Psychologické dny, Olomouc 2004*. Olomouc : Universita Palackého v Olomouci, 2005. Acta Universitatis Palackianae Olomucensis. Facultas Philosophica, Psychologica 35 - suppl. Plný text příspěvku o rozsahu 10 s. je dostupný na přiloženém CD-ROM. ISBN 80-244-1059-1.