

## Iracionalita a anxieta mužov a žien – podobnosti a rozdiely

Jana Kordačová

Ústav experimentálnej psychológie SAV, Bratislava, Slovensko

V štúdiu nadväzujeme na výsledky vlaňajšieho výskumu (Kordačová, 2003), kde na pozadí preukázaných súvislostí iracionálnych presvedčení s anxiétou sme medzi mužmi a ženami sledovaného výberu zistili signifikantné rozdiely v prežívaní strachu, čo sa však nepotvrdilo pri iracionalite. To nás viedlo k rozhodnutiu pristiaviť sa pri tomto aspekte skúmaného problému a doplniť ho jednak o pohľad na extrémne skupiny, jednak o výsledky frekvenčnej analýzy škálových hodnôt sledovaných mier (anxieta, iracionalita) so zreteľom na medzipohlavné diferencie.

### CIEĽ

Naším výskumným zámerom bolo:

1. Zmapovať rozdiely v úrovni anxiety a iracionality v extrémnych skupinách, tj. v podskupinách dievčat a chlapcov so zníženou a zvýšenou mierou iracionality myslenia (podľa kritéria  $\pm 1 \sigma$ ).
2. Zistiť rozdiel vo frekvencii škálových hodnôt, tj. špecifického typu odpovedí v sledovaných mierach (anxieta a iracionalita) z aspektu pohlavia.

### VÝBER A METÓDA

Výber tvorilo 115 bratislavských stredoškôľakov s priemerným vekom 17,2 roka, 60 chlapcov a 55 dievčat. Výskum bol anonymný, pričom oproti vlaňajšku sme doplnili chýbajúce dáta niektorých respondentov. Použili sme dve pôvodné slovenské metódy: *Škálu iracionálnych presvedčení IPA* (Kondáš, Kordačová, 2000), ktorá zachytáva mieru iracionálnych presvedčení neurotického typu, tj. konštruktu známeho z racionálno-emočnej behaviorálnej teórie A. Ellisa (napr. Ellis, 1995, 2002 a inde). Škála pozostáva z 5 faktorov: bezmocnosť, idealizácia, perfekcionizmus, externálna vulnabilita a negatívne očakávania. Škála sa ukázala ako validná (bližšie Ivanovičová, 2004), spoľahlivá a vhodná pre skupinové výskumné použitie a skrining (Kondáš, Kordačová, ibid).

Druhou výskumnou metódou bola *Škála klasických strachov, sociálno-situačných strachov a trémy* (Kondáš, 1973). Zisťuje výskyt a mieru subjektívnej neprijemnosti zážitku predmetného a situačného strachu, vyvolaného objektami klasických fóbii, sociálno-interpersonálnymi situáciami a situáciami trémy. Škála sa validizovala testom palmárnej potivosti, pričom vysoko signifikantne koreluje so známymi klasickými mierami anxiety (MAS, IPAT). Celkovú mieru anxiozity vyčísluje podobne ako v prípade škály IPA sumárne skóre.

### VÝSLEDKY

Hlavné výsledky výskumu, na ktorý nadväzujeme podávame v zostručnenej podobe (tabulky, resp. grafy) s tým, že záujemcu o podrobnejšie údaje odkazujeme na vyššie uvedenú štúdiu.

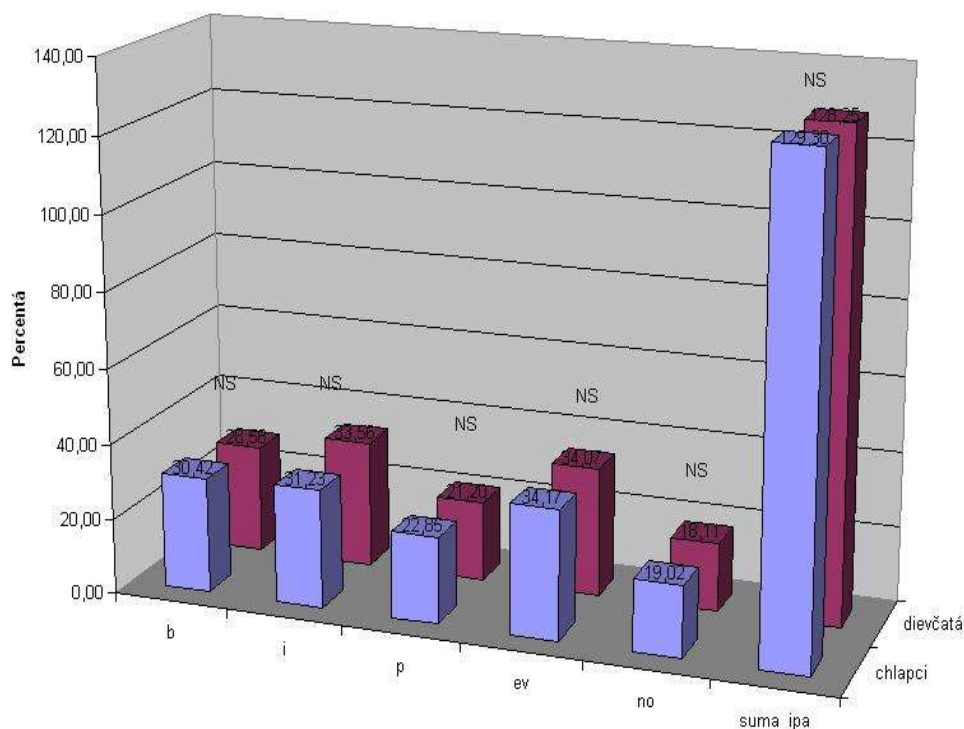
Tabuľka 1 **Vzťahy iracionálnych presvedčení s anxietou: dievčatá (N=55) a chlapci (N=60)**

Škála		Beznocnosť	Idealizácia	Perfekcionizmus	Externálna vulnerabilita	Negatívne očakávania	∑ IPA
K	D	-	-	-	-	-	-
	Ch	.343**	.349**	-	-	-	.389**
S	D	-	-	.286*	-	-	-
	Ch	-	.295*	-	-	-	.259*
T	D	.292*	.457**	.445**	-	-	.513**
	Ch	-	-	-	-	-	-
∑ KSAT	D	-	.371**	.351**	-	-	.319*
	Ch	-	.302*	-	-	-	.299*

**Legenda:** K – klasické strachy  
S – sociálno-situačné strachy  
T – tréna  
∑ celkové skóre

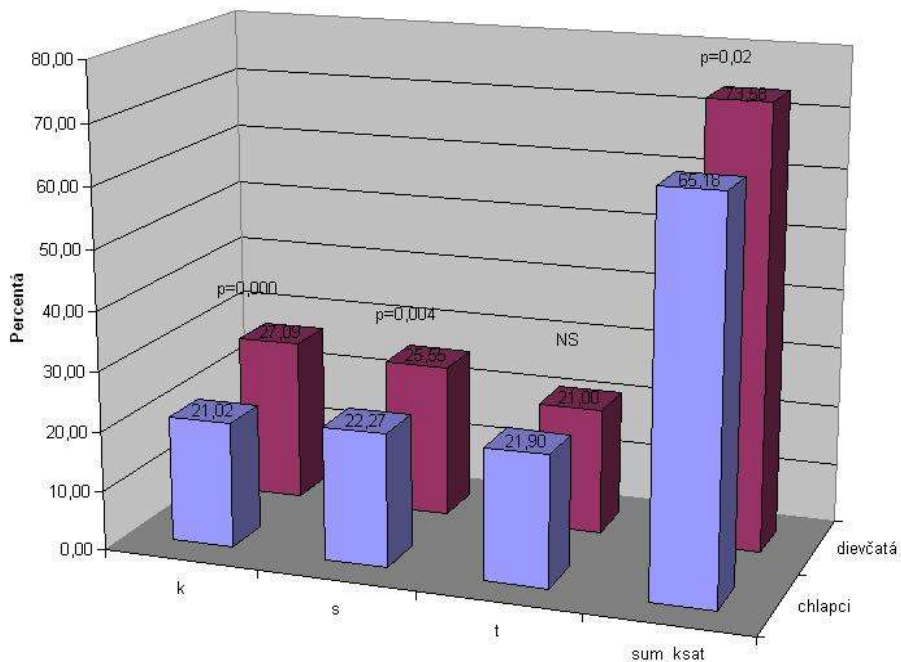
**Pozn.** – uvádzajú sa iba signifikantné korelácie

Graf 1 **Interpohlavné rozdiely v ukazovateľoch iracionality**



**Legenda:** b = beznocnosť, i = idealizácia, p = perfekcionizmus, ev = externálna vulnerabilita, no = negatívne očakávania

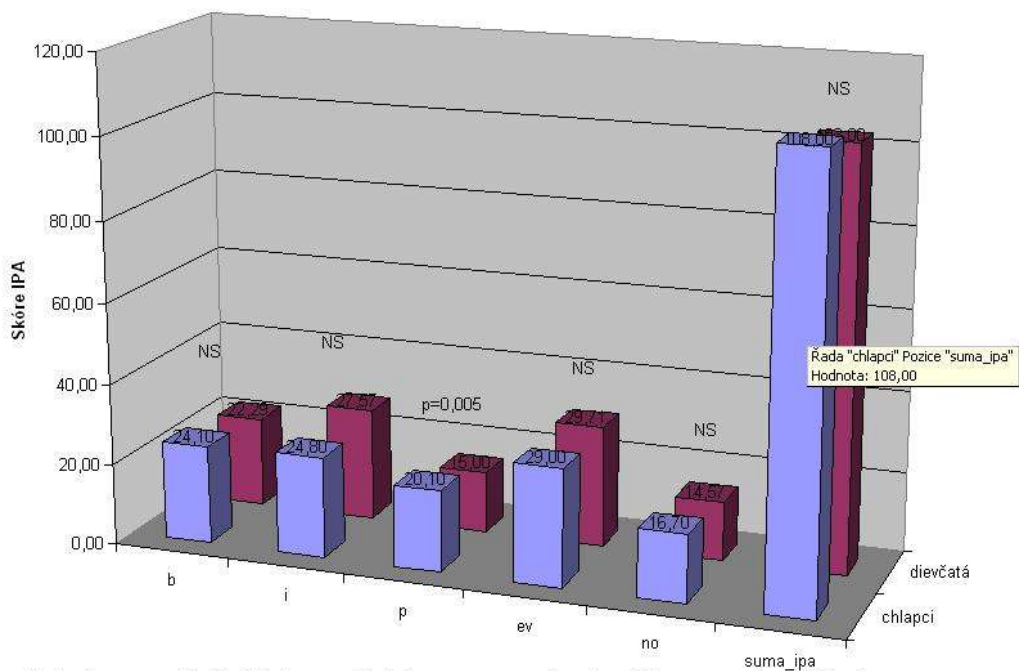
Graf 2 Interpohlavné rozdiely v ukazovateľoch anxiety



Legenda: k = klasické strachy, s = sociálno-situačné strachy, t = tréma

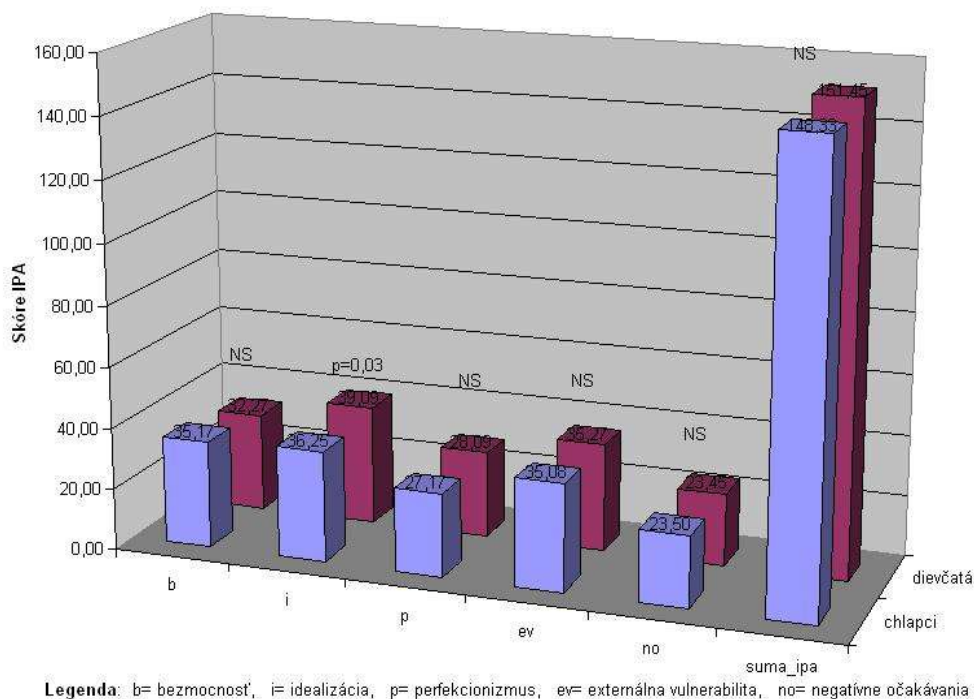
Uvedené zistenia nás viedli k rozhodnutiu overiť, či sa rozdiely v iracionalite nevyskytnú aspoň medzi dievčatami a chlapcami, u ktorých bude jej miera nadmerne zvýšená alebo nadmerne znížená.

Graf 3 Porovnanie podskupín extrémne racionálnych dievčat (n=7) a chlapcov (n=10)



Legenda: b= bezmocnosť, i= idealizácia, p= perfekcionizmus, ev= externálna vulnabilita, no= negatívne očakávania

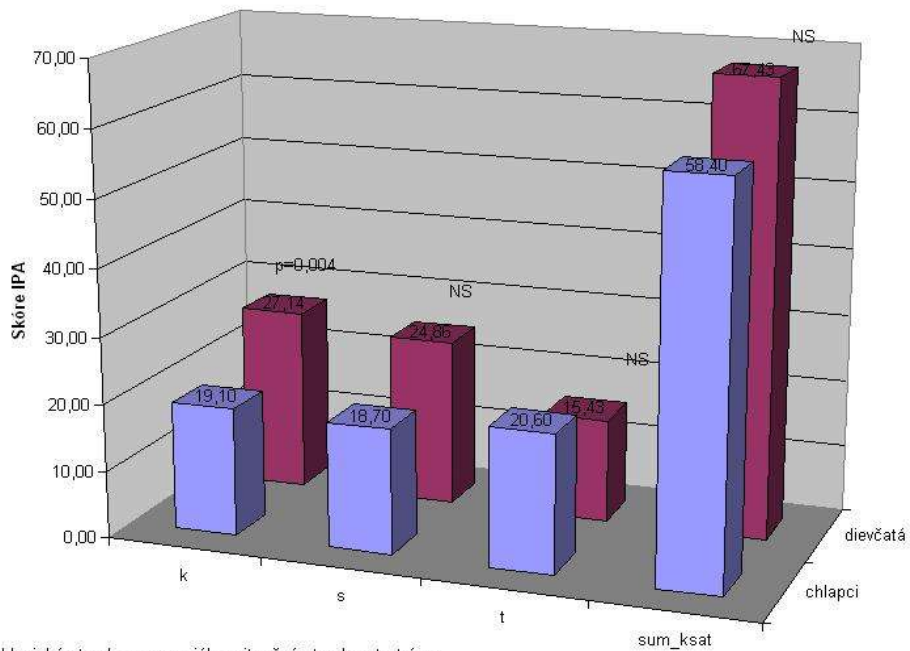
Graf 4 Porovnanie podskupín extrémne iracionálnych dievčat (n=11) a chlapcov (n=12)



Z grafov vidíme, že „racionálne“ a „iracionálne“ podskupiny chlapcov a dievčat sa líšili v konkrétnom type faktora iracionálnych presvedčení: v prvom prípade (graf 3) to bolo v perfekcionizme v prospech chlapcov, čo pravdepodobne súvisí so zistenými vzťahmi perfekcionizmu s anxiétou u dievčat (tab. 1), a v druhom prípade (graf 4) v idealizácii v prospech dievčat (analogicky môže súvisieť so vzťahmi idealizácie u chlapcov - tab. 1). „Racionálni“ chlapci boli teda zreteľne perfekcionistačejší ako „racionálne“ dievčatá a vysoko iracionálne dievčatá si zasa v porovnaní s vysoko iracionálnymi chlapcami oveľa viac idealizovali okolitú realitu (avšak zrejme viac na kognitívnej rovine než v spojitosti s emocionalitou, tj. so strachom, ako tomu bolo u chlapcov – tab. 1). Tento výsledok potvrdzuje našu úvahu o dvoch možných úlohách iracionálnej idealizácie pri zvládání strachu: negatívnej - v zmysle „self-defeating“, a pozitívnej - v zmysle kognitívneho obranného mechanizmu, pričom oba prípady považujeme za iracionálny adaptačný mechanizmus (bližšie Kordačová, 2003). Može sa však jednať aj o vekové a rodové špecifikum, čo by bolo potrebné ešte overiť.

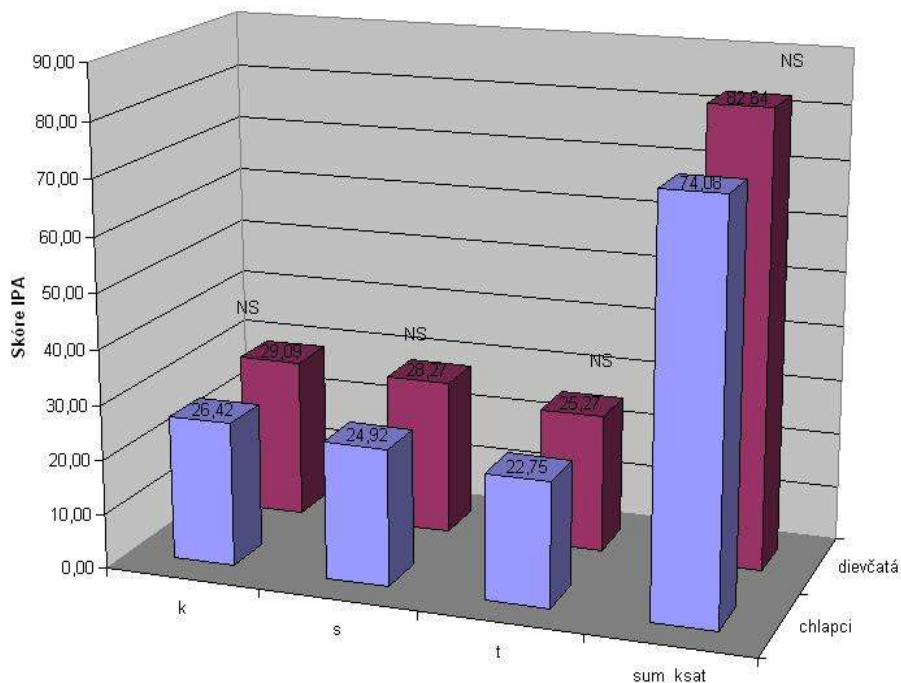
Podobne nás zaujímali možné diferencie aj v úrovni anxiety v extrémnych polohách, tj. u dievčat a chlapcov s nadmerne zníženou a zvýšenou mierou iracionality myslenia. Očakávali sme tiež, že toto porovnanie by mohlo pomôcť bližšie osvetliť niektoré z našich kontroverzných zistení.

Graf 5 Porovnanie úrovne anxiety u nízko iracionálnych dievčat (n=7) a chlapcov (n=10)



Legenda: k = klasické strachy, s = sociálno-situačné strachy, t = tréma

Graf 6 Porovnanie úrovne anxiety u vysoko iracionálnych dievčat (n=11) a chlapcov (n=12)



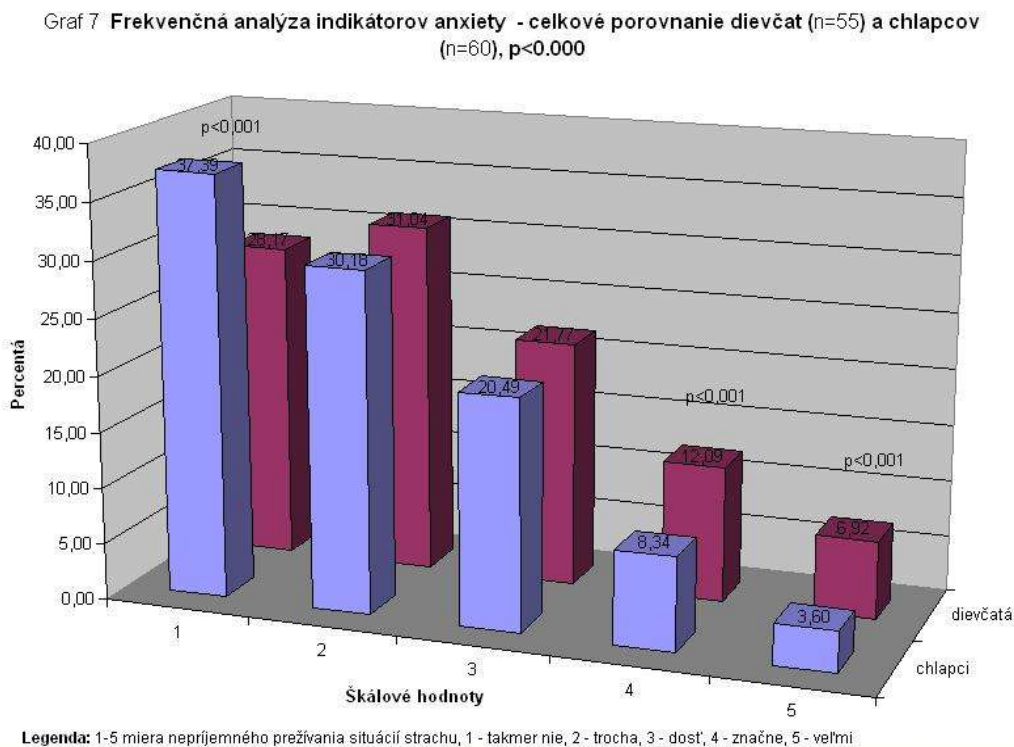
Legenda: k= klasické strachy, s= sociálno-situačné strachy, t= tréma

Ukázalo sa, že dievčatá „predbehli“ chlapcov vo všetkých ukazovateľoch anxiety (s výnimkou trémy – graf. 5), pričom signifikantne sa líšili prekvapivo v extrémne racionálnej skupine, a to v tzv.

klasických strachoch. Svedčí to o podstatne vyššej miere zažívaného strachu u dievčat v klasických situáciách strachu (búrka, myš, ...) v porovnaní s chlapcami, a to dokonca pri extrémne nízkej miere iracionálnych presvedčení. Toto zistenie nám čiastočne pomohlo osvetliť celkovú absenciu súvislosti klasických strachov s iracionalitou u dievčat nášho výberu (tab. 1), nie však jej vysoko signifikantnú súvislosť u chlapcov, kde vyznieva rozpačito. Je však možné, že tento výsledok „majú na svedomí“ štatisticky významné vzťahy anxiety s faktorom bezmocnosti a s faktorom iracionálnej idealizácie u chlapcov, ktoré sme nezistili u dievčat. Dá sa tiež predpokladať, že pri reprezentatívnejšom počte respondentov by naše výsledky mohli nadobudnúť iný charakter.

## FREKVENČNÁ ANALÝZA ŠKÁLOVÝCH HODNOT: ANXIETA

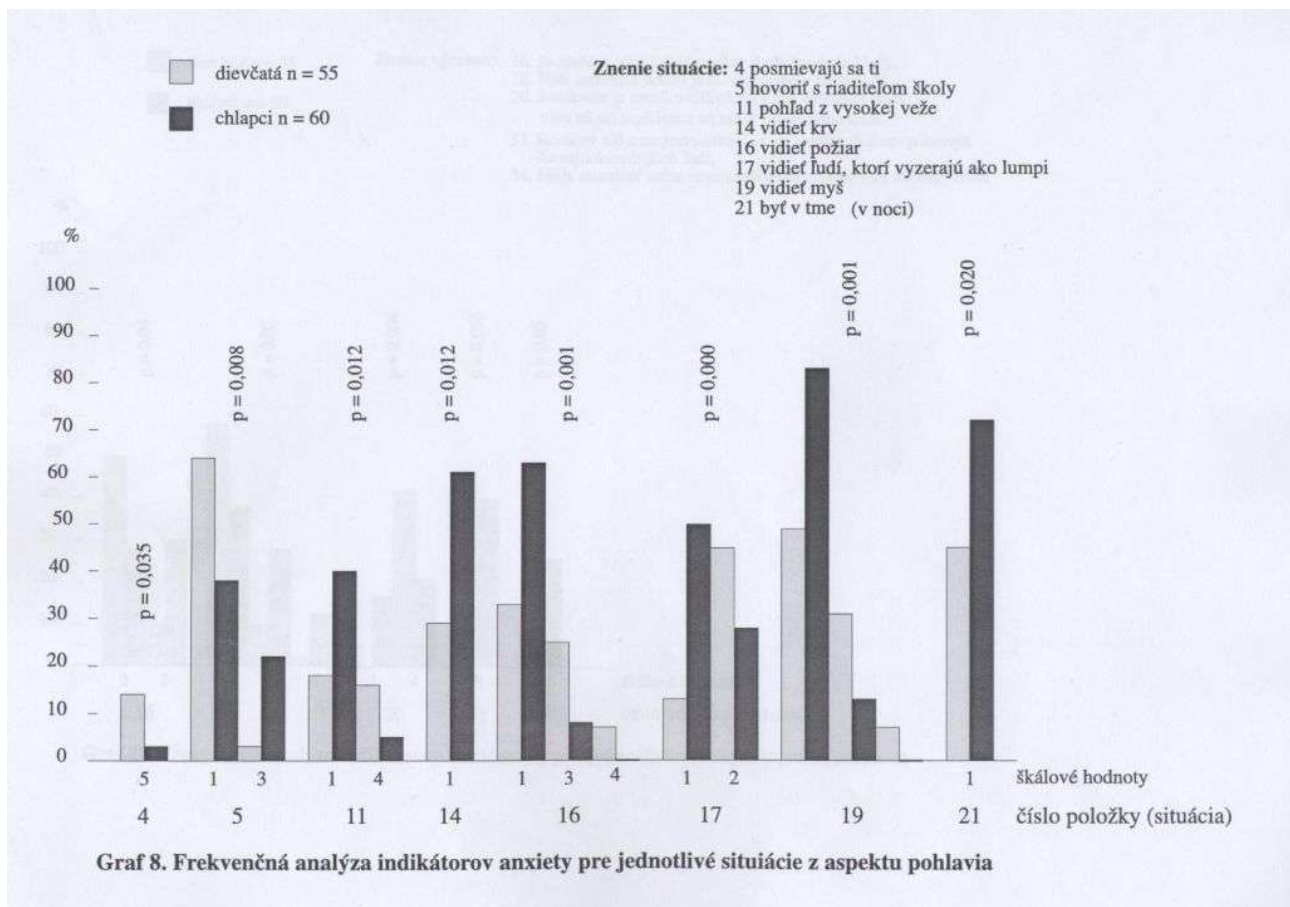
Čo sa týka druhého výskumného cieľa – zmapovať medzipohlavné rozdiely vo frekvencii škálových hodnôt sledovaných mier, išlo nám o získanie obrazu o situáciách, v ktorých naši probanti najčastejšie prežívali strach, ako aj o tom, ktorým iracionálnym tvrdeniam prisudzovali najvyššie škálové hodnoty. Vedľajším cieľom bolo zachytiť prípadný interpohlavne odlišný odpovedový štýl, ako aj príklon k extrémnym reakciám (odpovediam).



Štatistický prepočet ukázal, že celkovo sa dievčatá a chlapci vo svojom sklone odpovedať istým (pohlaviu špecifickým?) spôsobom v škále KSAT líšili štatisticky vysoko významne ( $\chi^2 = 55,039$ ,  $p < 0,001$ ), pričom tento rozdiel spôsobili rozdiely v škálových hodnotách 1, 4 a 5 (graf 7). Hovorí to

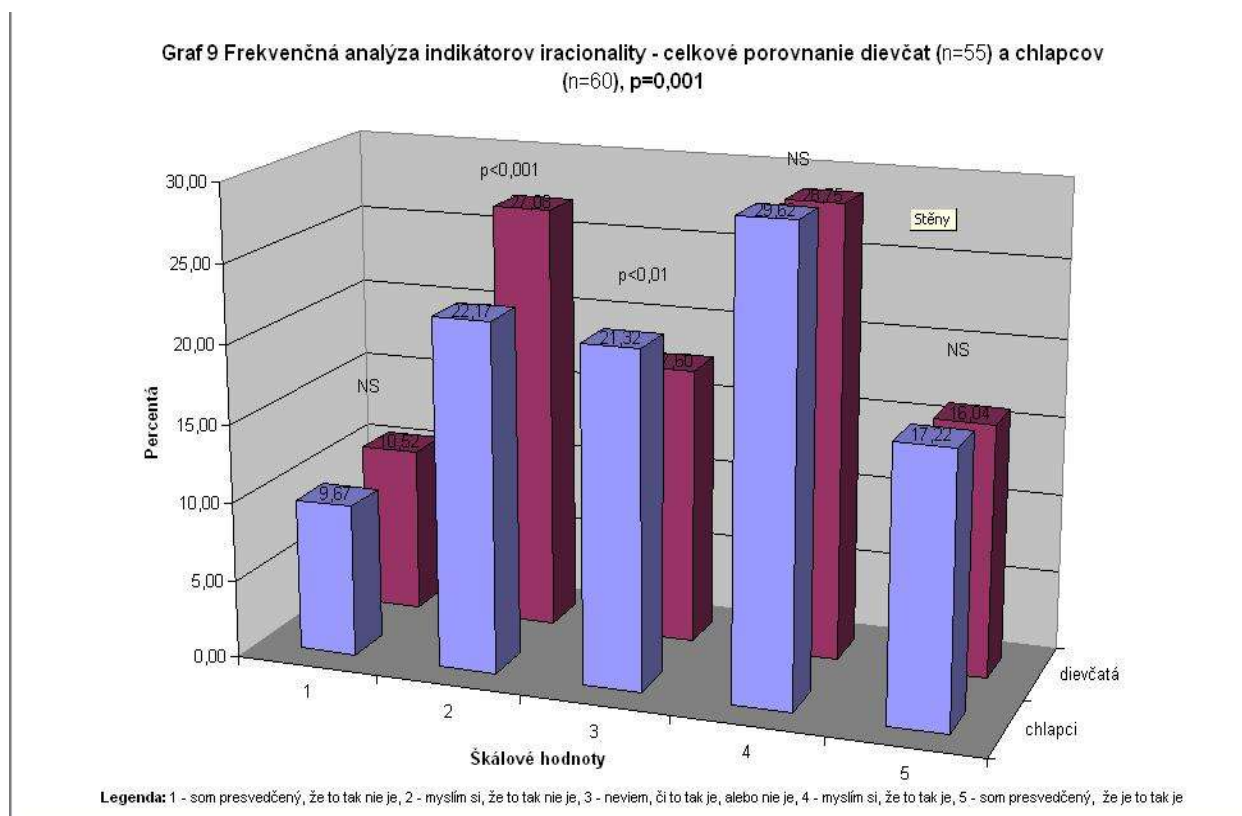
o interpohlavných rozdieloch v miere prežívania situácií strachu ako nepríjemných v tom zmysle, že chlapci ich ako také prežívali signifikantne menej frekventovane než dievčatá (škálová hodnota 1 = takmer nie; ďalej len š.h.), pričom dievčatá ich naopak prežívali oveľa častejšie ako nepríjemné značne a veľmi (š.h. 4 a 5). Preto nás zaujímalo, ktoré konkrétne situácie strachu majú tento rozdiel medzi dievčatami a chlapcami nášho výberu na svedomí, resp. ktoré z nich k tomuto rozdielu prispeli najväčšou mierou (graf 8). Vidíme, že v niektorých situáciách uvedený rozdiel spôsobili signifikantné interpohlavné diferencie až v troch š.h. (porovnaj napr. situácia požiaru (16) alebo myši (19)).

Graf 8 Frekvenčná analýza indikátorov anxiety pre jednotlivé situácie z aspektu pohlavia



Keďže ani pri testovaní medzipohlavných rozdielov v rámci extrémnych podskupín iracionality sme nezistili významné rozdiely v anxiety (graf 5 a 6), uskutočnená frekvenčná analýza vhodne dopĺňa informáciu o tom, v ktorých konkrétnych strachvzbudzujúcich situáciách sa dievčatá a chlapci nášho výberu predsa len významnejšie odlišovali, čo by v prípade potreby alebo záujmu mohla byť užitočná informácia napr. pre stanovenie obsahovej náplne systematicko-desenzitizačných sedení. Pokiaľ by sa uskutočnili s osobami referovaného výberu, v zmysle našich výsledkov by sa mali týkať predovšetkým situácií strachov klasického typu, ktorých bola väčšina.

## FREKVENČNÁ ANALÝZA ŠKÁLOVÝCH HODNŮT – IRACIONALITA



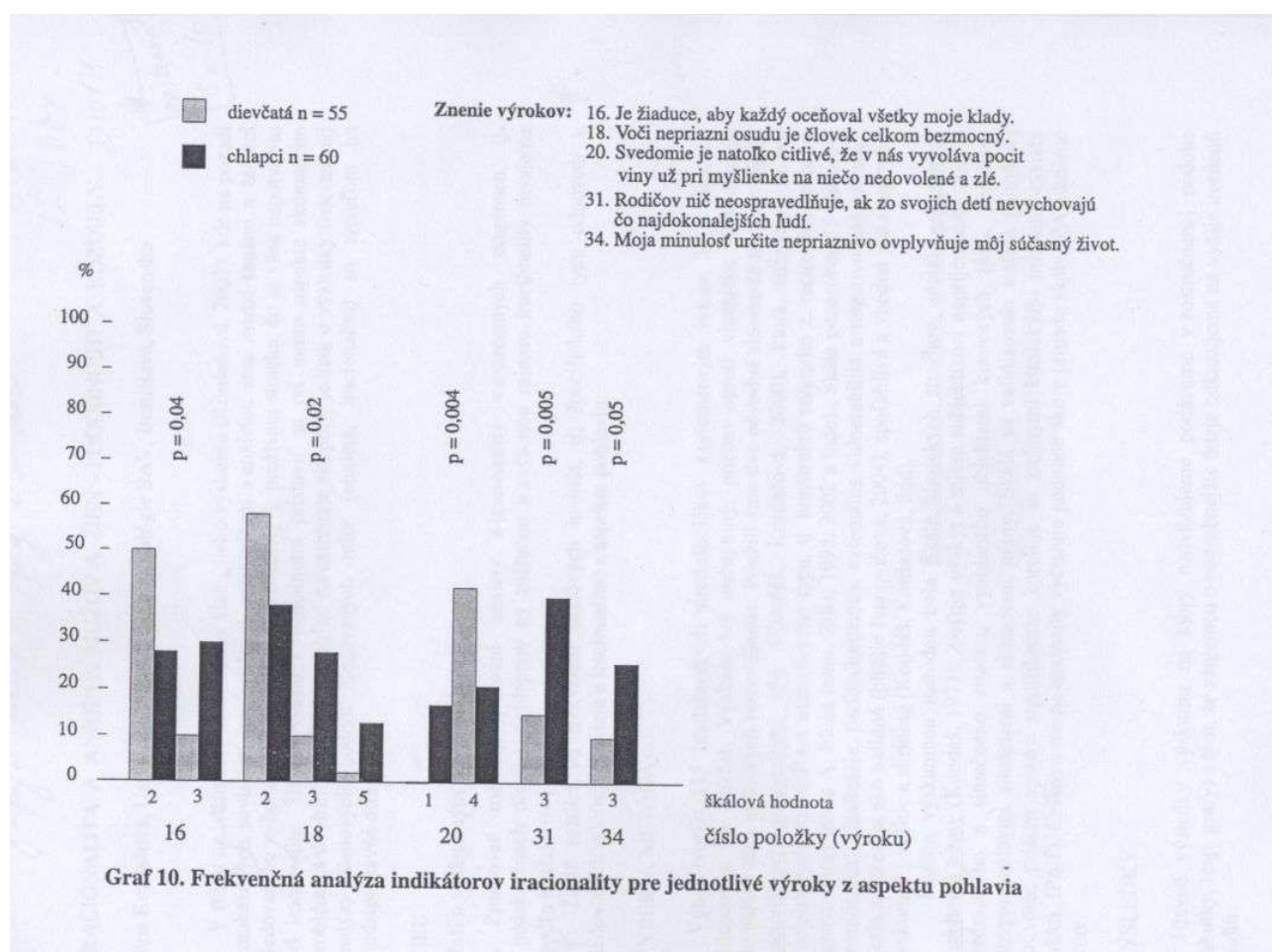
Štatistický prepočet ukázal, že celkovo sa dievčatá a chlapci vo svojom sklone odpovedať istým (pohlaviu špecifickým?) spôsobom v škále IPA líšili štatisticky vysoko významne ( $\chi^2 = 18,866$ ,  $p < 0,001$ ), pričom tento rozdiel spôsobili menovite rozdiely vo frekvencii škálových hodnôt 2 a 3 (graf 9). V interpohlavných reláciách to hovorí o tom, dievčatá nášho výberu prejavili sklon uvažovať o niektorých aspektoch života oveľa menej iracionálne ako chlapci (š.h. 2 – „Myslím si, že to tak nie je“), avšak štatisticky sa tento rozdiel prejavil ako významný len v smere väčšej racionality dievčat, a nie v smere väčšej iracionality chlapcov (pozri graf. č. 1). Ďalší významný rozdiel odhalila frekvenčná analýza v významnej častejšom sklone chlapcov odpovedať na predložené iracionálne výroky nerozhodne (š.h. 3 - „Neviem, či je to tak, alebo nie“). Vývinový aspekt problému, ktorý akéto zistenia načrtli, by však v kontexte iracionálneho myslenia bolo ešte treba preveriť.

Podobne ako pri anxiете, aj pri iracionalite nás zaujímalo, ktoré konkrétne výroky mali uvedené celkový rozdiel medzi dievčatami a chlapcami na svedomí. Vidíme (graf 10), že síce ide o menší počet položiek ako tomu bolo pri anxiете, čo však považujeme za logické vzhľadom na to, že ani pri testovaní interpohlavných rozdielov v iracionalite (graf 1) sme nezistili štatistickú významnosť pri sumárnom skóre, ani v jednotlivých jej faktoroch. Až po vyčlenení extrémnych skupín sme mohli



konštatovať štatisticky významné rozdiely v iracionálnych presvedčeniach. Bez nároku na širšie interpretačné extrapolácie preto konštatujeme, že uskutočnená frekvenčná analýza interpohlavných rozdielov v škálových hodnotách iracionality síce pomohla dokresliť, ktoré konkrétne typy posudzovaných výrokov prispeli k zistenému celkovému rozdielu medzi chlapcami a dievčatami najväčšou mierou, avšak praktické implikácie majú najmä výsledky nášho skúmania z oblasti anxiety, resp. zo styčných plôch oboch problémových oblastí.

Graf 10 Frekvenčná analýza indikátorov iracionality pre jednotlivé výroky z aspektu pohlavia



## ZÁVER

Cieľom prezentovanej štúdie bolo doplniť niektoré zistenia z nášho vlnajšieho výskumu, kde sa ukázal vysoko signifikantný vzťah iracionálnych presvedčení s anxiétou pri súbežných signifikantných rozdieloch v prežívaní strachu mužov a žien, ktoré sa ale nepotvrdili pri iracionalite. Domnievame sa, že náš nadväzný výskumný zámer sa nám podarilo naplniť a zdá sa, že popri prínose niektorých nových zaujímavých zistení (napr. o vyššej miere idealizácie vysoko iracionálnych dievčat oproti chlapcom alebo o podstatne vyššej miere zažívaného strachu u dievčat v situáciách klasického typu strachov v porovnaní s chlapcami, a to dokonca aj pri extrémne nízkej miere iracionálnych presvedčení, prípadne že „racionálni“ chlapci boli zreteľne perfekcionistačejší ako „racionálne“ dievčatá), majú naše výsledky aj praktické implikácie. Jednak pre prevenciu vývinovej maladaptácie, ale predovšetkým pre prípadnú psychoterapeutickú prax, nakoľko výsledky uskutočnenej analýzy poukázali na konkrétne situácie, v ktorých prežívali menovite dievčatá nášho výberu tak výrazné obavy a strach, že by bolo zmysluplné podrobiť ich intervenčnému zásahu, napr. systematickej desenzitizácii. Štatistická analýza tiež poukázala na oblasti, kde sa anxieta s iracionálnymi presvedčeniami navzájom potencujú (a to aj s prihliadnutím na interpohlavné rozdiely), čo by sa rovnako dalo aplikácie využiť, prinajmenšom preventívne (v zmysle skríningu). A napokon naše zistenia možno zvažovať aj z hľadiska ich príspevku k všeobecnej teórii anxiety a racionálno-emočnej behaviorálnej teórii, s osobitným zreteľom na interpohlavné špecifiká v adolescentnom veku.

---

## Literatúra:

Ellis, A. Rational-emotive behavioral therapy. In: R. J. Corsini, D. Wedding (Eds.), *Current psychotherapies* (5th ed.). Itasca, IL: Peacock, pp. 162-196.

Ellis, A. *Trénink emocií*. Praha: Portál, 2002.

Ivanovičová, M. *Iracionálne presvedčenia a teória interakcií osobnostných systémov: komparačno-korelačná štúdia*. Diplomová práca. TU v Trnave, 2004.

Kondáš, O. *KSAT – Škála klasickej, sociálno-situačnej anxiety a trémy. Manuál*. Bratislava, Psychodiagnostika n.p., 1973.

Kondáš, O., Kordačová, J. *Iracionalita a jej hodnotenie*. Stimul, Bratislava 2000.

Kordačová, J. Irrationality and manifestations of fear and anxiety in a sample of Slovak adolescents. *Studia psychologica*, 45, 2003, 4, pp. 345-355.

---

Kordačová, Jana. Iracionalita a anxieta mužov a žien – podobnosti a rozdiely.

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.