

1 OBSAH

ÚVOD	5
1 ZÁTĚŽ, STRES, ADAPTACE	6
1.1 Druhy zátěže	6
1.2 Pojetí adaptace	10
1.3 Předpoklady zvládání zátěže	12
1.3.1 Osobnostní předpoklady zvládání	13
1.3.2 Situační faktory zvládání	20
1.3.3 Dynamické faktory zvládání	21
1.4 Copingové strategie	23
1.5 Odolnost	26
1.5.1 Hardiness a sense of coherence	31
1.5.2 Účinná integrovanost osobnosti	33
2 MUŽI, ŽENY A COPING	35
2.1 Základní konceptuální otázky a vztahový rámec	35
2.2 Vliv maskulinity a feminity na copingové strategie mužů a žen	40
2.2.1 Maskulinita a feminita v copingových strategiích	40
2.2.2 Výzkum	41
2.2.3 Analýza získaných údajů	42
2.2.4 Shrnutí	65
2.3 Výzkum zvládání zátěže spojené s výkonem profese a vysokoškolským studiem	66
2.3.1 Pracovní zátěž českých a slovenských učitelů	66
2.3.2 Zátěž a coping českých a slovenských vysokoškolských studentů	72
2.3.3 Zátěž a coping pracovníků nepedagogických profesí	76
2.4 Zvládání zátěže spojené se ztrátou zaměstnání	82
2.4.1 Potřeby, zátěž a ztráta zaměstnání	82
2.4.2 Výzkum	83
2.4.3 Výsledky výzkumu	84
2.4.4 Diskuze	109
2.5 Strategie zvládání zátěže v kontextu spirituality a spirituálního copingu	113
2.5.1 Religiozita a spiritualita jako možné zdroje copingu	114
2.5.2 Spirituální copingové strategie	118
2.5.3 Klasifikace komponent spirituálního copingu	121
2.5.4 Spirituální zdroje copingu	124
2.5.5 Modifikující faktory spirituálního copingu	125
2.5.6 Genderová perspektiva v rámci studia spirituálního copingu	125

2.5.7	<i>Měření spirituálního copingu</i>	127
2.5.8	<i>Empirická studie vztahu mezi spirituálním copingem a osobnostními charakteristikami mužů a žen</i>	130
2.5.9	<i>Diskuze</i>	149
ZÁVĚR		152
RESUMÉ		156
SUMMARY		158
SEZNAM TABULEK		160
SEZNAM GRAFŮ		163
VĚCNÝ REJSTŘÍK		164
JMENNÝ REJSTŘÍK		167
SEZNAM ZKRATEK		172
SEZNAM LITERATURY		173
AUTORSKÝ TÝM		191