

Tobinův inventář copingových strategií

(Coping Strategy Inventory - CSI; Tobin, Holroyd, Reynolds, 1984)

Při tvorbě inventáře autoři vycházeli ze známých teoretických modelů Lazaruse a Folkmanové WCI s využitím položek již existující škály.

Dotazník je koncipován jako hierarchický, na nejvyšší, terciální úrovni s faktory

- **příklonu** (engagement) a
- **odklonu** (disengagement)

Na sekundární úrovni se tyto faktory dělí na čtyři :

- **příklon zaměřený na problém,**
- **příklon zaměřený na emoce,**
- **odklon zaměřený na problém a**
- **odklon zaměřený na emoce.**

Na primární úrovni je sledováno osm faktorů:

1. řešení problému a 2. kognitivní restruktura

(příklonové strategie zaměřené na problém),

2. vyjádření emocí a 4. vyhledávání sociální podpory

(příklonové strategie zaměřené na emoce),

5. vyhýbání se problému a 6. fantazijní únik

(odklonové strategie zaměřené na problém), a

7. sebeobviňování a 8. sociální izolace

(odklonové strategie zaměřené na emoce).

Respondent je v začátku požádán, aby si vybavil stresující událost a svůj postup při jejím řešení pak zhodnotil pomocí inventáře. Každá ze strategií je zjišťována 9 položkami a respondenti v nich vyjadřují míru souhlasu či nesouhlasu s tvrzením na škále od 1 do 5, minimální hodnota je tedy 9, maximální 45.

Pro ty z vás, kteří si na přednášce (6.dubna.) vyzkoušeli odpovědět (na škále 1 až 5) na jednotlivé položky Tobinova inventáře, následuje klíč k vyhodnocení:

Na řádku, příslušejícím ke konkrétní **copingové strategii**, najdete čísla položek, jimiž je tato strategie „sycena“; výsledné skóre je pak prostý součet těch čísel, které jste k položkám přiřadili; (např.: chcete zjistit skóre v tendenci k **sociální izolaci**, pak sečtete všechna ta čísla (z intervalu 1 až 5), která jste přiřadili k položkám: 6, 17, 28, 44, 55, 59, 41, 64 a 67)

Vyhodnocením Tobinova inventáře můžete získat jednak srovnání úrovně vlastních copingových strategií, dále pro vás může být zajímavé i srovnání s kamarády, spolužáky... , dále je zajímavé zopakovat si administraci s **jinou** výchozí zátěžovou situací apod.; na výsledek lze pohlížet pouze relativně (porovnáváním, srovnáním atp.), nikoli absolutně, tzn. nelze stanovit, jaká míra konkrétní strategie je „nízká“ či „vysoká“, „dobrá“ či „špatná“.

Řešení problému	10	23	35	37	39	42	53	60	61
Kognitivní restrukturační	15	27	36	45	57	58	65	71	72
Vyjádření emocí	5	20	26	33	38	40	51	66	68
Sociální podpora	4	11	12	16	21	25	32	34	62
Vyhýbání se problému	7	13	14	18	29	30	54	70	9
Fantazijní únik	1	2	3	8	22	31	43	49	36
Sebeobviňování	19	24	46	47	48	52	56	63	69
Sociální izolace	6	17	28	44	55	59	41	64	67