

Pražská vysoká škola psychosociálních studií



Standardizace dotazníku Purpose in Life na vzorku studentů pražských vysokých škol

(Souvislosti mezi strukturou osobnosti a
prožívanou smysluplností života)

Bc. Alžběta Protivanská

Vedoucí práce:

Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.

Praha 2014

Prague college of psychosocial studies

**Standardization of the Purpose in Life
questionnaire in a sample of Prague
universities students**

(The relationship between the structure of
personality and the experience of the life
meaningfulness)

Bc. Alžběta Protivanská

Diploma Thesis Supervisor:
Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.

Prague 2014

Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a uvedla v ní veškerou literaturu a jiné prameny, které jsem použila.

V Praze dne 31. 3. 2014

.....

Na tomto místě bych ráda poděkovala vedoucímu své práce Doc. PhDr. Karlu Balcarovi, CSc. za odborné vedení a cenné rady při přípravě celého projektu. Také mu děkuji za pomoc při zpracování statistických dat.

Dále bych ráda poděkovala všem vyučujícím, kteří mi laskavě umožnili přístup do jejich hodin a předložení testů studentům. Těmi byli: Mgr. Ondřej Roubal, Ph.D, prof. Ing. František Zich, DrSc., JUDr. Jaromír Hořák, Ph.D., Mgr. Lenka Pošíková, JUDr. Jan Kosek, Ph.D. a Mgr. Barbara Janíková. Moc jim tímto děkuji. Děkuji také všem respondentům, kteří se testování zúčastnili.

Anotace

Diplomová práce se zaměřila na dva řešené problémy. Prvním z nich bylo sestavení lokálních norem dotazníku Purpose in Life – PIL pro populaci studentů vysokých škol v Praze. Druhým z nich prozkoumání souvislostí mezi osobnostními vlastnostmi a prožívanou smysluplností u stejné cílové skupiny.

V první části teoretického přehledu autorka shrnuje dosavadní poznatky ve zkoumání prožívání smyslu života. Uvádí názory předních psychologů na problematiku a stručně popisuje nejdůležitější výzkumy smysluplnosti v českém kontextu. Uvádí také hlavní psychometrické metody pro měření prožívání smysluplnosti.

Druhá část teoretického přehledu se zaměřuje na psychologické teorie týkající se osobnosti s důrazem na pětifaktorovou teorii struktury osobnosti. Na závěr teoretické části autorka uvádí hlavní výzkumy souvislostí mezi strukturou osobnosti a prožíváním smyslu života.

V rámci empirické části práce proběhl výzkum na pražských vysokých školách. Administrovanými dotazníky byly Purpose in Life PIL a NEO – FFI. Výsledky výzkumu přinesly lokální normy pro test PIL a informace o souvislostech mezi prožívanou smysluplností a osobností platné pro pražskou vysokoškolskou mládež.

Klíčová slova

smysl života, osobnost, Big Five, Purpose in Life Test, NEO - FFI

Abstract

The thesis is focused on two issues addressed. The first of these was to set local standards of questionnaire Purpose in Life - PIL for a population of university students in Prague. The second of them was to explore the relationships between personality traits and the experience of meaningfulness in the same target group.

In the first part of the theoretical review, author summarizes the current knowledge in the exploration of the experience of meaning in life. She features prominent psychologists on the issue and briefly describes the most important researches of meaningfulness in the Czech context. The author also lists the main psychometric methods for measuring the experience of meaningfulness .

The second part of the theoretical overview focuses on psychological theories on personality, with emphasis on the Fivefactor personality theory. At the end of the theoretical part, the author presents the most important Czech and Slovak studies of the structure of personality and experience of the meaning in life .

In the empirical part, the research work conducted at universities in Prague is reported. The administered questionnaires were Purpose in Life - PIL and the NEO - FFI. The research results have produced local standards for the PIL test and information on the links between personality and meaningfulness found in the Prague university youth .

Keywords

mening in life, personality, Big Five, Purpose in Life Test, NEO - FFI

Obsah

TEORETICKÁ ČÁST

ÚVOD	9
1. Životní smysluplnost	12
1.1 Pojem životní smysluplnosti.....	12
1.2 Definice smyslu	13
1.3 Pojetí člověka v existenciálních přístupech k psychologii ...	17
1.3.1 Sebetranscendence	17
1.3.2 Cílesměrnost.....	19
1.3.3 Vůle ke smyslu	21
1.4 Životní hodnoty a nacházení smyslu dle E. Frankla.....	23
1.4.1 Existenciální frustrace.....	28
1.5 Přístupy ke zkoumání smyslu života.....	31
1.5.1 Analytický přístup	32
1.5.2 Humanistický přístup	35
1.5.3 Existenciální přístup	36
1.6 Kvantitativní psychometrické metody zkoumání smysluplnosti života.....	39
1.6.1 Logo-test	41
1.6.2 Existenciální škála – ESK	43
1.6.3 Purpose in Life Test – PIL.....	44
1.7 Výzkumy smysluplnosti v českém kontextu.....	49
1.8 Shrnutí I.	52
2. Osobnost	54
2.1 Pětifaktorový model v psychologii osobnosti	54
2.1.1 Pětifaktorový model osobnosti – BIG FIVE	57
2.1.2 NEO jako univerzální míra lidských vlastností	59
2.2 Vztah osobnostních charakteristik a smysluplnosti.....	70
2.2.1 Výzkumy vztahů mezi smysluplností a osobností	72
2.3 Shrnutí II.....	75

VÝZKUMNÁ ČÁST

3. Metoda sběru dat a řešené problémy	78
3.1 Zkoumaný soubor	78
3.2 Situace zkoumání	79
3.3 Řešené problémy.....	79
4. Lokální standardizace dotazníku Purpose in Life na vzorku studentů pražských vysokých škol	80
4.1 Cíl zkoumání.....	80
4.2 Nástroje zkoumání.....	80
4.3 Vytvořené normy pro zkoumané soubory	80
4.4 Diskuse a závěry	82
5. Souvislosti mezi strukturou osobnosti a prožívanou smysluplností života.....	83
5.1 Cíl zkoumání.....	83
5.2 Nástroje zkoumání.....	83
5.3 Ověřované hypotézy	86
5.4 Výsledky a jejich interpretace	87
5.5 Diskuse a závěry	92
ZÁVĚR.....	94
Seznam použité literatury a dalších zdrojů	96
Příloha č. 1: Použitý dotazník PIL v českém překladu.....	102

ÚVOD

Otázka po smyslu je nepochybně něco, co vyvolává emoce. Snažíme se palčivou nejistotu smyslu života ignorovat, pálí nás nebo trápí. Stejně často se na ni snažíme najít odpověď. Každé historické období i každé náboženství přišlo se svou odpovědí. Zdá se, že připustit si možnost, že žádný smysl neexistuje, je pro člověka zhola nemožné. V našem sociokulturním okruhu, vyvěrajícím z židovsko-křesťanské tradice, věříme, že život je jen jeden. Už jen proto je nutné psát o smyslu toho, čím naplňujeme příležitost, kterou již nikdy nedostaneme.

Důkazem naléhavosti problematiky smysluplnosti života je také fakt, že si z filosofie proklestila cestu až do oborů velmi praktických – psychologie a psychoterapie. A ti, kteří jí k tomu napomohli, stáli často životu a smrti tváří v tvář v celé své zranitelnosti. Počátky terapie smyslem tak vznikly za ostnatými dráty koncentračního tábora. Právě tam byla odhalena neporazitelná lidská vůle ke smyslu.

Nepominutelnost tematiky životní smysluplnosti je důvodem, proč se jí pod vedením Karla Balcara zabývám již několikátým rokem. Souvislost s osobností nás zajímá především proto, že poznatky o takových korelacích by mohly přinést nové perspektivy jak do psychologie tak psychoterapie. Cílem diplomové práce je shrnout chápání smyslu, které vyústilo ve vznik testu Purpose in Life, a odhalit souvislosti mezi naší osobností a prožívanou smysluplností. Získaná data mohou také sloužit jako lokální standardizace dotazníku pro diagnostiku pražské vysokoškolské mládeže.

V praxi i v literatuře se v souvislosti se zkoumáním smyslu v současné době setkáváme se dvěma tendencemi. Na jedné straně se odborníci snaží zjišťovat strukturu prožívaného smyslu v životě.

První psychometrické nástroje umožňující klinickou diagnostiku smyslu vznikly až v 60. letech 20. století. Všechny představují základ pro další rozhovor o smyslu či postrádání smyslu v životě. Druhou tendencí je potom zkoumání souvislostí mezi obsahem nebo mírou životní smysluplnosti a lidským chováním, motivací a osobnostními charakteristikami. Právě ta nás bude v diplomové práci zajímat. Předložením druhého dotazníku NEO – FFI stejné skupině studentů jsme se pokusili zjistit, zda a jakým způsobem souvisí osobnost člověka s prožívanou smysluplností.

V teoretické části práce vycházím převážně z českých zdrojů týkajících se problematiky smysluplnosti, osobnosti a výzkumů v těchto oblastech. Zejména pak cituji Karla Balcara, který v našich podmínkách přinesl v oblasti logoterapie tematiku smyslu velké množství nových poznatků. Jeho výzkumné projekty umožnily použití etablovaných metod zkoumání smysluplnosti v České republice a obohatily dosavadní znalosti v oblasti. Zároveň se pokusím shrnout vlivné domácí i zahraniční výzkumy. Pro pochopení Viktora Emila Frankla a jeho teorií byly pak nezbytné shrnutí, postřehy a vysvětlení Petera Tavela.

V části o osobnosti člověka se potom nejvíc věnuji modernímu pětifaktorovému pojetí osobnostních charakteristik. Nejvíce tomuto novému směřování oboru u nás nepochybně přinesli Marek Blatný a Martina Hřebíčková.

S ohledem na rozsáhlost tématu se v diplomové práci snažím najít propojení mezi pohledy na smysl života v existenciálních přístupech k psychologii a osobností člověka. Činím tak především přehledem teoretického zázemí a výčtem dosavadních poznatků ve zkoumané oblasti.

Ve výzkumné části se věnuji dvěma výzkumným problémům. Jsou jimi lokální standardizace dotazníku Purpose in Life na vzorku

pražských vysokoškoláků a porovnání zjištěné míry smysluplnosti s výsledku testu NEO, který reprezentuje pětifaktorový pohled na osobnost člověka. Teorie smyslu života hovoří na nezávislosti možnosti prožívat smysl na vrozených osobnostních charakteristikách. Pro potřeby našeho výzkumu hypoteticky předpokládáme, že některé osobnostní proměnné mohou šanci na pocit smysluplného života zvyšovat. Jsou jimi extraverté, otevřenost vůči zkušenosti, přívětivost a svědomitost.

Diplomová práce společně s pilotním výzkumem je shrnutím dosavadních relevantních poznatků k tématu životní smysluplnosti a jejich souvislostí s osobností. Výsledky výzkumu mohou být cenným podkladem nejen pro další zkoumání, ale také pro terapeutickou práci s lidmi.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Životní smysluplnost

*„Největším štěstím člověka je, když může žít pro to,
zač by byl ochoten zemřít.“*

Honoré de Balzac

1.1 Pojem životní smysluplnosti

Od počátku svého vývoje se psychologie snaží obsáhnout a popsat člověka v celé šíři jeho přístupu ke světu i k druhým lidem. Nejdříve se zdálo, že nás motivují jen naše nejzákladnější potřeby jako spánek a jídlo. Badatelé byli přesvědčeni, že na základě primárních potřeb si také vytváříme blízké vztahy. Celkově se stalo zkoumání motivace člověka a důvodů jeho neustálého zaměření do budoucnosti ústředním psychologickým problémem. Nesčetné výzkumy se tyto vlivy snažily postihnout termíny jako instinkty, potřeby nebo hnací síly. **G. W. Allportovi** však ani takové vysvětlení nestačilo a ve 40. letech minulého století přišel s prohlášením, že je třeba se zabývat tím, proč se člověk snaží a nikoli jak. Nastartoval tak zcela nový směr, který se začal zabývat účely lidského snažení a tím, co mu propůjčuje v životě smysl (KŘIVOHLAVÝ, 2006).

V rámci této práce předpokládám, že smysl se dá najít v každé situaci a pokaždé je jedinečný. Smysl života může najít každý, pokud se rozhodně odpovědně reagovat na jeho nároky. Tak je možné nejen smysluplně uplatňovat svůj potenciál, ale nahlédnout, že je to život, který klade požadavky na člověka, nikoli člověk na život (FRANKL,

1994). V následujících kapitolách se pokusím zmapovat pojetí člověka v existenciálních¹ psychologických přístupech a nastínit pohled **Viktora Emila Frankla** (dále V. Frankl) na význam hledání smyslu života a překážky, které nám v jeho nalezení brání. Právě Frankla a jeho následovníky vnímám jako klíčové pro pochopení tematiky smyslu. Ústřední tezí existenciálních přístupů k psychologii je, že „*smysl života a jeho utváření (jsou) chápány jako lidská odpověď na závažné a konečné otázky lidské existence*“ (TAVEL, 2007 str. 16). Proto se také existenciální analytici a logoterapeuti nezabývají minulým a pudovým, ale směřují k budoucímu a čistě lidskému – naší snaze pochopit smysl života.

1.2 Definice smyslu

Pro účely dobrého uchopení samotného pojmu smyslu považuji za důležité jej definovat. Nabídnou pohledy autorů, kteří se tematice smysluplnosti dlouhodobě věnovali nebo věnují a zároveň se jejich pohled pohybuje v predestinovaném existenciálně-analytickém diskurzu. Nebudeme se zde zabývat smyslem v biologickém (smyslový orgán) ani jazykovém významu. Nejvíce nás bude zajímat smysl z pohledu důležitosti a subjektivní hodnoty daného jevu pro člověka. Uvádím proto názory autorů, které považuji stěžejní pro část mé práce o smysluplnosti člověka.

V. E. Frankl se ve svých knihách jasně vymezuje vůči předešlým myšlenkovým a psychoterapeutickým směrům. Zatímco psychoanalýza zdůrazňuje lidskou touhu po slasti a z ní také vykládá vznik neuróz a dalších problémů, Frankl mluví o vůli ke smyslu jako

¹ Existenciální filosofie se zaměřuje na člověka jako jednotlivce, nevnímá jej ale odděleně. Lidské bytí je v jejím pojetí vždy bytím na světě a bytím s druhými (STÖRIG, 2007)

o jednotícím a primárně motivujícím aspektu lidského chování. Podobně také odlišuje směřování ke smyslu od vůle k moci, o které mluví Adlerova psychologie (FRANKL, 1994). Jeden z hlavních důkazů potřeby smyslu vidí Frankl v tom, že je člověk neustále nastavený na někoho nebo na něco, je oddaný nějakému dílu (TAVEL, 2007).

Možnost nalezení smyslu vidí pak v každém okamžiku života, pokud se člověk odpovědně snaží odpovídat jeho nárokům. I přes hlubokou analýzu tématu smyslu, nepodává Frankl žádnou jeho přesnou definici. Přikládám to faktu, že vnímá smysl života jako pro každého jedinečný a zároveň nechce podávat návody na jeho podobu zvnějšku, aby si jej mohl každý pro sebe definovat. Říká však kde a jak se dá najít. Více budu o Franklově pojetí mluvit v kapitole Životní hodnoty a nacházení smyslu dle E. Frankla.

Franklův žák a následovník **Alfried Längle** je již přesnější v samotném definování smyslu. Terapeutický směr, který z jeho teorií vychází, dostal název existenciální analýza. Podle Längleho je *„analýzou života, který stojí za to být žít“* (LÄNGLE, 2002 str. 8) Mohlo by se to zdát jako příkré hodnocení toho, jaký život stojí či nestojí za to žít. O to se však autor nesnaží. Naopak uznává, že *„hledání smyslu je proces, který má dva znaky: musí probíhat neustále a nikdo v něm nemůže člověka zastoupit“* (LÄNGLE, 2002 str. 9) Smysl tedy může nalézt jen člověk sám a sám zhodnotit, zda jej dostatečně naplňuje. Smyslem je pak v Längleově pochopení způsob, jak utváříme situace. Zda žijeme aktivně, zda neustále znovu a znovu čelíme každodenním nárokům, zda přemýšlíme o tom, jak a proč žijeme, zda máme plány a představy o naplnění života. To všechno spoluutváří náš jedinečný osobní smysl (LÄNGLE, 2002). Podle mého názoru může tematika smyslu působit na člověka velmi tíživým dojmem. Jako kdyby to byl závazek či celoživotní břemeno, které musí odpovídat určitým všeobecným představám. Teoretici smyslu však ukazují, že naopak je

to koncept velmi svobodný. Odnímají z člověka zátěž všeobecně platného smyslu pro celé lidstvo a přiznávají mu svobodu si vybrat právě to, na co stačí a co ho učiní šťastným.

Důležitý koncept, který říká, že smysl má i život plný utrpení předkládá další z Franklových studentek **Elisabeth Lukasová**. Ve svém díle považuje za ty, kteří trpí, takové, co se nenaučili přijmout svůj osud. Podle Lukasové jsou ze situace velkého smysluprázdného utrpení jen tři východiska: víra v Boha, soucit ostatních a vlastní stabilní naplnění smyslem. Lukasová ovšem připomíná důležitý aspekt hledání smyslu – pokud by byl smysl dosažitelný, byl by další život beze smyslu. Proto zůstává smysl v samotném lidském úsilí a zápasu člověka se sebou samým. Znamená to, že již hledání smyslu a důvěra v jeho existenci naplňuje člověka základní motivací žít a snažit se žít dobře (LUKASOVÁ, 2006).

Peter Halama, který se tématice smyslu věnuje především z psychologického pohledu, zdůrazňuje mírně odlišný pohled na životní smysluplnost. Pocit smyslu vnímá jako prvotní jednotící resp. integrující složku celé lidské osobnosti. Z toho vyplývá, že má člověk tendenci hodnotit smysl dílčích situací z perspektivy úrovně celkově pociťované smysluplnosti (HALAMA, 2007).

Teorie integrující funkce smyslu propojuje podle mého názoru zkoumání smyslu se sférou zkoumání vlastností osobnosti člověka. Role smyslu je především v jeho schopnosti propojovat vnitřní a vnější aspekty reality a poskytovat člověku vysvětlení sebe sama i světa. Pokud má pociťovaný smysl schopnost vytvářet koherentní celky ve vnímání světa ale i přímo v naší osobnosti, musí pak spolu tyto dva jevy nutně souviset. Na základě této myšlenky jsem se také ve výzkumné části rozhodla provést šetření mimo testu životních cílů PIL ještě dotazníkem NEO, který postihuje základní strukturu osobnosti.

Ve Franklově teorii můžeme nalézt hypotézu tvrdící, že je člověk svobodný v zaujetí smysluplného postoje k jakékoli situaci: „*Neexistuje vlastně žádná situace, která by v sobě nezahrnovala nějaký možný smysl*“ (TAVEL, 2007 str. 56) Z toho vyplývá, že možnost nalezení smyslu nijak nezávisí na dané těžkosti situace nebo míře utrpení. Utrpení samo je pak dokonce jednou z cest, jak překročit sám sebe a naplňovat svůj smysl (FRANKL, 1994). Pokud smysl nezávisí na dané situaci, ale spíše na utváření postojů, nabízí se hypotéza, že nalezení smyslu také není nijak závislé na osobnostních vlastnostech. Karel Balcar však ve svém výzkumu Životní smysluplnost a osobnost ukázal, že pocit nenaplnění smyslem má vliv na utváření nežádoucích vzorců chování a postojů a tudíž i na utváření celkové osobnosti (BALCAR, 1995c). To znamená, že nedostatek smyslu má na osobnost dezintegrující vliv. Cílem mého výzkumu bylo zjistit, zda lidé s vyšší pocíťovanou mírou smysluplnosti mají i integrovanou a stabilní osobnost. K popisu uvedeného i dalších výzkumů zabývajících se vztahem osobnosti a smysluplnosti se dostanu v kapitole Vztah osobnostních charakteristik a prožívání smysluplnosti.

1.3 Pojetí člověka v existenciálních přístupech k psychologii

Jak jsem zmínila výše, teorii smyslu zde nazíráme z ontologického pohledu. Znamená to, že mluvíme o smyslu jako hlavním integrujícím principu lidské osobnosti a celkového chápání světa. Odhlížíme tak od vnímání elementární role smyslu, tedy smyslu životních cílů, hodnot a celkového konání. Ta je samozřejmě součástí ontologického pohledu, ale neposkytuje tolik styčných bodů s tím, co je nám taktéž vlastní v každém okamžiku života - s naší osobností.

Již jsem uvedla, jakým způsobem vnímají definice smyslu autoři z existenciálněanalytického diskursu, kteří považují smysl za hlavní motivační činitel. Také jsem ukázala, kde vidím pojetí vedoucí ke zkoumání souvislostí smyslu s osobností. Nyní bych se ráda věnovala celkovému logoterapeutickému a existenciálněanalytickému pojetí člověka, jak tedy vypadají znaky a funkce jeho duchovní stránky.

1.3.1 Sebetranscendence

Ráda bych vysvětlila, z jakého důvodu užívám pojmu „duchovní stránka“ člověka. V existenciálních přístupech jí nemyslíme jen úzce vnímanou víru v jediného Boha, ale je zde zamýšlena jako celková spirituální dimenze člověka. Náboženství je vnímáno spíše jako projev institucionalizace víry, naproti tomu spiritualita či duchovno jako prožitková plnost a spontaneita (ŘÍČAN, 2002). Ve Franklově pojetí pak mluvíme o **sebetranscendenci** nejen jako základní potřebě ale také jako o podmínce hledání smyslu. *Názor, že „jen když se člověk oddá nějaké věci, utváří svou vlastní osobnost“* (TAVEL, 2007 str. 24) jde prudce proti celkovému naladění

doby, která směřuje spíše k seberealizaci a soustředění na svůj osobní úspěch.

Považuji za důležité, že směřování ze sebe k nejvyššímu cíli nám také není vrozeno: „...v člověku neexistuje nějaká mravní nebo náboženská hnací síla, která by určovala jeho bytí na způsob základních instinktů. K morálnímu chování... se člověk v každém případě rozhoduje“ (FRANKL, 1994 str. 67). V logoterapeutické teorii nacházíme náboženskou danost člověka nejčastěji pojmenovanou jako noetický² rozměr osobnosti. Poukazuje tak na „schopnost člověka odpoutat se od vlastní psychofyzické určenosti a zvolit si vůči ní svobodný lidský postoj“ (BALCAR, 1995a str. 133) Duchovní stránkou člověka je míněna schopnost zaměřit se na něco, co jej přesahuje. V životě se ukazuje, že je to dokonce jednou z našich hlavních potřeb. Způsob dosahování smyslu vidí Frankl právě v sebetranscendenci (Balcar překládá jako sebezpřesah), tedy v naplnění hodnot, které leží mimo člověka (HALAMA, 2000b).

Nejdůležitějším přínosem, dle mého pohledu, je nabídka alternativy k tolik častému konzumnímu způsobu života. Mnoho lidí doufá, že právě takový jim přinese kýžené štěstí a vidí v něm smysl. Zde se naopak ukazuje, že pouze zaměření mimo sebe a ohlédnutí od svých potřeb může přinést pocit pravého naplnění smyslem. Tato vlastnost logoterapeutické teorie se také projevuje v tom, že je oproti psychoanalýze daleko méně retrospektivní a introspektivní a naopak se více zaměřuje k možnostem a budoucnosti jedince.

² noos (mysl, duch), noogenní = hlubší duchovní dimenze lidské osobnosti ve smyslu přesahování sebe sama k něčemu vyššímu, vznikající z duchovních zdrojů (TAVEL, 2007)

1.3.2 Cílesměrnost

Tavel ve svém výkladu Frankla (2007 str. 26) v podstatě mluví o stejném jednotícím vlivu smyslu, který jsem popsala výše: *„Pevným bodem v budoucnosti je utvářena celá přítomnost jedince“*. Přidanou hodnotou pevného a reálného **cíle** v budoucnu je jeho schopnost dodávat člověku sílu ke zvládnutí těžkostí po cestě k němu. Z vlastní zkušenosti může každý říci, že jsme schopni konat jen v případě, že vidíme na konci činnosti chtěný výsledek. Nesmyslná činnost má pak vliv na energii a chuť k práci, a pokud trvá dlouho, může ovlivňovat samotné základy sebepojetí jedince. *„Tam, kde šlo o zmarňení celoživotního směřování, je možné setkávat se i s extrémním projevem pocitu marnosti – sebevraždami“* (KŘIVOHLAVÝ, 2006 str. 29). V kontextu logoterapie pak mluvíme o noogenních neurózách – neurotické onemocnění způsobené ztrátou smyslu hodnot. Je často reakcí na prožitek existenciální frustrace. Tou a dalšími problémy při ztrátě smyslu se budu zabývat v kapitole Existenciální frustrace.

Zaměření na dlouhodobý životní smysl vnímá Frankl jako jedinečné **povolání**. Podle něj klade na každého jeho život požadavek na splnění konkrétního úkolu, kterým má být jeho pobyt na světě naplněn. Všechny dílčí kroky naplňování jednotlivých úloh směřují k dlouhodobému životnímu smyslu (TAVEL, 2007). Z takového pohledu můžeme říci, že se jedná o elementární směřování k dílčím cílům. V souvislosti s celoživotním povoláním mluví Frankl v rámci logoterapie o tzv. tragické triádě – utrpení, vině a smrti. Zmiňuje ji jako něco, co umožňuje nejhlubší lidský růst a objevení smyslu v situacích utrpení (HALAMA, 2007).

Křivohlavý (2006) se na problematiku dívá z psychologického pohledu. Snaží se specifikovat cílesměrnou činnost člověka a vystihnout její znaky. Základním znakem je podle něj lidská

zaměřenost k cíli jakožto vědomé jednání a směřování. Tento cíl má také vždy budoucnostní charakter. V těchto bodech se plně shoduje s Franklem: „*Být člověkem znamená být zaměřen a zacílen na něco, co není opět on sám*“ (FRANKL, 2006c str. 21) O podobě cíle se člověk rozhoduje na základě soustavy svých hodnot a volí si k němu vhodnou cestu pomocí svých kognitivních map. Psychologickou alternativou k logoterapeutické vůli ke smyslu se pak z Křivohlavého pohledu stává vůle dosáhnout cíle a odpovědnost za jeho podobu. To, co nás na zvolené cestě drží, je naše flexibilita, kreativita, ale i nezdolnost a odolnost vůči překážkám.

Důvod, proč je výběr mezi cíli a prioritami tak složitý spatřuji především v úzkosti z konečnosti života. Pokud si naplno uvědomíme nezvratnost a nezměnitelnost současných rozhodnutí, můžeme se velmi rychle dostat do rozhodovací paralýzy, ve které nakonec neuděláme nic. Yalom, známý existenciální analytik, připomíná: „*Není snadné žít každý okamžik s plným vědomím smrtelnosti. Promítáme se do budoucnosti prostřednictvím dětí, bohatneme, stáváme se slavnými, ještě většími, vymýšlíme si nutkavé obranné rituály nebo přijmeme nedotknutelnou víru v posledního záchránce*“ (YALOM, 2008 str. 11)

Koncept cílesměrnosti vnímám jako důležitý základ na pohled motivace lidského chování. Myslím si, že i pro praktický život je klíčové být si vědom nejvyšší vize, ke které směřuji. Smysluplný cíl pak může pomáhat udržet si vůli k naplňování i dílčích kroků, které k němu směřují.

1.3.3 Vůle ke smyslu

Vůli ke smyslu přijímám v této práci jako nejlepší možný překlad Franklova Wille zum Sinn. Někteří překladatelé hovoří o touze po smyslu či orientaci po smyslu. Jiní, více psychologicky zaměření, pak o něm hovoří jako o základní potřebě – potřebě smyslu. Všechny termíny však postihují lidskou tendenci najít a vytvořit si smysl života (TAVEL, 2007).

Při zaobírání se hledáním životního smyslu je třeba mít stále na paměti, že z existenciálního pohledu žádný neexistuje. Yalom (YALOM, 2006) ve své Existenciální psychoterapii blíže vysvětluje: na jedné straně se zdá, že člověk potřebuje smysl k celkové psychické stabilitě. Bez něj propadá depresím a pocitům zoufalství. Na straně druhé však existencialismus říká, že jedinou absolutní pravdou je, že žádná absolutní pravda neexistuje. Člověk pak stojí před úkolem, jak si najít smysl ve Vesmíru, který žádný smysl nemá.

Franklovým vymezením vůči hlubinně zaměřeným psychologickým směrům je jasná definice primární hnací síly v životě člověka. Je jí opravdu hledání smyslu a nikoli jen pudové mechanismy. V jeho výzkumu se také ukázalo, že většina lidí má ve svém životě něco, pro co je ochotna zemřít. Ukazuje se tak, že směřování ke smyslu není jen racionalizací pudů, ale primárním činitelem (FRANKL, 1994). Vůle ke smyslu je chápána jako jeden aspekt sebetranscendence. Je to motivačně teoretický koncept, který můžeme postihnout jako lidské sahání mimo sebe ke smyslu, který musí být odhalen a naplněn (FRANKL, 2006c).

Potud nebylo jasně řečeno, jakým způsobem je třeba „odpovídat na nároky života“ či „smysluplně naplňovat možnosti“. Tavel se ve svém výkladu Frankla (2007) snaží postihnout, díky čemu je vlastně člověk schopen smysl odhalovat. Takovým orgánem

smyslu je naše svědomí. Svědomí ovlivňuje nejen naše jednání v situacích rozhodování mezi správným a špatným, ale také vnímání promarněných možností života. Na svědomí bychom se tedy měli spolehnout a nechat se jím vést při hledání smysluplného naplnění každodenních situací. Myslím si, že nejvíce znejišťujícím momentem takového pohledu je celoživotní nejistota, zda naše svědomí rozpoznalo právě ten jeden pravý smysl situace či celého života (FRANKL, 2006b).

Balcar (1995a str. 135) vůli ke smyslu specifikuje jako „*základní lidskou tendenci k hledání objektivního smyslu ve skutečnosti i v jejích možnostech.*“ Halama ještě v duchu současných integrujících názorů, o kterých jsem se již zmiňovala, dodává, že smysl života je dynamický konstrukt složený z hodnot, interpretací, cílů, přesvědčení i životních událostí (2000a).

1.4 Životní hodnoty a nacházení smyslu dle E. Frankla

Ve svém výzkumu jsem se rozhodla analyzovat míru naplnění smyslem pomocí kvantitativní metody – dotazníku PIL. Zde však chci přiblížit obsahovou stránku smyslu, a jak je možné jej prakticky dosahovat. Nedělám si nárok na návod na dosažení konečného smyslu, ale mohu přiblížit, jakými způsoby se dá docílovat jeho pocítění.

Frankl (1994) jasně uvádí, že smyslu života, který se sice neustále mění, ale vždy je přístupný, je možné dosahovat třemi způsoby: Prováděním nějakého činu, zakoušením nějaké hodnoty nebo utrpením.

Nejdříve se podíváme na **termín hodnoty** jako takový. Hodnoty jsou obecně vnímány jako principy či cíle, které člověk považuje za důležité a řídí jimi svůj život. Křivohlavý (2006 str. 36) připomíná, že *„na jedné straně je to cíl, který dává všemu, co k jeho dosažení směřuje, kladnou hodnotu, a na druhé straně jsou to hodnoty, které ovlivňují volbu cílů“*. Zde spatřuji důležitou souvislost s již komentovanou rolí smyslu v životě. Jedině pokud jsme schopni svůj život naplňovat dobrým smyslem, můžeme si také volit natolik koherentní cíle, aby nás dále motivovaly a také pouhé směřování k nim mělo svůj vlastní smysl.

Z existenciálního pohledu jsou hodnoty nejvyššími možnostmi smyslu, které představují vykrytalizované nejlepší možné morální a etické principy lidské společnosti (FRANKL, 2006b).

Balcar (1995a) poskytuje bližší vysvětlení třech druhů hodnot, díky kterým se podle Frankla dá dosahovat smyslu:

- **Tvůrčí hodnoty** vytváří smysl prováděním nějakého činu. Spočívají ve vytváření nového a obohacování vnějšího světa. Smysl je tedy do života vnášen vytvářením díla, které má svůj účel a využití. Příležitostí k uplatňování tvůrčích hodnot je především práce. Práce na díle, které obohatí člověka i společnost poskytuje jedinci uspokojující pocit vlastní nenahraditelnosti a sebepotvrzení. Takovou sílu má především příprava společného díla.
- **Zážitkové hodnoty** tkví v uskutečňování důležitých a hlubokých zážitků a vztahů, které život nabízí. Frankl zde má na mysli především hluboká setkávání s dalšími lidmi. V radostném a niterném setkávání můžeme zažívat intenzivní pocity naplnění smyslem. Důležitým aspektem je ovšem aktivní přínos do vztahu a spoluúčast na něm (LÄNGLE, 2002). Nejvyšším takovým zážitkem je pak láska k druhému, která nejen dovoluje vidět druhého, jaký je, ale také mu pomáhá uskutečňovat zatím skryté možnosti.
- Třetím druhem cesty naplňování života jsou **postojové hodnoty**, tedy postoj zaujímaný vůči **utrpení**. Jako takové jsou možné tam, kde není prostor či možnosti pro hodnoty tvůrčí či zážitkové. Frankl měl na mysli natolik fatální situace, jako jsou nevléčitelné nemoci, ochrnutí či ztráta nejbližší osoby. Takové situace nám dávají zakusit, že neovlivníme to, co se nám právě děje, ale máme svobodu v rozhodnutí, jaký postoj k události zaujmeme. Člověk je ochoten trpět v těch případech, kdy v utrpení spatřuje smysl. Při terapeutické práci, kdy se podobně zasaženým lidem zdá, že svůj smysl již nikdy nenajdou, se pracuje na změně postoje a na repertoáru možností, které jim zůstaly.

Franklova teorie hodnot přinášejících smysl je podle mého názoru důležitá proto, že přináší velmi ctnostnou tematiku smysluplnosti tam, kde ji nejsme zvyklí hledat. V každodenním pracovním nasazení, v hezkých vztazích nebo právě v utrpení. Utrpení je považováno za něco špatného už jen proto, že neodpovídá šťastnému, zdravému a krásnému mediálnímu obrazu člověka. Myslím si, že kdyby lidé hledali smysl v obyčejnějších a dostupných věcech, mohli by být šťastnější.

Jako zdroj nejvyššího smyslu vnímá mnoho lidí náboženství. Náboženství či víra v Boha nám neposkytují jen spirituální rozměr, jak jsem o něm mluvila, ale také přede připravený soubor norem a hodnot, které tvoří dobrý život. *„Kde zmizí Bůh, dolehne (na člověka) problém, jak dokázat sobě i jiným svou hodnotu a smysl své existence tváří v tváří nicotě“* (ŘÍČAN, 2007 str. 172) Ve víře člověk hledá jistotu, co se bude dít po smrti a tím také redukuje svou úzkost z konečnosti (YALOM, 2008). Navíc k této úzkosti přistupuje i fakt, že *„čím méně se člověku daří vlastní život naplno prožívat, tím více se bojí smrti“* (YALOM, 2008 str. 41)

Konfrontace se smrtí prostřednictvím tzv. probouzejícího zážitku vede k úplné změně životní perspektivy. Yalom (YALOM, 2008) ze své dlouholeté terapeutické praxe dokonce vybírá konkrétní zážitky, které nás touto změnou častou provedou. Jsou jimi ztráta blízkého člověka, nemoc ohrožující život, významné životní milníky druhé poloviny života, hluboké trauma jako je znásilnění, ztráta zaměstnání či odchod dětí z domova a následný prožívaný syndrom prázdného hnízda. Všechny tyto zážitky obracejí naši pozornost k existenci jako takové a ke způsobu, jakým uchopujeme život.

Vidím v Yalomově pohledu paralelu k utrpení jako možnosti smyslu a možné cestě jeho dosahování. Právě hluboké utrpení

člověku umožní obrátit se k bytí a pohlédnout na něj pravdivě, protože je natolik prudce vytržen ze své každodennosti, že je mu to umožněno. Nadějně je, že se pak dá v každém utrpení nalézt smysl, i kdyby jím mělo být právě to, že se začneme smyslem poprvé v životě zabývat.

V psychologii se tématem smyslu života začal v posledních desetiletích zabývat **Roy Baumeister** (1991). Ve své knize identifikoval čtyři oblasti zdrojů smyslu, které využívá člověk v dnešní době:

- Prvním z nich je **práce**, kterou považuje za dosahování určitých cílů. Zároveň však přináší jistou míru uspokojení. Uspokojení pochází z několika zdrojů – z práce jako zdroje podmínek k přežití, práce jako sebepotvrzení ve formě sociálně prestižní kariéry a práce jako povolání či vyšší povinnost.
- Druhou je **láska**. Nejen ve smyslu potřeby pozitivní zpětné vazby od druhých, ale i jako potřeba intimního sociálního vztahu. Křivohlavý (KŘIVOHLAVÝ, 2006) připomíná, že v případě naplňování smyslem hraje největší roli láska jako oddanost. Oddanost pomáhá vztahům vydržet náročné životní události.
- Třetí je pak **štěstí**. Štěstí se po psychologické analýze cílů lidského života a zdrojů smyslu ukazuje jako velmi důležitý faktor. Podle Baumeistera vyhledáváme především pozitivní emocionální zážitky, spokojenost v dlouhodobém horizontu a celkové bezpečí provázené nepřítomností negativních emocí.
- Posledním zdrojem je sebepojetí či **identita**. Samotnou identitu považuje Baumeister za hodnotu úplně nejdůležitější. Více než konceptu sebetranscendence u Frankla, je zde blízký pojetí

sebeaktualizace u Maslowa či Rogerse. Sám autor analýzy uznává, že fascinace sebou a svým vlastním cílem je poplatná dnešní době. Je opravdu možné, že pak nalezení identity určuje smysl existence dnešního člověka.

Pojďme se na Baumeisterovu analýzu podívat z Franklova pohledu. Podle mého názoru se spolu shodují jen v prvních dvou smysluplných zdrojích životní spokojenosti. Práce v uvedeném psychologickém pojetí se shoduje s tvůrčími hodnotami u Frankla. Ty jsou vnímány v oblasti práce následovně: *„nezáleží na povolání, v němž člověk působí, daleko spíše na způsobu, jak působí; že nezáleží na konkrétním povolání jako takovém, nýbrž vždy na nás, zda to... co tvoří jedinečnost naší existence, se v práci uplatní a udělá život smysluplným, nebo ne“* (FRANKL, 2006a str. 114). Uvedenému rozumím tak, že práce má potenciál přinášet smysl ve chvíli, kdy její provádění naplňuje zároveň smysl celé společnosti a jedince v tomto smyslu překračuje. V takovém pojetí může smysluplnost přinášet jakékoli povolání, pokud jej vnímáme jako sloužící pospolitosti.

V případě smyslu získávaném z lásky zdůrazňuje Frankl, že právě chvíle, kdy jsme milovaní, nám umožní být v naší jedinečnosti a jednorázovosti (2006a). Nejedná se zde tedy tak úplně, dle mého pochopení, o potvrzení osoby v sociálním kontextu, ale o stvrzení jedince jako svébytné existence. To má samo o sobě ještě větší sílu přinášet pocit naplněnosti smyslem.

V třetím případě diskuse o potřebě štěstí nacházíme u Frankla zcela opačný názor. Zdůrazňuje, že *„neúspěšnost neznamená bezsmyslnost“* (FRANKL, 2006a str. 107) Ukazuje to na jasném příkladu. Jen málo by si opravdu přálo vyškrtnout ze svého života trpké a bolavé zážitky (FRANKL, 2006a). Znamená to, že i utrpení nám přináší minimálně poučení či dokonce udává směr, jakým se

příště vydáme. Vidím, že se tím popírá teze o potřebě potlačení negativních a frustrujících emocí. Zdá se, že právě v utrpení nacházíme hloubku života.

Co se týká sebeaktualizace a nalezení identity jako jediného možného smyslu, i zde Frankl pochybuje. Tavel jeho chápání konkretizuje: „*O subjektivitě smyslu je možné hovořit v tom významu, že každý jedinec má jiný smysl a neexistuje jeden jediný smysl pro všechny lidi*“ (TAVEL, 2007 str. 47) Takový smysl pak ale nutně leží mimo člověka. Nejsme to my, kdo si má na životu nárokovat naplnění, ale naopak život sám vyžaduje naši odpovědnost vůči všem situacím.

1.4.1 Existenciální frustrace

Jak už bylo řečeno, k pocitu dosažení smyslu potřebuje člověk zaměřit své úsilí mimo sebe (sebetranscendence), zaměřit jej k nějakému cíli v budoucnu a následovat své svědomí při výběru těch nejlepších možných voleb v každodenních situacích. Z toho všeho je zřejmé, že v běžném životě panuje neustálé napětí – mezi přítomností a budoucností a konečně i samotným člověkem a nenaplněným smyslem. Podle Franklova (1994) názoru je takové napětí podmínkou duševního zdraví a je člověku bytostně vlastní. Tento zápas o dosažení cíle a neustálou snahu o nedosažitelnou rovnováhu pojmenovává Frankl jako noodynamika.

Když člověk přijde o pocit noodynamického napětí, upadnutím do zdánlivého stavu absolutní spokojenosti či rezignací na snahu o cokoli, velmi rychle ho přepadá existenční vakuum. Potom nejčastěji zažívá bezbřehé pocity nudy a nenaplněnosti – existenciální frustraci. Lidé mají tendence takové prázdno naplňovat touhou po kráse, penězích či sexu, což Frankl považuje za pouhé

náhražky pravého smyslu. Lukasová poznamenává, že ji „v určitém smyslu způsobuje totiž blahobyť naší průmyslové společnosti...“ (LUKASOVÁ, 2006 str. 15) Jsou v ní naplněny veškeré potřeby člověka a často se vytváří uspokojování potřeb, o kterých ještě nevíme, nebo bychom je bez nabídky moderní doby ani nepocíťovali.

Vznik existenciálního vakua či jinak frustrace popisuje Frankl celkem jasně: „člověku dneška už neříkají žádné tradice, co je jeho povinností; a často se zdá, že už neví, co vlastně chce. A tím více je divý po tom, buď jen chtít to, co dělají jiní, nebo dělat jen to, co jiní chtějí. V prvním případě máme co činit s konformismem, v druhém s totalitarismem“ (FRANKL, 2006c str. 7). Jako důsledek pak vedle konformismu a totalitarismu vidí Frankl ještě vznik specifických neuróz. J. Křivohlavý (2010) spatřuje rizika nezodpovědného chování vůči sobě i světu ještě v jiných úskalích – promiskuitě a fanatismu. O promiskuitě mluví hlavně, jako nebrání ohledu na možnost, kterou si zvolím. Nevěrnost zvolenému smyslu. Fanatismus také vnímá jinak, než je běžné pochopení – jako slepou oddanost vytyčenému cíli bez ohledu na následky.

Existenciální frustrace, která má noologický původ, může vést až tzv. noogenním neurózám (FRANKL, 1994). Jejich důvody hledal Frankl v konfliktu hodnot nebo v neschopnosti si z daných hodnot vybrat. Zdůraznil, že „člověk, který žije v napětí z konfliktu svědomí nebo pod tlakem duchovního problému, tedy člověk v existenciální krizi, může onemocnět neurózou“ (FRANKL, 1999 str. 97) Také však zdůrazňuje, že existenciální frustrace sama o sobě není patologickým stavem. Tím je až noogenní neuróza, ve které člověk buď nevidí, nebo ztratil jakoukoli vidinu smyslu a ne jen to, že o smyslu pochybuje.

Noogenní neurózy už mohou mít také reálné dopady nejen na celkovou pohodu člověka, ale také na jeho zdraví. Součástí noogenní

neurózy je krize svědomí, která se může projevit jako neurotická somatizace, návaly úzkosti či jako fobie z orgánového onemocnění. V pozadí stojí vždy pocity marnosti, prázdnoty a nenaplněných možností (BALCAR, 1995a).

Z pohledu krize v hledání a nalézání smyslu se také Frankl (FRANKL, 2006a) vyjadřuje k dalším druhům neuróz. Vymezuje například vedle noogenních neuróz i neurózu úzkostnou, fobickou či nutkavou. Ztrátě smyslu přikládá roli i u onemocnění, která bývají běžně vnímána spíše z psychiatrického než terapeutického pohledu – schizofrenie a deprese.

Logoterapeutický přístup k absenci smyslu jakožto důležitého vlivu při vzniku širokého spektra psychických chorob je potvrzen i na fyziologické úrovni. S organickým poškozením mozku prokazatelně souvisí „zeslabení nebo ztráta individuálních hodnot a zřetelný nedostatek sebeaktualizačních tendencí“ (CAKIRPALOGLU, 2009 str. 187)

Ve výzkumu v empirické části práce nás bude zajímat, zda může nízká úroveň existenciální zakotvenosti souviset především se škálou dotazníku NEO „neuroticita“ a nízkou mírou „otevřenosti vůči zkušenosti“. Moje hypotéza je taková, že právě tyto osobnostní charakteristiky mohou predikovat nedostatečnou odpovědnost vůči životu ve smyslu Franklovy teorie a tudíž menší prožívání pocity smyslu.

1.5 Přístupy ke zkoumání smyslu života

V této kapitole se budu věnovat praktickému zkoumání smyslu života a jeho východiskům v psychologických teoriích. Pro potřeby mého výzkumu jsem si vybrala kvantitativní metodu analýzy pociťovaného smyslu PIL, proto se budu také věnovat hlavně kvantitativním metodám před kvalitativními. Shrnu také dosavadní výzkumy, které proběhly u nás a zabývaly se souvislostmi pociťované životní smysluplnosti.

Tematika smyslu si našla cestu z filosofie až do současné psychologie. Předmětem uvažování se velmi rychle stalo, jaké všechny aspekty lidského prožívání mohou mít s hledáním a nalézáním životního smyslu souvislost. Švancara (2009) shrnuje, že je třeba do něj zahrnout subjektivní zkušenost, zejména sebereflexi, sebehodnocení, kladné i záporné prožitky, stejně jako cílevědomé naplňování zvoleného smyslu.

Pokud se chceme dostat ke kořenům psychologického uvažování o smyslu života, ze kterých vyrůstají i dnešní teorie a tudíž i metody měření, dostaneme se podle Halamy (2007) ke dvěma důležitým proudům – jsou jimi existenciální psychologie a filosofie a teleologické a finalistické koncepce v psychologii osobnosti.

Existenciální proud klade důraz na existenci samotnou a s ní spojené fenomény. V jeho začátcích stojí K. Kirkegaard, E. Husserl a M. Heidegger. Kirkegaard byl první, který s člověkem spojil termín existence. Heidegger pak z existence učinil základní pojem pro uvažování o člověku. Později na jejich díla navázali i další myslitelé – J. P. Sartre, K. Jaspers nebo G. Marcel

Základními tezemi existencialismu se v té době stalo, že existovat znamená být v možnostech a existence je nám dána jako úkol (BLECHA, 2004). Zde vidíme základ k pozdějšímu Franklovu

prohlášení, že „*se člověk může seberealizovat pouze v tom rozsahu, v němž naplňuje smysl – venku ve světě, nikoli v sobě samém*“ (2006c str. 10) Zdůrazňuje tak odpovědnost člověka odpovídat nárokům života, nikoli však klást nároky životu. Postupem času se uvnitř existenciálního směru vytvořilo více jednotlivých proudů, které se již dnes v mnohém liší. Za ústřední motivy zájmu však můžeme u všech považovat svobodu, zodpovědnost, angažovanost, hodnotu, smysl, přítomnost a autenticitu.

Původní existencialismus, jak definuje Blecha, také neviděl v nahodilé vrženosti existence žádný smysl (2004). Novodobá existenciální analýza, jak jsem již uvedla výše, naopak věří, že smysl se nachází v každé existenci, okamžiku i životě. To, zda jej nalezneme, záleží na naší schopnosti následovat své svědomí a statečně odpovídat na výzvy života.

Vstříc existenciálnímu přístupu se vyprofilovaly teleologické a finalistické koncepce v psychologii osobnosti. Jsou to psychologické přístupy, které kladou důraz na účel dění a chování, nikoli na jeho kauzální příčinu. Jedná se o tzv. hormickou psychologii. Za rozhodující faktor ovlivňující chování považuje cíl člověka a vystupuje tak proti čistě statickým chápáním osobnosti.

1.5.1 Analytický přístup

Vůči zakladateli psychoanalýzy, **Sigmundu Freudovi**, se Frankl ve svých knihách aktivně a ostře vymezuje. Činí tak především vůči Freudovu názoru, že touha po poznání smyslu je patologická a jako taková by měla být léčena (TAVEL, 2007). Stejně tak jasně odmítá, že primární hnací silou v životě člověka jsou pouze pudové síly a představa hodnot a smyslu je jen obranným

mechanismem. Dokazuje to tím, že „člověk je nicméně schopen žít, ano i zemřít, pro své ideály a hodnoty“ (FRANKL, 1994 str. 66).

Franklův pohled ovšem nic nemění na tom, že Freud byl opravdu zakladatelem systematického analytického zkoumání lidské psychiky. Jeho pohled na člověka byl velmi ovlivněn názorem, že se jedná o bytost hluboce pudově podmíněnou. Jako taková má jen velmi málo prostoru pro opravdu svobodná rozhodnutí. Myslel si, že psychicky zdravý člověk by si otázku po smyslu nikdy nekladl. Hodnoty považoval za vyvážení principu slasti, tudíž za reaktivní formace vůči přáním pudového Id (RABAN, 2008).

C. G. Jung mluví ve svých dílech o archetypu smyslu, který se objevuje v kritických situacích hledání řádu v chaosu, kdy selhaly všechny ostatní opory. Pro pochopení pojetí smyslu u Junga je důležité nahlédnout koncept archetypu animy. Archetyp jako takový je „obsah kolektivního nevědomí,... který ještě nebyl podroben vědomému zpracování, a proto představuje bezprostřední duševní danost“ (TAVEL, 2007 str. s. 168). Anima je u Junga považována za duši. Není základem pro celé žití, ale umožňuje ho. Je zároveň je jedním z mnoha archetypů.

Oproti iracionalitě animy stojí to, co objevujeme ve všem chaotickém, pokud je zvládnutí situace nad naše schopnosti – hlubší smysl. Je to pevné a hluboké poznání jednotícího principu, který stojí za všemi obranami, berličkami – za každodenním chaotickým životem (TAVEL, 2007). Je zajímavé, že oproti ostatním autorům si Jung všímá i rozdílnosti hledání a nacházení smyslu v odlišných kulturách. Podle něj člověk ze západního sociokulturního okruhu nedokáže snést nesmyslnost statického světa kolem sebe, proto se snaží najít v něm smysl a konečný cíl. Naproti tomu „východní člověk“ se snaží o naplnění smyslu v sobě samém a je schopen se tak daleko lehčeji vzdát světa i života. Jung souhlasí s oběma možnostmi

nacházení smyslu a prohlašuje, že smysl se může nacházet jak vně tak uvnitř člověka (HALAMA, 2007).

A. Adler a jeho individuální psychologie považují za smysl života život ve prospěch společenství. Adler se odtrhl od tradiční koncepce psychoanalýzy, protože odmítl myšlenku pudovosti jako základního motivačního zdroje, ale zdůrazňoval touhu člověka o nalezení svého místa ve společnosti a tím i svého smyslu (HALAMA, 2007). Byl přesvědčen, že *„všichni jednotlivci mají méněcennosti a usilování o úspěch a nadřazenost vytváří základ našeho duševního života“* (ADLER, 1999 str. 119).

K analytickému pohledu na zkoumání smyslu života přispěl také sociální psychoanalytik **E. Fromm**. V jeho teorii můžeme nalézt rovněž existencialisticky laděné názory. Definoval tři charakteristiky člověka, které ho odlišují od zvířat a zároveň mu umožňují samotné přemýšlení nad smyslem. Jsou jimi sebeuvědomění, rozum a představitivost. Prostřednictvím těchto schopností je člověk konfrontován se svou svobodou v pohledu na svět a vzniká tak potřeba určitého orientačního rámce. Je to ve své podstatě existenciální potřeba vztahovat se k nějakému pevnému bodu, který má svůj smysl a řád. Ze sociálně psychologického pohledu je tato potřeba silně využitelná při lákání lidí do politických či jinak názorově vyhraněných uskupení. Čím více totiž poskytují iluzi smysluplného celku, který poskytne řád, tím jsou pro člověka lákavější.

Vedle potřeby orientačního rámce, zdůrazňuje Fromm potřebu oddanosti. Má tím na mysli ctěnou a vlivnou hodnotu v životě, k níž člověk napírá veškeré své úsilí. Taková hodnota má moc udělovat smysl celému životu.

1.5.2 Humanistický přístup

Další školou v psychoterapii a v psychologii je vedle analytického a existenciálního přístupu humanistický pohled. Její názorová platforma je založená na tom, že v člověku existuje vrozená k růstu a rozvíjení sebe sama – seberealizaci. Touha po seberealizaci je zde vnímána jako důležitý motivační činitel (RABAN, 2008).

Carl Rogers, nejvlivnější humanistický terapeut a teoretik, touhu po sebeuskutečnění pojmenoval jako tendenci chovat se a jednat způsoby, které korespondují s jedincovou vědomou identitou. Jako druhou potřebu ovlivňující neustále člověka specifikuje potřebu bezpodmínečného pozitivního přijetí ostatními (KASSIN, 2007). *„Být opravdový je celoživotní úkol. Je-li člověk kongruentní, znamená to, že je v souladu jeho prožívání, vědomí a obsah jeho komunikace“* (ROGERS, 1998 str. 15). Smyslem života podle rogeriánského přístupu je tedy v podstatě co nejvlastnější existence – bytí sám sebou.

Abraham Maslow vidí sebeaktualizaci či nalezení smyslu jako vrozenou potřebu, které se však snažíme dosáhnout až po uspokojení všech, které jí v představě jeho „pyramidy potřeb“ předcházejí. Díky své koncepci růstu a hierarchii potřeb je nyní jedním z nejvlivnějších humanistických psychologů. Základní potřeby člověka k životu rozděluje na nedostatkové vyrůstající z nedostatku a nutné pro přežití, a růstové, které po naplnění základních potřeb mohou směřovat k naplnění smyslem. Podle Maslowa vede právě úspěšné naplnění základních potřeb k touze po seberozvoji. Oproti Franklově sebetranscendenci zaměřené mimo člověka, mluví o sebeaktualizaci, která je daleko více zaměřená na touhy konkrétního člověka (HALAMA, 2007).

1.5.3 Existenciální přístup

K současným psychologům, kteří ovlivnili či ovlivňují myšlení v existenciálním proudu, patří I. D. Yalom, V. Frankl, ale i E. Lukasová a A. Längle. U všech, kromě Yaloma, jsem již mluvila o jejich názoru na definici smyslu. Nyní se chci věnovat tomu, jak přistupují k samotné analýze smysluplnosti života.

I. D. Yalom přichází z teorií existenciální dynamiky. Hlavní napětí zde vytváří čelení člověka existenciálním danostem, se kterými se musí vyrovnávat. Yalom se ve svých knihách věnuje hlavně tématu lidské konečnosti a nevyhnutelnosti smrti. Nevyhnutelnost konce přináší podle Yaloma člověku úzkost z nutnosti vyrovnat se nárokům života a zaujmout k nim statečný postoj. Jedinec je tak nucen vytvářet si systém hodnot a cílů, protože bez nich propadá zoufalství (YALOM, 2008).

Yalom stojí podle mého názoru někde uprostřed mezi Freudovou psychoanalýzou a Franklovou logoterapií. Na jedné straně si myslí, že svět jako takový smysl nemá a touha ho najít je obranným mechanismem, na straně druhé však přiznává člověku naději vytvořit si natolik dobrý smysl života, který mu přinese stabilitu a uspokojení. Celkově rozeznává dvě cesty, kterými se člověk snaží smysl najít. První z nich je hledání kosmického smyslu, který je většinou koherentní soustavou hodnot mimo člověka. V našich podmínkách je tím většinou židovsko-křesťanský systém víry v Boha. Druhou je pak nacházení světského smyslu v altruismu, sebeaktualizaci či oddanosti svým zájmům. Podle Yaloma je ale vždy rozhodující intenzita, s jakou se danému motivu snažení člověk věnuje (HALAMA, 2007).

Yalom nevyvinul pro zkoumání smyslu žádnou ucelenou psychoterapeutickou metodu. Jinak tomu bylo u Frankla a později

Längla, z jejich zkušeností vznikl ucelený terapeutický postup logoterapie a existenciální analýzy. *„Existenciální analýza je analýzou života, který stojí za to být žit. V existenciálně analytickém rozhovoru jsou zkoumány možnosti smyslu obsažené v konkrétních životních situacích. Logoterapie pak spočívá v praktickém vedení, podpoře a konkrétním uplatňování a uskutečňování takto získaných poznatků“*, přibližuje Längle (2002 str. 8).

V. Frankl zdůrazňuje, že je možné nalézt smysl za jakýchkoli podmínek a v každé situaci. Z tohoto přesvědčení pak také vznikl jeho psychoterapeutický směr logoterapie. Logoterapeut předpokládá, že člověk má vůli k nalezení objektivního smyslu a k jeho naplňování svými činy. Tímto přesvědčením se logoterapie nestaví do opozice vůči již používaným terapeutickým směrům, ale spíše je obohacuje o nový rozměr. Je indikována všude tam, kde z existenciální frustrace, která byla v práci již zmíněna, vznikají další problémy pramenící ze zmarnění životního smyslu – noogenní neurózy. Frankl viděl také široké pole využití u onemocnění tradičně vnímaných jako psychogenní. U takových, kde se naruší osobnostní a psychosomatická dynamika natolik, že vznikne somatické onemocnění bez podkladu v tělesné poruše (BALCAR, 1995a).

A. Längle, žák Frankla, svůj směr na něj navazující pojmenoval jako aplikovaná existenciální analýza. Od logoterapie se liší tím, že více než objektivním duchovním hodnotám se věnuje subjektivnímu směřování člověka ke zhodnocení vlastního života (BALCAR, 1995a). Existenciální analýza daleko více než logoterapie přiznává, že v nalezení smyslu hrají roli vždy dva neoddělitelné faktory. Jsou jimi podmínky, možnosti a omezení právě vzniklé situace a na straně druhé schopnosti, vlastnosti a vlohy osoby, která se v ní ocitá. Úkolem v terapii je pak zvolit realistickou cestu – takovou, která bere v potaz oba tyto faktory. Vždy ale musí být tato cesta pro daného jedince nějak osobně významná. Opět se také

pracuje s již popsanými hlavními cestami ke smyslu – zážitkovými, tvůrčími a postojovými hodnotami (LÄNGLE, 2002).

Vedle uceleného terapeutického přístupu zpracoval Längle také společně s kolegy diagnostickou metodu použitelnou pro zjišťování míry prožívané smysluplnosti – Existenciální škálu (LÄNGLE, 2001). Budeme o ní mluvit v kapitole Kvantitativní metody zkoumání smyslu.

E. Lukasová navázala ve své terapeutické praxi na svého učitele, V. E. Frankla, a věnovala se logoterapii. Stejně jako jemu jí jde o *„jasné oddělení osudových faktorů na jedné straně, a svobodného postoje a jednání na straně druhé...“* (LUKASOVÁ, 2006 str. 12). Myslím si, že ve svých publikacích přiblížila samotný proces logoterapie přístupněji, než Frankl. Přejala jeho způsob uvažování, ale existenciálně analytické principy přenesla například i do použití logoterapie ve výchově (LUKASOVÁ, 1997). Specifikuje, že cílem logoterapeutických metod je vytvořit volný prostor, který je neovlivněný osudovými determinujícími faktory. Teorie je pak taková, že takto získaný prostor bude pacient asociovat s možnostmi naplnění smyslem a aktivuje se tak i chování ke smysluplnosti vedoucí. Při konfrontaci s osudem pak Lukasová vidí jen tři možnosti: *„Jistota, že Bůh pomůže, nebo jistota, že ti ostatní pomohou anebo jistota, že najdu ve vlastním smyslovém a hodnotovém systému oporu...“* (LUKASOVÁ, 2006 str. 64).

Pro klinické a diagnostické využití sestavila Lukasová zkoušku k měření prožívané smysluplnosti a existenciální frustrace – Logotest (LUKASOVÁ, 1992). O jeho vlastnostech a způsobu, jakým měří naplněnost života smyslem, budeme mluvit v kapitole Kvantitativní metody zkoumání smyslu.

1.6 Kvantitativní psychometrické metody zkoumání smysluplnosti života

Při pokusech o diagnostikování a měření úrovně smysluplnosti života nutně vyvstává otázka, zda je vůbec možné něco takového změřit. Zda je možné vůbec jednotně pojmenovat a do hodnotících škál vměstnat všechny lidské hodnoty, cíle a tužby. Měření pomocí standardizovaných metod³ je v psychologii nejpoužívanějším nástrojem. Zachytit však jejich pomocí komplexnost lidského prožívání smyslu není možné. Z výsledků vytvořených psychometrických a dotazníkových metod se však ukazuje, že je možné získat validní a zajímavé výsledky (HALAMA, 2007).

V každém případě je ale nutné, aby byl test vždy adekvátně vysvětlen. Probandovi musí být sděleno, co se snaží test měřit a jakým způsobem by se měl snažit odpovídat. Podle mého názoru tak mohou metody diagnostiky smyslu sloužit jako odrazový můstek pro další terapeutický rozhovor nad jednotlivými odpověďmi. S vyplněným testem, stejně jako s jakoukoli jinou metodou měření v psychologii, by se nemělo zacházet jako s všeplatnou výpovědí o člověku. Mělo by s ním být nakládáno spíše jako s vodítkem a s prvním vykročením do prožitkového světa testovaného.

Veškeré metody psychometrického zjišťování údajů o člověku a tedy i měření smysluplnosti života můžeme rozdělit na **kvalitativní** a **kvantitativní**. V případě studia smysluplnosti života činí oba dva druhy metody svým jádrem i východiskem konkrétní osobu. Oba dva rovněž vycházejí z přesvědčení, při zjišťování míry

³ Metoda = způsob vědeckého poznávání jevů a skutečností (HARTL, 2000), jinak se dá také metoda chápat jako volba cesty k cíli. Psychologickou metodologií potom rozumíme systém názorů o principech, metodách a možnostech poznání předmětu psychologie a o způsobech psychologického výzkumu (KŘIVOHLAVÝ, 2006).

smysluplnosti života dané osoby se dá usuzovat z toho, co o sobě sama říká. Jaký má slovní projev o svých vlastních rozhodnutích, cílech, hodnotách i ideálech (KŘIVOHLAVÝ, 2006).

- **Kvalitativní metody** jsou zcela založené na spontánním projevu člověka – na jeho řeči a slovním projevu. Případně na pozorování jeho chování. Základem je poskytnutí co největší svobody pro celou škálu projevů testovaného. Cílem je nahlédnout otázku smyslu co nejvíce z pohledu daného jedince. Kvalitativní metody umožňují zjistit obsah hodnot, které naplňují člověka smyslem, nezjistí však míru pocíťované smysluplnosti. Pro účely výzkumné části mé diplomové práce jsem si zvolila kvantitativní metodu – dotazník PIL. Nebudu se zde proto šířeji věnovat metodám kvalitativním.
- **Kvantitativní přístup** k měření smysluplnosti života má nejčastěji dotazníkovou formu. Získané údaje jsou zpravidla numerické a daná proměnná má vždy konkrétní číselnou hodnotu. Díky tomu je možné získat míru dané proměnné, zde smysluplnosti života, a také ji porovnat s jinými proměnnými (HALAMA, 2007). V následujících podkapitolách uvedu a popíšu nejčastěji využívané kvantitativní metody zjišťování úrovně smysluplnosti včetně dotazníku PIL, který jsem využila pro výzkumné šetření v rámci diplomové práce.

1.6.1 Logo-test

Jak jsem již zmínila, Logo-Test vychází ze zkušeností a pera Franklovy žákyně Elisabeth Lukasové. Pro české potřeby jej z originálu převedl (1992) a na vzorku studujících českých vysokých škol standardizoval (1995b) Karel Balcar. Pro svůj promyšlený charakter se využívá především v klinické praxi. V našich akademických kruzích byl využit ale i ve výzkumných studiích, Sobkovou (2010). O výsledcích výzkumné studie Sobkové a Tavela budu blíže hovořit v kapitole Výzkumy smysluplnosti v českém kontextu.

Dotazník má tři části. První z nich obsahuje 9 tvrzení, na která je od probanda vyžadována kladná či záporná odpověď. Každé z tvrzení reprezentuje zdroj hodnot přinášejících smysl. Jsou jimi v tomto případě např. bezpečí, blízké vztahy, práce či samotný pocit vlastního účelu. *„Úhrn takto vyznačených a kvantitativně kvalifikovaných životních hodnot, které jsou pro osobu zdrojem hodnotového zakotvení a naplnění v jejím životě, pak přispívá k celkovému skóru prožívané smysluplnosti – existenciální frustrace“* (BALCAR, 1995b str. 401)

Poslední z otázek oslovuje Franklovu hodnotu utrpení, jak jsem o ní již několikrát mluvila. Výrokem „Mám život zkalený nouzí, nemocí nebo jinou vážnou starostí a všemožně usiluji o to, abych tyto těžkosti překonal a dosáhl zlepšení“ (LUKASOVÁ, 1992) se snaží zjistit míru statečného čelení utrpení v životě člověka. Podle mého názoru je toto deváté tvrzení problematické. Myslím si, že lidé mohou mít pocit, že když odpoví ano, staví se do mučednické či pyšné role a to jim nemusí být příjemné. Při sledování míry hrdinného čelení utrpení navrhuji směřovat otázku více na znovunabytí předchozí životní pohody po překonání traumatu. Např.: *„Zažil jsem v životě velké trauma jako je např. smrt nejbližšího*

člověka či rozvod, ale nyní se už cítím dobře a myslím, že mi to přineslo do života i něco dobrého“ (LUKASOVÁ, 1992). Na takto postavené tvrzení by podle mého názoru daleko více lidí odpovědělo ANO. Také bychom o nich v takovém případě mohli říct, že naplnili postojoyou hodnotu a ve svém utrpení našli smysl.

Druhá část obsahuje sedm položek se sebezposuzovací stupnicí velmi často – občas – nikdy. Tématem tvrzení jsou nejčastější prožitkové příznaky stavu existenciální frustrace. Např.: *„Jak často jste dosud prožíval... Přání být ještě jednou dítětem a moci začít život znovu od začátku“* (LUKASOVÁ, 1992). Zjištěné míry z této části sytí především výslednou škálu pocíťované existenciální frustrace.

Podoba třetí části má zčásti projektivní povahu. Proto je jí možné použít především v klinickém použití testu a postavit na ní pozdější rozhovor o prožívání smyslu v životě. Po probandovi je zde vyžadováno zhodnocení tří krátkých životních příběhů, co do spokojenosti či prožívaného utrpení popisovaného muže či ženy. Potom má také napsat podobný příběh o sobě a své životní cestě dle uvedených vodítek.

Zhodnocení třetí části klade nejvyšší nároky na psychologa, který test předkládá. Uvedený jedinečný životní příběh hodnotí v dimenzích „naplnění smyslu“, „postoj ke strádání“ a „postoj k úspěchu“. Předchozí části jsou hodnoceny bodově na základě předem daného klíče. Zkoumaná osoba se potom dle věku a dosaženého počtu bodů řadí do jednoho z kvartilů. Jejich výpovědní hodnota osciluje mezi nadprůměrným naplněním smyslem a hrozící noogenní neurózou či depresí.

Logo-test je mezi evropskými logoterapeuty pravděpodobně nejčastěji využívanou metodou diagnostiky prožívaného smyslu. Je výborně využitelný při klinickém vyšetření a diagnostickém

rozhovoru. Kritizován bývá pro slabou homogenitu a vnitřní soudržnost mezi jednotlivými částmi testu (HALAMA, 2007).

1.6.2 Existenciální škála – ESK

Druhým u nás nejvyužívanějším dotazníkem je Existenciální škála A. Längleho (2001). Svým původem také navazuje na teoretické pozadí pojetí smyslu, kterému jsem se rozhodla ve své práci věnovat. Jako metoda totiž vychází existenciálněanalytického pojetí logoterapie. Pro české prostředí test opět přeložil (2001) a na vysokoškolské populaci standardizoval Karel Balcar. V roce 2012 jsme jej společně s Karlem Balcarem využili pro zjištění souvislosti mezi mírou prožívané smysluplnosti a užívanými strategiemi zvládnání stresu u pražských vysokoškoláků (BALCAR, 2012).

Cílem škály jakožto diagnostického nástroje je zjistit do jaké míry daný člověk utváří svou existenci smysluplně. Můžeme tedy říci, že měří duchovní schopnosti člověka. Längle byl toho názoru, že proces dosahování smyslu lze rozdělit na jednotlivé kroky a tím jej i operacionalizovat.

Prvním takovým krokem je rozpoznání existenciálních daností, které jsou v danou chvíli nezměnitelné. Pro jejich vnímání je třeba duchovní schopnosti **sebeodstup**. Druhým krokem je vystihnout hodnoty, kterou situace nabízí. To vyžaduje schopnost **sebeopřesahu**. Ve třetím kroku se člověk rozhoduje, jakým způsobem se situací naloží a jak se bude chovat. Pro to potřebuje **svobodu**. Čtvrtý krok by pak měl ideálně naplňovat možnosti smyslu situace. K tomu člověk využije duchovní schopnost **zodpovědnosti**.

Z uvedených čtyř základních dimenzí skládá dotazník ještě dimenzi **personality** (součet sebeodstupu a sebezpřesahu) a **existenciality** (součet svobody a zodpovědnosti).

Celkem obsahuje Existenciální škála 46 sebeposuzovacích položek. U každého výroku respondent hodnotí, do jaké míry právě pro něj dané tvrzení platí. Výsledné skóre vypovídá o prožívané smysluplnosti – schopnosti nakládat s životními situacemi smysluplně a utvářet tak také smysluplně celý život. Posouzení nekonzistentních vztahů mezi jednotlivými dimenzemi, které dotazník popisuje, může ukazovat ne riziko neurotických problémů nebo možnou poruchu osobnosti (HALAMA, 2007).

1.6.3 Purpose in Life Test – PIL

Test Purpose in Life – Test životního smyslu – vznikl v 60. letech minulého století v rámci experimentální studie existenciálních přístupů v psychologii (CRUMBAUGH, 1964). Crumbaugh a Maholick se snažili zjistit, jakým způsobem by bylo možné klinicky diagnostikovat noogenní neurózu, o které jsem se již několikrát zmínila. Jednalo se tak o první pokus diagnostikovat postoje lidí k prožívání smysluplnosti a účelu života v psychologii běžnou formou dotazníku (KŘIVOHLAVÝ, 2006).

Do češtiny jej v roce 1967 přeložili D. Dufková a S. Kratochvíl a použili jej k psychometrickému zkoumání existenciální frustrace (DUFKOVÁ, 1967). Ve výzkumné studii pro účely diplomové práce jsem použila překlad Karla Balcara (CRUMBAUGH, 1964b). Pro českou populaci nebyly navzdory vysoké popularitě testu mezi výzkumníky vytvořeny psychometrické normy. Proto jsem se rozhodla provést pilotní studii a vytvořit alespoň lokální normy pro populaci pražských vysokoškoláků.

„Test Purpose in Life byl vytvořen k operacionalizaci Franklových myšlenek a k měření individuální zkušenosti významu a smyslu v životě“ (ADLER, 1997)⁴. Ve studii zkoumající strukturu testu se ukázalo, že PIL stabilně vykazuje vysokou míru vnitřní, časové i prediktivní validity. Také se v ní podařilo identifikovat 4 faktory, které jsou testem nejvíce sycené: závazek a dosahování cílů, entuziasmus v životě, zvládnání a akceptace života (CHAMBERLAIN, 1988). Jiné články zase mluví o dvou nadřazených faktorech – štěstí a smysl (McGREGOR, 1998), (MORGAN, 2007). V Crumbaughově revizi testu se ukázalo, že PIL má schopnost s vysokou jistotou rozlišit mezi skupinou psychiatrických pacientů a kontrolní skupinou bez psychiatrické diagnózy. Většina pacientů skórovala podle očekávání velmi nízko. Pouze lidé se schizofrenií vykazovali vyšší skóre, než výzkumníci očekávali. Celkově test hodnotí jako validní a reliabilní míru Franklova konceptu významu a smyslu života (CRUMBAUGH, 1968).

„V řadě prací byl zjištěn užší vztah mezi PIL a extravertí, pozitivním postojem k životu, spokojeností se životem, sebe-přijímáním, údaji o pocitech méněcennosti, sebekontrolou (sebevládou), emocionální stabilitou a odpovědností“ (KŘIVOHLAVÝ, 2006 str. 73)

S výsledky většiny studií se shodl i Peter Halama, když na vzorku Slováků (168 univerzitních studentů) zkoumal vnitřní soudržnost a strukturu sycených faktorů PIL. Potvrdil dosavadní zjištění, že PIL může být považován za multidimenzionální test, měří tedy více dimenzí lidského chování a prožívání. Výsledky však mohou podpořit teorii, že smysl života může být chápan jako fenomén složený ze tří komponent: kognitivní schopnosti, motivace a afektivita (HALAMA, 2009).

⁴ „Purpose in Life (PIL) test was designed to operationalize Frankl's ideas and to measure an individual's experience of meaning and purpose in life.“

V první, originální verzi má test tři části. První z nich je psychometrická a má dvacet položek. Dříve jich bylo dvacet dva, ale počet se později pro zjednodušení redukoval (HALAMA, 2007). V Balcarově překladu se jedná o jednotlivé výroky, které využívají sémantické diference. Vyžaduje proto jemné rozlišení mezi významy slov. Respondent je žádán, aby na pětibodové stupnici zhodnotil, do jaké míry o něm právě platí daný výrok. Příklad položky:

Tabulka č. 1: Příklad položky PIL

Položky	Ohodnoťte každý výrok číslicí od 1 do 5		Vaše hodnocení
1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5			
9. Můj život je	Prázdný, naplněný zoufáním	Zcela zaplněný úžasnými věcmi	

Každá položka obsahuje dva vysoce protikladné výroky. Celkově se tematicky zabírají problematikou životních cílů a jejich dosahování. Výsledky testu se získávají prostým sečtením dosažených skóre v každé posuzovací stupnici (KŘIVOHLAVÝ, 2006).

Při vyplňování s větším počtem respondentů v rámci mé pilotní studie nebyl s pochopením zadání a vyplňováním větší problém. Navrhuji však, aby byla „vysvětlující stupnice“ umístěna ještě nad první položenou otázkou. Velká část respondentů měla tendenci brát ji jen jako příklad a nejdříve ji nevyplnila. Pro účely hromadného testování jsem také z testu vynechala poznámku, o tom, že nízký počet dosažených bodů může mluvit o existenciální frustraci či počínající depresi. Taková informace vždy potřebuje hlubší pochopení na straně testovaného a následný psychologický rozhovor.

Druhá část původní verze testu byla tvořena 13 nedokončenými větami, které se týkaly smysluplného směřování v životě. Třetí část PIL vyžaduje volný popis vlastních plánů, cílů a snah. Hodnocení posledních dvou částí se ukázalo metodologicky velmi problematické, proto je v praxi zpravidla využívána jen část první (HALAMA, 2007).

Ze stejných důvodů kritiky nepřehlednosti testu byla vytvořena alternativní verze testu. Původní položky PIL jsou zde formulované jednodušším způsobem. Tato verze je nazvaná Life Purpose Questionnaire. Pro svou vyšší názornost je její využití doporučováno tam, kde se předpokládá ztížené pochopení zadání (HUTZELL, 1988).

V roce 2011 vznikla zkrácená část testu Purpose in Life (SCHULENBERG, 2010). Jejím cílem bylo prozkoumat psychometrické vlastnosti zkrácené dvacetibodové stupnice na pouhé čtyři položky. Konkrétně to byly otázky týkající se přítomnosti jasných cílů v životě, prožívání života jako smysluplného, vůle dosahovat vytyčených cílů a přítomnost celkového smyslu.

Tabulka č. 2: Položky dotazníku Purpose in Life Short Form

Položky	Ohodnoťte každý výrok číslicí od 1 do 5		Vaše hodnocení
	1 ----- 2 ----- 3 ----- 4 ----- 5		
3. V životě	Nemám žádné cíle	Mám jasné cíle	
4. Má osobní existence	Nemá žádný smysl nebo účel	Má dobrý smysl a účel	
8. V dosahování životních cílů jsem	Nic nedokázal/a	Je postupně úplně naplnil/a	
20. Ve svém životě jsem	Nenašel/la žádné poslání nebo smysl	Našel/la uspokojující smysl	

Studie byla provedena na 298 vysokoškolácích. Data získaná z měření dlouhou a krátkou verzí byla podobná. Krátká verze se ale neukázala natolik účinná při diagnostice celkového prožívání smysluplnosti. Její využitelnost výzkumníci našli spíše v odhadu míry psychické nepohody a momentálního prožívání stresu (SCHULENBERG, 2010).

Výsledky testování zkrácenou verzí PIL byly porovnány s testováním původní dlouhou verzí. V tomto případě byla také provedena faktorová analýza dotazníku. Potvrdilo se, že test měří dva robustní faktory prožívání smysluplnosti: šťastný život a smysluplný život (SCHULENBERG, 2010).

Test Purpose in Life PIL je podle mého názoru jednou z nejjednodušších metod pro první nahlédnutí do vnímání smyslu u člověka. Respondenti podle mé zkušenosti nemají zpravidla větší potíže při jeho vyplňování. Pro další využití testu v Balcarově překladu doporučuji přesunout stupnici se vzorem hodnocení nad řádek s první otázkou. Pro hromadnou administraci je taktéž nezbytné použít test bez dovětku pod položkami o významu naměřeného skóru.

1.7 Výzkumy smysluplnosti v českém kontextu

Psycholog a terapeut Karel Balcar navazuje na V. E. Frankla a E. Lukasovou. Lukasové **dotazník Logo-test** nejen přeložil, ale také standardizoval na vzorku studujících českých vysokých škol. Respondenti byli vybráni z fakult různého studijního zaměření. Celý vzorek zahrnoval celkem 353 vysokoškolských studentů.

Český převod dotazníku vykazuje stejné vlastnosti, jaké se ukázaly v jeho rakouských normách. Je například téměř imunní vůči vlivu pohlaví na výsledek. Proto jsou také normy pro obě dvě pohlaví i v české verzi sloučené. Normy se dají v současné době využívat při vyšetření české vysokoškolské mládeže. Mohou pomoci lépe odhadnout, zda výsledky Logo-testu indikují potřebnost logoterapeutické pomoci (BALCAR, 1995b).

Po úspěšné standardizaci se Karel Balcar rozhodl zkoumat Logo-testem **vztah životní smysluplnosti, duševní pohody a zdraví** (BALCAR, 1995d). Vycházel z teoretického předpokladu, že naplnění smyslem zvyšuje duševní pohodu a existenciální frustrace může působit tak stresově, že může ohrožovat naše zdraví. Výzkum probíhal na vzorku studujících pražských vysokých škol, celkem na 353 studentech různého zaměření. Vedle Logo-testu byly užity dotazníky DEP36 (KOŽENÝ, 1993) a Posouzení vlastního zdraví.

Ve výzkumném projektu bylo zjištěno, že na jedné straně *„duševní pohoda souvisí s naplněností potřeby prožívat svůj život jako smysluplný“* a na straně druhé zdraví člověka koreluje s mírou duševní pohody, avšak *„celkové tělesné a duševní zdraví není statisticky jednoduchou podmínkou ani důsledkem stupně prožívané smysluplnosti“* (BALCAR, 1995d str. 423).

Porovnání výsledků mého výzkumu bude důležité v porovnání s Balcarovým výzkumem **vztahu mezi životní smysluplností a osobností**. Ve studii bylo předpokládáno, dle teorie smyslu v životě, že bude tato kvalita nezávislá na osobnostních předpokladech člověka. Naopak byl předpokládán interakční vztah mezi zkušenostně získanými rysy osobnosti a mírou prožívané smysluplnosti.

Výzkum byl proveden na 131 studentech 3. lékařské fakulty Karlovy Univerzity v Praze. Karel Balcar se snažil o zjištění míry interakce s prožívanou smysluplností u všech osobnostních charakteristik. Vedle Logo-Testu zde byl užít Test struktury inteligence (AMTHAUER, 1986), Cloningerův Třídimenzionální osobnostní dotazník (CLONINGER, 1987), Eysenckův osobnostní dotazník (EYSENCK, 1991), Dotazník impulzivity (KOŽENÝ, 1994) a Dotazník interpersonální diagnózy (KOŽENÝ, 1976) (zjišťování motivačních vlastností v meziosobních vztazích a chování).

Celkové výsledky výzkumu potvrdily výchozí hypotézu o nezávislosti prožívané smysluplnosti na základních osobnostních charakteristikách člověka. Naopak, jak se očekávalo, souvisely vlastnosti získané během života (např. sklon ukazovat se v lepším světle) s mírou pocíťované existenciální frustrace. Ukázalo se, že osobnostní charakteristiky utvářené během života mohou být ovlivněny mírou prožívané životní smysluplnosti (BALCAR, 1995c).

Uvedené studii se budeme věnovat ještě šířeji v kapitole Vztah osobnostních charakteristik a prožívání smysluplnosti.

Další z psychologických studií se věnovala vztahům mezi **životní smysluplností a emocionalitou** člověka. Cílem bylo zjistit, zda vůbec a případně jak spolu tyto dvě kvality souvisí. Opět byl užít Logo-Test a vedle ještě PANAS-X, diagnostický nástroj zaměřený na zkoumání emocí. Celkově bylo testováno 120 studentů českých

vysokých škol. Závěrem výzkumu bylo, že emotivní stav průkazně souvisí s prožívanou existenciální frustrací či naopak naplněností smyslem (SOBKOVÁ, 2010).

Smysl života v kontextu závislosti na alkoholu zkoumala Veronika Kavenská (2009). V rámci studie porovnávala výsledky u lidí léčících se z alkoholismu a kontrolní skupiny studentů v dotazníku Logo-test. Cílem bylo zjistit, zda závislí na alkoholu prožívají smysluplnost jinak než běžná populace. Výsledky ukázaly, že na počátku léčby prožívají alkoholici průkazně vyšší míru existenciální frustrace než běžná populace. Prožívání smysluplnosti se ale 39% zkoumaných závislých zlepšilo během absolvované léčby.

V českém prostředí nebyl tak smysl života zkoumán tak často z hlediska jeho struktury jako v zahraničí. Autoři se zde více věnovali vztahu smysluplnosti k osobnostním charakteristikám a chování člověka. Děje se tak nejčastěji v diskurzu tzv. pozitivní psychologie. Ta se snaží zjistit, jaké psychologické faktory nám pomáhají při udržování dobrého zdravotního stavu i při zvládnání přechodných nepříznivých stresových období (KŘIVOHLAVÝ, 2003).

Hlubší a rozsáhlejší výzkumy role smysluplnosti v životě mohou podle mého názoru přispět k lepšímu pochopení jedinečnosti člověka. Jsem také přesvědčena, že odhalení zásadní role vnímání smyslu v udržování celkové pohody širší populaci je důležité pro stav celé společnosti.

1.8 Shrnutí I.

Otázka po smyslu lidského života, která trápí lidstvo od jeho počátku, si našla cestu do psychologie a psychoterapie v díle Viktora Emanuel Frankla. Svým přístupem vytyčil třetí cestu terapeutické práci s lidmi pojmenováním zcela odlišné základní motivační potřeby člověka. V klasické psychoanalýze jsou za hlavní motivační faktory považovány vrozené pudy, člověka zde pohání vůle k slasti. V teorii individuální psychologie je člověk hnán touhou překonat svou méněcennost a mít vliv na druhé – touží po moci. Ve Franklově logoterapii je pak hlavním zdrojem touhy a motivace v životě vůle ke smyslu.

Podmínkou k samotnému směřování ke smyslu je schopnost sebetranscendence. Frankl předpokládal, že k základním schopnostem člověka patří jeho duchovní složka. Díky ní je také schopen překračovat sám sebe a usilovat o nadosobní cíle. Jestli se však k takovému jednání rozhodne, záleží pouze na člověku.

Pokud se tak rozhodne, uplatňuje schopnost sebezpřesahujícího volního chování, kterým také vládne jen člověk. Výběr celoživotního povolání, kterému se rozhodujeme směřovat, je také bezpochyby zatížen vědomím konečnosti života. Orgánem smyslu, který nám umožní rozeznávat nejlepší možné smysluplné řešení každé situace je naše svědomí.

Ke smyslu lze pak směřovat třemi způsoby, které Frankl uchopitelně vymezil. Prvním z nich je naplňování tvůrčích hodnot. Je to naše práce, náš účinek na vnější svět. V tom můžeme nalézt smysl skrze pocit nenahraditelnosti a pocit vytvoření něčeho trvalého. Druhým z nich jsou zážitkové hodnoty, které se nejintenzivněji uskutečňují v hlubokém a opravdovém vztahu s druhým člověkem. Třetím jsou hodnoty postojové.

Pokud jedinec na cestě k hodnotám smyslu selže, může zakoušet pocit bezsmyslnosti či úplného zmarnění života. Pocit existenciální frustrace může mít dvojí vyústění. Může člověka aktivovat k hledání smysluplných možností nebo jej může úplně paralyzovat. V takovém případě se může dostavit stav tzv. noogenní neurózy nebo deprese.

Vedle teoretického zakotvení se snaží psychologové zjistit také, jakým způsobem se dá pocit smyslu objektivně zkoumat. Během přípravy použitelných metod se ukázalo, že smysl života je multidimenzionální jev. Většinou ze vzniklých metod je možné zkoumat míru naplněnosti života smyslem. Hůře přístupný je obsah samotného fenoménu. Obsah smysluplnosti se snažíme zkoumat kvalitativními metodami, které jsou nejčastěji založené na rozhovoru a z části projektivních metodách. Míru smysluplnosti zkoumáme kvantitativními metodami, nejčastěji dotazníkového charakteru.

Pro výzkumy, studie i diplomové práce je u nás nejhojněji využíván Logo-test E. Lukasové. Díky jeho sofistikovanému charakteru a rozdělení na tři části je také dobrým základem pro klinická vyšetření. Druhou metodou, která vychází z existenciálně-analytického pojetí je Existenciální škála od A. Längleho. Ta je více než Logo-test zaměřená na schopnost člověka jednat smysluplně v praktických ohledech. Nejstarší psychometrický nástroj na zkoumání smyslu Purpose in Life Test u nás zatím nebyl šířeji využit. Rozhodli jsme se vytvořit jeho lokální normy na populaci pražských vysokoškoláků. Chceme také zjistit, zda existují nějaké statisticky průkazné korelace s testem pěti faktorů osobnosti NEO.

2. Osobnost

„Žádný člověk není šťastný, pokud nemá nějaký cíl. A žádný člověk nemůže být šťastný bez víry ve svou schopnost tohoto cíle dosáhnout.“

Lafayette Ronald Hubbard

Druhá část diplomové práce nese titul Osobnost. Ráda bych v ní popsala současné psychologické pojetí osobnosti. Po celou dobu se budu věnovat zejména těm vlastnostem osobnostních charakteristik, které jsou relevantní k tématu našeho výzkumu o souvislostech mezi prožívanou smysluplností a osobností člověka. Jedním z nejmodernějších pohledů na strukturu osobnosti je pětifaktorový model „Big Five“. Popíšu, jak vznikl a na čem je založen test, který měří míru zastoupení těchto pěti faktorů u člověka – test NEO. V posledním oddíle pak shrnu dosavadní vlivné výzkumy, které se zabývaly souvislostmi mezi životní smysluplností a osobností v českém kontextu. Právě tento se vztah se snažil vystihnout i výzkum v rámci diplomové práce.

2.1 Pětifaktorový model v psychologii osobnosti

Během rozvoje psychologie a psychologického přemýšlení o člověku vykryštovalo mnoho přístupů k tomu, co to vlastně osobnost je. Jeden pohled je např. P. Říčana: *„Osobností se rozumí osobitost, odlišnost jedince od jiných jedinců, zejména od jedinců téhož věku a kultury“* (2010 str. 13).

Psychologie osobnosti se tradičně věnuje obecným strukturám osobnosti a osobnostním rozdílům mezi lidmi. Nyní převažuje snaha

sebrané poznatky integrovat a najít jejich styčné body (VÁGNEROVÁ, 2010). Určitou překážkou, která nám brání vnímat a studovat osobnosti druhých lidí objektivně, je právě naše osobnost. Máme tendenci uvažovat o lidech specifickým způsobem, ve kterém preferujeme nějakou z jejich stránek nebo určitá hodnotící kritéria. Vzniká tak problém nejednotných teorií osobnosti, z nichž většina je pak spíše pojetím nebo modelem více než teorií (SMÉKAL, 2012).

Byť je mezi psychology značná shoda v užívání pojmu osobnost, její definice se dopracovávají jen těžko. Většina modelů osobnosti zůstává na strukturní nebo popisné úrovni (BLATNÝ, 2010). Pro počáteční orientaci v problematice budeme respektovat definici M. Vágnerové:

„Osobnost lze poněkud zjednodušeně definovat jako komplexní a relativně stabilní systém, který funguje jako celek, skládá se ze vzájemně propojených somatických a psychických vlastností a projevuje se v reakcích na různé podněty a situace, resp. v interakci s nimi“ (2010 str. 13).

V současné době se psychologie osobnosti soustředí na několik základních témat. Jsou jimi temperament (biologická báze osobnosti), rysy, motivy, kognice⁵ a vývoj osobnosti. Někteří psychologové do nich řadí i problematiku inteligence. Nejčastějšími metodami výzkumu psychologie jsou posuzovací škály a dotazníky (BLATNÝ, 2010).

Prvním z důležitých aspektů osobnosti člověka je provázanost biologického a psychologického aspektu života. Psychika je vázaná na naši centrální nervovou soustavu. Je ale potřeba zdůraznit, že je nervová soustava je plastickým systémem a psychice se přizpůsobuje. Na fyziologických základech psychiky jsou založeny **temperamentové rysy** člověka (ŘÍČAN, 2010). Jsou to stabilní

⁵ Kognice = poznávání, vnímání, prostředek poznávacího procesu (HARTL, 2000)

individuální rozdíly, které jsou biologicky zakotveny (BLATNÝ, 2010). Patří mezi ně i extraverze a neuroticismus, které jsou součástí pěti nejrobustnějších faktorů osobnosti v testu NEO, který jsme použili v našem výzkumu. Více budu tyto osobnostní charakteristiky, které do psychologie zavedl H. J. Eysenck, popisovat v kapitole Pětifaktorový model – Big Five⁶.

Na pomezí vrozených a získaných vlastností a způsobů chování se nacházejí **rysy osobnosti**. Jsou to tendence chovat se určitým způsobem, které jsou konzistentní, stabilní a odolné vůči změně v průběhu života. Výzkumné snahy v posledních letech směřovaly k určení počtu rysů, který je dostatečný pro vyčerpávající popis osobnosti. Eysenck a jeho následovníci byli toho názoru, že pro takové účely postačí tři rysy: extraverze, neuroticismus a psychoticismus. Proti nim ale stojí daleko šířeji obhajovaný názor, že takových popisných rysů je potřeba pět. Byly získány faktorovou analýzou jednotlivých studií rysů a je to právě zmiňovaná Big Five – extroverze, neuroticismus, svědomitost, přívětivost a otevřenost novým zkušenostem (BLATNÝ, 2010). O jejich stabilitě a možnosti změn budeme mluvit v kapitole Vztah osobnostních charakteristik a prožívání smysluplnosti.

Ke stabilním projevům chování člověka v různých situacích také patří projevy a míra jeho **motivace**. Její psychologické vnímání je založené na přesvědčení, že *„většina lidského chování je zaměřená k určitému cíli, přičemž lidé své chování inteligentně mění tak, aby cíle dosáhli“* (BLATNÝ, 2010 str. 14). Podoba takových cílů a potřeb s nimi spojených může mnohé vypovídat o individuálních charakteristikách jedince. Jak často a silně se bude daný motiv v chování uplatňovat, určují motivační vlastnosti (VÁGNEROVÁ, 2010).

⁶ Velká pětka

Jako ústřední vztažný bod osobnosti vnímáme **sebepojetí** člověka. Je stabilním a určujícím rysem prožívání a chování především proto, že většina vnějších vlivů působí na člověka práce skrze Jáské struktury a procesy, nikoli přímo. To, jak vnímáme a prožíváme sebe sama, může mít vliv na úroveň naší pozornosti, zpracování zkušeností, míru motivace i emoční aktivaci. Sebepojetí také určuje, jak se budeme cítit v kontextu celé společnosti (BLATNÝ, 2010).

Pro zkoumání osobnosti je rovněž nezbytné vědět, jak se utváří a vyvíjí. Tomu se věnuje **vývojová psychologie** osobnosti. Moderní přístupy vidí utváření osobnosti v interakci genetických dispozic a vlivů prostředí.

Shrnula jsem současné vnímání osobnosti v moderní psychologii. Také jsem nastínila podobu hlavních komponent, ze kterých se osobnost skládá a proč jsou právě ony považovány za relevantní vůči stabilním osobnostním charakteristikám. V další podkapitole se budu věnovat historii vzniku a teoretické podobě pětifaktorového modelu v psychologii osobnosti.

2.1.1 Pětifaktorový model osobnosti – BIG FIVE

Nyní se budeme nejvíce zabývat rysy – psychickými charakteristikami osobnosti. Odborníci popisují rysy ve dvou modalitách: rysy jako charakteristiky popisující vlastnosti osobnosti a rysy jako příčiny chování, jednání a prožívání. Přibližně dvacet let už ale v psychologii panuje shoda o tom, které rysy nejvýstižněji charakterizují osobnost člověka. Jejich zkoumání v sobě zahrnuje obě dvě roviny vnímání rysu. Počítá tedy s tím, že jsou to vnitřní nastavená emočních a kognitivních procesů a zároveň pozorovatelné podoby chování (HŘEBÍČKOVÁ, 2011).

Vznik současného pětifaktorového modelu osobnosti můžeme vysledovat v **lexikálních a dispozičních přístupech** ke zkoumání struktury osobnosti.

Lexikální přístup vychází z přesvědčení, že osobnost se dá poznat na základě slov, která ji popisují v přirozeném jazyce. Lexikální studie probíhá tak, že se ze slovníku vyberou slova popisující osobnost nebo její vlastnosti a pomocí faktorové analýzy⁷ se uspořádají. Nejdůležitější vlastnosti osobnosti, které byly takto získané, tvoří pět faktorů struktury osobnosti (HŘEBÍČKOVÁ, 2011).

Dispoziční přístup si klade za cíl vedle statického popisu vytvořit teorii vnitřní dynamiky osobnosti a postihnout tak fungování osobnosti jako celku. Výsledky nepocházejí z faktorové analýzy slov v jazyce, ale z odpovědí na položky v osobnostních dotaznících. Tímto způsobem byly získány tři důležité dimenze osobnosti: neuroticismus, extraverte a otevřenost vůči zkušenosti. Po doplnění o přívětivost a svědomitost, které se ukázaly také jako robustní rys po lexikální analýze, vznikla ucelená teorie pěti faktorů osobnosti – Big Five. Pro měření jejich zastoupení v osobnosti vznikl dotazník NEO (HŘEBÍČKOVÁ, 2011). Ten jsme také ve verzi NEO – FFI použili v našem výzkumu.

⁷ Faktorová analýza = analýza korelační matice, cílem faktorové analýzy je odhalení základních proměnných stojících v pozadí pozorované variability mezi proměnnými (FERJENČÍK, 2000).

2.1.2 NEO jako univerzální míra lidských vlastností

Teorie Velké pětky se ukázala jako přijatelný rámec pro výklad převládajících rysů osobnosti. S pomocí dotazníků pro její měření lze vysvětlit většinu osobnostní variability⁸ člověka. Jsou stabilní v průběhu času a můžeme je také chápat jako předpoklady pro řešení situací v životě, především sociálního charakteru (VÁGNEROVÁ, 2010).

Existence pěti základních osobnostních vlastností se potvrdila v lexikálních analýzách, v analýzách položek osobnostních dotazníků i v různých metodách faktorové analýzy osobních výpovědí. Hlavní kritika pětifaktorového modelu směřuje především k tomu, že se zdá příliš zjednodušující. Nejen proto, že faktorová analýza nemá potenciál objevit nic víc než to, co jsme do ní vložili, ale také proto, že osobnost jen popisuje, nevystihuje její dynamiku. Celkově se ale teorie považuje za základ pro budoucí zkoumání rysů a je považována za dobrý směr zkoumání komplexnosti psychologie osobnosti (HŘEBÍČKOVÁ, 2010).

Pětifaktorová teorie vychází při diagnostice stabilních charakteristických rysů osobnosti z jasných teoretických východisek. Považuji za důležité podat v diplomové práci jejich popis, abychom mohli později lépe nahlédnout význam korelací testů NEO a PIL. **Základními postuláty** pětifaktorové teorie tedy jsou (HŘEBÍČKOVÁ, 2010):

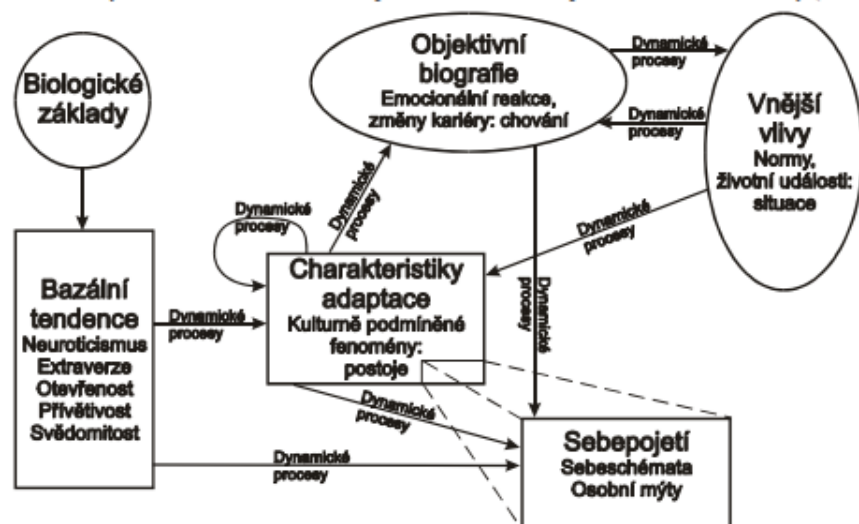
- bazální tendence
 - individualita – dospělý člověk může být popsán množstvím osobnostních rysů, které ovlivňují jeho myšlení, prožívání a chování

⁸ Variabilita = proměnlivost, kolísavost, četnost a velikost odchylek znaku od průměru (HARTL, 2000).

- původ – osobnostní rysy se projevují jako charakteristiky temperamentu, jsou tedy vrozené
- vývoj – rysy ukončují svůj vývoj v dospělosti, u kognitivně nenarušených lidí jsou stabilní
- rysy jsou uspořádány do struktury od specifických po obecné dispozice osobnosti: neuroticismus => extraverze => otevřenost vůči zkušenosti => přívětivost => svědomitost
- charakteristické adaptace
 - adaptace – osobnostní rysy a dřívější adaptace určují, jak jedinci reagují na okolí rozvojem myšlení, prožívání a chování
 - plasticita – charakteristiky adaptace se mění během biologického zrání, změn prostředí a záměrných intervencí (např. psychoterapie)
- objektivní biografie
 - existuje přímý vztah mezi chováním a rysy
 - životní dráha – člověk si vytváří plány, postupy a cíle, které jsou v souladu se strukturou jeho osobnostních rysů
- sebepojetí
 - jedinec si udržuje schéma sebe sama = kognitivně-afektivní pohled na svou osobu, který je přístupný uvědomění
 - jedinec si selektivně vybírá z prostředí takové informace, jaké jsou v souladu s jeho osobnostními rysy a přinášejí mu pocit soudržnosti
- vnější vlivy
 - osobnostní dispozice určují podobu charakteristické adaptace na prostředí

- jedinec vyhledává a vytváří vhodné prostředí pro projevení jeho osobnostních rysů
- dynamické procesy
 - nepřetržitá činnost jedince je regulována kognitivními, afektivními a volními mechanismy
 - některé osobnostní rysy a následné chování v prostředí jsou ovlivňovány bazálními tendencemi (neurotičtí lidé si hledají jiné postupy řešení než lidé emočně stabilní).

Obrázek č. 1:
Model systému osobnosti na základě pětifaktorové teorie (HŘEBÍČKOVÁ, 2010)



NEO pětifaktorový osobnostní inventář P. T. Costy a R. R. McCrae přeložili do češtiny Martina Hřebíčková a Tomáš Urbánek (HŘEBÍČKOVÁ, 2001). Jedná se o šedesátipoložkový dotazník. Respondent má posoudit, do jaké míry jej na škále od nuly do čtyř vystihuje daný výrok. Příklad položky dotazníku NEO:

Tabulka č. 3: Příklad položky inventáře NEO

0	1	2	3	4
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje
2. Mám rád(a) kolem sebe mnoho lidí			0	1
			2	3
				4

Každý z faktorů Velké pětky postihuje širokou škálu fungování osobnosti a způsobů lidského chování. Každý z nich také zahrnuje dva extrémní póly daného rysu společně s popisem jeho projevu a charakteristik. Tyto póly vždy reprezentují nízké nebo naopak vysoké skóry v testu NEO. Nyní jednotlivé faktory modelu osobnosti Big Five popíši.

a. Extraverze

Extraverzi identifikoval jako jeden ze „superfaktorů“ silně vysvětlující prožívání a reagování člověka H. J. Eysenck. Vedle ní považoval za základní rysy osobnosti ještě neuroticismus a psychoticismus (BLATNÝ, 2010). S dotazníkem NEO a teorií za ním stojící má společný faktorověanalytický přístup ke zjištění základní struktury osobnosti.

Extraverze je v dotazníku NEO definována dvěma póly. Vysoký skór v této škále reprezentuje typického extraverta, nízký naopak introvertního člověka. „*Extraverze vyjadřuje zaměřenost na okolní svět, míru aktivní angažovanosti v něm, potřebu stimulace a interpersonálních kontaktů, sklon k pozitivnímu emočnímu prožívání*“ (VÁGNEROVÁ, 2010 str. 102).

Faktorovou analýzou byly získány přídavná jména, která ji nejčastěji vystihují v přirozeném jazyce: společenský, aktivní, povídavý, družný, průbojný, smělý (HŘEBÍČKOVÁ, 2011). Je to charakteristika člověka, která mluví o jeho silném sociálním

zaměření. Vztahy typického extraverta jsou spíše početné než hluboké. Pro potřeby psychologické úvahy nad výsledky testu je také dobré si uvědomit, že extraverzi jsou obecně více soutěživí a dokáží se chovat asertivně⁹, mnohdy až agresivně. Zároveň jsou nabití energií, což může vést ke zhoršené seberegulaci a bezstarostným rozhodnutím (VÁGNEROVÁ, 2010).

Tabulka č. 4: Příklad položky inventáře NEO sledující míru extraverze

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
22. Jsem rád(a) tam, kde se něco děje			0	1	2	3	4

Pokud člověk na škále extraverze skóruje velmi nízko, můžeme jej považovat za typického **introverta**. Introverze je spojena s distancováním se od lidí a s vytvářením malého množství hlubších vztahů. Takoví lidé nevyhledávají sociální kontakt a bývají pro druhé rovněž hůře pochopitelní nebo z nich druzí mohou být nejistí. V životě preferují rutinu a stabilitu. Chovají se spíše zodpovědně a odmítají zbytečné riziko. Názor druhých na jejich osobu je příliš nezajímá. Někteří introverti mohou vykazovat i nižší míru emočního prožívání, ale není to pravidlem (VÁGNEROVÁ, 2010).

Tabulka č. 5: Příklad položky inventáře NEO sledující míru introverze

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
27. Raději bývám sám (sama) než ve společnosti			0	1	2	3	4

⁹ Asertivita = slušné sebeprosazení se, schopnost oponovat, nesouhlasit, vyjadřovat své skutečné postoje a emoce (NAKONEČNÝ, 2009).

b. Neuroticismus

Název neuroticismus je odvozen ze jména duševní poruchy - neurózy. Jedná se tedy pořád o škálu promlouvající o struktuře zdravé osobnosti, ale lidé skórující v ní velmi vysoko, mají také výrazné riziko reálného onemocnění neurózou. Takoví lidé jsou obecně **emočně labilní**. Bývají úzkostní, dělají si zbytečné starosti a trápí se hodně dopředu před reálným problémem. Mají také nízkou sebedůvěru, časté pocity méněcennosti a jsou snadno podráždění. V extrémních polohách se pak přidávají poruchy spánku, noční děsy nebo fobie (ŘÍČAN, 2010).

Při posuzování individuální struktury osobnosti je důležité si uvědomit, že je neuroticismus vysvětlován především mírou dráždivosti a sociální otažitosti. Celkově je dominantním aspektem takového druhu prožívání sklon k negativním emočním prožitkům (VÁGNEROVÁ, 2010). V běžném jazyce používáme pro lidi se sklonem k neurotickým projevům slova jako napjatý, neklidný, labilní, nejistý, vznětlivý a popudlivý (HŘEBÍČKOVÁ, 2011).

Při individuálním vyšetření můžeme výsledky testu srovnat také s pozorováním chování probanda během samotného vyplňování. Tendence škrtat a opravovat odpovědi, časté otázky na smysl jednotlivých sdělení nebo obava o výsledky, které se ukážou, můžou souviset se zjištěnou vysokou mírou neurotického prožívání.

Tabulka č. 6:
Příklad položky inventáře NEO sledující míru neuroticismu

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
56. Někdy se tak stydím, že bych se nejraději neviděl(a)			0	1	2	3	4

Opačným pólem vůči neuroticismu je **emoční stabilita**. Jedinci, kteří na škále neuroticismu skórují velmi nízko, bývají klidní, uvolnění, vyrovnaní, celkově stabilní a sebejistí. Netrápí se tolik a tak často běžnými problémy. Celkově ale není jisté, že prožívají také vyšší míru pozitivních emocí. Pozitivní prožívání koreluje s vyšší mírou extravertze. K emoční stabilitě ale přispívá, že mají v čase se příliš neměnicí sebehodnocení a vysokou sebedůvěru.

Tabulka č. 7:
Příklad položky inventáře NEO sledující míru emoční stability

0	1	2	3	4
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje
1. Obvykle si nedělám starosti			0	1 2 3 4

c. Otevřenost vůči zkušenosti

Škála otevřenosti vůči zkušenosti je společně s extravertzí a neuroticismem součástí původních tří faktorů identifikovaných autory dotazníku NEO během faktorové analýzy. Zbývající faktory přívětivost a svědomitost přibýly do pětifaktorového modelu později na základě lexikálních analýz (ŘÍČAN, 2010).

Otevřenost vůči zkušenosti je vztažena ke kognitivnímu vztahu ke světu. Postihuje odmítání či zájem o nové zkušenosti a naši potřebu nových podnětů. Je vystižena způsobem, jakým poznáváme a mírou otevřenosti k novým zážitkům a informacím (VÁGNEROVÁ, 2010).

Koncept otevřenosti vůči zkušenosti má vztah i s inteligencí člověka. Prvotní zájem o nové a způsob, jakým k němu přistupujeme, koreluje s fluidní (vrozenou) komponentou inteligence. Zacházení

s novými poznatky a efektivita jejich využití pak ukazuje na podobu krystalické (zkušeností utvářené) inteligence (VÁGNEROVÁ, 2010). Člověka otevřeného vůči zkušenosti bychom popsali jako zvědavého, originálního, tvořivého, inteligentního a kultivovaného (HŘEBÍČKOVÁ, 2011). Tuto obecnou dimenzi osobnosti můžeme společně s Hřebíčkovou (2001 str. 44) popsat jako: „*živou představitost, citlivost na estetické podněty, vnímavost k vnitřním pocitům, upřednostňování rozmanitosti a zvědavosti.*“

Tabulka č. 8: Příklad položky inventáře NEO sledující míru otevřenosti vůči zkušenosti

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
28. Mám-li možnost rád(a) si dávám nová nebo cizokrajná jídla			0	1	2	3	4

Protipólem chování otevřeného vůči zkušenostem je **konzervatismus a rigidita**. Jedná se o ulpívání na dříve získaných poznacích a preferenci stereotypu. Konzervativní lidé mají tendenci k přijímání zažitých a prověřených dogmat a k chování se podle nich. Změna v hodnotovém systému jim může působit úzkost a naopak jejich ověřený systém přinášet jistotu (VÁGNEROVÁ, 2010).

Tabulka č. 9: Příklad položky inventáře NEO sledující míru konzervatismu

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
38. Při řešení závažných životních situací se řídím názory autorit			0	1	2	3	4

d. Svědomitost

Svědomitost společně s přívětivostí přibyla do pětifaktorového modelu později na základě jejího neopominutelného zastoupení ve výsledcích lexikální analýzy. Běžný jazyk ji vystihuje jako spolehlivost, pracovitost, přesnost, pořádkumilovnost, zodpovědnost a pečlivost (HŘEBÍČKOVÁ, 2011). Podstatou dimenze svědomitosti je schopnost sebevlády ve smyslu aktivního plánování, organizování a plnění úkolů. Zřejmý je úzký vztah ke studijním a pracovním výkonům. V extrémních rovinách mohou být lidé skórující ve škále svědomitosti velmi vysoko až workoholičtí se znaky pedantičnosti (HŘEBÍČKOVÁ, 2001).

Tabulka č. 10: Příklad položky inventáře NEO sledující míru svědomitosti

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
35. Pracuji tvrdě na dosažení svých cílů			0	1	2	3	4

Opakem svědomitosti je potom **nezodpovědnost**. Projevuje se jako nesystematický postup v řešení úkolů, neschopnost věci dokončit a nedostatek cílevědomosti. Souvisí také s nedostatkem disciplíny v rozhodování i reagování v sociálních situacích. Nedostatek sebevlády se může projevovat i ve sklonu k zneužívání návykových látek nebo záchvatovitému přejídání. Celkově takoví lidé nebývají ve společnosti oblíbení nebo k nim mají druzí časté výhrady (VÁGNEROVÁ, 2010).

Tabulka č. 11: Příklad položky inventáře NEO sledující míru nezodpovědnosti

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
30. Promarním mnoho času, než se pustím do práce			0	1	2	3	4

e. Přívětivost

Osobnostní inventář NEO pojmenovává poslední z nosných osobnostních charakteristik jako **přívětivost**. Říčan (2010) navrhl termín vstřícnost, který je podle mého názoru výstižnější.

Stejně jako extraverze se přívětivost váže k podobě vztahu s ostatními lidmi. Nevystihuje však jejich mnohost, ale spíše mluví o bazálním vztahu, který máme tendenci si tvořit. Ten se může pohybovat od vřelosti a prožívání soucitu až k chladnosti a nepřátelství. Jedinci skórující na škále přívětivosti velmi vysoko jsou dobrosrdeční, laskaví, snášenliví a skromní. Také se sem řadí jedinci zdvořilí a soucitní (VÁGNEROVÁ, 2010).

Tabulka č. 12: Příklad položky inventáře NEO sledující míru přívětivosti

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
49. Obvykle se snažím být ohleduplný(á) a citlivý(á)			0	1	2	3	4

Nízko skórující lidé naopak respektují pravidla regulující chování mezi lidmi jen na kognitivní úrovni. **Nepřívětivost** se v kontaktu s lidmi projevuje jako neschopnost navázat a udržet hlubší vztahy.

Jsou to lidé, od kterých nelze očekávat pomoc nebo podporu. Bývají chladní, bez empatie a často i konfliktní. Jejich prosociální projevy mohou mít vypočítavý ráz. Mají sklon více soutěžit než spolupracovat (VÁGNEROVÁ, 2010).

Tabulka č. 13: Příklad položky inventáře NEO sledující míru nepřívětivosti

0	1	2	3	4			
Vůbec nevystihuje	Spíše nevystihuje	Neutrální	Spíše vystihuje	Úplně vystihuje			
14. Někteří lidé si o mně myslí, že jsem sobecký(á) a egoistický(á)			0	1	2	3	4

2.2 Vztah osobnostních charakteristik a smysluplnosti

Psychologie osobnosti se snaží osvětlit strukturu a dynamiku lidského chování a prožívání. Jednou z otázek, která podléhá zkoumání, je i to, zda se do této struktury dá nějak zařadit i prožívání smyslu života (HALAMA, 2007).

O neoddělitelnosti prožívání dobrého životního smyslu a rozvoji osobnosti mluví například Smékal (2012 str. 33): *„Zdravá osobnost je v každém okamžiku výsledkem předchozího vývojového procesu a přípravou následujícího sebeutváření. Člověk, který přestane uvědoměle hledat a uskutečňovat svou životní dráhu, může přežívat jako organismus, ale jeho osobnost odumírá.“*

V. Frankl mluví v této souvislosti o duchovních schopnostech člověka, konkrétně o **noetickém rozměru osobnosti**. Frankl jej nazýval také noologický nebo duchovní. Jedná se o specificky lidský rozměr fungování, díky kterému jsme schopni vnímat takové hodnoty, jako jsou svoboda, zodpovědnost, sebetranscendence nebo akceptace smrti (TAVEL, 2007).

Smysl života má svoje místo i v zajišťování samotného fungování osobnostní struktury. První z funkcí, kterou plní, je **integrace** celého osobnostního celku. Prožívání smyslu umožňuje zvolit si jednotlivé cíle a vytrvat na cestě k nim. Na druhé straně také sjednocuje složky osobnosti ve smyslu koherentního chování a prožívání. Díky své **regulační** funkci umožňuje volbu mezi různými druhy chování a usnadňuje tak orientaci v sociokulturním prostředí (HALAMA, 2007). Smyslem života jako významnou podmínkou optimálního fungování člověka se v současné době zabývají neohumanistické přístupy nebo pozitivní psychologie (BLATNÝ, 2010b).

Při hledání souvislostí mezi smyslem života a osobnostní strukturou se nabízí uvažování o lidském **svědomí**. *„Smysl nemusí,*

ale může být nalezen a při jeho hledání vede člověka svědomí“ (FRANKL, 2006b). Již jsme o něm dříve mluvili v kontextu vnímání svědomí jakožto „orgánu smyslu“. Podle Frankla je svědomí intuitivní schopnost, která je nevydělitelná z jeho osobnosti. Svědomí člověka vede, aby čelil svému osudu za všech okolností a z nabízených možností se snažil vybrat ty co možná nejlepší (TAVEL, 2007).

Pro zkoumání problematiky souvislostí mezi osobností a smysluplností jsou podle mého názoru stěžejní dvě přesvědčení:

- Franklova teze, že smysl života je dosažitelný pro každého bez ohledu na inteligenci, strukturu osobnosti nebo jiné vrozené předpoklady (HALAMA, 2007)
- Základní osobnostní vlastnosti a temperament jsou považovány za z velké míry vrozené nebo během života málo ovlivnitelné charakteristiky (SMÉKAL, 2012)

Z uvedeného je jasné, proč se danému tématu nevěnovalo takové množství výzkumů, jako jiným tématům týkajících se člověka. Zjištění, která ale přece jen ustanovena byla, se pokusím popsat v následující podkapitole.

2.2.1 Výzkumy vztahů mezi smysluplností a osobností

Druhou oblastí zájmu je vedle integrační a regulační funkce smyslu ve struktuře osobnosti vztah mezi prožívanou smysluplností a osobnostními rysy (BLATNÝ, 2010b). Tento pohled je také důležitý pro zhodnocení výsledků naše výzkumu v rámci diplomové práce.

P. Halama (2003) zkoumal vztah mezi smysluplností a nadějí u lidí v pozdní dospělosti (50 – 79 let). Použil Index smyslu života (PMI) (REKER, 1992) ke zjištění míry prožívané smysluplnosti a test STPI (SPIELBERGER, 1983), který zjišťuje podobu a míru prožívání naděje. Zjistil záporný vztah mezi smysluplností a agresivitou, depresivitou a úzkostností. Pozitivní korelace naopak našel se zvědavostí. Použil také škálu neuroticismu z dotazníku NEO, kde zjistil také negativní vztah. Ve svém pozdějším výzkumu (HALAMA, 2005) identifikoval jako prediktory prožitku životní smysluplnosti svědomitost, extraverci a nízkou míru neuroticismu.

K. Balcar (1995c) zkoumal na studentech medicíny přímo vztah mezi životní smysluplností a osobností. Pro zjištění míry životní smysluplnosti resp. existenciální frustrace zvolil dotazník Logo-test (LUKASOVÁ, 1992). Jako míru vrozené inteligence, která se považuje za neměnnou součást osobnosti, použil Test struktury inteligence (AMTHAUER, 1986). Dále použil Cloningerův Třídídimenzionální osobnostní dotazník (CLONINGER, 1987) a Eysenckův osobnostní dotazník (EYSENCK, 1991). Sestavu dotazníků, která měla postihovat všechny složky osobnosti, doplnil o Dotazník impulzivity (KOŽENÝ, 1994) a Dotazník interpersonální diagnózy (KOŽENÝ, 1976). Balcarovou výchozí hypotézou bylo, že celkový skóre smysluplnosti z Logo-testu bude nezávislý na výsledcích osobnostních zkoušek.

Celkově jeho výzkum zjistil, že základní vrozené temperamentové, schopnostní a interpersonální vlastnosti nekorelují

s prožíváním smysluplnosti, což potvrzuje výchozí hypotézu. Zajímavé však bylo, že se potvrdila statisticky průkazná souvislost mezi osobnostními znaky utvářenými během života, jako jsou vytvářené postoje a způsoby chování a prožíváním smyslu. Tyto výsledky mohou podporovat logoterapeutické pohled na existenciální frustraci jako možný příčinný činitel patologického chování.

Přímo na vztah pětifaktorového modelu a smysluplnosti se zaměřily **Stempelová a Čmáriková** (STEMPELOVÁ, 2004). Úroveň životního smyslu měřily Längleho Existenciální škálou (LÄNGLE, 2001), o které jsme mluvili jako o jednom z nejpoužívanějších nástrojů pro měření smyslu. Výzkum byl proveden na 60 respondentech, z nichž polovinu tvořili studenti teologie. Výzkum odhalil signifikantní negativní korelaci úrovně životní smysluplnosti s NEO škálou neuroticismu. Pozitivní vztah se naopak ukázal s extravertí, svědomitostí a přívětivostí. Smysluplnost zde, stejně jako v mém výzkumu, tvořila předpovídané kritérium na základě struktury osobnosti.

M. Blatný s kolektivem (BLATNÝ, 2010b) zkoumali životní smysluplnost v souvislosti s vývojem osobnosti. Cílem výzkumu bylo zjistit, zda lze na základě osobnostních vlastností predikovat míru prožívané životní smysluplnosti. Zároveň to byl první výzkum, který se pokusil zjistit, jaká příčinná souvislost mezi vývojem osobnosti a prožívanou smysluplností panuje.

Respondenty byli lidé, kteří se v dětství zúčastnili longitudinálního výzkumu psychického rozvoje dětí z různých sociálních prostředí. Pro zjištění úrovně smysluplnosti zvolil Logotest (LUKASOVÁ, 1992). Pro podobu osobnosti v dospělosti Cloningerův dotazník Temperament Character Inventory (CLONINGER, 1994). Pro měření struktury v adolescenci byl použit

Eysenckův dotazník Maudsley Personality Inventory (EYSENCK, 1991). Dětský temperament byl pak posuzován na základě pozorování odborníkem, který vyplňoval posuzovací škály.

Výzkum odhalil, že na základě míry extraverte v dospívání lze předpovědět prožívání smyslu ve střední dospělosti. V tomto výzkumu byla smysluplnost předpovídaným kritériem na základě předchozích znaků v chování a prožívání. Čím vyšší míra extraverte, tím později vyšší míra prožívaného smyslu v životě. Jistou míru pozdější cílevědomosti a životní pohody lze také predikovat na základě afektivity v batolecím věku. Čím větší byla zjištěna míra negativní afektivity dítěte, tím spíše tento člověk v dospělosti vykazoval prožívání existenciální frustrace.

V mém výzkumu jsem si kladla základní výzkumnou otázku, zda závisí úroveň životní smysluplnosti na zjišťovaných osobnostních dispozicích. Budu se snažit zjistit, zda lidé s určitými povahovými vlastnostmi mají vyšší pravděpodobnost, že budou život prožívat jako smysluplná na rozdíl od lidí s jinými vlastnostmi.

2.3 Shrnutí II.

I přes to, že se v psychologii užívá termínu osobnost často, nepanuje úplná shoda o její definici. Výzkum v psychologii osobnosti směřuje nejčastěji k postihnutí obecných osobnostních vlastností a k rozlišení osobnostní struktury. Soustředí se však na několik základních témat. Jsou jimi temperament, rysy, motivy, kognice a psychologický vývoj osobnosti. Někteří autoři řadí do oblasti zkoumání psychologie osobnosti i inteligenci.

Pro účely mého výzkumu bylo nejdůležitější vysvětlení pojmu rysy osobnosti. Považujeme je za způsoby chování a prožívání, které jsou z části vrozené a z části získané během života. Jsou to konzistentní, stabilní a vůči změně odolné tendence prožívat a chovat se určitým způsobem. Celkově se má za to, že podoba rysů se ustaluje v době střední dospělosti kolem 30. roku života.

Pětifaktorový model osobnosti, z něhož vychází i test NEO použitý v našem výzkumu, vešel v platnost asi před dvaceti lety. Nyní se považuje za nosný základ pro další zkoumání osobnosti. Zahrnuje v sobě obě dvě současné chápání rysů: rysy jakožto charakteristiky popisující osobnost a rysy jako příčiny chování a prožívání.

Ukázalo se, že je možné rysy zkoumat dvěma způsoby. Prvním z nich je lexikální analýza. Vychází z předpokladu, že všechny myslitelné vlastnosti osobnosti jsou nějakým způsobem obsaženy v přirozeném jazyce. Faktorovou analýzou slovníkových pojmů bylo možné stanovit nejrobustnější faktory osobnosti. Druhým přístupem ke zkoumání rysů je dispoziční metoda. Vedle prostého popisu se snaží postihnout i přirozenou dynamiku osobnosti a vychází z odpovědí na otázky osobnostních dotazníků. Kombinací obou metod bylo odvozeno pět základních faktorů struktury lidské osobnosti, jejichž kombinací je možné popsat člověka v celku jeho chování a prožívání.

Pětifaktorový model osobnosti se skládá z míry extravertze, neuroticismu, otevřenosti vůči zkušenosti, přívětivosti (či jinak vstřícnosti) a svědomitosti. Pro správné pochopení obsahu jednotlivých faktorů a navazující psychologickou diagnostiku obsahuje pětifaktorový model i základní postuláty o osobnosti.

Pro náš výzkum je taktéž podstatný vztah mezi osobností a prožívanou smysluplností. Frankl byl přesvědčen, že člověk vládne jistým duchovním či noetickým rozměrem. Ten mu umožňuje nahlédnout smysl každé situace a dává mu schopnost sebetranscendence. Pozitivní psychologie k tématu přidává fakt, že smysl plní v osobnostním systému integrační a regulační funkci.

V tématu vztahu smysluplnosti a osobnosti nevzniklo mnoho výzkumů. Důvodem k tomu může být Franklův názor, že možnost dosáhnout smyslu nijak nezávisí na osobnostních charakteristikách nebo inteligence. K tomu se přidává přesvědčení mnoha psychologů, že osobnostní charakteristiky nemohou být příčinou ani následkem prožívání smyslu.

V několika výzkumných šetřeních však byly zjištěny průkazné statistické korelace mezi dotazníky na smysl života a osobnostními zkouškami. Podle nich souvisí prožívání smyslu s nízkou mírou neuroticismu, vysokou mírou extravertze, svědomitosti a přívětivosti. Zjistilo se také, že prožívání existenciální frustrace může mít průkazný vliv na během života utvářené způsoby chování a postoje, nejčastěji patologického charakteru. Jediný longitudinální výzkum v oblasti ukázal, že lze vysledovat příčinnou souvislost mezi mírou extravertze a afektivity v dětství a dospívání a pozdější mírou prožívané smysluplnosti.

Z uvedeného vyplývají předběžné hypotézy, se kterými jsme se rozhodli pracovat v našem výzkumu. Očekáváme, že prožívané smysluplnosti bude statisticky průkazně korelovat s vysokou mírou

extraverze, přívětivosti, svědomitosti a otevřenosti vůči zkušenosti a naopak s nízkým skórem na škále neuroticismu. Oproti již proběhlým výzkumům přináší náš výzkum nový aspekt v podobě dotazníku PIL, který u nás na šetření podobného druhu ještě nebyl použit.

VÝZKUMNÁ ČÁST

Výzkum provedený v rámci této diplomové práce si v zásadě kladl za cíl dva druhy zjištění:

- a) Získat lokální normy pro dotazník PIL na vzorku studentů pražských vysokých škol.
- b) Prozkoumat vztah mezi strukturou osobnosti a prožíváním životního smyslu.

Vzorek, na kterém byl výzkum proveden a metoda sběru dat jsou pro oba cíle stejné a budou proto popsány na začátku výzkumné části. Další závěry budou děleny do dvou oddílů a) a b) podle zaměření výzkumné otázky.

3. Metoda sběru dat a řešené problémy

3.1 Zkoumaný soubor

Výzkumné šetření proběhlo na několika vysokých školách v Praze v průběhu října a listopadu 2013. Konkrétně jimi byly Vysoká škola finanční a správní, Právnická fakulta Univerzity Karlovy a Klinika adiktologie I. lékařské fakulty. Celkem se zúčastnilo 204 studentů ve věku 19 až 24 let. Z celkového počtu sebraných dotazníků jsem byla nucena 7 sad vyřadit z důvodu chybného nebo neúplného vyplnění testů. Získala jsem celkem 78 dotazníků vyplněných muži a 119 vyplněných ženami. Věkový průměr dotazovaných byl 21,8 let (směrodatná odchylka 1,87). Ze sebraných dotazníků jich bylo pro statistické zpracování použitelných 197.

3.2 Situace zkoumání

Šetření proběhlo během vyučovacích hodin po dohodě s lektory. Všem studentům bylo řečeno, že dotazníky jsou anonymní a jejich vyplněním souhlasí se statistickým zpracováním získaných dat. Byla nabídnuta možnost dotazníky nevyplňovat, které nikdo nevyužil. Vyučujícím jsem přislíbila zaslání hotové diplomové práce po zpracování výsledků.

3.3 Řešené problémy

- a) Lokální standardizace dotazníku Purpose in Life na vzorku studentů pražských vysokých škol
- b) Souvislosti mezi strukturou osobnosti a prožívanou smysluplností života

4. Lokální standardizace dotazníku Purpose in Life na vzorku studentů pražských vysokých škol

4.1 Cíl zkoumání

Cílem první části sběru a zpracování výzkumných dat bylo vytvořit lokální normy pro populaci studentů pražských vysokých škol ve věku 19 – 24 let.

4.2 Nástroje zkoumání

Pro zjištění míry prožívané smysluplnosti života byl použit dotazník Purpose in Life – PIL. Jeho teoretická východiska jsou zevrubně popsána v Teoretické části. V užitém českém překladu je přiložen k práci jako Příloha č. 1.

4.3 Vytvořené normy pro zkoumané soubory

Normy pro test PIL budu prezentovat odděleně pro muže a ženy a posléze pro celý zkoumaný vzorek studentů. Pro větší přehlednost a možnost praktického využití uvádím pro každou skupinu pásma hrubých skóre spadajících do vážených skóre decilových a stenových.

Tabulka č. 14: Vypočtené lokální normy PIL – muži

Počet dotazníků - muži	Platných	78
	Chybějících	0
Průměr		74,7821
Standardní odchylka		9,25771
Minimum		46,00
Maximum		94,00

Decilové normy PIL - muži

1.	20 – 62
2.	63 – 68
3.	69 – 70
4.	71 – 74
5.	75 – 77
6.	78
7.	79 – 80
8.	81 – 83
9.	84
10.	85 – 100

Stenové normy PIL - muži

1.	20 – 48
2.	49 – 60
3.	61 – 64
4.	65 – 70
5.	71 – 76
6.	77 – 79
7.	80 – 82
8.	83 – 84
9.	85 – 91
10.	92 – 100

Tabulka č. 15: Vypočtené lokální normy PIL – ženy

Počet dotazníků - ženy	Platných	119
	Chybějících	0
Průměr		73,1092
Standardní odchylka		8,24394
Minimum		42,00
Maximum		93,00

Decilové normy PIL - ženy

1.	20 – 62
2.	63 – 67
3.	68 – 69
4.	70 – 72
5.	73 – 74
6.	75
7.	76 – 78
8.	79 – 80
9.	81 – 83
10.	84 – 100

Stenové normy PIL - ženy

1.	20 – 50
2.	51 – 60
3.	61 – 65
4.	66 – 69
5.	70 – 73
6.	74 – 76
7.	77 – 80
8.	81 – 84
9.	85 – 87
10.	88 – 100

Tabulka č. 16: Vypočtené lokální normy PIL - celý vzorek

Počet dotazníků – celý vzorek	Platných	119
	Chybějících	0
Průměr		73,1092
Standardní odchylka		8,24394
Minimum		42,00
Maximum		93,00

Decilové normy PIL – celý vzorek

1.	20 – 62
2.	63 – 68
3.	69 – 70
4.	71 – 72
5.	73 – 74
6.	75 – 77
7.	78 – 79
8.	80
9.	81 – 83
10.	84 – 100

Stenové normy PIL – celý vzorek

1.	20 – 51
2.	52 – 60
3.	61 – 65
4.	66 – 69
5.	70 – 73
6.	74 – 78
7.	79 – 81
8.	82 – 84
9.	85 – 90
10.	91 – 100

4.4 Diskuse a závěry

Na základě hrubých dat jsem pomocí analýzy v programu SPSS 14 (SPSS, 2005) získala lokální normy pro zkoumaný vzorek. Získané normy se s určitou obezřetností a znalostí výsledků mého výzkumu mohou použít pro vyhodnocení výsledků vysokoškolské mládeže v Praze v testu PIL. Pro rychlejší orientaci byly vytvořeny decilové i stenové normy.

Pro další zkoumání psychometrických vlastností testu PIL navrhuji především výpočet jeho reliability ve smyslu homogenity a konstruktové validity. Souběžná validita by se dala zjistit například porovnáním dat z PIL a jiného osvědčeného testu životního smyslu (např. ESK, Logo – test).

5. Souvislosti mezi strukturou osobnosti a prožívanou smysluplností života

5.1 Cíl zkoumání

Cílem zkoumání bylo zjistit, do jaké míry spolu souvisí struktura osobnosti a prožívaná smysluplnost života u pražských vysokoškoláků ve věku 19 až 24 let.

5.2 Nástroje zkoumání

Pro zjištění základních osobnostních vlastností a samotné struktury osobnosti jsem vybrala dotazník **NEO – FFI** (HŘEBÍČKOVÁ, 2001). Jedná se o dotazník se šedesáti položkami, které jsou vždy tvořeny tvrzením a sebezposuzovací čtyřbodovou stupnicí. U každého tvrzení se testovaný rozhoduje, do jaké míry prožívá v životě to, co dané tvrzení popisuje.

Dotazník sleduje 5 základních dimenzí osobnosti (HŘEBÍČKOVÁ, 2011), pomocí kterých lze podle jeho autorů popsat výstižně a bezzbytku danou osobnost. Tyto složky osobnostní struktury byly získány jednak lexikální analýzou slovníkových výrazů popisujících lidské vlastnosti a jednak faktorovou analýzou položek z jiných osobnostních dotazníků.

První z popisovaných dimenzí je **Neuroticita** (jinak také Neuroticismus). Tato škála zjišťuje individuální rozdíly v emocionální labilitě a stabilitě. Lidé, kteří v této škále skórují vysoko, jsou psychicky nestabilní a často prožívají stavy úzkosti a nejistoty. Uvádějí častěji potíže vyrovnávat se s obtížnými situacemi a delší dobu se jimi zabývají. Jsou také často plni obav, nervozity a intenzivně prožívají strach z nových či nepříjemných situací. Jedinci,

kteří skórují nízko na škále Neuroticity jsou naopak emocionálně stabilní, častěji se zabývají pozitivními prožitky a lépe se jim překonávají obtížné situace. Okolí je vnímá jako klidné, vyrovnané, bezstarostné nebo až necitlivé.

Druhou z dimenzí, které sleduje a popisuje dotazník NEO je **Extraverze**. Lidé, kteří v ní získávají vysoký počet bodů, jsou společenšší, hovorní a přátelští. Jsou často energičtí a veselí se širokým polem sociálních vztahů. Mohou být vnímáni jako příliš nadšení, narušující intimní prostor nebo vlezlí. Na opačném pólu této dimenze je introverze. Oproti extravertům nevyhledávají introverti tak intenzivně sociální kontakt, jsou více nezávislí a samostatní. Lidé je mohou vnímat jako nejisté nebo ostýchavé.

Třetí osobnostní vlastností z pěti základních charakteristik je **Otevřenost vůči zkušenosti**. Jedinci skórující vysoko mají živou představivost, jsou často umělecky zaměřeni, jsou zvědaví a jsou schopni nezávislého úsudku. Lidé otevření vůči zkušenosti vyhledávají nové zážitky i kontakty a jsou často vysoce empatičtí. Ostatní je mohou vnímat jako zapálené, kultivované a inteligentní. Nízké skóre v dimenzi Otevřenost vůči zkušenosti naopak vypovídá o věcnosti, pragmatičnosti a nízké vnímavosti vůči estetickým podnětům. Takoví lidé vyhledávají osvědčené a známé postupy, vyhýbají se novým situacím a jsou celkově konzervativní.

Další základní charakteristikou osobnosti dle NEO je **Přívětivost**. Její míra vypovídá o kvalitě prožívání mezilidských vztahů. Jedinci skórující vysoko jsou vlídní, laskaví až altruističtí. Jsou vždy ochotni pomáhat a celkově chovají pozitivní pocity ke společnosti jako celku. V extrémních polohách mohou být vnímáni jako servilní, úslužní a závislí na druhých. Nízký skór naopak vypovídá o egocentrické osobnosti, která má tendenci znevažovat a napadat záměry ostatních.

Takoví lidé se chovají hrubě a s ostatními více soupeří než by se snažili spolupracovat.

Poslední osobnostní charakteristikou, kterou autoři dotazníku rovněž považují za základní pro popis osobnosti je **Svědomitost**. Tato škála sleduje vztah testovaného k plnění úkolů a organizaci času. Jedinci dosahující vysokého skóru jsou cílevědomí, ctižadostiví, vytrvalí a s pevnou vůlí. V extrémních polohách se může svědomitost projevit jako pedantičnost, workoholismus a obsese pořádkem a plněním naplánovaných úkolů. Osoby skórující nízko mají nízké mínění o kvalitě svých schopností, nemají ve věcech pořádek a špatně se jim plánují úkoly. Mohou jim také chybět vysoké ambice a často jsou spokojeni s omezeným výkonem. Celkově se špatně nutí do jakékoli činnosti a mají tendenci odkládat plnění úkolů.

Druhým nástrojem, který jsem ve výzkumu použila, byl dotazník **Purpose in Life – PIL** (CRUMBAUGH, 1964b). V Teoretické části jsem popsala další metody vhodné ke zjišťování míry prožitku smyslu v životě. U nás se k těmto účelům využívá především Logo – test (LUKASOVÁ, 1992) a Existenciální škála (LÄNGLE, 2001). Pro účely mého výzkumu jsem vybrala dotazník PIL, protože v tomto rozsahu nebyl ještě v českých podmínkách použit. Teoretický základ pro dotazník tvoří existenciálněanalytická teorie V. Frankla, kterou jsem popsala v Teoretické části.

Dotazník PIL v běžně užívané verzi (CRUMBAUGH, 1964b) sestává z dvaceti položek. Každá položka je tvořena nedokončeným tvrzením a dvěma typy jeho zakončení. Tato dvě zakončení tvoří extrémní póly úplného naplnění smyslem a na druhé straně odpovědí, která odpovídá prožitku existenciální frustrace. Testovaný se má rozhodnout, kde se ve vyznačeném rozpětí pohybuje, na stupnici od 1 do 5.

5.3 Ověřované hypotézy

- Obecné dimenze osobnosti dle dotazníku NEO-FFI (Neuroticismus, Extraverze, Otevřenost vůči zkušenosti, Přívětivost, Svědomitost) souvisí s pocitem životní smysluplnosti vymezeným dle PIL
- Lidé, kteří mají nižší odolnost vůči psychické zátěži a často zažívají úzkost a nejistotu (vysoký skór v dimenzi Neuroticita) prožívají v menší míře život jako naplněný smyslem, zatímco lidé, kteří jsou emocionálně stabilní a reagují na náročné situace vyrovnaně (nízký skór v dimenzi Neuroticita) prožívají ve vyšší míře život jako naplněný smyslem
- Lidé, kteří jsou společenší, snadno se sociálně adaptují a vyhledávají kontakt s lidmi (vysoký skór v dimenzi Extraverze) prožívají ve vyšší míře život jako naplněný smyslem
- Lidé, kteří jsou kultivovaní, zvědaví, tvořiví a vyhledávající nové zážitky (vysoký skór v dimenzi Otevřenost vůči zkušenosti) prožívají ve vyšší míře život jako naplněný smyslem
- Lidé, kteří jsou dobrosrdeční, přívětiví a snášenliví (vysoký skór v dimenzi Přívětivost) prožívají ve vyšší míře život jako naplněný smyslem
- Lidé, kteří jsou pečliví, zásadoví a se zájmem o práci (vysoký skór v dimenzi Svědomitost) prožívají ve vyšší míře život jako naplněný smyslem

Z uvedených hypotéz vyplývá, že v mém výzkumu jde především o korelace mezi hodnotami popisujícími strukturu osobnosti a mírou prožívání smysluplnosti života dle PIL. Smysluplnost je zde pojímána spíše jako předpovídané kritérium a osobnostní charakteristiky jako

výchozí nezávislá proměnná. Vycházím z názoru, že základní charakteristiky osobnosti jsou stabilní, z části vrozené a z části získané vlastnosti. Naproti tomu prožitek smyslu je možný pro každého a v každé situaci a z velké části záleží na vědomém postoji vůči situacím.

5.4 Výsledky a jejich interpretace

V této části budou uvedeny výsledky statistické korelační analýzy dat získaných z vyplněných dotazníků NEO – FFI. Uvedu data zvlášť pro muže, ženy a potom společná. V tabulkách budou uvedeny a zvýrazněny korelace na statisticky průkazných hladinách $p \leq 0,05$ a $p \leq 0,01$. Také zde budou získané souvislosti psychologicky interpretovány.

Základní zpracování dat jsem provedla klasickou formou tužka – papír. V případě dotazníku NEO – FFI jsem použila oficiální skórovací průhlednou šablonu z příručky k dotazníku. K zápisu a analýze dat byl použit program Microsoft Office Excel (YOUNG, 2004). K vypočtení korelací pomocí Pearsonova koeficientu jsem použila program SPSS 14 (SPSS, 2005).

Zjištěné korelace byly psychologicky interpretovány za těchto podmínek:

- Vypočtený korelační koeficient dosahuje hranice statistické průkaznosti. Výsledky na statisticky průkazné hladině $p \leq 0,05$ jsou označeny symbolem * a výsledky na hladině $p \leq 0,01$ symbolem **.
- Výše statisticky průkazného korelačního koeficientu odpovídá alespoň deseti procentům společného rozptylu obou porovnávaných stupnic. Mírou

společného rozptylu je koeficient determinace – druhá mocnina korelačního koeficientu.

Při poměrně vysokém počtu osob ve zkoumaném výběru vycházejí jako statisticky průkazné i korelace, které vysvětlují z hlediska obsahové souvislosti jen tak malý zlomek toho, co mají korelované stupnice společného, že jde o souvislost věcně zanedbatelnou. Mírou společného rozptylu je koeficient determinace – druhá mocnina korelačního koeficientu. Aby byla zajištěna alespoň desetiprocentní míra vzájemného překrytí proměnných, musí korelační koeficient dosáhnout hodnoty alespoň 0,32. Taková zjištění budou také psychologicky interpretována.

Tabulka č. 17: Korelace NEO a PIL – muži

Korelace NEO a PIL - muži						
	Neuroticita	Extraverze	Otevřenost vůči zkušenosti	Přívětivost	Svědomitost	PIL
Neuroticita	1 0,009 78	-,293(**) 78	-0,027 0,814 78	-0,176 0,124 78	-0,153 0,182 78	-,485(**) 0,000 78
	Extraverze	1 0,073 78	-0,204 0,073 78	,236(*) 0,037 78	0,110 0,337 78	,377(**) 0,001 78
		Otevřenost	1 0,964 78	0,005 0,964 78	-0,079 0,492 78	0,176 0,123 78
			Přívětivost	1 0,309 78	0,117 0,309 78	0,162 0,156 78
				Svědomitost	1 0,391(**) 78	0,000 0,000 78
					PIL	1 78

** Korelace je statisticky průkazná na úrovni $p \leq 0,01$

* Korelace je statisticky průkazná na úrovni $p \leq 0,05$

Podle podmínky vyhodnocování, kterou jsem vytyčila na začátku kapitoly, vyhovují pro interpretaci všechny tři korelace, které vyšly u 78 mužů ze zkoumaného souboru jako průkazné.

- ⇒ První statisticky průkaznou korelací se ukázala výrazná negativní souvislost prožívané smysluplnosti dle PIL a dimenze Neuroticity. Statistická závislost vyjádřená koeficientem determinace zde dosahuje 24% společného rozptylu. Toto zjištění podporuje výchozí hypotézu, že lidé emočně stabilní a dobře se vyrovnávající s obtížnými situacemi skórují nízko na škále Neuroticity a zároveň častěji prožívají život jako smysluplný.

- ⇒ Druhou korelací, která stojí za interpretaci je pozitivní statistický vztah mezi výsledky v dotazníku PIL a dimenzí Extraverze z dotazníku NEO. Statistická závislost vyjádřená koeficientem determinace zde dosahuje 14% společného rozptylu. Toto zjištění potvrzuje jednu z výchozích hypotéz, která říká, že lidé sociálně otevření a dobře adaptovaní zároveň prožívají svůj život ve větší míře jako naplněný smyslem.

- ⇒ Třetí korelace je rovněž jako obě předchozí statisticky průkazná na hladině 0,01 a dá se o ní proto říct, že je velmi pravděpodobně i obsahově podstatná. Statistická závislost vyjádřená koeficientem determinace zde dosahuje 15% společného rozptylu. Souvislost ukazuje, že lidé, kteří jsou pečliví, zásadoví a schopni plánovat, prožívají také častěji život jako smysluplný.

Tabulka č. 18: Korelace NEO a PIL – ženy

Korelace NEO a PIL - ženy						
	Neuroticita	Extraverze	Otevřenost vůči zkušenosti	Přívětivost	Svědomitost	PIL
Neuroticita	1	-,501(**)	0,127	-,302(**)	-0,177	-,540(**)
		0,000	0,169	0,001	0,054	0,000
	119	119	119	119	119	119
	Extraverze	1	-0,020	,229(*)	0,138	,426(**)
			0,829	0,012	0,133	0,000
		119	119	119	119	119
		Otevřenost	1	0,053	0,046	0,031
				0,568	0,619	0,734
			119	119	119	119
			Přívětivost	1	0,164	,264(**)
					0,075	0,004
				119	119	119
				Svědomitost	1	,406(**)
						0,000
					119	119
					PIL	1
						119

** Korelace je statisticky průkazná na úrovni $p \leq 0,01$

* Korelace je statisticky průkazná na úrovni $p \leq 0,05$

U 119 žen z testovaného souboru se rovněž ukázaly tři korelace jako statisticky průkazné a zároveň splňující podmínku překročení 10% společného rozptylu zjištěných hodnot. Podmínku nesplnila další zjištěná statisticky průkazná, souvislost mezi dotazníkem PIL a dimenzí NEO Přívětivost. Pro interpretaci v souvislosti s prožíváním smyslu života však podle předem stanoveného kritéria tato korelace není obsahově významná.

Všechny ostatní korelace jsou svým obsahovým významem stejné jako u vzorku mužů:

- ⇒ Výrazná záporná korelace výsledků PIL a míry Neuroticity potvrzuje původní předpoklad, že emočně stabilní jedinci zažívají svůj život a situace v něm jako více smysluplné.

Statistická závislost vyjádřená koeficientem determinace zde dosahuje 29% společného rozptylu.

- ⇒ Pozitivní korelace PIL a NEO v dimenzi Extraverze se rovněž shodují s výsledky mužů a také s původní hypotézou. Statistická závislost vyjádřená koeficientem determinace zde dosahuje 18% společného rozptylu. Ženy otevřené sociálním kontaktům a více sebejisté v komunikaci s druhými také častěji vnímají svůj život jako smysluplný.
- ⇒ Pozitivní korelace životní smysluplnosti a Svědomitosti ukazuje stejně jako u mužů, že ženy koncentrované, organizované a schopné plánovat, prožívají svůj život také spíše jako smysluplný. Statistická závislost vyjádřená koeficientem determinace zde dosahuje 16% společného rozptylu.

Tabulka č. 19: Korelace NEO a PIL - muži a ženy

Korelace NEO a PIL - muži a ženy						
	Neuroticita	Extraverze	Otevřenost	Přívětivost	Svědomitost	PIL
Neuroticita	1	-,396(**)	0,037	-0,139	-0,139	-,521(**)
		0,000	0,606	0,051	0,051	0,000
	197	197	197	197	197	197
Extraverze		1	-0,094	,232(**)	0,130	,398(**)
			0,187	0,001	0,069	0,000
		197	197	197	197	197
Otevřenost			1	-0,002	-0,016	0,102
				0,975	0,823	0,152
			197	197	197	197
Přívětivost				1	,161(*)	,172(*)
					0,024	0,016
				197	197	197
Svědomitost					1	,388(**)
						0,000
					197	197
PIL						1
						197

** Korelace je statisticky průkazná na úrovni $p \leq 0,01$

* Korelace je statisticky průkazná na úrovni $p \leq 0,05$

Pro vyhodnocení celého souboru platí zásadě stejné závěry jako pro interpretaci výsledků mužů a žen odděleně. Takové výsledky svědčí o tom, že neexistují větší rozdíly v uplatňování osobnostních charakteristik při prožívání smysluplnosti života u mužů a u žen. V celém souboru se jako u vzorku žen ukázala statisticky průkazná korelace PIL a NEO v osobnostní charakteristice Přívětivosti. Tento výsledek může být vysvětlen větším zastoupením žen ve zkoumaném vzorku, pak by platil předchozí závěr. I když podle daných podmínek nestojí tato korelace za psychologickou interpretaci, dalo by se říct, že je možné, že lidé přívětiví, empatictí a ochotní pomáhat mohou snadněji nalézat smysl každodenního života.

5.5 Diskuse a závěry

Hlavními omezeními části výzkumu zabývající se souvislostmi mezi strukturou osobnosti a prožívanou životní smysluplností je úzce zaměřená a málo reprezentativní cílová skupina a výrazně vyšší počet žen ve zkoumaném souboru. Pro další zkoumání by bylo vhodné zajistit reprezentativnější vzorek populace. Dá se ale říct, že získané výsledky lze prozatím s určitou obezřetností pokládat za reprezentativní pro pražskou vysokoškolskou mládež ve věku 19 až 24 let.

Ukázalo se, že vyšší počet žen ve zkoumaném souboru nijak nezkreslil získané výsledky. Výsledky mužů a žen byly prakticky stejné. Lišily se pouze v osobnostní charakteristice vymezené dotazníkem NEO Přívětivost. Dá se to vysvětlit přirozeným sklonem žen, prožívajících svůj život jako smysluplnější, k vyšší náklonnosti, empatii a ochotě pomáhat. Částečně se tak potvrdila výchozí hypotéza, že přívětiví lidé prožívají svůj život ve vyšší míře jako

naplněný smyslem. Tento výsledek ovšem nemůžeme považovat z uvedených důvodů za dostatečně zobecnitelný.

V žádném ohledu se nepotvrdila hypotéza o pozitivním vztahu mezi prožívanou smysluplností a Otevřeností vůči zkušenosti, jak ji definuje NEO – FFI.

Celkově se výsledky shodují s Halamovými potvrzenými hypotézami (HALAMA, 2005), že prediktory prožitku životního smyslu jsou svědomitost, extraverze a nízká míra neuroticity. Peter Halama měřil míru prožívané smysluplnosti Indexem smyslu života – PMI (REKER, 1992). Stejně hypotézy jako můj výzkum také potvrdila zjištění Stempelové a Čmárikové (STEMPELOVÁ, 2004). V tomto výzkumu byl smysl zkoumán Existenciální škálou - ESK (LÄNGLE, 2001). V těchto výzkumech nebylo uvedeno genderové rozložení zkoumaného souboru. Na základě mých zjištění se dá říci, že mezi pražskými vysokoškoláky není rozdíl v souvislostech mezi strukturou osobnosti a prožíváním smysluplnosti u mužů a u žen.

ZÁVĚR

Ve své diplomové práci jsem se věnovala dvěma cílům. Prvním z nich bylo vytvoření lokálních norem pro dotazník měřící míru prožívání smysluplnosti života PIL. Druhým cílem bylo prozkoumání souvislostí mezi osobnostními charakteristikami a prožívanou smysluplností. Pro tyto účely jsem vedle dotazníku PIL použila ještě test struktury osobnosti založený na pětifaktorovém modelu NEO – FFI.

V teoretické části práce jsem se snažila shrnout dosavadní psychologické poznatky na poli zkoumání smysluplnosti života. Popsala jsem názory nejvlivnějších psychologů na pojetí a zkoumání životního smyslu. Největší důraz jsem kladla na teorie z existenciálněanalytického okruhu. Důvodem bylo, že dotazník PIL přímo vychází z teorie V. E. Frankla, zakladatele logoterapie a existenciální analýzy. Popsala jsem také nejužívanější psychometrické metody kvantitativního zkoumání smyslu u nás a základní výzkumy, které proběhly v daném okruhu u nás. V závěru teoretického přehledu jsem popsala současný pohled na strukturu osobnosti. Soustředila jsem se především na pětifaktorový osobnostní model, protože na základě teorie Big Five vznikl druhý použitý dotazník NEO – FFI. Uvedla jsem také výzkumy, které se soustředily na stejné téma jako moje vlastní výzkumné šetření – vztahy mezi osobnostní a vnímáním smysluplnosti života

Empirická část je tvořena metodologickým popisem vlastností provedeného výzkumu v rámci diplomové práce. Cílovou skupinou byli studenti primárně nep psychologicky zaměřených oborů ve věku 19 až 24 let. Celkem jsem sebrala 197 platných vyplněných sad dotazníků.

Shrnuli nejdůležitější poznatky, výzkumné šetření potvrdilo výchozí hypotézy ve významném rozsahu. Hlavní potvrzený předpoklad byl, že lidé s neurotickou strukturou osobnosti mají také sklony vidět život jako méně naplněný smyslem. Naopak lidé s extravertním nastavením a vysokou svědomitostí jsou lépe existenciálně zakotveni a prožívají proto život jako více smysluplný. Uvedená zjištění se také shodují s dalšími proběhnuvšími výzkumy v českém a slovenském prostředí.

Druhý okruh zjištění obsahuje lokální normy pro populaci pražských vysokoškoláků od 19 do 24 let pro test PIL. Pro snadnější praktické uplatnění jsem uvedla decilové i stenové normy. Pro další zkoumání testu doporučuji výzkumné šetření, které se zaměří na popis psychometrických vlastností dotazníku, především konstruktové validity a homogenity.

Závěry diplomové práce lze s určitou obezřetností uplatnit pro psychologická vyšetření zástupce zkoumané populace pražských studentů. Pro další výzkumy může být zajímavé tématizovat způsob, jakým se navzájem ovlivňují osobnostní charakteristiky a prožívání smyslu.

Seznam použité literatury a dalších zdrojů

ADLER, Alfred. *Porozumění životu: Úvod do individuální psychologie*. 1. vyd. Přeložil Štěpán KOVAŘÍK. Praha: Aurora, 1999. ISBN 80-85974-76-2.

ADLER, Nancy. *Purpose of life* [online]. © 1997, poslední revize listopad 1997 [cit. 20. 1. 2014]. Dostupné z: <http://www.macses.ucsf.edu/research/psychosocial/purpose.php>

AMTHAUER, R. *I-S-T. Test struktury inteligence*. Bratislava: Psychodiagnostica, 1986.

BALCAR, Karel a PROTIVANSKÁ, Alžběta. Stressbewältigungsstrategien im Zusammenhang mit der Existenziellen Verankerung. *Existenzanalyse*. 2012, roč. 29, č. 2, s. 118 - 119. ISSN 1024-7033.

BALCAR, Karel. Logoterapie a existenciální analýza Viktora E. Frankla. *Československá psychologie*. 1995a, roč. 39, č. 2, s. 127 - 142. ISSN 0009-062X.

BALCAR, Karel. Standardizace dotazníku „Logo-test“ na vzorku studujících českých vysokých škol. *Československá psychologie*. 1995b, roč. 39, č. 5, s. 400-405. ISSN 0009-062X., 1995d.

BALCAR, Karel. Životní smysluplnost a osobnost. *Československá psychologie*. 1995c, roč. 39, č. 6, s. 496-502. ISSN 0009-062X.

BALCAR, Karel. Životní smysluplnost, duševní pohoda a zdraví. *Československá psychologie*. 1995d, roč. 39, č. 5, s. 420 - 424. ISSN 0009-062X.

BAUMEISTER, Roy. *Meanings of Life*. 1. pub. New York: The Guilford Press, 1991. ISBN 978-0-89862-531-8.

BLATNÝ, Marek a kolektiv. *Psychologie osobnosti: Hlavní témata, současné přístupy*. 1. vyd. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3434-7.

BLATNÝ, Marek, MILLOVÁ, Katarína, JELÍNEK, Martin, OSECKÁ, Terezie. Životní smysluplnost: osobnostní souvislostí a antecedenty. *Československá psychologie*. 2010b, roč. 54, č. 3, s. 225 - 234. ISSN 0009-062X.

BLECHA, Ivan. *Filosofie*. 4. oprav. a rozš. vyd. Olomouc: Nakladatelství Olomouc, 2004. ISBN 80-7182-147-0.

CAKIRPALOGLU, Panajotis. *Psychologie hodnot*. 2. dopl. a přeprac. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2009. ISBN 978-80-244-2295-4.

CLONINGER, C. R. *The temperament and character inventory (TCI): A guide to its development and use*. Washington University: Center for Psychobiology and Personality, 1994. ISBN 0-9642917-1-1.

CLONINGER, C. R. The tridimensional personality questionnaire: U. S. Normative data. *Psychological Reports*: 1991, No. 69, p. 1047 – 1057.

CRUMBAUGH, James, C. Cross - validation of Purpose-in-Life Test Based on Frankl's Concepts. *Journal of Individual Psychology*. 1968, Vol. 24, No. 1, p. 74 - 81. ISSN 1522-2527.

CRUMBAUGH, James, C., MAHOLICK, L.T. An experimental study in existentialism: the psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of clinical Psychology*. 1964, č. 20, s. 200 – 207. ISSN 1097-4679.

CRUMBAUGH, James, C., MAHOLICK, L. T. *Purpose in Life Test - PIL*. Přeložil Karel BALCAR. 1964b.

DUFKOVÁ, D., KRATOCHVÍL, Stanislav. Psychometrické zkoumání existenciální frustrace. *Československá psychologie*. 1967, roč. 11, s. 594 – 597. ISSN 0009-062X.

EYSENCK, H. J. *Manual of the Eysenck Personality Questionnaire (EPS Adult)*. London: Hodder and Stoughton, 1991.

FERJENČÍK, Ján. *Úvod do metodologie psychologického výzkumu: Jak zkoumat lidskou duši*. 1. vyd. Přeložil Petr BAKALÁŘ. Praha: Portál, 2000. ISBN 978-80-7367-815-9.

FRANKL, Viktor, E. *Teorie a terapie neuróz*. 1. vyd. Přeložil Karel BALCAR. Praha: Grada, 1999. ISBN 80-7169-779-6.

FRANKL, Viktor, E. 1994. *Člověk hledá smysl: Úvod do logoterapie*. 1. vyd. Přeložil Zdeněk TRTÍK. Praha: Psychoanalytické nakladatelství, 1994. ISBN 80-901601-4-X.

FRANKL, Viktor, E. *Lékařská péče o duši*. 1. vyd. Přeložil Vladimír JOCHMANN. Brno: Cesta, 2006a. ISBN 80-7295-085-1.

FRANKL, Viktor, E. *Psychoterapie a náboženství*. 1. vyd. Přeložili Ladislav KOUBEK a Jiří VANDER. Brno: Cesta, 2006b. ISBN 80-7295-088-6.

FRANKL, Viktor, E. *Vůle ke smyslu*. 1. vyd. Přeložil Vladimír JOCHMANN. Brno: Cesta, 2006. ISBN 80-7295-084-3.

HALAMA, Peter. Meaning and hope - Two factors of positive psychological functioning in late adulthood. *Studia Psychologica*. 2003, Vol. 45, p. 103 - 110. ISSN 0039-3320.

HALAMA, Peter. Relationship between meaning in life and the big five personality traits in young adults and the elderly. *Studia psychologica*. 2005, Vol. 47, p. 167 - 178. ISSN 0039-3320.

HALAMA, Peter. Teoretické a metodologické přístupy k problematice zmyslu života. *Československá psychologie*. 2000a, roč. 3, č. 44, s. 216 - 236. ISSN 0009-062X.

HALAMA, Peter. Teorie a terapie neuróz. *Československá psychologie*. 2000b, roč. 44, č. 1, s. 90 - 91. ISSN 0009-062X.

HALAMA, Peter. The PIL Test in a Slovak sample: Internal consistency and factor structure. *The International Forum for Logotherapy*. 2009, roč. 32, s. 84 - 88. ISSN 0191-3379.

HALAMA, Peter. *Zmysel života v pohľadu psychológie*. 1. vyd. Bratislava : SAP - Slovak Academic Press, 2007. ISBN 978-80-8095-023-1.

HARTL, Pavel, HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 978-80-7367-569-1.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina, URBÁNEK, Tomáš. *NEO pětifaktorový osobnostní inventář*. Praha: Testcentrum, 2001.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina. Nové přístupy ke zkoumání rysů: Pětifaktorový model osobnosti. In: Marek BLATNÝ, ed. *Psychologie osobnosti: Hlavní témata, současné přístupy*. 1. vyd. Praha: Grada, 2010, s. 43 - 69.

HŘEBÍČKOVÁ, Martina. *Pětifaktorový model v psychologii osobnosti: Přístupy, diagnostika, uplatnění*. 1. vyd. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3380-7.

HUTZELL, R. R. A Review of the Purpose in Life Test. *The International Forum for Logotherapy*. 1988, roč. 11, s. 89 - 101. ISSN 0191-3379.

CHAMBERLAIN, K., ZIKA, S. Measuring meaning of life: An examination of three scales. *Personality and Individual Differences*. 1988, roč. 9, s. 589 - 596. ISSN 01918869.

KASSIN, Saul. *Psychologie*. 1. vyd. Brno: Computer Press, 2007. Přeložily Dagmar BREJLOVÁ, Veronika BALAŠTÍKOVÁ, Helena ŠOLCOVÁ. ISBN 978-80-251-1716-3.

KAVENSKÁ, Veronika. Smysl života v kontextu závislosti na alkoholu [online]. *E-Psychologie*. 2009, roč. 3, č. 1. ISSN 1802-8853. Dostupné z: <http://e-psycholog.eu/pdf/kavenska.pdf>

KOŽENÝ, J. Dotazník emocionálního prožívání (DEP 36): explorační a konfirmační analýza. *Československá psychologie*. 1993, roč. 37, č. 6. s. 523 - 533. ISSN 0009-062X.

KOŽENÝ, J. *Příručka pro administraci, interpretaci a vyhodnocování testu ICL - dotazník interpersonální diagnózy, T. Leary, R. L. Laforge, R. F. Suczek*. Bratislava: Psychodiagnostica, 1976.

KOŽENÝ, J. Psychometrické parametry dotazníku impulzivity. *Československá psychologie*. 1994, roč. 38, č. 4, s. 316 - 323. ISSN 0009-062X.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Mít pro co žít*. 1. vyd. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2010. ISBN 80-7021-653-0.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. 2. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-774-4.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 2006. *Psychologie smysluplnosti existence*. 1. vyd. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1370-5.

LÄNGLE, Alfried. *Smysluplně žít: Aplikovaná existenciální analýza*. 1. vyd. Přeložil Karel BALCAR. Brno: Cesta, 2002. ISBN 80-7295-037-1.

LÄNGLE, A., ORGLER, CH., KUNDI, M. 2001. *Existenciální škála*. Přeložil a upravil Karel BALCAR. Praha: Testcentrum, 2001. ISBN 80-86471-05-5.

LUKASOVÁ, Elisabeth. *I tvoje utrpení má smysl: Logoterapeutická útěcha v krizi*. 1. vyd. Přeložila Jarmila VAŠÍČKOVÁ. Brno: Cesta, 2006. ISBN 80-85319-79-9.

LUKASOVÁ, Elisabeth. *Logo - Test*. Přeložil Karel BALCAR. Chrudim: Mach, 1992. ISBN neuvedeno.

LUKASOVÁ, Elisabeth. *Logoterapie ve výchově*. 1. vyd. Přeložil Karel BALCAR. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-71781-80-0.

McGREGOR, I., LITTLE, B. R. Personal project, happiness and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998, Vol. 74, no. 2, p. 494 - 512. ISSN 0022-3514

MORGAN, Jessica, FARSIDES, Tom. Measuring meaning in Life [online]. *Journal of Happiness Studies*. 2007, Vol. 10, No. 2, Online ISSN 1573 - 7780. Dostupné z:
http://gala.gre.ac.uk/3228/2/Measuring_MIL_postprint.pdf

NAKONEČNÝ, Milan. *Sociální psychologie*. 2. rozš. a přeprac. vyd. Praha: Nakladatelství Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1679-9.

RABAN, Miloš. *Duchovní smysl člověka dnes*. 1. vyd. Praha: Vyšehrad, 2008. ISBN 80-7021-933-5.

REKER, G. T. *Manual of the Life Attitude Profile-Revised (LAP-R)*. Peterborough: Trent University, 1992.

ROGERS, Carl. *Způsob bytí: Klíčová témata humanistické psychologie z pohledu jejího zakladatele*. 1. vyd. Přeložil Jiří KREJČÍ. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-233-5.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. 1. vyd. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-547-4.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství a spirituality*. 1. vyd. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-312-3.

ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie osobnosti: Obor v pohybu*. 6. revid. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3133-9.

SCHULENBERG, S. E., MELTON, A. M. A. A confirmatory Factor-Analytic Evaluation of the Purpose in Life Test: Preliminary Psychometric Support for a Replicable Two-Factor Model. *Journal of Happiness Studies*. 2010, Vol. 11, p. 95 - 111. ISSN 1389-4978.

SCHULENBERG, S. E., SCHNETZER, L. W. BUCHANAN, E. M. The Purpose in Life Test - Short Form: Development and Psychometric Support. *Journal of Happiness Studies*. 2010, Vol. 12, p. 861 - 867. ISSN 1389-4978.

SMÉKAL, Vladimír. *Pozvání do psychologie osobnosti: Člověk v zrcadle vědomí a jednání*. 3. oprav. vyd. Brno: Barrister and Principal, 2012. ISBN 978-80-87029-62-6.

SOBKOVÁ, Petra, TAVEL, Peter. Životní smysluplnost a emocionalita [online]. *E-psychologie*. 2010, roč. 4, č. 2, ISSN 1802-8853. Dostupné z: <http://e-psycholog.eu/pdf/sobkova-et al.pdf>

SPIELBERGER, C.D., GORSSUCH, R.L. *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press, Inc, 1983.

SPSS 14 – *Statistical Package for the Social Sciences*. Chicago, Ill.: SPSS Inc., 2005. ISBN 0-13-221804-6.

STEMPELOVÁ, Judita, ČMÁRIKOVÁ, Alexandra. Personality factors of the big five and self-esteem in existential analysis. *Studia psychologica*. 2004, Vol. 46, No. 2, p. 137 - 143. ISSN 0039-3320.

STÖRIG, Hans, J. *Malé dějiny filosofie*. 2. vyd. Přeložili Petr REZEK, Karel ŠPRUNK, Miroslav PETŘÍČEK. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2007. ISBN 978-80-7195-206-0.

ŠVANCARA, Josef. Naplnění života v psychologických souvislostech. *Universitas*. 2009, č. 2, s. 13 - 19. ISSN 1211-3387.

TAVEL, Peter. *Smysl života podle Viktora Emanuela Frankla*. 1. vyd. Přeložili Jitka HABERNALOVÁ, Jakub FLORIAN. Praha : Triton, 2007. ISBN 80-7254-915-4.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychologie osobnosti*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1832-6.

YALOM, Irvin D. *Pohled do slunce: O překonávání strachu ze smrti*. 1. vyd. Přeložila Helena HARTLOVÁ. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7376-376-5.

YALOM, Irvin, D. *Exstenciální psychoterapie*. 1. vyd. Přeložil Ivo MÜLLER. Praha : Portál, 2006. ISBN 80-7367-147-6.

YOUNG, M. J., HALYORSON, M. *Microsoft Office Excel 2003*. Překlad D. Krásenský. Brno: Computer Press, 2004. ISBN 80-25102-2X.

Příloha č. 1: Použitý dotazník PIL v českém překladu

Jsem Muž Žena Věk _____ r. Jméno: _____

DOTAZNÍK PIL – Jak prožívám svůj život

(Crumbaugh & Maholick, 1964. Přel. K. B.)

Pokyny: Ke každému výroku přiřpte číslici (1 – 5), která nejlépe vystihuje, jak daný výrok o vás platí právě nyní.

Položky	Ohodnoťte každý výrok číslicí od 1 do 5		Vaše hodnocení
1. Obvykle	se nudím; jsem nadšený/á. 1-----2-----3-----4-----5		
2. Život mi připadá	stále zcela stejný;	vždy vzrušující.	
3. V životě	nemám žádné cíle;	mám jasné cíle.	
4. Má osobní existence	nemá žádný smysl nebo účel;	má dobrý smysl a účel.	
5. Každý den je	stejný jako jiné dny;	stále nový a jiný.	
6. Kdybych si mohl vybrat,	raději bych se nenarodil/a;	žil/a ještě 9 takových životů.	
7. Po odchodu do důchodu bych po zbytek života rád/a	jen tak užíval/a nicnedělání;	dělal/a vzrušující věci, které jsem vždycky chtěl/a.	
8. V dosahování životních cílů jsem	nic nedokázal/a;	je postupně úplně naplnil/a.	
9. Můj život je	prázdný, naplněný zoufáním;	zcela zaplněný úžasnými věcmi.	
10. Kdybych dnes zemřel/a, bylo by to s pocitem, že můj život	nestál vůbec za nic;	naprosto stál za to.	
11. Když uvažuji o svém životě,	často si říkám, proč existuji;	vždy vidím důvody, proč tu být.	
12. Když vidím svět, ve kterém žiji svůj život, tak	jsem z něj úplně zmatený/á;	prožívám, že smysluplně patří k mému životu.	
13. Jsem člověk	velice nezodpovědný;	velice odpovědný.	
14. Pokud jde o svobodu volby, věřím, že člověk je	naprosto předurčený svou dědičností a svým prostředím;	v rozhodování o svém životě zcela svobodný/á.	
15. Co se týká smrti, jsem na ni	nepřipravený/á a děším se jí;	připravený a nebojím se jí.	
16. O sebevraždě jsem	vážně uvažoval/a jako o cestě úniku;	nikdy na ni takto nemyslel/a.	
17. Najít v životě nějaký smysl či poslání	jsem naprosto neschopný/á;	jsem velice dobře schopný/á.	
18. Můj život	se mi vymknul z rukou a je ovládnán vnějšími vlivy;	mám jej ve svých rukou a sám/sama si jej řídím.	
19. Vypořádávat se s každodenními úkoly je pro mě	bolestné a otravné;	příjemné a uspokojující.	
20. Ve svém životě jsem	nenašel/a žádné poslání nebo smysl;	našel/a uspokojující smysl.	
Součet Vašich skóre			

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autorky:	Bc. Alžběta Protivanská
Studijní program:	N7701 Psychologie
Studijní obor:	Psychologie
Název práce:	Standardizace dotazníku Purpose in Life na vzorku studentů českých vysokých škol (Souvislosti mezi strukturou osobnosti a prožívanou smysluplností života)
Počet stran (bez příloh):	85
Celkový počet stran příloh:	1
Počet titulů české literatury a pramenů:	53
Počet titulů zahraniční literatury a pramenů:	19
Počet internetových odkazů:	4
Vedoucí práce:	Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.
Rok dokončení práce:	2014

EVIDENČNÍ LIST KNIHOVNY

Souhlasím s tím, aby má diplomová práce byla využívána ke studijním účelům.

V Praze dne:

.....

Uživatel/ka potvrzuje svým podpisem, že pokud tuto diplomovou práci využije ve své práci, uvede ji v seznamu literatury a budou jí řádně citovat jako jakýkoliv jiný pramen:

Jméno, příjmení	Adresa	Datum	Podpis

**Posudek vedoucího diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: **Bc. Alžběta Protivanská**

Obor studia: **Psychologie**

Název práce: **Standardizace dotazníku Purpose in Live na vzorku studentů pražských vysokých škol. Souvislosti mezi strukturou osobnosti a prožívanou smyslností života.**

Vedoucí/oponent práce: **Doc. PhDr. Karel Balcar, CSc.**

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): **85**

Počet stránek příloh: **1**

Počet titulů v seznamu literatury: **72**

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	1			
--	---	--	--	--

Oborová přílehlavost tématu

	1			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	1			
--	---	--	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

		2		
--	--	---	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	1			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	1			
--	---	--	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	1			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

0				
---	--	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

	1			
--	---	--	--	--

Naplnění cílů práce

	1			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	1			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Návaznost kapitol a subkapitol

	1			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	1			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	1			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

1. Vyložte možné vztahy situace lidského utrpení k prožívané smysluplnosti v životě člověka.
2. Vyložte rozdíl mezi decilovými a stenovými skóry ve statistických normách.

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Předložená práce je metodologicky správně naplánovanou a prakticky realizovanou studií. Jejím výsledkem jsou dva soubory teoreticky významných a prakticky využitelných poznatků. Zjištěné vztahy mezi osobnostními rysy a prožíváním smyslu v životě podporují obdobné výsledky zjišťované jinými výzkumy, v tomto případě však jsou i validizací k tomu účelu u nás poprvé užití metody PIL. Vypočtené lokální normy jsou první takto provedenou studií k užití českého znění PIL a mohou vedle svého užití pro studentskou populaci dobře posloužit i jako základ, vůči němuž případně další normativní studie budou vztaženy.

Po formální stránce nacházím v textu drobná opomenutí, ponejvíce písařské povahy (vynechaná diakritika, přepsání ve slově ap.), která však nezkrusují význam ani návaznost textu. Po obsahové stránce mám jen kritickou připomínku k reprodukci výkladu o utrpení jako zdroje smyslu na s. 23, odst. 3, ř. 4 a na s. 24, odst. 3, ř. 1-2: zdrojem žité smysluplnosti není utrpení samo, nýbrž smysl dávající postoj k němu; postojové hodnoty se nevyčerpávají postojem k utrpení, nýbrž zahrnují i postoj k příznivým skutečnostem života, jak ukazuje např. Lukasová v Logo-testu.

Vcelku hodnotím předloženou práci jako vysoce kvalitní a pokládám oba její výsledky za vhodné k publikování v odborném časopise.

Doporučení k obhajobě: **doporučuji**/~~nedoporučuji~~*

Navrhovaná klasifikace: **výborně**

Datum, podpis: 10. května 2014



*
nehodící se, škrtněte

**Posudek oponenta diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studentky: **Alžběta Protivanská**

Obor studia: Psychologie

Název práce: **Standardizace dotazníku *Purpose In Life* na vzorku studentů pražských vysokých škol**

Oponent práce: doc. Karel Hnilica

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 101

Počet stránek příloh: 1

Počet titulů v seznamu literatury: 76

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	X			
--	---	--	--	--

Oborová příslušnost tématu

	X			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

		X		
--	--	---	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	X			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	X			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	X			
--	---	--	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

		X		
--	--	---	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	X			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

X				
---	--	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

X				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	X			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	X			
--	---	--	--	--

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Návaznost kapitol a subkapitol

	X			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	X			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	X			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Velmi vysoká korelace mezi neuroticismem a PIL je zajímavá. V této souvislosti mám dvě otázky:

- Proč jste nepoužila korelační (nebo regresní) analýzu, která by umožnila zjistit parciální souvislost N a PIL?
- Jak tomuto vztahu rozumíte teoreticky? Co je čeho příčinou? Nejde o metodologický artefakt?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Práce má velmi dobrou teoretickou část. Empirická část je rovněž – vzhledem k tomu, že jde o magisterskou práci – slušná. Byl bych ale uvítal, kdybyste z bohatých dat, která jste v šetření získala, vytěžila více. Uvádíte například, že zjišťování reliability a dimenzionality PIL doporučujete jako další krok pro budoucnost. To ale není úplně správné, pokud jste tento dotazník použila pro zjišťování vztahů s jinými proměnnými.

V tabulkách (str. 88, 90, 91) uvádíte jako korelace proměnných se sebou samými hodnoty 1. Pochybuji ale o správnosti tohoto čísla; korelace (tj. reliability) budou určitě nižší.

Mezi drobné nedostatky patří například to, že je v tabulce č. 16 uvedeno číslo 119 (má být 197) a že ve statistickém souhrnu (na straně 103!) je uvedeno, že práce má celkem 85 stran :-)

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: **výborně**

Datum, podpis: 23. května 2014


Karel Hnilica